

บทที่ 2

วิธีดำเนินการวิจัย และวิธีรวบรวมข้อมูล

กลุ่มตัวอย่างประชากร

กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนสามเสนวิทยาลัย เขตพญาไท กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2531 จำนวน 16 คน เป็นเพศชายและเพศหญิง เพศละ 8 คน เท่ากัน โดยใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบแยกประเภท (Stratified Random Sampling) จากกลุ่มนักเรียนที่สนใจและอาสาสมัครเข้าร่วมโปรแกรมการฝึกความกล้าแสดงออกและ เป็นนักเรียนที่มีคะแนนจากแบบวัดความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองในกลุ่มคะแนนปานกลางจากการใช้ 25% ในการแบ่งเป็นกลุ่มคะแนนสูง และกลุ่มคะแนนต่ำ จากนั้นใช้วิธีการสุ่มแบบแยกประเภทอีกครั้ง เพื่อจัดเป็นกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 8 คน โดยมีจำนวนเพศชายและเพศหญิง เพศละ 4 คน ในแต่ละกลุ่ม

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นแบบสำรวจความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ของคูเปอร์สมิท ฉบับใช้กับนักเรียนที่มีอายุระหว่าง 8-15 ปี (The Coopersmith Self-Esteem Inventory School Form)

1. ลักษณะของเครื่องมือ

เครื่องมือนี้ประกอบด้วยข้อความทั้งด้านบวกและด้านลบ ซึ่งผู้ตอบจะต้องพิจารณาข้อความแต่ละข้อว่าเหมือนหรือไม่เหมือนตนเอง หากเหมือนให้ตอบว่า "ใช่" หากไม่เหมือนให้ตอบว่า "ไม่ใช่" ผู้ที่ตอบได้ตรงกับเฉลยจะได้ 1 คะแนน ข้อความทั้งหมดมี 58 ข้อ เป็นข้อความ

ขั้นตอนในการสร้างเครื่องมือ

1. แปลแบบสำรวจความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของคุณ เเปอร์สมิธ ฉบับใช้กับนักเรียน เป็นภาษาไทย แล้วนำไปให้อาจารย์ผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ท่าน ตรวจสอบความตรงของภาษาที่แปล นำข้อคิดเห็นที่ได้รับ มาปรับปรุงแก้ไขข้อความให้เหมาะสมยิ่งขึ้น แล้วนำฉบับที่แก้ไขปรับปรุงให้อาจารย์ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบความตรงของภาษาอีกครั้งหนึ่ง

2. นำแบบสำรวจที่ตรวจสอบความตรงของภาษาเรียบร้อยแล้ว จำนวน 3 ฉบับ มารวมกัน คือฉบับที่ผู้วิจัยแปลเอง ฉบับที่สุใจ ตั้งตรงสวัสดิ์แปลร่วมกับ บุปผา อยู่ยุด และฉบับที่ ศศิกานต์ ธนะโสธร เป็นผู้แปล แล้วนำข้อความแต่ละข้อจากแต่ละฉบับมาเปรียบเทียบกัน หากพบว่าเป็นข้อความที่ใช้สำนวนภาษาตรงกันทุกประการ ก็ให้นำมาใช้เพียงข้อเดียว แต่หากเป็นข้อความที่ต่างกัน โดยอาจจะต่างที่การใช้เรียงคำพูด ลักษณะประโยค ภาษาที่ใช้ ฯลฯ ก็ได้ โดยยังคงมีความหมายเดิม เหมือนกับข้อความในต้นฉบับ ก็ให้นำข้อความเหล่านั้นมาใช้ทุกข้อ ซึ่งในครั้งนี้คัดเลือกข้อความได้ทั้งหมด 116 ข้อ

