

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลและการอภิปรายผล

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การศึกษานี้เป็นการศึกษาผลของการใช้โปรแกรมฝึกทักษะการสื่อสารระหว่างบุคคลต่อความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของวัยรุ่นชายที่ใช้บริการ ในศูนย์บำบัดรักษายาเสพติดเชียงใหม่ ที่ได้รับคำวินิจฉัยเป็นผู้ติดสารแอมเฟตามีน (Amphetamine Dependence) ตั้งแต่วันที่ 30 เมษายน พ.ศ. 2550 ถึง 7 มิถุนายน พ.ศ. 2550 จำนวน 12 ราย ผลการวิเคราะห์ข้อมูล นำเสนอโดยแบ่งเป็น 2 ส่วน ดังต่อไปนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง

ส่วนที่ 2 การเปรียบเทียบคะแนนความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของกลุ่มตัวอย่างในระยะก่อนและหลังเข้าร่วมโปรแกรมฝึกทักษะการสื่อสารระหว่างบุคคล

ส่วนที่ 3 เปรียบเทียบคะแนนความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองรายด้าน ของกลุ่มตัวอย่างในระยะก่อนและหลัง ก่อนและหลังเข้าร่วมโปรแกรมฝึกทักษะการสื่อสารระหว่างบุคคล

ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง

การศึกษานี้กลุ่มตัวอย่างเป็นเพศชาย ส่วนใหญ่มีอายุอยู่ในช่วง 16-20 ปี คิดเป็นร้อยละ 91.7 และมีอายุเฉลี่ย 18 ปี ($\bar{X} = 17.83$, $SD = 2.17$) ในด้านการศึกษา มีระดับการศึกษาอยู่ในระดับมัธยมศึกษา ร้อยละ 50 รองลงมา ประถมศึกษา ร้อยละ 41.7 และอาชีวพนักงาน นักเรียน นักศึกษา มากที่สุด ร้อยละ 41.7 รองลงมา คือ อาชีพค้าขาย ร้อยละ 25 มีสถานภาพ โสดมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 83.3 ส่วนใหญ่เริ่มติดสารแอมเฟตามีนครั้งแรกอยู่ในช่วงอายุ 11-15 ปี ร้อยละ 58.3 ระยะเวลาการติดสารแอมเฟตามีนส่วนใหญ่อยู่ในช่วง 1-3 ปี คิดเป็นร้อยละ 83.4 จำนวนครั้งที่เข้ารับการบำบัดรักษาในศูนย์บำบัดรักษายาเสพติดเชียงใหม่ มากที่สุดจำนวน 1 ครั้ง คิดเป็นร้อยละ 50 รองลงมา คือ จำนวน 2 ครั้ง ร้อยละ 33.3 ดังแสดงในตารางที่ 1

ตารางที่ 1

จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามข้อมูลส่วนบุคคล (n=12)

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน (n = 12)	ร้อยละ
อายุ (ปี) (range = 16-24, $\bar{X}$ = 17.83 ,SD = 2.17)		
16-20 ปี	11	91.7
21-24 ปี	1	8.3
ระดับการศึกษา		
ประถมศึกษา	5	41.7
มัธยมศึกษา	6	50.0
อาชีวศึกษา	1	8.3
อาชีพ		
รับจ้าง	2	16.7
ค้าขาย	3	25.0
นักเรียน นักศึกษา	5	41.7
ว่างงาน	2	16.7
สถานภาพสมรส		
โสด	10	83.3
สมรส	2	16.7
อายุเมื่อเริ่มติดสารแอมเฟตามีนครั้งแรก (range = 11-20, $\bar{X}$ = 15.13, SD = 2.15)		
11-15 ปี	7	58.3
16-20 ปี	5	41.7

ตารางที่ 1 (ต่อ)

จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามข้อมูลส่วนบุคคล (n=12)

