

ผลของโปรแกรมปรับพฤติกรรมทางปัญญาที่ส่งผลต่อพฤติกรรมกล้าแสดงออกของ  
นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนวิเชียรกลิ่นสุคนธ์อุปถัมภ์ จังหวัด

พระนครศรีอยุธยา

EFFECTS OF THE COGNITIVE BEHAVIOR MODIFICATION PROGRAM FOR  
ASSERTIVE BEHAVIORS OF MATTHAYOMSUKSA TWO STUDENTS AT  
WICHIANKLINSUKHON UPPATHAM SCHOOL PHRA NAKHON SI AYUTTHAYA  
PROVINCE

พิชชาพัชร อรรถภท\*

มนัสนันท์ หัตถศักดิ์\*\*

**บทคัดย่อ**

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อศึกษาพฤติกรรมกล้าแสดงออกหลังการเข้าร่วมโปรแกรมปรับพฤติกรรมทางปัญญา 2) เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมกล้าแสดงออกก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมปรับพฤติกรรมทางปัญญาของนักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรม ซึ่งเป็นการวิจัยกึ่งทดลองซึ่งใช้วิธีการคัดเลือกแบบเจาะจง กลุ่มประชากรที่ใช้ในการวิจัยคือ นักเรียนโรงเรียนวิเชียรกลิ่นสุคนธ์อุปถัมภ์ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2559 จำนวน 85 คน ผู้วิจัยให้นักเรียนทำแบบประเมินพฤติกรรมกล้าแสดงออก กลุ่มตัวอย่างในการทดลอง 20 คน เข้าร่วมโปรแกรม 10 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือ 1) โปรแกรมปรับพฤติกรรมทางปัญญาที่ส่งผลต่อพฤติกรรมกล้าแสดงออก 2) แบบประเมินพฤติกรรมกล้าแสดงออก 3) แบบบันทึกการเรียนรู้ 4) แบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อโปรแกรมปรับพฤติกรรมทางปัญญาฯ และต่อผู้วิจัย วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ค่าเฉลี่ยค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานการทดสอบค่าสถิติใช้ Non Parametric Statistics (The Wilcoxon Matches Pairs Signed Rank Test)

ผลการวิจัยพบว่า 1) ภายหลังจากทดลองนักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนจากแบบประเมินพฤติกรรมกล้าแสดงออกภายหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 2) นักเรียนมีความคิดเห็นสอดคล้องกันว่าภายหลังการเข้าร่วมโปรแกรมฯ ทำให้นักเรียนได้เรียนรู้ เข้าใจความหมาย ตระหนักถึงความสำคัญของการมีพฤติกรรมกล้าแสดงออก

**คำสำคัญ:** พฤติกรรมทางปัญญา, พฤติกรรมกล้าแสดงออก

---

\*นิสิตจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

\*\*คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

## ABSTRACT

The purposes of this research were: 1) to study effects of the cognitive behavior modification program for assertive behavior of matthayomsuksa two students at Wichianklinsukhon UppathamSchool PhraNakhon Si Ayutthaya province 2) to compare assertive behavior of students before and after participated in the program. This research was the quasi experimental. The population consisted 85 students of Matthayom two at Wichianklinsukhon Uppatham School in the second semester, year of 2016 The research asked students to do the evaluation of assertive behavior test. The 20 students were experimental group. The students of experimental group were tested the program for 10 sessions, 50 minutes per each session. The instruments for study this research were used: 1) the Cognitive Behavior Modification Program for Assertive Behaviors 2) the evaluation of assertive behavior 3) the Student's Self-Report in each session 4) the Student's Opinion Questionnaire towards the Cognitive Behavior Modification Program and the researcher. Mean, standard deviation, Non Parametric Statistics (The Wilcoxon Matches Pairs Signed Rank Test) were utilized for analyzing data.

The research results indicated that: 1) the posttest scores from evaluation of assertive behavior of the population were higher than pre-test scores at .05 level of significance. 2) the Student's reported that participating in the enhancing assertive behaviors program helped them to learning, understanding and recognizing the importance of having assertive behaviors.

**Keyword:** Cognitive Behavior Modification, Assertive Behaviors

## บทนำ

ปัจจุบันโลกมีการเจริญก้าวหน้าอย่างรวดเร็วมาจากการใช้เทคโนโลยีในการสื่อสาร ทำให้มีการพัฒนาอย่างกว้างไกลทั้งทางด้านสังคม เศรษฐกิจ สิ่งแวดล้อมการศึกษา รวมทั้งด้านเทคโนโลยี อุตสาหกรรมซึ่งส่งผลโดยตรงต่อการดำเนินชีวิตของคน ดังนั้นการที่จะทำให้คนมีทักษะที่ช่วยให้สามารถปรับตัวเข้ากับสถานการณ์ต่างๆ การพัฒนาประเทศให้เจริญก้าวหน้า จึงจำเป็นต้องพัฒนาบุคคลให้มีความรู้ มีคุณธรรมซึ่งสอดคล้องกับพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542 และแก้ไขเพิ่มเติม พ.ศ. 2545 มาตรา 6 ได้กำหนดแนวทางการจัดการศึกษา ดังนี้ “ในการจัดการศึกษาต้องเป็นไปเพื่อพัฒนาคนไทยให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งร่างกายจิตใจ สติปัญญาความรู้ และคุณธรรม มีจริยธรรมและวัฒนธรรมในการดำรงชีวิตสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข” การเจริญก้าวหน้าล้ำสมัยนี้ทำให้บุคคลในสังคมมีวิถีในการดำเนินชีวิตที่เปลี่ยนแปลงไปและด้วย