3. นำข้อความทั้ง 116 ข้อ ไปทดสอบกับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 118 คนจากโรงเรียนบางกะปิ 58 คน และโรงเรียนหอวัง 60 คน แล้วนำข้อมูลที่ได้มา วิเคราะห์หาค่าอำนาจจำแนก (Discrimination Index) โดยใช้เทคนิคร้อยละ 30 ด้วยโปรแกรม Item Analysis ของรองศาสตราจารย์ เดือน สินธุ์พันธุ์ประทุม และได้เลือกข้อที่มีค่าอำนาจจำแนกตั้งแต่ .20 ขึ้นไป ได้จำนวนข้อความทั้งหมด 44 ข้อ เป็นข้อความด้านบวก 15 ข้อ ด้านลบ 29 ข้อ รวมข้อความที่นำมาใช้ในแบบสำรวจฉบับจริง 52 ข้อ โดยรวมข้อความที่วัดการตอบไม่ตรงตามความเป็นจริงอีก 8 ข้อ สำหรับข้อที่มีค่าอำนาจจำแนกต่ำกว่า .20 มีทั้งหมด 6 ข้อ โดยมี 2 ข้ออยู่ในหมวดคนโดยทั่วไป 1 ข้ออยู่ในหมวดคนด้านสังคม-เพื่อน และอีก 3 ข้ออยู่ในหมวดโรงเรียน-การศึกษา ส่วนข้อที่นำมาใช้ในแบบสำรวจฉบับนี้ มีจำนวนข้อในแต่ละหมวด ดังนี้

คนโดยทั่วไป	มี 24 ข้อ	ได้แก่ข้อ	1 3 6 9 11 12 14 17
			22 23 25 28 29 31 32 35
			36 38 41 42 45 49 50 51
คนด้านสังคม-เพื่อน	มี 7 ข้อ	ได้แก่ข้อ	4 7 13 19 26 43 46

ที่บ้าน-พ่อแม่	มี	8	ข้อ	ได้แก่ข้อ	5	8	10	15	18	20	27	39
โรงเรียน-การศึกษา	มี	5	ข้อ	ได้แก่ข้อ	2	16	21	34	48			
การตอบไม่ตรงตามความเป็นจริง	มี	8	ข้อ	ได้แก่ข้อ	24	30	33	37	40	44	47	52

4. หาค่าความเที่ยง (Reliability) ของแบบสำรวจความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองด้วยวิธีวิเคราะห์ความคงที่ภายใน (Internal Consistency) โดยใช้สูตรคูเดอร์-ริชาร์ดสัน 20 (Kuder-Richardson Formula 20) ได้ค่าความเที่ยง .8529

วิธีการตอบแบบสำรวจ

ให้ผู้ตอบอ่านข้อความแต่ละข้อ แล้วพิจารณาข้อความนั้น ๆ ว่า "เหมือน" หรือ "ไม่เหมือน" ตนเอง หากเหมือนตนเองให้ตอบว่า "ใช่" หากไม่เหมือนตนเองให้ตอบว่า "ไม่ใช่" โดยทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องคำตอบนั้น ๆ

การตรวจให้คะแนนและการคิดคะแนนรวม

แบบสำรวจฉบับนี้ประกอบด้วยข้อความทั้งด้านบวกและด้านลบ จึงมีเกณฑ์การสำรวจให้คะแนนที่แตกต่างกัน ดังนี้

ข้อความด้านบวก หากตอบว่า "ใช่" ได้ 1 คะแนน ได้แก่ข้อความ 1 3 4 7 8 13 18 25 26 27 34 35 36 38 41 (มี 15 ข้อ)

ข้อความด้านลบ หากตอบว่า "ไม่ใช่" ได้ 1 คะแนน ได้แก่ข้อ 2 5 6 9 10 11 12 14 15 16 17 19 20 21 22 23 28 29 31 32 39 42 43 45 46 49 50 51 (มี 29 ข้อ)

สำหรับข้อความที่วัดการตอบไม่ตรงตามความจริง หากตอบว่า "ใช่" ได้ 1 คะแนน ได้แก่ข้อ 24 30 33 37 40 44 47 52 (มี 8 ข้อ)

ในการคิดคะแนนรวมความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ให้รวมคะแนนที่ได้ทุกข้อ ยกเว้นข้อที่วัดการตอบไม่ตรงตามความจริงทั้ง 8 ข้อ ซึ่งหากผู้ตอบได้คะแนนจาก 8 ข้อนี้มากกว่าครึ่ง ก็จะต้องพิจารณาแบบสำรวจฉบับนั้นใหม่หรือให้ตอบแบบสำรวจใหม่ ทั้งนี้ก็เพราะผู้ตอบอาจจะตอบ