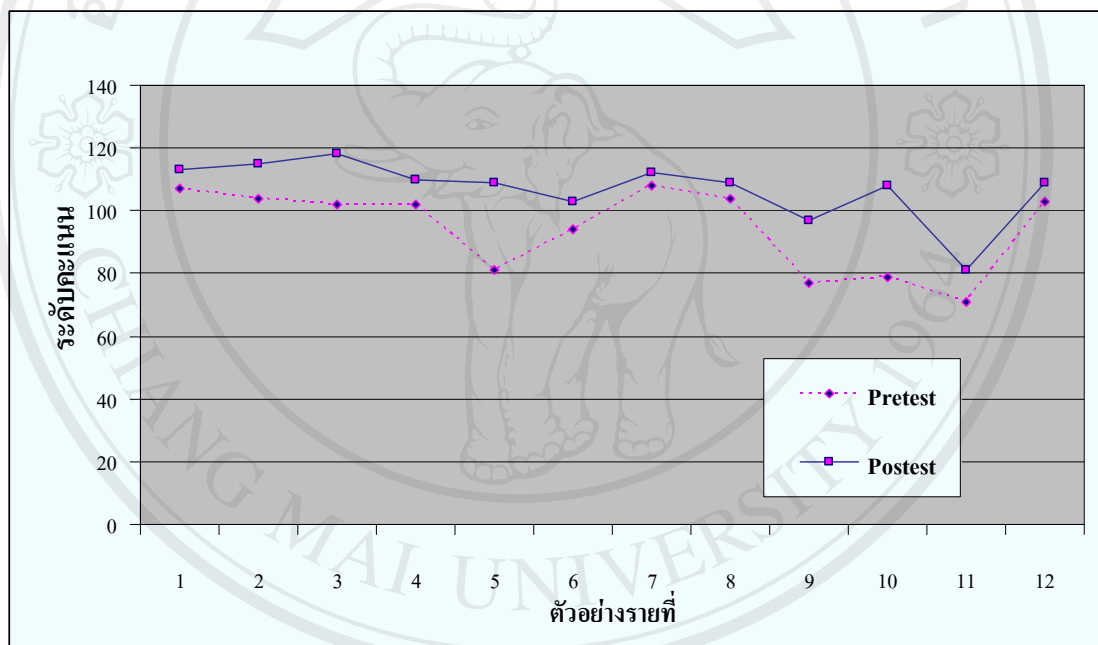
ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน (n = 12)	ร้อยละ
ระยะเวลาการติดสารแอมเฟตามีน (range = 1-5, $\bar{X}$ = 2.75, SD = 1.36)		
1-3 ปี	10	83.4
3-5 ปี	1	8.3
5 ปีขึ้นไป	1	8.3
จำนวนครั้งที่เข้ารับการบำบัดรักษา(รวมครั้งนี้) (range = 1-3, $\bar{X}$ = 1.67, SD = 0.78)		
1 ครั้ง	6	50.0
2 ครั้ง	4	33.3
3 ครั้ง	2	16.7

ส่วนที่ 2 เปรียบเทียบคะแนนความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของกลุ่มตัวอย่างในระยะก่อนและหลังเข้าร่วมโปรแกรมฝึกทักษะการสื่อสารระหว่างบุคคล

กลุ่มตัวอย่างมีคะแนนความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองในระยะหลังเข้าร่วมโปรแกรมฝึกทักษะการสื่อสารระหว่างบุคคลเพิ่มขึ้นทั้ง 12 ราย ดังแสดงในภาพที่ 1

ภาพที่ 1

แสดงการเปรียบเทียบคะแนนความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของกลุ่มตัวอย่างในระยะก่อนและหลังเข้าร่วมโปรแกรมฝึกทักษะการสื่อสารระหว่างบุคคล



ระดับคะแนนความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของกลุ่มตัวอย่าง ในระยะหลังเข้าร่วมโปรแกรมฝึกทักษะการสื่อสารระหว่างบุคคล มีระดับคะแนนความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองในระดับปานกลางร้อยละ 33.33 และระดับสูงร้อยละ 66.66 ซึ่งเพิ่มขึ้นจากระดับคะแนนความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของกลุ่มตัวอย่างในระยะก่อนการทดลอง ที่มีระดับความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองอยู่ในระดับปานกลางร้อยละ 100 ดังแสดงในตารางที่ 2