สภาพทางสังคมที่เปลี่ยนแปลงไปจึงส่งผลกระทบต่อเยาวชนก่อให้เกิดปัญหาในเด็กและเยาวชนเป็นอย่างมากทั้งทางปัญหาด้านการศึกษา ปัญหาด้านการปรับตัว ปัญหาด้านอารมณ์ และจิตใจ ปัญหาสุขภาพ ปัญหาความรุนแรง ปัญหาเด็กติดเกม ปัญหายาเสพติดปัญหาทางเพศ ฯลฯ (กระทรวงศึกษาธิการ, 2554 : 1) โดยเฉพาะวัยรุ่นในช่วงอายุ 12-18 เป็นวัยที่มีความอยากรู้อยากเห็น และชอบเลียนแบบเป็นอย่างมาก รวมไปถึงความต้องการให้เป็นยอมรับในกลุ่มเพื่อนและสังคมรอบด้าน จึงทำให้พฤติกรรมการแสดงออกของแต่ละบุคคลและแต่ละครั้งมีทั้งความเหมาะสมและไม่เหมาะสม โดยในปัจจุบันมีแนวโน้มที่จะแสดงออกทางพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมมากกว่า ถ้าหากมีความบกพร่องเกี่ยวกับการกล้าแสดงออก บุคคลนั้นมักจะพบกับปัญหาทั้งในด้านการติดต่อและการมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่น ซึ่งจะทำให้เกิดความยากลำบากทั้งในการเรียน การทำงาน และเกิดความวิตกกังวลต่างๆตามมา (ศรีเรือน แก้วกังวาล, 2553 : 57)

การศึกษาไทยมีการปรับปรุงและพัฒนาามาตลอด แต่ยังคงประสบปัญหาอยู่อีกหลายประการ เช่นการเปิดโอกาสในบุคคลเข้ารับการศึกษาได้ไม่ทั่วถึง และมีการเรียนการสอนมักเน้นไปในทางการท่องจำ ส่งผลให้เยาวชนขาดการวิเคราะห์ สังเคราะห์ การศึกษาที่จัดอยู่ในปัจจุบันเป็นแบบแยกส่วน ไม่สอดคล้องกับการดำเนินชีวิตในสังคม (เทอดศักดิ์ ไชยสมปาน, 2557 : 1) ซึ่งผู้เรียนในแต่ละช่วงวัยควรได้รับการเรียนการสอนที่เหมาะสมกับช่วงวัย เพราะการเรียนการสอนจะส่งผลต่อชีวิตของเยาวชนในแต่ละช่วงวัยมีการดำเนินชีวิตที่แตกต่างกัน โดยเฉพาะวัยรุ่นในช่วงอายุ 12-18 เป็นวัยที่มีความอยากรู้อยากเห็น และชอบเลียนแบบเป็นอย่างมาก รวมไปถึงความต้องการให้เป็นยอมรับในกลุ่มเพื่อนและสังคมรอบด้าน จึงทำให้พฤติกรรมแสดงออกของแต่ละบุคคลและแต่ละครั้งมีทั้งความเหมาะสมและไม่เหมาะสม ถ้าหากวัยรุ่นขาดความมั่นคงทางจิตใจ ไม่มีความสามารถในการปรับตัว และ ไม่กล้าแสดงออก จะส่งผลให้เกิดเป็นปัญหา เช่น การแสดงออกโดยละเอียดลยสิทธิที่พึงมีของตนเอง และประสบความล้มเหลวที่จะแสดงออกซึ่งความรู้สึกความคิดเห็น และความต้องการต่างๆของตน สุดท้ายปล่อยให้ผู้อื่นล่วงเกินสิทธิของตนเองหรือมีการแสดงออกของความคิดเห็น และความรู้สึกต่างๆในลักษณะที่ไม่มั่นใจ ลังเลใจ หลบหน้าหรือขอโทษในสิ่งที่ไม่จำเป็น ทำให้ผู้อื่นไม่ใส่ใจ ไม่เห็นคุณค่าในตัวของผู้แสดงพฤติกรรมดังกล่าว (ชลลดา ทวีคุณ, 2556 : 75) สิ่งที่จะช่วยให้สามารถปรับตัวและแสดงพฤติกรรมได้อย่างเหมาะสม คือ การปรับพฤติกรรม ซึ่งการปรับพฤติกรรมมีเทคนิคที่หลากหลาย ส่วนใหญ่ที่นิยมใช้และเห็นบ่อยๆ คือ การลงโทษ การเตือน การใช้เงื่อนไข เป็นต้น แต่เป็นการปรับพฤติกรรมภายนอกเท่านั้นจึงทำให้ไม่เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่ถาวรดังนั้นการปรับพฤติกรรมไม่ควรมุ่งเน้นที่จะปรับเปลี่ยนพฤติกรรมภายนอกเพียงอย่างเดียวแต่ควรคำนึงถึงการเปลี่ยนทางด้านความรู้สึกนึกคิดหรือที่เรียกกันว่า การปรับพฤติกรรมทางปัญญาซึ่งการปรับพฤติกรรมทางปัญญาเป็นกระบวนการการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมภายนอกโดยการเปลี่ยนความคิด การตีความการตั้งข้อสันนิษฐาน หรือกลวิธีในการสนองตอบ หรืออีกนัยหนึ่งคือ การเปลี่ยนตัวแปรทางปัญญาเพื่อให้เกิดการเปลี่ยนพฤติกรรมภายนอก ดังนั้นเป้าหมายการปรับพฤติกรรมทางปัญญาจึงอยู่ที่การเปลี่ยนพฤติกรรมภายนอกโดยจัดการเปลี่ยนแปลงที่พฤติกรรมภายในหรือปัญญา (สมโภชน์ เอี่ยมสุภาชาติ, 2553 : 77 )