ไม่ตรงตามความเป็นจริงหรือตอบแบบปกป้องตนเอง หรือตอบ เพราะคิดว่าตนรู้เจตนาของแบบสำรวจ จึงพยายามตอบในทางบวกทุกข้อ

เครื่องมือที่ใช้ในการประเมินประสิทธิภาพโปรแกรมการฝึกความกล้าแสดงออก

เครื่องมือที่ใช้เพื่อประเมินประสิทธิภาพของโปรแกรมการฝึกความกล้าแสดงออกที่จัดขึ้นในครั้งนี้ เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยได้สร้างขึ้นเองมี 2 ฉบับ ซึ่งเหตุที่ใช้แบบสอบถาม 2 ฉบับก็เพื่อช่วยให้ผลที่ได้จากการประเมินประสิทธิภาพของโปรแกรมการฝึกความกล้าแสดงออกน่าเชื่อถือมากขึ้น แบบสอบถามทั้ง 2 ฉบับ ประกอบด้วยข้อความที่เป็นไปในเดียวกัน โดยสร้างข้อความตามหัวข้อที่จัดฝึกให้แก่ผู้รับการฝึกตามโปรแกรมที่จัดขึ้น ทั้งนี้มีอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์คือผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. หลุย จำปาเทศ เป็นผู้ให้คำแนะนำ ตรวจสอบและแก้ไขการใช้ถ้อยคำ ภาษา แบบสอบถามทั้ง 2 ฉบับ ที่กล่าวถึงนี้ คือ

1. แบบสอบถามประเมินความกล้าแสดงออกก่อนและหลังการเข้าโปรแกรมการฝึกความกล้าแสดงออก โดยผู้รับการฝึกเป็นผู้ประเมินเอง มีอยู่ 2 ตอน คือตอนแรกประกอบด้วยข้อความ เป็นข้อ ๆ ซึ่งเป็นแบบสอบถามมาตราส่วนประมาณค่าแบบลิเคิร์ต (The Likert Type Scale) มี 4 ระดับ คือ มาก ค่อนข้างมาก ค่อนข้างน้อย น้อย ซึ่งตอนวิเคราะห์ข้อมูล จะแทนด้วยคะแนน 4 3 2 และ 1 ตามลำดับ เพื่อความสะดวกในการเปรียบเทียบวิเคราะห์ข้อมูลและเห็นผลการประเมินได้ชัดเจนขึ้น ส่วนตอนที่สองเป็นคำถามปลายเปิด เพื่อให้ผู้ตอบได้ตอบนอกเหนือจากข้อความที่มีในตอนที่หนึ่ง

สำหรับฉบับที่ตอบหลังจากการเข้าโปรแกรมการฝึกความกล้าแสดงออก มีข้อความเพิ่มเติมเกี่ยวกับประโยชน์ที่ได้รับนอกเหนือจากความกล้าแสดงออก และให้ผู้ตอบได้แสดงความรู้สึกหรือข้อคิดเห็นเกี่ยวกับ 1) ผู้นำการฝึก 2) เนื้อหาที่จัดขึ้น 3) วิธีการฝึก 4) เวลาที่ใช้ 5) สถานที่ 6) จำนวนผู้รับการฝึก และข้อเสนอแนะอื่น ๆ

2. แบบสอบถามประเมินการเพิ่มพฤติกรรมการแสดงออกของผู้รับการฝึกหลังการเข้าโปรแกรมการฝึกความกล้าแสดงออก โดยอาจารย์ 3 ท่าน คืออาจารย์ที่ปรึกษา อาจารย์แนะแนวระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 และอาจารย์ประจำวิชาสังคมศึกษา เป็นผู้ประเมิน แบบสอบถามฉบับนี้มีอยู่ 2 ตอน คือตอนแรกประกอบด้วยข้อความ เป็นข้อ ๆ ซึ่งเป็นแบบสอบถามมาตราส่วนประมาณค่า

ค่าลิเคิร์ทมี 4 ระดับ คือ ตีขึ้นมาก ตีขึ้น ค่อนข้างจะตีขึ้น ไม่ตีขึ้น ซึ่งตอนวิเคราะห์ข้อมูลจะแทนด้วยคะแนน 3 2 1 และ 0 ตามลำดับ โดยมีเหตุผล เช่น เดียวกันกับแบบสอบถามชุดแรก ส่วนตอนที่สอง เป็นคำถามปลายเปิด เพื่อให้ผู้ตอบได้ตอบนอกเหนือจากข้อความที่มีในตอนที่หนึ่ง

