



## บทที่ 1

### บทนำ

#### ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ในการดำเนินชีวิตประจำวันของบุคคลนั้น ในแต่ละวันการติดต่อสื่อสารระหว่างกันและกัน การมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่น ๆ นั้นเกิดขึ้นตลอดเวลา โดยบุคคลที่ติดต่อสื่อสารด้วยนั้นอาจเป็นบุคคลที่รู้จักคุ้นเคยกันเป็นอย่างดี หรืออาจเป็นคนที่เราเพิ่งพบเขาเป็นครั้งแรก การแสดงออกที่เหมาะสมนั้นจึงเป็นสิ่งที่มีความสำคัญที่จะทำให้การดำเนินชีวิตในแต่ละวันเป็นไปอย่างราบรื่นไร้กังวล

การแสดงออกนั้นสามารถทำได้หลายรูปแบบ ทั้งการใช้วาจา น้ำเสียง ท่าทางการแสดงออกทางใบหน้า เป็นต้น ดังนั้นการพัฒนาการกล้าแสดงออกที่เหมาะสมจึงเป็นสิ่งที่เหมาะสม เพราะในสังคม วัฒนธรรมไทยนั้น แต่เดิมมักอบรมให้เด็กมีความอ่อนน้อม ถ่อมตน มีสัมมาคารวะกับผู้ที่สูงวัยกว่า เป็นการอบรมเพื่อมุ่งหวังให้เป็นคนที่มีกิริยามารยาทที่สุภาพเรียบร้อย แต่บางครั้งเนื่องจากการอบรมเลี้ยงดูเช่นนี้อาจทำให้เกิดความเกรงใจ ไม่กล้าแสดงออกตามที่ตนเองรู้สึกนึกคิด กลายเป็นความไม่กล้าแสดงออก Fensterheim และ Bear (1975) ได้กล่าวว่าการที่บุคคลไม่สามารถทำการติดต่อกับผู้อื่นได้สนิท เป็นเพราะขาดลักษณะที่สำคัญในการกล้าแสดงออกคือความเปิดเผย ตรงไปตรงมา ความซื่อสัตย์ และความเหมาะสม

การที่บุคคลนั้นมีการกล้าแสดงออกที่แตกต่างกันไปนั้นขึ้นอยู่กับสาเหตุที่สำคัญ 2 ประการคือสาเหตุจากตัวบุคคล และสาเหตุจากอิทธิพลของสิ่งแวดล้อม สาเหตุจากตัวบุคคล กล่าวคือบุคคลนั้นมีความรู้สึกต่อตนเองเป็นเช่นไร ถ้าบุคคลนั้นมีความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง บุคคลนั้นก็จะเป็นคนที่กล้าแสดงออก นอกจากนี้แล้วยังเกิดจากทักษะ และประสบการณ์ในการแสดงออกของแต่ละบุคคลว่าได้รับการฝึกฝน พัฒนามาเช่นไร ถ้ามีทักษะ ประสบการณ์ในการแสดงออกมาก บุคคลนั้นก็จะมีลักษณะกล้าแสดงออก แต่ถ้าบุคคลที่ขาดทักษะ ประสบการณ์ในการแสดงออก บุคคลนั้นก็จะเป็นไม่กล้าแสดงออก (Bower & Bower, 1976) และนอกจากสาเหตุจากตัวบุคคลแล้ว สิ่งที่ทำให้บุคคลมีลักษณะกล้าแสดงออก และไม่กล้าแสดงออกที่แตกต่างกันออกไปคือสาเหตุจากอิทธิพลของสิ่งแวดล้อม ได้แก่การอบรมเลี้ยงดูจากครอบครัว โดยเฉพาะสังคมไทย

ที่อบรมให้เด็กมีความสุภาพ อ่อนน้อม ถ่อมตนกับผู้ที่สูงวัยกว่า และให้การเรียนรู้กับเด็กชายว่า ต้องมีลักษณะที่เข้มแข็ง และรับรู้ว่าลักษณะที่อ่อนแออันไม่ใช่ลักษณะของชาย (Kilmartin, 2000) นั้นอาจเป็นส่วนหนึ่งที่จะยับยั้งการกล้าแสดงออกของบุคคล