ปรับพฤติกรรมทางปัญญาถือเป็นวิธีการที่มีประสิทธิภาพอย่างมากในการแก้ไขปัญหาการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของบุคคลโดยเฉพาะด้านพฤติกรรมที่แสดงออกโดยสามารถเห็นได้ชัดได้เท่านั้น ดังนั้นเยาวชนจึงต้องมีการปรับพฤติกรรมฝึกการกล้าแสดงออก เพื่อที่จะช่วยให้เยาวชนรู้จักการแสดงความคิดเห็น รักษาสิทธิประโยชน์ของตนและผู้อื่น และดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุข

ด้วยเหตุดังกล่าวผู้วิจัยตระหนักถึงความจำเป็นในการสร้างโปรแกรมปรับพฤติกรรมทางปัญญาที่ส่งผลต่อพฤติกรรมกล้าแสดงออกกับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนวิเชียรกลิ่นสุคนธ์อุปถัมภ์ จังหวัดพระนครศรีอยุธยา เพื่อให้นักเรียนได้ตระหนักถึงความสำคัญของการมีพฤติกรรมกล้าแสดงออก และมีพฤติกรรมกล้าแสดงออกอย่างถูกต้องและเหมาะสม อีกทั้งส่งผลให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้ด้วยตนเอง เห็นคุณค่าของตนเองและผู้อื่น มีปฏิสัมพันธ์อันดีต่อผู้อื่น สามารถอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุขและสามารถพัฒนาตนเองให้ดีขึ้นในอนาคต

### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาพฤติกรรมกล้าแสดงออกหลังการเข้าร่วมโปรแกรมปรับพฤติกรรมทางปัญญา
2. เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมกล้าแสดงออกก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมปรับพฤติกรรมทางปัญญาของนักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรม

### สมมติฐานงานวิจัย

นักเรียนมีพฤติกรรมกล้าแสดงออกหลังการเข้าร่วมโปรแกรมปรับพฤติกรรมทางสูงกว่าก่อนการเข้าร่วมโปรแกรมปรับพฤติกรรมทางปัญญา

### วิธีการดำเนินการวิจัย

**ประชากรที่ใช้ในการวิจัย คือ** นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนวิเชียรกลิ่นสุคนธ์อุปถัมภ์ ภาคเรียน 2 ปีการศึกษา 2559 จำนวน 3 ห้องมีนักเรียนทั้งสิ้นจำนวน 85 คนโดยจัดห้องเรียนแบบคละระดับความสามารถ

**กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย คือ** นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนวิเชียรกลิ่นสุคนธ์อุปถัมภ์ ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2555 จำนวน 1 ห้องโดยผู้วิจัยให้นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ให้นักเรียนที่ทำแบบวัดพฤติกรรมกล้าแสดงออกใช้วิธีการเลือกแบบเฉพาะเจาะจง โดยเลือกนักเรียนที่มีคะแนนพฤติกรรมกล้าแสดงออกต่ำจำนวน 20 คน เป็นกลุ่มทดลอง

## เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้จำแนกเป็น 2 ประเภทคือเครื่องมือที่ใช้ในการทดลองและเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลดังนี้

### เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง

โปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญาที่ส่งผลต่อการกล้าแสดงออกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาชั้นปีที่ 2 เป็นโปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญาที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยมีขั้นตอนในการสร้างดังนี้

1. ศึกษารายละเอียดเกี่ยวกับการปรับพฤติกรรมทางปัญญาอาทิหนังสือทฤษฎีและเทคนิคการปรับพฤติกรรมของ (สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต, 2556 หนังสือจิตวิทยาการศึกษาของ (สุรางค์ ไคว์ตระกูล, 2553) และศึกษาจากงานวิจัยต่างๆที่เกี่ยวกับการปรับพฤติกรรมทางปัญญา

2. ศึกษารายละเอียดเกี่ยวกับการกล้าแสดงออกอาทิหนังสือจิตวิทยาการปรับพฤติกรรมในชั้นเรียนของ (นภาพร ปรีชามารถ, 2545) การวิเคราะห์พฤติกรรมและการปรับพฤติกรรมของ (ประทีป จินน์, 2540) หนังสือเทคนิคการพัฒนาบุคลิกภาพของ (ชลลดา ทวีคุณ, 2556) เอกสารหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐานพุทธศักราช 2551 ของกระทรวงศึกษาธิการ (กระทรวงศึกษาธิการ, 2551) และจากงานวิจัยต่างๆที่เกี่ยวข้องกับการปรับพฤติกรรมทางปัญญาและการกล้าแสดงออก

3. นำความรู้จากข้อ 1 และข้อ 2 มาบูรณาการร่วมกันแล้วจัดทำโปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญาต่อพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาชั้นปีที่ 2 จำนวน 10 ครั้งโดยโปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญาแต่ละครั้งประกอบด้วย 1) ชื่อกิจกรรม 2) วัตถุประสงค์ของโปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญา 3) กระบวนการและวิธีการดำเนินการจัดกิจกรรมรวมทั้งกิจกรรมที่ใช้ในแต่ละครั้งและ 4) วิธีการประเมินผล