(แบบสอบถามทั้ง 2 ฉบับ มีในภาคผนวก ค)

ขั้นตอนในการวิจัย

ผู้วิจัยได้จัดขั้นตอนในการดำเนินการวิจัย ดังนี้

1. ขั้นเตรียมการทดลอง

1.1 ผู้วิจัยจัดโปรแกรมการฝึกความกล้าแสดงออก ตามแนววิธีของโฟเดอร์ (Fodor 1980: 504-508) ซึ่งเป็นโปรแกรมสำหรับกลุ่มที่มีโครงสร้างหรือมีรูปแบบซึ่งสามารถยึดหยุ่นได้โดยมีอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ คือผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. หลุย จำปาเทศ เป็นผู้ให้คำแนะนำและตรวจพิจารณาความเหมาะสมของโปรแกรมที่จัดขึ้น

โปรแกรมที่จัดขึ้นนี้มีจำนวนครั้งการฝึกทั้งหมด 10 ครั้ง ๆ ละประมาณ 1.00-1.30 ชั่วโมง โดยมีวัตถุประสงค์ในการฝึกและวิธีดำเนินการในแต่ละครั้งแตกต่างกัน ซึ่งได้กล่าวไว้ในภาคผนวก ง

1.2 มีหนังสือจากภาควิชาจิตวิทยา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ถึงผู้อำนวยการโรงเรียนสันติราษฎร์วิทยาลัย เพื่อขออนุญาตใช้สถานที่และนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ในการศึกษาวิจัย และได้ติดต่อขอความร่วมมือจากอาจารย์แนะแนวที่สอนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ให้ช่วยประกาศรับสมัครนักเรียนที่สนใจเข้าร่วมโปรแกรมการฝึกความกล้าแสดงออก แล้วลู่มา 8 คน เป็นเพศชาย 4 คน เพศหญิง 4 คน พร้อมกับนัดวันเวลาที่จะพบกับผู้วิจัยในครั้งแรก แล้วดำเนินการตามโปรแกรมการฝึกความกล้าแสดงออกที่จัดไว้ ซึ่งในครั้งนี้เป็น การทดลองเพื่อประเมินประสิทธิภาพของโปรแกรม และตรวจพิจารณาข้อบกพร่อง อุปสรรค หรือ ปัญหาต่าง ๆ ที่อาจจะเกิดขึ้นในขณะที่ดำเนินการตามโปรแกรม เพื่อนำสิ่งที่พบมาแก้ไขปรับปรุงโปรแกรมก่อนการทดลองจริง โดยมีอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ เป็นผู้ให้คำแนะนำตลอดระยะเวลาของการทดลอง ซึ่งผลการทดลองพบว่า โปรแกรมที่จัดขึ้นสามารถดำเนินการไปได้ด้วยดี และมีประสิทธิภาพพอที่จะช่วยให้ผู้รับการฝึกมีความกล้าแสดงออกมากขึ้น แต่มีปัญหหรืออุปสรรคในระหว่างการทดลองเล็กน้อย ซึ่งได้นำปัญหาที่พบนี้มาแก้ไขก่อนการทดลองจริง กล่าวคือ

1.2.1 สถานที่ ซึ่งเป็นห้องสี่เหลี่ยมจัตุรัสขนาดเล็กบรรจุคนได้ประมาณ 10-12 คน ห้องนี้ตั้งอยู่ภายในห้องแนะแนวโดยการแบ่งกันจากมุมหนึ่งของห้อง และใช้ม่านบังตาที่ ประตูทางเข้าจะนั้น เมื่อมีนักเรียน เข้ามาใช้บริการภายในห้องแนะแนวก็ต้อง เดินผ่านห้องนี้ และมักจะมองผ่านม่านบังตา เข้าไปในห้องทำให้ผู้รับการฝึกไม่ค่อยมีสมาธิกับการฝึก นอกจากนี้ภายในห้อง ยังมีโต๊ะทำงาน เก้าอี้ ตู้ระเบียนและสิ่งของเล็ก ๆ น้อย ๆ วางอยู่ ทำให้ห้องแลดูคับแคบและค่อนข้างจะอึดอัด ผู้รับการฝึกเองก็มักจะให้ความสนใจกับสิ่งของที่มีอยู่ในห้อง โดยเฉพาะ ตู้ระเบียนที่ไม่ได้ล็อกซึ่ง เก็บแฟ้มประวัตินักเรียนไว้ทำให้ผู้วิจัยต้อง เรียกความสนใจของผู้รับการฝึกกลับมาอยู่ที่กลุ่มบ่อยครั้ง