นอกจากการอบรมเลี้ยงดูจากครอบครัวแล้วเพื่อน สถาบันการศึกษาก็มีส่วนสำคัญที่จะมุ่งพัฒนาให้เกิดการกล้าแสดงออก หรือไม่กล้าแสดงออกด้วยเช่นกัน

นอกจากนี้แล้วบุคคลที่มีลักษณะกล้าแสดงออกนั้นต้องแสดงออกได้อย่างปราศจากความวิตกกังวลในการกระทำของตน (อัจฉรา สุขารมณ์, 2538) การกล้าแสดงออกอย่างเหมาะสม ช่วยเสริมสร้างให้เกิดความมั่นใจในตนเอง และพัฒนาความมั่นใจในตนเองต่อไป งานวิจัยของ Tomaka, Rebecca, Kimberly, Maria, และ Concha (1999) พบว่าผู้หญิงที่มีการกล้าแสดงออกสูงนั้นรายงานว่ามีประสบการณ์ทางความเครียดน้อยกว่า และมีอารมณ์ทางด้านลบน้อยกว่า และมีอารมณ์ทางด้านบวกมากกว่าผู้หญิงที่มีการกล้าแสดงออกต่ำ และยังพบว่าผู้หญิงที่มีการกล้าแสดงออกสูงนั้นมีปฏิกริยาที่ตอบสนองต่อความเครียดว่าเป็นความท้าทาย สำหรับผู้หญิงที่มีการกล้าแสดงออกต่ำนั้น มีปฏิกริยาที่ตอบสนองต่อความเครียดว่าเป็นการถูกคุกคาม นอกจากนี้ Hoyenga และ Hoyenga (1993) กล่าวว่าผู้หญิงนั้นมีความเครียดมากกว่าผู้ชายเพราะว่าผู้หญิงมีประสบการณ์เกี่ยวกับอารมณ์ที่หลากหลายมากกว่าผู้ชาย โดยเฉพาะในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับความเครียด และสาเหตุอีกประการหนึ่งคือผู้หญิงในสังคมโดยทั่วไปมีสถานภาพทางสังคมต่ำกว่าผู้ชาย และยังพบว่าบทบาททางเพศพบว่าเพศหญิงที่มีบทบาททางเพศแบบแอนโดรจีนี (Androgyny) สามารถปรับตัวได้ดีกว่าเพศหญิงที่มีบทบาททางเพศแบบลักษณะความเป็นหญิง (Feminine) แต่สำหรับเพศชายที่มีบทบาททางเพศแบบลักษณะความเป็นชาย (Masculine) สามารถปรับตัวได้ดีกว่าเพศชายที่มีบทบาททางเพศแบบแอนโดรจีนี (Androgyny) และนอกจากนี้บุคคลที่มีลักษณะบทบาททางเพศแตกต่างกันก็มีการกล้าแสดงออกที่แตกต่างกันไปตามที่ นิตยกุล อรรถนุพรรณ (2529) พบว่าการกล้าแสดงออกเป็นลักษณะของบุคคลที่มีบทบาททางเพศแบบลักษณะความเป็นชาย (Masculine) โดยที่บทบาททางเพศแบบลักษณะความเป็นชาย (Masculine) นั้นเป็นลักษณะที่มีความเป็นชายสูงเพียงลักษณะเดียว

โดยทั่วไปสิ่งที่แยกความแตกต่างระหว่างบุคคลออกให้เห็นอย่างชัดเจนนั้นก็คือลักษณะทางกายภาพ ที่แสดงให้เห็นถึงความแตกต่างทางด้านสรีระว่าบุคคลไหนเป็นชาย หรือเป็นหญิง นอกจากนี้ยังมีบทบาททางเพศ (Sex Role) ที่ใช้จำแนกบุคคลออกเป็นประเภทต่าง ๆ ตามบทบาททางเพศกล่าวคือบุคคลที่มีลักษณะความเป็นชายสูงเพียงลักษณะเดียว คือบทบาททางเพศแบบลักษณะความเป็นชาย (Masculine) บุคคลที่มีลักษณะความเป็นหญิงสูงเพียงลักษณะเดียว