4. นำโปรแกรมปรับพฤติกรรมทางปัญญาที่ส่งผลต่อพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาชั้นปีที่ 2 เสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลักเพื่อตรวจสอบความถูกต้องความสอดคล้องและความเหมาะสมของโปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญาฯ ในรายละเอียดต่างๆ ได้แก่ชื่อกิจกรรมวัตถุประสงค์ของโปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญาฯ กระบวนการและวิธีการดำเนินการรวมทั้งกิจกรรมแต่ละครั้งและวิธีการประเมินผล

5. นำโปรแกรมปรับพฤติกรรมทางปัญญาที่ส่งผลต่อพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาชั้นปีที่ 2 มาปรับและแก้ไขตามข้อเสนอแนะของอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลักแล้วนำไปให้ผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่าน เพื่อทำการตรวจสอบด้านความสอดคล้องความเหมาะสมของวัตถุประสงค์การดำเนินการกิจกรรมการประเมินผลสื่อและอุปกรณ์แล้วจึงรวบรวมข้อเสนอแนะจากผู้เชี่ยวชาญทั้ง 3 ท่านมาแก้ไข

6. นำโปรแกรมปรับพฤติกรรมทางปัญญาที่ส่งผลต่อพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาชั้นปีที่ 2 โรงเรียนวิเชียรกลิ่นสุคนธ์อุปถัมภ์ที่ผ่านการตรวจสอบจากผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่านมาปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญแล้วนำเสนอให้อาจารย์

ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลักตรวจสอบอีกครั้งก่อนนำโปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญาไปทดลองกับกลุ่มตัวอย่าง

### **เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล**

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลประกอบด้วย 3 ชุดดังนี้

#### **แบบประเมินพฤติกรรมกล้าแสดงออก**

แบบประเมินพฤติกรรมกล้าแสดงออกเป็นแบบประเมินที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นจากแบบประเมินพฤติกรรมกล้าแสดงออกของเปรมจิต บุญธรรม (2546), วนิดา พรชัย (2548), พรชนก เรืองวีรยุทธ (2550), และสกล ศรีสุขล้อม (2553) แบ่งองค์ประกอบ ดังต่อไปนี้

1. พฤติกรรมด้านภาษาท่าทาง
  - 1.1 การประสานสายตา
  - 1.2 การวางท่าทาง
  - 1.3 น้ำเสียง
2. พฤติกรรมด้านภาษาถ้อยคำ
  - 2.1 การพูดแสดงความรู้สึก
  - 2.2 การพูดเกี่ยวกับตนเอง
  - 2.3 การพูดทักทาย
  - 2.4 การยอมรับ และกล่าวคำชมเชย
  - 2.5 การแสดงความคิดเห็น
  - 2.6 กล่าววาจาเพื่อรักษาสีทิว

แบบประเมินพฤติกรรมกล้าแสดงออกประกอบด้วยข้อคำถาม 30 ข้อ เป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 4 ระดับ ได้แก่ “ทุกครั้ง” “บ่อยครั้ง” “นานๆครั้ง” และ “ไม่เคย” ประกอบด้วยข้อคำถามเชิงบวก 22 ข้อ ข้อคำถามเชิงลบ 8 ข้อมีคะแนนรวมทั้งฉบับเท่ากับ 120 คะแนน

#### **แบบบันทึกการเรียนรู้**

แบบบันทึกการเรียนรู้ของนักเรียนที่มีต่อโปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญาเมื่อเสร็จสิ้นโปรแกรมการทดลองแต่ละครั้งลักษณะแบบบันทึกการเรียนรู้มีลักษณะของคำถามที่เกี่ยวกับกิจกรรมแต่ละครั้ง เป็นการรายงานตนเองเกี่ยวกับความคิดเห็น ความรู้สึกที่มีต่อสิ่งที่ได้เรียนรู้ ประสพการณ์จากการร่วมโปรแกรมปรับพฤติกรรมทางปัญญาที่ส่งผลต่อพฤติกรรมกล้าแสดงออก ผ่านการตรวจสอบความเหมาะสมจากอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก และผู้เชี่ยวชาญ ทั้ง 3 ท่าน ก่อนนำไปใช้ในการทดลอง

#### **แบบสอบถามความคิดเห็น**

แบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อโปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญา และต่อผู้วิจัยโดยให้นักเรียนประเมินจากประสพการณ์การเรียนรู้ที่ได้เข้าร่วมโปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญาเมื่อเสร็จสิ้นการทดลองทั้ง 10 ครั้ง

### ความเชื่อมั่นและความตรงของแบบสอบถาม

การตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา (Content Validity) ผู้วิจัยได้นำแบบประเมินพฤติกรรมกล้าแสดงออกที่สร้างขึ้นไปให้อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์พิจารณาตรวจสอบข้อความและให้คำชี้แนะเบื้องต้น จากนั้นส่งให้ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 3 ท่าน พิจารณาตรวจสอบข้อความ โดยถือเกณฑ์ตัดสินอย่างน้อย 2 ท่าน มีความเห็นว่ามีเครื่องมือมีความสอดคล้องกัน จากนั้นนำแบบประเมินพฤติกรรมกล้าแสดงออกมาปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำของอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์และผู้เชี่ยวชาญ แล้วจึงนำแบบประเมินพฤติกรรมกล้าแสดงออกที่ผ่านการพิจารณาตรวจสอบไปทดลองใช้กับนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนวังน้อยพนมยงค์วิทยา จังหวัดพระนครศรีอยุธยา จำนวน 20 คน