ตารางที่ 2

เปรียบเทียบระดับคะแนนความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของกลุ่มตัวอย่างในระยะก่อนและหลังการทดลอง

คะแนนความรู้สึก มีคุณค่าในตนเอง	ระดับคะแนนความรู้สึก มีคุณค่าในตนเอง	ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง
		จำนวน (ราย) (ร้อยละ)	จำนวน (ราย) (ร้อยละ)
1.00-2.66	ระดับต่ำ	0 (100)	0 (0)
2.67-4.33	ระดับปานกลาง	12 (0)	4 (33.33)
4.34-6.00	ระดับสูง	0 (0)	8 (66.7)

เมื่อทดสอบความแตกต่างรายคู่ของคะแนนความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของกลุ่มตัวอย่างก่อนและหลังการทดลองด้วยสถิติจับคู่เครื่องหมายตำแหน่งวิลคอกชัน (Wilcoxon Matched-pairs Singed-Ranked Test) รวมทั้งทำการทดสอบอันดับที่ของค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของกลุ่มตัวอย่างโดยทดสอบแบบทางเดียว (one tailed) พบว่าอันดับที่ของค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองด้านทั่วไป ด้านสังคม ด้านครอบครัวและรวมทุกด้าน ของกลุ่มตัวอย่างหลังเข้าร่วมโปรแกรมฝึกทักษะการสื่อสารระหว่างบุคคลสูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรมฝึกทักษะการสื่อสารระหว่างบุคคล อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($p < .05$) ดังแสดงในตารางที่ 3

ตารางที่ 3

เปรียบเทียบคะแนนความรู้สึที่มีคุณค่าในตนเองของกลุ่มตัวอย่างในระยะก่อนและหลังการทดลอง
(n=12)

คะแนนความรู้สึที่มีคุณค่าในตนเอง	Meanrank	Z	P-value
คะแนนหลังเข้ากลุ่มมากกว่าก่อนเข้ากลุ่ม			
ด้านทั่วไป	6.50	-2.848	0.004*
ด้านสังคม	6.68	-2.732	0.006*
ด้านครอบครัว	6.73	-2.010	0.044*
รวมทุกด้าน	6.50	-3.061	0.002**

*p < .05

การอภิปรายผล

การศึกษาครั้งนี้ เป็นการศึกษาผลของโปรแกรมฝึกทักษะการสื่อสารระหว่างบุคคลต่อความรู้สึที่มีคุณค่าในตนเองของวัยรุ่นชายที่ใช้บริการในศูนย์บำบัดรักษายาเสพติดเชียงใหม่ โดยเปรียบเทียบคะแนนความรู้สึที่มีคุณค่าในตนเองของวัยรุ่นชาย ก่อนและหลังเข้าร่วมโปรแกรมฝึกทักษะการสื่อสารระหว่างบุคคล กลุ่มตัวอย่างเป็นวัยรุ่นชายที่มารับการบำบัดรักษาในศูนย์บำบัดรักษายาเสพติดเชียงใหม่ และได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นผู้ติดสารแอมเฟตามีน จำนวน 12 คน ผู้ศึกษาได้นำผลการศึกษามาอภิปรายผลตามสมมติฐานการศึกษาดังนี้

ลิขสิทธิ์การวิจัยสงวนโดย
Copyright © by Chiang Mai University
All rights reserved

สมมติฐานการศึกษา

วัยรุ่นชายที่คิดสารแอมเฟตามีนในศูนย์บำบัดรักษายาเสพติดเชียงใหม่ ที่เข้าโปรแกรมฝึกทักษะการสื่อสารระหว่างบุคคล จะมีคะแนนเฉลี่ยความรู้สึกลึกมีคุณค่าในตนเองสูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรมฝึกทักษะการสื่อสารระหว่างบุคคล