คือบทบาททางเพศแบบลักษณะความเป็นหญิง (Feminine) บุคคลที่มีลักษณะความเป็นชายและความเป็นหญิงสูงทั้ง 2 ลักษณะ คือบทบาททางเพศแบบแอนโดรจีนี (Androgyny) บุคคลที่มีลักษณะความเป็นชายและความเป็นหญิงต่ำทั้ง 2 ลักษณะ คือบทบาททางเพศแบบไม่ชัดเจน (Undifferentiated)

ดังนั้นจากความสำคัญของการใช้การกล้าแสดงออกในการติดต่อสื่อสารระหว่างบุคคล และเผชิญกับภาวะที่อาจก่อให้เกิดความเครียด ผู้วิจัยจึงต้องการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างบทบาททางเพศ การกล้าแสดงออก และปฏิกิริยาทางอารมณ์ต่อภาวะที่อาจก่อให้เกิดความเครียด

### แนวความคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยขอกล่าวถึงแนวความคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องในประเด็นหลัก ๆ ดังต่อไปนี้

#### 1. บทบาททางเพศ (Sex Role)

##### 1.1 แนวความคิดเกี่ยวกับบทบาททางเพศ

มนุษย์ในทุกสังคมประกอบไปด้วยเพศชาย และเพศหญิง โดยทั้งเพศชายและเพศหญิงมีความแตกต่างกันอย่างชัดเจนคือลักษณะทางกายภาพ และแต่ละเพศก็ถูกคาดหวังจากสังคมแตกต่างกัน (Bem, 1981) นอกจากนี้ทางร่างกายที่แตกต่างกันแล้วยังมีความแตกต่างกันในเรื่องฮอร์โมน (Kaplan & Sedney, 1980) เหล่านี้เป็นสิ่งที่แสดงให้เห็นถึงความแตกต่างตั้งแต่แรกเกิด Cook (1985) ในแต่ละสังคมเพศชายและเพศหญิงโดยส่วนใหญ่มีความแตกต่างกันในเรื่องของพฤติกรรม บุคลิกภาพ และเจตคติ เป็นต้น การเรียนรู้ลักษณะบทบาททางเพศของบุคคลนั้นมักจะเป็นไปในลักษณะที่ตรงตามเพศ (Sex-Typing) ของตนเองทั้งเพศชายและเพศหญิง เป็นการเรียนรู้ในลักษณะที่เป็นสิ่งที่ได้รับการยอมรับจากคนในสังคม Spence และ Helmreich (1978) เสนอว่าการรับรู้ถึงลักษณะความเป็นชายและลักษณะความเป็นหญิง ในเพศชายและเพศหญิงของบุคคลแต่ละคนนั้น ไม่ได้มีลักษณะของบทบาททางเพศแบบใดแบบหนึ่งเพียงลักษณะเดียว แต่จะประกอบไปด้วยลักษณะของความเป็นชายและความเป็นหญิงมากน้อยแตกต่างกันไปในแต่ละบุคคล

ความแตกต่างกันของเพศชายและเพศหญิงนอกจากความแตกต่างกันทางกายภาพและทางฮอร์โมนแล้ว ยังมีผู้เสนอแนวความคิดเกี่ยวกับความแตกต่างระหว่างเพศไว้ดังนี้

1.1 แนวความคิดเอเจนซี (Agency) และคอมมิวนิเียน (Communion)  
(Bakan, 1966 อ้างถึงใน Spence & Helmreich, 1978)