ในการทดลองจริง ผู้วิจัยจึง เลือกใช้ห้องที่อยู่ชั้นบนสุดและอยู่มุมสุดของตึก เรียนไม่ค่อยมีใคร เดินผ่านไปมา และเป็นห้องที่มีขนาดกว้าง ผนังได้สบาย ๆ อากาศถ่ายเทได้สะดวกไม่มีวัสดุสิ่งของที่ดึงดูดความสนใจของผู้รับการฝึก เป็นพิเศษ

1.2.2 บางครั้งผู้รับการฝึกมาไม่ครบ ผู้วิจัยจึงงดการฝึกในครั้งนั้น เพราะต้องการให้ทุกคนได้รับการฝึกเหมือน ๆ กัน ระยะเวลาของการฝึกจึงต้องเลื่อนออกไป ทำให้ประสบกับปัญหา เกี่ยวกับการสอบ เก็บคะแนนหรือการสอนพิเศษเพิ่มเติมของอาจารย์บางท่านที่สอนไม่ทัน โดยใช้เวลาตรงกับวันฝึก จึงต้องเลื่อนวันฝึกออกไปอีกช่วงระยะเวลาฝึกก็ยาวนานขึ้น ทำให้ผู้รับการฝึก เบื่อหน่ายและบางครั้งผู้วิจัยใช้เวลาในการฝึกนานกว่าเวลาที่กำหนดไว้ ผู้รับการฝึกบางคนก็ เริ่มไม่สนใจ เท่าที่ควร เพราะต้องการกลับบ้าน หรือไปทำกิจกรรมอย่างอื่น ๆ

ในการทดลองจริง ผู้วิจัยได้กำหนดการฝึก เมื่อ เปิดภาค เรียนได้ 3 สัปดาห์และเมื่อมีผู้รับการฝึกไม่มา 1-2 คน ก็ยังคงดำเนินการฝึกตามโปรแกรมที่จัดขึ้น เมื่อ เข้ากลุ่มการฝึกในครั้งต่อไปก่อนที่จะดำเนินการตามโปรแกรมที่จัดขึ้น ผู้วิจัยจะทบทวน เนื้อหาในครั้งก่อน ให้ฟัง และพยายามดำเนินการฝึกให้กระชับ รวดเร็ว และได้สาระสำคัญ เพื่อไม่ให้ เกินเวลาที่กำหนดไว้

1.2.3 น้ำเสียงที่พูดในครั้งแรก ๆ ของผู้วิจัย ฟังจากเทปบันทึก เสียงแล้ว รู้สึกว่ากระด้างเกินไปและบางครั้งพูด เร็วเกินไปด้วย เนื่องจากมีการฝึกซ้อมน้อย เกินไปก่อนที่จะฝึก ให้แก่ผู้รับการฝึกจึงเกิดความกังวลและไม่ค่อยมั่นใจ

ในการทดลองจริง ก่อนที่จะดำเนินการฝึกตามโปรแกรมที่จัดขึ้น ผู้วิจัยต้องฝึกซ้อมบ่อย ๆ ให้เกิดความแม่นยำและมีความชำนาญ

1.3 ผู้วิจัยขออนุญาตทำวิจัยกับนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 และขอใช้สถานที่จากผู้อำนวยการโรงเรียนสามเสนวิทยาลัย รวมทั้งขอความร่วมมือจากอาจารย์ที่มีส่วนเกี่ยวข้องในการทำวิจัยครั้งนี้ ซึ่งทุกท่านได้กรุณาให้ความร่วมมือเป็นอย่างดี