จากการวิเคราะห์ความแตกต่างของคะแนนความรู้สึกลึกมีคุณค่าในตนเองในระยะก่อนและหลังการใช้โปรแกรมฝึกทักษะการสื่อสารระหว่างบุคคลพบว่าวัยรุ่นที่คิดสารแอมเฟตามีนมีคะแนนความรู้สึกลึกมีคุณค่าในตนเองในด้านทั่วไป ด้านสังคม ด้านครอบครัว และคะแนนโดยรวมสูงกว่าก่อนได้รับโปรแกรมการสื่อสารระหว่างบุคคลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.5 (ดังแสดงในตารางที่ 3) ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่กำหนดไว้ แสดงว่าโปรแกรมฝึกทักษะการสื่อสารระหว่างบุคคลมีผลให้ผู้รับการฝึกมีระดับความรู้สึกลึกมีคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้น ซึ่งสามารถอธิบายได้ว่า ภายหลังจากฝึกทักษะการสื่อสารระหว่างบุคคลทำให้ผู้ได้รับการฝึกสามารถเลือกรูปแบบการสื่อสารระหว่างบุคคลซึ่งจะก่อให้เกิดสัมพันธภาพที่ดีต่อบุคคลอื่น ได้รับข้อมูลย้อนกลับในทางบวก อันจะนำไปสู่การเพิ่มระดับความรู้สึกลึกมีคุณค่าในตนเอง (Devito, 1995) สอดคล้องกับการศึกษาของอัล-ดาอูดและเอซาด (Al-Daoud and Asad, 1989) ที่ได้ศึกษาผลของการฝึกทักษะการสื่อสารระหว่างบุคคลเพื่อเพิ่มคุณค่าในตนเองของนักเรียน จำนวน 72 คน พบว่านักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการฝึกการสื่อสารระหว่างบุคคลมีระดับความสำนึกในคุณค่าของตนเองสูงขึ้นกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 เช่นเดียวกับสุกัญญา พิระวรรณกุล (2541) ซึ่งได้ศึกษา ผลของโปรแกรมฝึกทักษะการสื่อสารระหว่างบุคคลต่อสำนึกในคุณค่าตนเองของวัยรุ่นชายในสถานสงเคราะห์ โดยใช้แนวคิดทักษะการสื่อสารระหว่างบุคคลของเดวิต (Devito, 1995) พบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนความรู้สึกลึกมีคุณค่าในตนเองสูงกว่าก่อนเข้ารับการฝึกตามโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05

จากผลการศึกษาดังกล่าวแสดงให้เห็นว่า การฝึกทักษะการสื่อสารระหว่างบุคคลสามารถทำให้ผู้ฝึกมีระดับความรู้สึกลึกมีคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้นได้จริง และเมื่อวิเคราะห์กิจกรรมและกระบวนการของการฝึกทักษะการสื่อสารระหว่างบุคคลตามโปรแกรมฝึกทักษะการสื่อสารระหว่างบุคคลที่ใช้ในการฝึกให้กับวัยรุ่นที่คิดสารแอมเฟตามีน สามารถอธิบายได้ว่าทำให้วัยรุ่นที่คิดสารแอมเฟตามีนที่ได้รับการฝึกตามโปรแกรมมีการพัฒนาทักษะการสื่อสารใน 5 องค์ประกอบที่ทำให้เกิดทักษะการสื่อสารที่มีประสิทธิภาพตามแนวคิดของเดวิต (Devito, 1995) คือ การติดต่อสื่อสารในทางบวก (positiveness) ความเสมอภาคในการติดต่อสื่อสาร (equality) การเข้าใจความคิดและ