แนวความคิดเอเจนซี (Agency) และคอมมิวนิเียน (Communion) Bakan เสนอว่าลักษณะที่มีความเป็นชายสูงเพียงลักษณะเดียว (Masculinity) และลักษณะที่มีความเป็นหญิงสูงเพียงลักษณะเดียว (Femininity) นั้นเป็นส่วนที่มีความสำคัญต่อมนุษย์ที่ต้องพัฒนาให้สอดคล้องกันไปในแต่ละบุคคล โดยแนวความคิดเอเจนซี (Agency) ของ Bakan นั้นอธิบายว่าเป็นการแสดงออกของบุคคลในลักษณะที่แสดงถึงการกล้าแสดงออก การเปิดเผยตนเอง โดยที่บุคคลที่มีลักษณะเอเจนซีนั้นสามารถกระตุ้นเร้าให้ผู้อื่นมีอิทธิพลต่อผู้อื่นได้ เป็นต้น สำหรับแนวความคิดคอมมิวนิเียน (Communion) ของ Bakan นั้นอธิบายว่าเป็นการแสดงออกของบุคคลในลักษณะการติดต่อสัมพันธ์กับผู้อื่น ความเปิดเผย ความจริงใจ ความสามัคคี ประองตอง เป็นต้น โดยทั่วไปแล้วลักษณะเอเจนซี (Agency) จะมีความเกี่ยวข้องกับภายในตัวของบุคคล ซึ่งตรงกันข้ามกับลักษณะคอมมิวนิเียน (Communion) ที่จะมีความเกี่ยวข้องกับเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล

1.2 แนวความคิดพฤติกรรมเครื่องมือ (Instrumental behavior) และพฤติกรรมการแสดงออก (Expressive behavior) (Parson & Bales, 1953 อ้างถึงใน Kaplan & Sedney, 1980)

แนวความคิดพฤติกรรมเครื่องมือ และพฤติกรรมการแสดงออก ของ Parson และ Bales โดยที่ Parson และ Bales ได้อธิบายแนวความคิดในเรื่องความแตกต่างระหว่างเพศไว้อีกลักษณะหนึ่งดังนี้ พฤติกรรมเครื่องมือ เป็นพฤติกรรมทางตรงที่มุ่งสู่เป้าหมายที่ตนเองได้ตั้งเอาไว้ เป็นสิ่งที่ได้ตั้งวัตถุประสงค์เอาไว้แล้วแสดงออกมาเป็นพฤติกรรมที่มุ่งไปเพื่อให้สัมฤทธิ์ผลตามนั้น สำหรับพฤติกรรมการแสดงออกนั้น เป็นพฤติกรรมที่มีความเกี่ยวข้องกับเรื่องของอารมณ์ ความรู้สึก เป็นการได้รับการสนับสนุนและการตอบสนองทางด้านจิตใจ และเป็นส่วนที่มีความเกี่ยวข้องกับความสุขในการทำงานร่วมกับผู้อื่น

ความแตกต่างระหว่างเพศในแนวความคิดเอเจนซี (Agency) และคอมมิวนิเียน (Communion) ของ Bakan และแนวความคิด พฤติกรรมเครื่องมือ (Instrumental behavior) และพฤติกรรมแสดงออก (Expressive behavior) ของ Parson และ Bales นั้นทั้งสองแนวความคิดได้แบ่งความแตกต่างระหว่างเพศออกเป็น 2 ลักษณะคือลักษณะความเป็นชาย (Masculinity) และลักษณะความเป็นหญิง (Femininity)

ดังนั้นจากแนวความคิดเอเจนซี (Agency) และคอมมิวนิเียน (Communion) ของ Bakan และแนวความคิด พฤติกรรมเครื่องมือ (Instrumental behavior) และ พฤติกรรมแสดงออก (Expressive behavior) ของ Parson และ Bales นั้น แบ่งลักษณะบทบาททางเพศออกได้เป็น 2 ลักษณะ คือ ลักษณะที่มีความเป็นชายสูงเพียงลักษณะเดียว (Masculine) และลักษณะที่มีความเป็นหญิงสูงเพียงลักษณะเดียว (Feminine)