ความเที่ยง (Reliability) ผู้วิจัยนำแบบประเมินพฤติกรรมกล้าแสดงออกที่ปรับปรุงแก้ไขแล้วมาหาค่าความเที่ยงด้วยการหาค่าความสอดคล้องภายในของแบบสำรวจวิเคราะห์โดยใช้สูตรหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha-Coefficient) ของครอนบาคได้ค่าสัมประสิทธิ์เท่ากับ 0.74

### การดำเนินการทดลอง

เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมปรับพฤติกรรมทางปัญญาที่ส่งผลต่อพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนวิเชียรกลิ่นสุคนธ์อุปถัมภ์ จังหวัดพระนครศรีอยุธยา โดยดำเนินการทดลองดังนี้

1. ผู้วิจัยนำหนังสือจากหัวหน้าภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนวคณะศึกษาศาสตร์มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ถึงผู้อำนวยการโรงเรียนวิเชียรกลิ่นสุคนธ์อุปถัมภ์ จังหวัดพระนครศรีอยุธยา เพื่อขออนุญาตในการดำเนินการทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูลซึ่งมีนักเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 เป็นกลุ่มตัวอย่างและขออนุญาตในการใช้สถานที่ในการดำเนินการทดลอง

2. ให้นักเรียนกลุ่มทดลองทำแบบประเมินพฤติกรรมกล้าแสดงออกก่อนเข้าร่วมโปรแกรมปรับพฤติกรรมทางปัญญาที่ส่งผลต่อพฤติกรรมกล้าแสดงออกโดยผู้วิจัยเก็บข้อมูลจากการที่นักเรียนทำแบบประเมินพฤติกรรมกล้าแสดงออกในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

3. ผู้วิจัยดำเนินการนำโปรแกรมปรับพฤติกรรมทางปัญญาที่ส่งผลต่อพฤติกรรมกล้าแสดงออกโดยดำเนินการกับนักเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษาชั้นที่ 2

4. ให้นักเรียนกลุ่มทดลองเข้าร่วมโปรแกรมปรับพฤติกรรมทางปัญญาที่ส่งผลต่อพฤติกรรมกล้าแสดงออก และทำแบบบันทึกการเรียนรู้เมื่อเสร็จสิ้นการทดลองโปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญาในแต่ละครั้งเพื่อผู้วิจัยจะได้นำมาสรุปเนื้อหาและทราบถึงสิ่งที่นักเรียนได้รู้ในแต่ละครั้ง

5. เมื่อผู้วิจัยดำเนินการทดลองตามที่กำหนดแล้วผู้วิจัยนำแบบวัดประเมินพฤติกรรมกล้าแสดงออกซึ่งเป็นเครื่องมือที่ใช้วัดก่อนการทดลองมาวัดกับนักเรียนกลุ่มทดลองภายหลังการทดลอง

(Post-test) รวมทั้งให้นักเรียนกลุ่มทดลองตอบแบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อโปรแกรมปรับพฤติกรรมทางปัญญาที่ส่งผลต่อพฤติกรรมกล้าแสดงออกและต่อผู้วิจัย

6. นำคะแนนจากแบบประเมินพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักเรียนกลุ่มทดลองมาวิเคราะห์เปรียบเทียบก่อนและหลังการทดลองโปรแกรมปรับพฤติกรรมทางปัญญาที่ส่งผลต่อพฤติกรรมกล้าแสดงออกและทำการวิเคราะห์เปรียบเทียบคะแนนของนักเรียนกลุ่มทดลองรวมทั้งนำข้อมูลจากแบบบันทึกประสบการณ์การเรียนรู้และความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อการเข้าร่วมในแต่ละครั้งของนักเรียนกลุ่มทดลองมาสรุปเนื้อหา

7. นำข้อมูลจากแบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนกลุ่มทดลองที่มีต่อโปรแกรมปรับพฤติกรรมทางปัญญาที่ส่งผลต่อพฤติกรรมกล้าแสดงออกและต่อผู้วิจัยมาสรุปข้อเสนอแนะจากการเข้าร่วมโปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญา

### การวิเคราะห์ข้อมูล

#### ใช้สถิติพื้นฐานในการวิเคราะห์ข้อมูล

หาค่าเฉลี่ย (Mean) และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) ของคะแนนจากแบบประเมินพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักเรียนกลุ่มทดลองก่อนและหลังการทดลอง

#### สถิติสำหรับการวิเคราะห์คุณภาพเครื่องมือ

สถิติหาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบวัด โดยใช้วิธีการหาค่าความเชื่อมั่นของแบบประเมินพฤติกรรมกล้าแสดงออก โดยหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา ( $\alpha$ - Coefficient) ของครอนบาค

#### สถิติสำหรับการทดสอบสมมติฐาน

เปรียบเทียบคะแนนจากแบบประเมินพฤติกรรมกล้าแสดงออกของกลุ่มทดลอง ด้วยสถิติพารามเมตริก (Non Parametric Statistics) The Wilcoxon Matches Pairs Signed Rank Test

### ผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบกึ่งทดลอง (Quasi Experimental Research) เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมปรับพฤติกรรมทางปัญญา เพื่อปรับพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักเรียนกลุ่มทดลองก่อนและหลังการทดลอง ใช้รูปแบบการทดลองที่มีกลุ่มทดลองกลุ่มเดียว (One Group Pretest-Posttest Design) ซึ่งมีการวัดตัวแปรตามก่อนทดลองและหลังการทดลองนักเรียนในกลุ่มทดลองมีจำนวน 20 คนโดยการเปรียบเทียบคะแนนจากแบบประเมินพฤติกรรมกล้าแสดงออกก่อนและหลังการทดลองโปรแกรมมีจำนวนทั้งสิ้น 10 ครั้ง เมื่อเปรียบเทียบคะแนนจากแบบประเมินพฤติกรรมกล้าแสดงออกก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมโปรแกรมปรับพฤติกรรมทางปัญญาที่ส่งผลต่อพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักเรียนกลุ่มทดลอง และผลการทดสอบสมมติฐาน โดยนักเรียนกลุ่มทดลองที่เข้าร่วมโปรแกรมปรับพฤติกรรมทางปัญญาที่ส่งผลต่อพฤติกรรมกล้า

แสดงออกมีคะแนนจากแบบประเมินพฤติกรรมกล้าแสดงออกภายหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการเข้าร่วมโปรแกรมปรับพฤติกรรมทางปัญญาที่ส่งผลต่อพฤติกรรมกล้าแสดงออกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

### อภิปรายผลงานวิจัย

อภิปรายผลวิจัยครั้งนี้แบ่งเป็น 2 ประเด็นคือ 1) ผลของการใช้โปรแกรมปรับพฤติกรรมทางปัญญาที่ส่งผลต่อพฤติกรรมกล้าแสดงออก 2) ความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อโปรแกรมปรับพฤติกรรมทางปัญญาที่ส่งผลต่อพฤติกรรมกล้าแสดงออก และต่อผู้วิจัย

1) ผลของการเข้าร่วมโปรแกรมปรับพฤติกรรมทางปัญญาที่ส่งผลต่อพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนวิเชียรกลิ่นสุคนธ์อุปถัมภ์ จังหวัดพระนครศรีอยุธยา พบว่า ภายหลังจากเข้าร่วมโปรแกรมปรับพฤติกรรมทางปัญญาที่ส่งผลต่อพฤติกรรมกล้าแสดงออก นักเรียนมีคะแนนจากแบบประเมินพฤติกรรมกล้าแสดงออกสูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐาน จากผลการทดลองดังกล่าวแสดงว่าโปรแกรมปรับพฤติกรรมทางปัญญาที่ส่งผลต่อพฤติกรรมกล้าแสดงออก สามารถพัฒนาให้นักเรียนมีพฤติกรรมกล้าแสดงออกได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ผลการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้อธิบายได้ว่า โปรแกรมปรับพฤติกรรมทางปัญญาที่ส่งผลต่อพฤติกรรมกล้าแสดงออก สามารถพัฒนาให้นักเรียนมีพฤติกรรมกล้าแสดงออกได้จริง ด้วยการฝึกตามกระบวนการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมทางปัญญาในการสร้างกิจกรรมของโปรแกรมปรับพฤติกรรมทางปัญญาที่ส่งผลต่อพฤติกรรมกล้าแสดงออกผู้วิจัยได้ใช้หลักกระบวนการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมทางปัญญา ซึ่งจะเน้นการเปลี่ยนแปลงทางปัญญา คือการเปลี่ยนแปลงความคิดเพื่อนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ซึ่งประกอบด้วยเทคนิคการเสนอตัวแบบ เทคนิคการฝึกการสอนตนเอง และเทคนิคการแก้ปัญหา (สมโภชน์ เอี่ยมสุภชาติ, 2553) โปรแกรมปรับพฤติกรรมทางปัญญาช่วยให้นักเรียนได้เกิดความรู้ ความเข้าใจ ตระหนักถึงความสำคัญและทราบถึงประโยชน์ที่จะได้รับ ทำให้นักเรียนสามารถพัฒนาการมีพฤติกรรมกล้าแสดงออก และนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้ โดยอภิปรายตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมดังนี้

การเสนอตัวแบบ ผู้วิจัยใช้เทคนิคการเสนอตัวแบบเพื่อให้นักเรียนได้เห็นต้นแบบหรือแบบอย่างที่ดี เพื่อให้แสดงพฤติกรรมกล้าแสดงออกได้อย่างเหมาะสม โดยผ่านทางสื่อวีดิทัศน์ หรือรูปภาพ ซึ่งนักเรียนจะได้เห็นแบบอย่างที่มีจริง ได้ทราบถึงลักษณะที่ดีของการเป็นผู้ที่มีพฤติกรรมกล้าแสดงออกที่เหมาะสมได้เห็นลักษณะการพูดคุย การสนทนา การใช้น้ำเสียง ท่าทางในการแสดงออกต่อผู้อื่น ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ Folder (1980 อ้างใน นภาพร ปริชามารถ, 2545) ที่ว่าการเสนอตัวแบบ ทั้งด้านภาษาและท่าทางจะช่วยให้บุคคลได้เรียนรู้ได้เร็วกว่าการให้คำแนะนำ

การฝึกการสอนตนเองผู้วิจัยให้นักเรียนฝึกการสอนตนเอง เป็นการฝึกให้นักเรียนพูดเกี่ยวกับตนเองโดยเริ่มจากการให้นักเรียนดูตัวแบบพูดว่าจะทำอะไร แล้วให้นักเรียนพูดตาม

ครั้งแรกให้พูดด้วยเสียงอันดัง จากนั้นค่อยๆพูดให้เบาลง รู้จักการใช้ท่าทางที่เหมาะสมในระหว่างที่พูด จนในที่สุดพูดกับตนเองภายในใจ สามารถบอกได้ว่าตนเองชอบ หรือไม่ชอบอะไร ตนเองอยากทำอะไร มีความประทับใจต่อตนเองต่อเพื่อนอย่างไร ซึ่งสอดคล้องกับ (สมโภชน์ เอี่ยมสุภาชิต), 2556 ที่กล่าวว่า การฝึกให้พูดตามสิ่งที่เขาพูด ได้พูดระบายความในใจออกมา พบว่าบุคคลมีพฤติกรรมดีขึ้น