1. การได้รับการยอมรับนับถือ ความสนใจ เอาใจใส่จากบุคคลรอบข้างที่มีความสำคัญในชีวิต รับรู้ว่าตนมีความสำคัญ (significance) อธิบายได้ว่าบุคคลจะเกิดการรับรู้ว่าตนมีความสำคัญจากการได้รับการยอมรับนับถือ ความสนใจ เอาใจใส่จากบุคคลรอบข้างที่มีความสำคัญในชีวิต ไม่ว่าจะเป็นผู้ปกครอง เพื่อน หรือ ครู ซึ่งจะแสดงออกโดยการพูดให้คำชมเชย การให้คำแนะนำ สั่งสอน รวมทั้งการแสดงการกระทำด้วย อาทิ การโอบกอด การจับมือ การแสดงสีหน้าและแวตาดำเนิน (Coopersmith, 1981) การสื่อสารเป็นส่วนหนึ่งของการสร้างแรงจูงใจ เพื่อให้บรรลุผลและคงไว้ซึ่งความสัมพันธ์ใกล้ชิดกับบุคคลอื่น บุคคลต้องการความรัก และต้องการที่จะรักผู้อื่นด้วย สามารถแลกเปลี่ยนความรู้สึกกันได้ มีความสุขมากขึ้นและทำให้มีความรู้สึกในทางบวกต่อตนเอง วัยรุ่นที่ติดสารแอมเฟตามีนจะได้รับรู้คุณค่าและความสำคัญของตนผ่านกระบวนการติดต่อสื่อสารในทางบวก โดยการสื่อแสดงความเข้าใจในความรู้สึกของกลุ่มสนทนา (communicating empathy) ประกอบด้วย การแสดงความเข้าใจโดยไม่ใช้คำพูด (non-verbal empathy) หมายถึงการแสดงออกทางสีหน้า (facial expression) ท่าทาง (gesture) การประสานสายตา (eye contact) การแสดงออกซึ่งความเอาใจใส่ (attention body posture and physical closeness) และการสัมผัส (use touch) รวมทั้งการสื่อแสดงความเข้าใจโดยใช้คำพูด (verbal empathy) หมายถึง การกล่าวแสดงความเข้าใจในความรู้สึกของกลุ่มสนทนา การเปิดเผยความรู้สึกที่แท้จริงที่มีต่อกลุ่มสนทนา ทำให้มีทัศนคติในทางที่ดีต่อตนเองและผู้อื่น มีความพอใจและภูมิใจในตนเองอย่างเหมาะสมและมีความชื่นชมยินดีต่อผู้อื่นอย่างจริงใจ ทำให้บุคคลรู้สึกต่อตนว่าตนมีความสำคัญ มีคุณค่าต่อบุคคลอื่น (Devito, 2004)

นอกจากนี้กลุ่มตัวอย่างได้รับการพัฒนาการรับรู้ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองว่ามีความสำคัญ (significance) ได้จากกิจกรรมการพัฒนาทักษะการติดต่อสื่อสารในทางบวก (positiveness) ประกอบด้วยโปรแกรมการฝึกครั้งที่ 2 กิจกรรมมองส่วนดีมีประโยชน์ และโปรแกรมการฝึกครั้งที่ 3 กิจกรรมเขามีดีเราต้องชื่นชม เป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมให้สมาชิกฝึกมีทัศนคติในทางที่ดีต่อตนเองและผู้อื่น มีความพอใจและภูมิใจในตนเองอย่างเหมาะสมและมีความชื่นชมยินดีต่อผู้อื่นอย่างจริงใจ โดยปราศจากการประหม่นและตัดสิน ซึ่งจะช่วยให้เกิดการมองใน



ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright© by Chiang Mai University