นอกจากนี้ยังมีเกณฑ์ในการแยกแยะเพศชายและเพศหญิงออกจากกัน ในลักษณะอื่นอีกดังที่จะกล่าวถึงต่อไปนี้ สำหรับแต่ละเพศนั้นต่างก็ถูกคาดหวังจากสังคมแตกต่างกันไป และแต่ละเพศนั้นก็ยังสามารถแยกย่อยออกได้หลากหลายลักษณะบทบาททางเพศ ในการศึกษาเรื่องบทบาททางเพศนั้นมีการศึกษากันมายาวนานแล้วโดยมีและรูปแบบแตกต่างกันไป Spence และ Helmreich (1978) ได้แบ่งบทบาททางเพศออกเป็น 4 ลักษณะ โดยใช้วิธีการแบ่งกลุ่มจากค่ามัธยฐาน (Median Split Technique) ดังแสดงในตารางที่ 1 โดยได้แบ่งบทบาททางเพศออกเป็น 4 ลักษณะ คือลักษณะที่มีความเป็นชายสูงเพียงลักษณะเดียว (Masculine) ลักษณะที่มีความเป็นหญิงสูงเพียงลักษณะเดียว (Feminine) ลักษณะแอนโดรจีนี (Androgyny) และลักษณะที่ไม่ชัดเจน (Undifferentiated)

## ตารางที่ 1

แสดงการแบ่งบทบาททางเพศออกเป็น 4 ลักษณะ

		ลักษณะของความเป็นชาย	
		มากกว่าค่า มัธยฐาน	ต่ำกว่าค่า มัธยฐาน
ลักษณะของความเป็นหญิง	มากกว่าค่า มัธยฐาน	แอนโดรจีเนีย	ลักษณะความ เป็นหญิง
	ต่ำกว่าค่า มัธยฐาน	ลักษณะความ เป็นชาย	ลักษณะบทบาททาง เพศที่ไม่ชัดเจน

ที่มา: Spence และ Helmreich (1978)

### 2. ปัจจัยที่มีอิทธิพลในการกำหนดบทบาททางเพศ

ปัจจัยที่มีอิทธิพลในการกำหนดบทบาททางเพศของชายและหญิงนั้น มีความคิดเห็นที่แตกต่างกันไปหลายความคิดเห็น ในที่นี้ขอสรุปปัจจัยที่มีอิทธิพลในการกำหนดบทบาททางเพศของชายและหญิงไว้ 2 กรณีได้แก่ ปัจจัยทางด้านชีวภาพ และปัจจัยทางด้านสภาพแวดล้อม ดังนี้

#### 2.1 ปัจจัยทางด้านชีวภาพ (Biological Factor)

ลักษณะทางด้านชีวภาพ เป็นลักษณะทางร่างกายที่สามารถมองเห็นได้ โดยเป็นตัวที่กำหนดให้เห็นอย่างชัดเจนทางด้านร่างกายของเพศหญิง หรือเพศชาย ทำให้เกิดความแตกต่างของอวัยวะทางร่างกาย เช่น เพศชายมีกล้ามเนื้อที่แข็งแรง มีลักษณะที่เข้มแข็งมากกว่าเพศหญิง มีหนวดเครา และเพศหญิงมีประจำเดือน มีการตั้งครรภ์ ซึ่งแตกต่างจากเพศชาย ความแตกต่างของเพศชาย และเพศหญิงนี้เองทำให้เกิดการจัดการแบ่งสรรในบทบาท หน้าที่ ความรับผิดชอบ ที่เหมาะสมกับลักษณะทางชีวภาพของร่างกาย (Wood & Wood, 1996) การแบ่งสรรเหล่านี้เองทำให้เกิดความรับผิดชอบดังนี้ เพศชายมีความแข็งแรงกว่าเพศหญิง ในสมัยโบราณเพศชายจึงมีหน้าที่ในการจับอาวุธ ออกไปสู้รบกับศัตรู และเพศหญิงก็ทำงานบ้าน ดูแลเด็ก สามารถสรุปได้ว่าเพศชายมีหน้าที่ปฏิบัติการกิจต่าง ๆ นอกบ้าน ทำงานที่ต้องใช้พลังกำลัง และเพศหญิงมีหน้าที่ในการอยู่กับบ้าน ดูแลลูก เป็นต้น