1.4 ผู้วิจัยให้นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ทั้งหมด ตอบแบบสำรวจความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองในสัปดาห์แรกของการเปิดเรียนภาคปลาย โดยใช้เวลา 1 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ ซึ่งเป็นวันเวลาเดียวกันทั้งระดับชั้น ในการนี้ได้ขอความร่วมมือจากอาจารย์ที่เข้าชั้นให้ช่วยแจกแบบสอบถามให้นักเรียนทำและเก็บรวบรวมคืนผู้วิจัย จากนั้นนำคะแนนที่ได้มาแบ่งนักเรียนเป็นกลุ่มคะแนนสูงและกลุ่มคะแนนต่ำ 25% และได้ขอความร่วมมือจากอาจารย์แนะแนวชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ให้ช่วยประกาศรับสมัครนักเรียนที่สนใจจะเข้าโปรแกรมการฝึกความกล้าแสดงออก

1.5 ผู้วิจัยแยกรายชื่อนักเรียนที่สนใจ เข้าโปรแกรมออกเป็น เพศชายและเพศหญิง ซึ่งเป็นนักเรียนที่มีคะแนนความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองในกลุ่มปานกลางและมีคะแนนการตอบไม่ตรงตามความจริงไม่เกินครึ่ง (ดูรายละเอียดภาคผนวก จ) แล้วสุ่มกลุ่มตัวอย่างโดยวิธี Random Assignment เป็นเพศชาย 8 คน เพศหญิง 8 คน แล้วสุ่มอีกครั้งหนึ่งเพื่อแบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 8 คน โดยมีจำนวนเพศชายและเพศหญิงในจำนวนที่เท่ากัน ซึ่งกลุ่มทดลองมีค่ามัธยัมเลขคณิต (\bar{x}) ของคะแนนความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองเท่ากับ 24.125 คะแนน ส่วนกลุ่มควบคุมมีค่ามัธยัมเลขคณิตเท่ากับ 25.875 คะแนน และจากการวิเคราะห์ค่าที (t-test) พบว่าคะแนนความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมก่อนการทดลองไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

1.6 ผู้วิจัยได้พบกับกลุ่มทดลองเพื่อกำหนดวัน เวลา สถานที่ ที่จะพบกัน ซึ่งได้ตกลงกันว่าเป็นทุกวันจันทร์และวันพุธ เวลาประมาณ 15.30-17.00 น. ที่ห้องพระ โดยเริ่มตั้งแต่วันที่ 23 พฤศจิกายน 2531 ถึงวันพุธที่ 28 ธันวาคม 2531 เป็นจำนวน 10 ครั้ง โดยมีวันหยุด 1 วัน คือวันจันทร์ที่ 5 ธันวาคม 2531 ซึ่งเป็นวันเฉลิมพระชนมพรรษาพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว

1.7 ผู้วิจัยได้ออกจดหมายจากทางโรงเรียนให้แก่ผู้ปกครองของนักเรียนที่เป็นกลุ่มทดลองโดยมอบผ่านนักเรียน เพื่อขออนุญาตให้นักเรียนเข้าโปรแกรมการฝึกความกล้าแสดงออกหลังจากโรงเรียนเลิกแล้ว ตามวัน เวลา สถานที่ ที่ได้ตกลงกันไว้ ซึ่งผู้ปกครองของนักเรียนทุกท่านได้ตอบอนุญาต

2. ขั้นตอนการทดลอง

2.1 ผู้วิจัยในฐานะผู้นำการฝึกความกล้าแสดงออก ได้เริ่มดำเนินตามโปรแกรมที่จัดขึ้นในครั้งแรก เมื่อวันที่ 23 พฤศจิกายน 2531 แต่ไปสิ้นสุดเมื่อวันที่ 4 มกราคม 2532 เนื่องจากมีเหตุการณ์ที่ทำให้ต้องหยุดฝึก ดังรายละเอียดที่ได้แสดงไว้ในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 แสดงวัตถุประสงค์ในการฝึก สาเหตุที่หยุดการฝึก และจำนวนผู้รับการฝึก