เทคนิคการแก้ไขปัญหาคือเป็นเทคนิคการปรับพฤติกรรมทางปัญญาที่มุ่งแก้ปัญหาอย่างเป็นระบบ ทักษะเหล่านี้เป็นพื้นฐานสำคัญของพฤติกรรมทางสังคม ผู้วิจัยเริ่มจากการฝึกให้นักเรียนรับรู้ว่ามีปัญหาเกิดขึ้น โดยการสร้างสถานการณ์จำลอง แล้วให้นักเรียนคิดหาทางแก้ปัญหา ให้นักเรียนรู้จักการสำรวจปัญหาที่เกิดขึ้น เพื่อนำไปสู่ความเข้าใจปัญหา ตั้งเป้าหมายในการแก้ปัญหา หาวิธีการแก้ปัญหาที่เหมาะสมจากนั้นจึงเลือกวิธีที่ดีที่สุดในการแก้ปัญหา ซึ่งสอดคล้องกับ (สมโภชน์ เอี่ยมสุภาชิต, 2556) ได้แบ่งกระบวนการแก้ปัญหาออกเป็น 5 ขั้นตอน ดังนี้ 1) ขั้นสร้างให้เกิดความเข้าใจเกี่ยวกับปัญหา 2) ขั้นกำหนดปัญหาและตั้งเป้าหมาย 3) ขั้นเสนอทางเลือกในการแก้ปัญหา 4) ขั้นตัดสินใจเลือกวิธีแก้ปัญหาที่ดีที่สุด 5) ขั้นดำเนินการปัญหาตามวิธีการที่เลือกและประเมินผลที่เกิดขึ้น ฉะนั้นการฝึกทักษะการแก้ปัญหาจะฝึกให้นักเรียนพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออก และสอดคล้องกัน จากผลการศึกษาครั้งนี้ พบว่าโปรแกรมปรับพฤติกรรมทางปัญญาที่ส่งผลต่อพฤติกรรมกล้าแสดงออก สามารถพัฒนาให้นักเรียนมีพฤติกรรมกล้าแสดงออกเพิ่มขึ้นได้อย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งสอดคล้องกับ (นุสสรีย์ คันธิก, 2553) ได้ศึกษาผลของโปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญาที่มีต่อการพัฒนาจิตสาธารณะของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ซึ่งผลการวิจัยพบว่า ภายหลังจากทดลองนักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนจากแบบประเมินพฤติกรรมสูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญาที่มีต่อการพัฒนาจิตสาธารณะอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05

2) ความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อโปรแกรมปรับพฤติกรรมทางปัญญาที่ส่งผลต่อพฤติกรรมกล้าแสดงออก และต่อผู้วิจัยจากการวิเคราะห์แบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อโปรแกรมปรับพฤติกรรมทางปัญญาที่ส่งผลต่อพฤติกรรมกล้าแสดงออก และต่อผู้วิจัย พบว่านักเรียนส่วนใหญ่มีความเห็นต่อโปรแกรมปรับพฤติกรรมทางปัญญาที่ส่งผลต่อพฤติกรรมกล้าแสดงออกก่อนการทดลองอยู่ในระดับน้อยถึงปานกลาง และมีความเห็นต่อโปรแกรมปรับพฤติกรรมทางปัญญาที่ส่งผลต่อพฤติกรรมกล้าแสดงออกหลังการทดลองอยู่ในระดับปานกลางถึงมากที่สุด (2.10-4.75) แสดงว่านักเรียนที่ได้เข้าร่วมโปรแกรมฯได้รับความรู้และประสบการณ์รู้ตามวัตถุประสงค์ของโปรแกรมปรับพฤติกรรมทางปัญญาที่ส่งผลต่อพฤติกรรมกล้าแสดงออก นักเรียนมีความพึงพอใจในการเข้าร่วมกิจกรรมในแต่ละครั้ง และยังตระหนักถึงความสำคัญในการมีพฤติกรรมกล้าแสดงออก สามารถนำไปปฏิบัติได้จริงในชีวิตประจำวัน

### ข้อเสนอแนะจากการวิจัยครั้งนี้

1. การศึกษาโปรแกรมปรับพฤติกรรมทางปัญญาที่ส่งผลต่อพฤติกรรมกล้าแสดงออก พบว่าสามารถพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักเรียนได้ ดังนั้นโปรแกรมปรับพฤติกรรมทางปัญญาดังกล่าวจึงเป็นเครื่องมือหนึ่งที่สามารถช่วยให้ครู หรือบุคลากรที่ทำงานเกี่ยวข้องกับนักเรียนนำไปใช้ในการจัดกิจกรรมเพื่อพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออก โดยการนำโปรแกรมไปใช้อาจปรับเปลี่ยนกิจกรรมการเรียนรู้ตามความเหมาะสมกับวัยของนักเรียน อีกทั้งควรศึกษาและทำความเข้าใจโปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญาเพื่อปรับพฤติกรรมกล้าแสดงออกให้ละเอียด เพื่อให้การนำไปใช้มีประสิทธิภาพมากขึ้น และเกิดประโยชน์สูงสุดกับนักเรียน