สิ่งที่ทำให้มนุษย์มีความแตกต่างทางด้านชีวภาพ แสดงให้เห็นว่าเป็นเพศชาย และเพศหญิงคือฮอร์โมน (Hormones) เพศชายมีฮอร์โมนแอนโดรเจน (Androgen) และฮอร์โมนเทสโทสเตอโรน (Testosterone) ทำให้เพศชายมีลักษณะรูปร่าง และพฤติกรรมที่แตกต่างจากเพศหญิง สำหรับเพศหญิงมีฮอร์โมนเอสโตรเจน (Estrogen) และฮอร์โมนโปรเจสเตอโรน (Progesterone) ทำให้เพศหญิงมีลักษณะรูปร่าง และพฤติกรรมที่แตกต่างจากเพศชาย ในฮอร์โมนเพศที่แตกต่างกันนั้นถ้าระดับฮอร์โมนของแต่ละบุคคลมีความสมดุลกับเพศของตนเอง ก็จะเกิดลักษณะที่ตรงตามเพศ และแสดงออกมาเป็นพฤติกรรมที่เหมาะสม

## 2.2 ปัจจัยทางด้านสภาพแวดล้อม (Environmental Factors)

ความแตกต่างทางด้านชีวภาพเป็นสิ่งที่กำหนดลักษณะบทบาททางเพศของเพศชาย และเพศหญิง แต่นอกจากนี้ยังมีสิ่งที่กำหนดลักษณะบทบาททางเพศของเพศชาย และเพศหญิงนอกเหนือไปจากปัจจัยทางด้านชีวภาพ คือปัจจัยทางด้านสภาพแวดล้อม โดยปัจจัยทางสภาพแวดล้อมนั้นได้แก่เจตคติของพ่อแม่ การอบรมเลี้ยงดู รวมไปถึงความคาดหวังจากสังคม เมื่อพ่อแม่ทราบว่าลูกของตนมีเพศใด ก็จะจัดเตรียมสิ่งของเครื่องใช้ให้เหมาะสมกับเพศของเด็กนับตั้งแต่เสื้อผ้า ของเล่นต่าง ๆ ให้กับลูก นอกจากนี้ยังสร้างความคาดหวังให้ลูกของตนมีพฤติกรรมที่ตรงตามเพศ ซึ่งมีความแตกต่างกันในเพศชายและเพศหญิง และเป็นไปตามความคาดหวังของสังคม เหล่านี้ทำให้เด็กได้เรียนรู้ความแตกต่างระหว่างเพศ โดยมีพื้นฐานการเรียนรู้เริ่มต้นที่ครอบครัว Lansky (1967 อ้างถึงใน Kaplan & Sedney, 1980) ทำการศึกษาบิดา มารดาของเด็กนักเรียนชั้นอนุบาลจำนวน 98 คู่เกี่ยวกับเจตคติต่อการเลือกกิจกรรมที่ตรงตามเพศของเด็ก จัดสภาพการศึกษาเริ่มต้นให้เด็กหญิงเล่นตุ๊กตา และเด็กชายเล่นปืน ซึ่งเป็นลักษณะที่ตรงตามเพศของเด็ก ต่อมาจัดสภาพให้เด็กหญิงเล่นปืน และเด็กชายเล่นตุ๊กตา ซึ่งเป็นลักษณะที่ไม่ตรงตามเพศของเด็ก ต่อมาผู้วิจัยทำการวัดเจตคติของบิดา มารดา พบว่า บิดา มารดามีแนวโน้มอย่างมากที่จะมีเจตคติทางลบต่อเด็กชายที่เล่นตุ๊กตา ซึ่งเป็นของเล่นที่ไม่ตรงตามเพศของเด็ก และมีเจตคติที่เป็นกลาง หรือมีเจตคติทางบวกต่อเด็กหญิงที่เล่นปืน ซึ่งเป็นของเล่นที่ไม่ตรงตามเพศของเด็ก นอกจากนี้ Rubin, Provenzano และ Luria (1974 อ้างถึงใน Kaplan & Sedney, 1980) ศึกษาพบว่าพ่อแม่ให้คำอธิบายว่าเด็กหญิงควรมีลักษณะที่อ่อนแอ น่ารัก ต้องการการดูแลเอาใจใส่มากกว่าเด็กชาย และสำหรับเด็กชายนั้นมีลักษณะแข็งแรง ว่องไว มากกว่าเด็กหญิง จากการรับรู้ดังนี้เองการปฏิบัติต่อเด็กจึงมีความแตกต่างกันไปในลักษณะที่ตรงตามเพศของแต่ละบุคคล