All rights reserved

2. การประสบความสำเร็จตามเป้าหมาย (history of success) ซึ่งมีผลให้บุคคลเป็นที่รู้จักอย่างแพร่หลาย เป็นที่ยอมรับ และมีผลต่อสถานภาพและตำแหน่งในสังคม มีองค์ประกอบที่ทำให้บุคคลรับรู้ว่าคุณค่าประสบความสำเร็จ 4 ประการ คือ มีความสำคัญ (significance) เป็นวิถีทางที่บุคคลรับรู้เกี่ยวกับการได้รับการยอมรับ ความสนใจและความรักจากบุคคลอื่น ซึ่งแสดงออกโดยคำพูดและการกระทำเช่น การกอด การสัมผัส เป็นต้น มีความสามารถ (Competence) เป็นแนวทางที่บุคคลได้พิจารณาถึงคุณค่าจากผลของการกระทำที่ได้รับการประสบความสำเร็จตามเป้าหมายและความสามารถในการเผชิญกับปัญหาอุปสรรคต่างๆ ด้วยความมั่นใจ ตลอดจนความสามารถในการปรับตัวได้ดี และใช้ชีวิตอยู่ร่วมกับบุคคลอื่นได้อย่างมีประสิทธิภาพ คุณความดี (virtue) เป็นแนวทางที่บุคคลได้กระทำ หรือปฏิบัติตนอย่างถูกต้องและเหมาะสมอย่างสอดคล้องกับค่านิยมของวัฒนธรรม สังคม ประเพณี จริยธรรมและศีลธรรม โดยการรับรู้คุณค่าของตนเองตามความเป็นจริง มองโลกในแง่ดี และมีความพึงพอใจในความเป็นอยู่ โดยบิดามารดามีบทบาทสำคัญในการอบรมสั่งสอนแก่บุตรของตน และมีความมีพลังอำนาจในตนเอง (power) บุคคลจะประเมินจากความสามารถที่จะมีอิทธิพลในการควบคุมตนเองและผู้อื่นได้ โดยสามารถที่จะแสดงความคิดเห็นของตนและปกป้องสิทธิของตน ซึ่งการที่บุคคลจะเกิดความรู้สึกมีพลังอำนาจในตนเองได้นั้นขึ้นอยู่กับระดับอายุ ที่เพิ่มขึ้น และการได้รับความช่วยเหลือจากบิดามารดา การเพิ่มระดับความมีพลังอำนาจในตนเองทำได้โดยการพัฒนาความสมดุลทางสังคมและภาวะผู้นำ เช่น การกล้าแสดงออกถึงความคิดเห็นของตนเอง ความเข้มแข็งและความสามารถในการเปิดเผยตนเอง กลุ่มตัวอย่างได้พัฒนาการรับรู้ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองว่าตนเองมีความสามารถ การพัฒนาทักษะการติดต่อสื่อสารในทางบวก (positiveness) ประกอบด้วยโปรแกรมการฝึกครั้งที่ 2 กิจกรรมมองส่วนดีมีประโยชน์ และโปรแกรมการฝึกครั้งที่ 3 กิจกรรมเขามีดีเราต้องชื่นชม เป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมให้สมาชิกฝึกมีทัศนคติในทางที่ดีต่อตนเองและผู้อื่น มีความพอใจและภูมิใจในตนเองอย่างเหมาะสม และมีความชื่นชมยินดีต่อผู้อื่นอย่างจริงใจ โดยปราศจากการประหม่นและตัดสิน ซึ่งจะช่วยให้เกิดการมองในทางบวก รวมทั้งการรับรู้ข้อมูลและมีการตอบสนองหรือการให้ข้อมูลย้อนกลับทางบวกในการสื่อสารระหว่างกัน และการพัฒนาความเสมอภาคในการติดต่อสื่อสาร (equality) ประกอบด้วยโปรแกรมการฝึกครั้งที่ 4 กิจกรรมสองเราเท่ากัน และโปรแกรมการฝึกครั้งที่ 5 กิจกรรมจะบอกอย่างไรดีนะ ซึ่งเป็นกิจกรรมที่ฝึกให้สมาชิกรู้จักรูปแบบของการสื่อสารที่เสมอภาคไม่ยกตนเหนือผู้อื่น การเคารพในสิทธิขั้นพื้นฐานของบุคคลอื่นและไม่ให้ผู้ใดมาละเมิดสิทธิของตนสามารถแสดงอารมณ์และความรู้สึกออกมาอย่างเหมาะสมและ การพัฒนาทักษะการเปิดเผยตนเอง (openness) ประกอบด้วยโปรแกรมการฝึกครั้งที่ 8 กิจกรรมฉันคืออะไร ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อให้