วัน เดือน ปี	ฝึกครั้งที่	วัตถุประสงค์ในการฝึก	จำนวนผู้เข้าฝึก
พ.23 พย.31	1	ทราบขอบเขต และแนวทางของโปรแกรมการฝึก ความกล้าแสดงออกที่จัดขึ้น ทราบองค์ประกอบของทักษะการแสดงออก ทราบความแตกต่างระหว่างความกล้าแสดงออกกับ ความก้าวร้าวและความไม่กล้าแสดงออก	8
จ.28 พย.31	2	มีทักษะ และความกล้าในการแสดงออกด้านอวัจนะ	8
พ.30 พย.31	3	มีทักษะ และความกล้าในการกล่าวขอร้อง	8
จ. 5 ธค.31	-	หยุดฝึก เนื่องจาก เป็นวัน เจริญพระชนมพรรษาฯ	-
พ. 7 ธค.31	-	หยุดฝึก เนื่องจากนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ทั้งระดับต้องไป เข้าค่าย ซึ่งทราบ เรื่องหลังจากที่ เตรียมการฝึกและนัดหมายกับผู้รับการฝึก เรียบร้อยแล้ว	-
จ.12 ธค.31	4	มีทักษะ และมีความกล้าในการกล่าวขอร้อง	8
พ.14 ธค.31	5	สามารถ เขียนบทสนทนาเพื่อการขอร้องบุคคลอื่น- ให้เปลี่ยนแปลงการกระทำ	7*
จ.19 ธค.31	6	มีทักษะ และมีความกล้าในการกล่าวขอร้องบุคคลอื่นให้ เปลี่ยนแปลงการกระทำ	8

วัน เดือน ปี	ฝึกครั้งที่	วัตถุประสงค์ในการฝึก	จำนวนผู้เข้าฝึก
พ.21 ธค.31	7	มีทักษะ และมีความกล้าในการกล่าวปฏิเสธ	8
จ.26 ธค.31	8	สามารถใช้ทักษะด้านวัจนะและด้านอวัจนะให้สอดคล้องกันอย่างเป็นธรรมชาติ	7*
พ.28 ธค.31**	9	สามารถนำทักษะที่เรียนรู้มาทั้งหมดไปใช้ในสถานการณ์ต่าง ๆ ในชีวิตประจำวันได้	8
จ. 2 มค.32	-	หยุดฝึก เนื่องจากทางราชการได้ประกาศเป็นวันหยุดชดเชยวันปีใหม่	
พ. 4 มค.32	10	ทบทวน และสรุปเนื้อหาสาระที่ได้เรียนรู้มาตลอดโปรแกรม	8

* ผู้ที่ไม่ได้มาฝึกในครั้งที่ 5 และครั้งที่ 8 คือผู้รับการฝึกคนที่ 7 และคนที่ 8 ตามลำดับ

** กำหนดการเดิมจะเสร็จสิ้นการทดลองในวันพุธที่ 28 ธันวาคม 2531 โดยหยุดการทดลองเพียงครั้งเดียวคือ ในวันจันทร์ที่ 5 ธันวาคม 2531

สำหรับรายละเอียดของโปรแกรมที่จัดขึ้น ซึ่งประกอบด้วยวัตถุประสงค์และวิธีดำเนินการในแต่ละครั้ง ให้อ่านภาคผนวก ง

2.2 หลังจากเสร็จสิ้นการทดลอง 1 วัน ผู้วิจัยได้นัดหมายให้กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมตอบแบบสำรวจความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองพร้อมกัน (Posttest)

2.3 ผู้วิจัยตรวจให้คะแนนแบบสำรวจความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของกลุ่มตัวอย่างทั้ง 16 ชุด และพบว่าคะแนนการตอบไม่ตรงตามความเป็นจริงไม่เกินครึ่ง (ดูในภาคผนวก จ)

3. ขั้นตอนการวิเคราะห์ข้อมูล

3.1 หาค่ามัชฌิมเลขคณิต (\bar{x}) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (sd) ของคะแนนความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ครั้งทดสอบก่อนการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม (Pretest)

3.2 หาค่ามัชฌิมเลขคณิต (\bar{x}) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (sd) ของคะแนนความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ครั้งทดสอบหลังการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม (Posttest)

3.3 นำค่าที่ได้ในข้อ 3.1 และ 3.2 มาทดสอบความแตกต่างโดยใช้ค่าที (t-test) โดยที่กลุ่มตัวอย่างทั้งสอง เป็นอิสระจากกันและมีความแปรปรวนเท่ากัน