สรุปได้ว่าปัจจัยที่มีอิทธิพลในการกำหนดบทบาททางเพศของบุคคลนั้น มาจากปัจจัยทางด้านชีวภาพและปัจจัยทางด้านสภาพแวดล้อม แต่สิ่งที่มีความสำคัญและสามารถพัฒนาได้คือ ปัจจัยทางด้านสภาพแวดล้อม ดังนั้นพ่อแม่จึงควรมุ่งเอาใจใส่ ให้ความสำคัญกับการอบรมเลี้ยงดู เพื่อเด็กจะได้พัฒนาบทบาททางเพศของตนให้ตรงตามเพศได้อย่างเหมาะสม

### 3. แอนโดรจีเนีย (Androgyny)

ลักษณะบทบาททางเพศแบบแอนโดรจีเนีย หมายถึง ความแตกต่างของบทบาททางเพศที่มีลักษณะความเป็นชายสูงเพียงลักษณะเดียว (Masculine) และลักษณะที่มีความเป็นหญิงสูงเพียงลักษณะเดียว (Feminine) โดยที่ทั้งสองลักษณะมีความแตกต่างกันไปในคนละทิศทางกัน ไม่สามารถมารวมกันได้ เป็นสิ่งที่ใช้จำแนกบทบาททางเพศ สำหรับลักษณะของเพศหญิงและเพศชายนั้นเดิมได้แบ่งลักษณะทั้งสองออกเป็น 2 ขั้ว โดยแบ่งออกเป็นทิศทางเดียว คนละส่วนกัน

ต่อมาได้มีการศึกษามโนทัศน์ที่เป็นการบูรณาการของลักษณะที่มีความเป็นชายและลักษณะที่มีความเป็นหญิงเข้าด้วยกัน กล่าวคือเป็นลักษณะที่พบได้ทั้งในเพศชาย และเพศหญิง ไม่ได้มีความจำเป็นว่าต้องเป็นลักษณะเฉพาะของเพศใดเพศหนึ่งเท่านั้น ลักษณะของบทบาททางเพศดังกล่าวเรียกว่าแอนโดรจีเนีย (Androgyny) (Bem, 1974) กล่าวคือในบุคคลหนึ่ง อาจมีทั้งลักษณะของความเป็นชาย และลักษณะของความเป็นหญิงสูงทั้งสองลักษณะได้ เช่นบุคคลหนึ่งอาจเป็นคนที่กล้าแสดงออก และมีน้ำใจ เห็นอกเห็นใจผู้อื่นด้วย (Bem, 1977)