3. การได้กระทำในสิ่งที่สอดคล้องกับค่านิยมและความปรารถนาของตน โดยทั่วไปบุคคลจะให้คุณค่ากับสิ่งต่างๆ แตกต่างกันไป และเมื่อให้คุณค่ากับสิ่งใดแล้วจะเชื่อว่าสิ่งนั้นเป็นมาตรฐานสำหรับตัดสินคุณค่าของตนเองและมุ่งมั่นที่จะทำให้ประสบความสำเร็จตามแนวทางนั้น ซึ่งความแตกต่างของค่านิยมและความปรารถนาของบุคคลขึ้นอยู่กับที่ได้รับจากบิดามารดาหรือบุคคลที่มีความสำคัญในชีวิต การที่บุคคลสามารถกระทำตามค่านิยมและความปรารถนาของตนมีความสัมพันธ์กับความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองอย่างยิ่ง เนื่องจากเป็นข้อบ่งชี้ว่าบุคคลนั้นเป็นผู้ที่สามารถประสบความสำเร็จตามเป้าหมาย (Coopersmith, 1981) โดยการพัฒนาการรับรู้ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองด้านคุณความดี (worthy) การมีทักษะการสื่อสารที่มีประสิทธิภาพทำให้สามารถสื่อสารในทางบวก เข้าใจความคิดและความรู้สึกของผู้อื่น การเข้าถึงความเข้าใจในความคิดและความรู้สึกของผู้อื่น (achieving empathy) โดยการหลีกเลี่ยงการตัดสินหรือประเมินพฤติกรรมอื่นว่าดี-เลว ถูก-ผิด พยายามเรียนรู้ความต้องการ ความสามารถ ประสบการณ์และอารมณ์ของผู้อื่นให้มากที่สุด ทำความเข้าใจในความคิดความรู้สึกและเหตุผลในการกระทำของบุคคลอื่น มีมุมมองร่วมกับบุคคลอื่นในเหตุการณ์หรือสถานการณ์ต่างๆ สามารถสนับสนุนเกื้อกูลคู่สนทนา จึงจะทำให้ประสบความสำเร็จในการให้ความช่วยเหลือผู้อื่น รวมทั้งสามารถบอกเล่าคุณความดีที่ภาคภูมิใจของตนทำให้ได้รับการชื่นชมนับถือจากบุคคลอื่น การยอมรับความคิดเห็น ความรู้สึกของผู้อื่น มีความเข้าใจและเห็นใจผู้อื่น ยอมรับความคิดเห็นที่ขัดแย้งกับตนได้ (Devito, 1995) ซึ่งกลุ่มตัวอย่างได้รับการฝึกทักษะการพัฒนาทักษะเข้าใจความคิดและความรู้สึกตามที่ผู้อื่นรับรู้ (empathy) โปรแกรมการฝึกครั้งที่ 5 กิจกรรม รู้ไหมใครดีที่สุดในใจ และกิจกรรมรู้ว่าคิดอะไรอยู่จากการประเมินผลการพัฒนาทักษะเข้าใจความคิดและความรู้สึกตามที่ผู้อื่นรับรู้ ซึ่งเดวิตโต (Devito, 1995; 2004) อธิบายว่าบุคคลมีความรู้สึกนึกคิดและการกระทำที่แตกต่างกันไป อันเนื่องมาจากการอบรมเลี้ยงดู สิ่งแวดล้อมและค่านิยมที่ยึดถือที่แตกต่างกัน รวมทั้งระดับการศึกษาและประสบการณ์ชีวิตของบุคคล การยึดมั่นในความคิดของตนเองโดยไม่ยอมรับฟังและเคารพความคิดเห็นของบุคคลอื่น จึงมักนำสู่ปัญหาการขัดแย้งได้โดยง่าย ในการทำงานร่วมกันจึงต้องยอมรับฟังและเคารพความคิดเห็นของกันและกัน รวมทั้งต้องเข้าใจและยอมรับในความคิดความรู้สึกของผู้อื่นด้วยแล้ว พยายามสร้างมุมมองร่วมกันในสถานการณ์ที่เกิดขึ้น ก็จะช่วยให้การทำงานสำเร็จลุล่วงไปด้วยดี นอกจากนี้การตอบสนองต่อความรู้สึกของบุคคลอื่นขณะที่สนทนา ด้วยการแสดงความเข้าใจในความคิดและความรู้สึกของคู่สนทนา ซึ่งสามารถแสดงออกได้ด้วยคำพูด และแสดงออกทางลักษณะท่าทาง สีหน้า การใช้สายตา รวมทั้งการสัมผัส ซึ่งการตอบสนองอย่างเหมาะสมจะเป็นการ