2. จากการจัดโปรแกรมปรับพฤติกรรมทางปัญญาที่ส่งผลต่อพฤติกรรมกล้าแสดงออก พบว่านักเรียนสนใจในกิจกรรมที่ได้ลงมือปฏิบัติจริงมากกว่าการฟังบรรยาย อ่านแล้วเขียนคำตอบในใบงาน ผู้วิจัยขอเสนอว่าสำหรับผู้สนใจนำกิจกรรมโปรแกรมปรับพฤติกรรมทางปัญญาที่ส่งผลต่อพฤติกรรมกล้าแสดงออก ไปใช้อาจมีการเปลี่ยนแปลงลักษณะของกิจกรรมให้เหมาะสมกับผู้เรียน ซึ่งจะทำให้เด็กเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมมีความสุขสนุกสนานมากยิ่งขึ้น

3. การดำเนินโปรแกรมปรับพฤติกรรมทางปัญญาที่ส่งผลต่อพฤติกรรมกล้าแสดงออก ผู้วิจัยพบว่านักเรียนบางส่วนไม่กล้าแสดงความคิดเห็น เพราะกลัวตอบคำถามผิด ผู้วิจัยขอเสนอว่าสำหรับผู้สนใจนำกิจกรรมโปรแกรมปรับพฤติกรรมทางปัญญาที่ส่งผลต่อพฤติกรรมกล้าแสดงออก แสดงความเป็นกันเอง พูดกระตุ้นให้รู้สึกมั่นใจที่จะแสดงความคิดเห็น ทั้งนี้ผู้วิจัยได้บอกกับนักเรียนว่าคำตอบของนักเรียนไม่มีถูกหรือผิด และเมื่อนักเรียนแสดงความคิดเห็น ผู้วิจัยได้กล่าวชมเชยและให้กำลังใจนักเรียน ส่งผลให้นักเรียนกล้าที่จะแสดงความคิดเห็นมากขึ้น และให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรม

### ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

ควรนำโปรแกรมปรับพฤติกรรมทางปัญญาที่ส่งผลต่อพฤติกรรมกล้าแสดงออกไปทำการศึกษาในกลุ่มตัวอย่างอื่นๆ เพื่อเพิ่มพฤติกรรมกล้าแสดงออก และส่งเสริมให้เห็นความสำคัญของพฤติกรรมกล้าแสดงออก โดยผู้วิจัยควรสร้างกิจกรรมให้มีความเหมาะสมกับช่วงวัยของกลุ่มตัวอย่างที่ต้องการศึกษา ทั้งนี้เพื่อนำข้อมูลและผลที่ได้มาเปรียบเทียบความแตกต่างที่เกิดขึ้น ละนำไปพัฒนาให้เกิดประโยชน์กับนักเรียนต่อไป

### บรรณานุกรม

กระทรวงศึกษาธิการ. 2554. แนวทางการพัฒนาทักษะชีวิต บูรณาการการเรียนการสอน 8 กลุ่มสาระการเรียนรู้หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ชุมนุมชนสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.

- ชลลดา ทวีคุณ. 2556. **เทคนิคการพัฒนาบุคลิกภาพ**. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ โอเดียนสโตร์.
- เทอดศักดิ์ ไชยสมปาน. 2557. **ปัญหาการศึกษาไทยและแนวทางแก้ไข**. Online. <https://www.gotoknow.org/posts/409185>, 28 ตุลาคม 2559
- เนภาพร ปรีชามารถ. 2545. **จิตวิทยาการปรับพฤติกรรมในชั้นเรียน**. ภาควิชาจิตวิทยาการศึกษา และการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์. มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- นุสสรีย์ คันธิก. 2553. **ผลของโปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญาที่มีต่อการพัฒนาจิต สาระณะของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสวนกุหลาบวิทยาลัย นนทบุรี**. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต. สาขาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว, มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- ประทีป จินนี่. 2540. **เอกสารประกอบการสอนวิชา: การวิเคราะห์พฤติกรรมและการปรับ พฤติกรรม**. สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- เปรมจิต บุญธรรม. 254). **ปัจจัยที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมกล้าแสดงออกในชั้นเรียนของนักเรียน มัธยมศึกษาตอนต้น อำเภอเมืองพะเยา**. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิจัย และสถิติ. มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- พรชนก เรื่องวีรยุทธ. 2550. **การพัฒนาบุคลิกภาพการสื่อสารเชิงวัจนะของเด็กไทย อายุ 16-18 ปี**. ปริญญาโทศึกษาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาวิชาวาทวิทยา. จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- วนิดา พรชัย. 2548. **ผลการจัดการเรียนการสอนแบบซิปปา เรื่องพื้นที่ผิวและปริมาตรที่มีต่อ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3**. ปริญญาโทศึกษาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาวิชาการมัธยมศึกษา. มหาวิทยาลัยศรีนครินทร วิโรฒ.
- ศรีเรื่อน แก้วกั้งवाल. 2553. **จิตวิทยาพัฒนาการชีวิตทุกช่วงวัย/1. จิตวิทยาพัฒนาการ**. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- สกล ศรีสุขล้อม. 2553. **ผลของการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกที่มีต่อการรับรู้ความสามารถของ ตนเองและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาฟิสิกส์ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย**. วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการศึกษา. จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สมโภชน์ เอี่ยมสุภาชิต. 2556. **ทฤษฎีและเทคนิคการปรับพฤติกรรม**. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุรางค์ ไคว้ตระกูล. 2556. **จิตวิทยาการศึกษา**. พิมพ์ครั้งที่ 11. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์แห่ง จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.