4. การปกป้องความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองที่มีอยู่ โดยการลดความสนใจที่จะทำให้ความสำนึกในคุณค่าตนเองต่ำลง เช่น การไม่สนใจคำวิจารณ์ของคนอื่น แต่ให้การตระหนักต่อการวิจารณ์หรือการตัดสินของผู้อื่นอย่างมีวิจารณญาณ รวมถึงการลดความคาดหวังที่มีต่อตนเองให้เหมาะสมกับความเป็นจริง (Coopersmith, 1981) โดยการพัฒนาการรับรู้ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองด้านความมีพลังอำนาจในตนเอง (power) ซึ่งเป็นอิทธิพลที่บุคคลมีต่อชีวิตตนเองและผู้อื่นและต่อเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นรอบๆ ตัว มีความเชื่อมั่นในอำนาจการกระทำของตนว่าจะก่อให้เกิดผลตามที่ต้องการและมีความสามารถเพียงพอที่จะกระทำสิ่งต่างๆ ให้บรรลุตามเป้าหมายที่ต้องการได้ซึ่งกลุ่มตัวอย่างได้รับการพัฒนาทักษะความเสมอภาคในการติดต่อสื่อสาร (equality) ประกอบด้วยโปรแกรมการฝึกครั้งที่ 4 กิจกรรมสองเราเท่ากัน และโปรแกรมการฝึกครั้งที่ 5 กิจกรรมจะบอกอย่างไรดีนะ ซึ่งเป็นกิจกรรมที่ฝึกให้สมาชิกรู้จักรูปแบบของการสื่อสารที่เสมอภาค ไม่ยกตนเหนือผู้อื่น การเคารพในสิทธิขั้นพื้นฐานของบุคคลอื่นและไม่ให้ผู้ใดมาละเมิดสิทธิของตนสามารถแสดงอารมณ์และความรู้สึกออกมาอย่างเหมาะสม สอดคล้องกับไวเทิน (Weiten อ้างในศรีนวล วิวัฒน์คุณูปการ, 2535) ได้เสนอแนวทางการพัฒนาความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองไว้ว่าอย่าให้ผู้อื่นมาเป็นผู้กำหนดมาตรฐานให้กับตัวเอง (Don't let other set your standard) กล่าวคืออาจมีบุคคลรอบข้างที่คอยบอกให้ทำในสิ่งต่างๆ ดังนั้นควรพิจารณาว่าควรทำในลักษณะใดหรือบางครั้งอาจจำเป็นต้องไม่ใส่ใจ ควรเป็นผู้กำหนดเป้าหมายส่วนตัวของตนเอง และเป็นผู้กำหนดมาตรฐานของตัวเอง ภายหลังจากได้พิจารณาอย่างรอบคอบแล้ว จึงส่งผลบุคคลมีการรับรู้ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองและการสื่อสารมีอิทธิพลช่วยโน้มน้าวใจให้บุคคลอื่นกระทำการใดสิ่งหนึ่งที่บุคคลต้องการหรือเห็นด้วยกับความคิดและความเชื่อของตนเอง ทำให้บุคคลเกิดการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม เพราะสิ่งที่ได้เรียนรู้จากตนเองและจากบุคคลอื่นทำให้แต่ละคนเห็นข้อดีและข้อบกพร่อง รวมทั้งเกิดการเรียนรู้ว่าผลกระทบจากพฤติกรรมบางอย่างของตนทำให้เกิดผลร้ายได้ในภายหลัง จึงนำไปสู่การปรับปรุงแก้ไขพฤติกรรมไปในทางที่ดีต่อไป (จิตภา สุขพลา, 2548)

การศึกษาครั้งนี้จึงสรุปได้ว่า โปรแกรมฝึกทักษะการสื่อสารระหว่างบุคคลสามารถเพิ่มระดับความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของวัยรุ่นชายที่ติดสารแอมเฟตามีนในศูนย์บำบัดรักษาเสพติด