แนวความคิดแอนโดรจีเนียนั้นได้รับมาจากทัศนะที่ว่าลักษณะความเป็นชายและลักษณะความเป็นหญิงอยู่ในทิศทางที่เป็นอิสระต่อกัน บุคคลสามารถมีทั้งลักษณะความเป็นชายสูงและลักษณะความเป็นหญิงต่ำ บุคคลนี้จึงมีบทบาททางเพศแบบลักษณะความเป็นชาย (Masculine) บุคคลที่มีลักษณะความเป็นหญิงสูงและมีลักษณะความเป็นชายต่ำ บุคคลนี้จึงมีบทบาททางเพศแบบลักษณะความเป็นหญิง (Feminine) บุคคลที่มีลักษณะทั้งลักษณะความเป็นชายและลักษณะความเป็นหญิงสูงทั้งสองลักษณะ บุคคลนี้จึงมีบทบาททางเพศแบบแอนโดรจีเนีย (Androgyny) และบุคคลที่มีลักษณะความเป็นชายและลักษณะความเป็นหญิงต่ำทั้งสองลักษณะ บุคคลนี้จึงมีบทบาททางเพศแบบไม่ชัดเจน (Undifferentiated) Kilmartin (2000) อธิบายว่าการจัดประเภททั้งหลายนี้เป็นอิสระจากเพศซึ่งเป็นลักษณะทางชีวภาพของบุคคล



การวัดลักษณะของบทบาททางเพศแบบแอนโดรจีนีน เครื่องมือที่ใช้วัดแอนโดรจีนีนที่นิยมใช้มี 4 ประเภท (Kaplan & Sedney, 1980) ดังนี้

1. Bem Sex Role Inventory (BSRI) โดย Bem (1974)
2. Personality Attributes Questionnaire (PAQ) โดย Spence, Helmreich และ Stapp (1974)
3. PRF ANDRO โดย Berzins, Welling และ Wetter (1970)
4. การวัดบทบาททางเพศแบบ Androgyny ด้วยวิธี Adjective Check List โดย Heilbrun (1976)

#### 4. ทฤษฎีที่ใช้ในการวิจัย

##### 4.1 ทฤษฎีสกีมาทงเพศ (Gender Schema Theory)

จากแนวความคิดที่เคยมีความเชื่อว่าความแตกต่างระหว่างเพศของเพศชาย และเพศหญิงนั้น ถูกกำหนดโดยสังคม และสิ่งแวดล้อม ต่อมา Bem ได้เกิดแนวความคิดใหม่คือทฤษฎีสกีมาทงเพศโดย Bem (1981) ได้อธิบายความหมายของ Schema ว่าหมายถึงความถึงโครงสร้างทางปัญญาที่มีโครงข่ายเกี่ยวข้อง เชื่อมโยงกับการเรียนรู้ของบุคคล กล่าวได้ว่าทฤษฎีสกีมาทงเพศ (Gender Schema Theory) เป็นความเกี่ยวข้องเชื่อมโยงกับโครงสร้างทางปัญญาด้านเพศของบุคคล แล้วบุคคลจึงทำการตีความการรับรู้ว่าเป็นไปในทิศทางใด นอกจากนี้ Cook (1985) กล่าวว่าทฤษฎีสกีมาทงเพศได้รับแนวความคิดมาจากทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม (Social Learning Theory)

Bem (1981) กล่าวว่าการพัฒนาสกีมาทงเพศแบ่งออกได้เป็นขั้นตอน ดังนี้ ขั้นตอนแรกจะเริ่มต้นจากการเรียนรู้ลักษณะพื้นฐานของความแตกต่างระหว่างเพศชายและเพศหญิง ว่าเพศชายและเพศหญิงมีลักษณะเช่นไร จะแยกแยะได้โดยต้องเห็นความแตกต่างอย่างชัดเจน อาจกล่าวได้ว่าลักษณะที่แตกต่างกันระหว่างเพศชายและเพศหญิงเกิดมาจากความคาดหวังของสังคมได้เช่นกัน สังคมมักคาดหวังว่าผู้ชายต้องมีลักษณะที่เป็นผู้นำครอบครัว ทำงานเป็นหลักให้กับครอบครัวได้ ส่วนผู้หญิงมีลักษณะที่ต้องทำงานบ้าน เลี้ยงดูบุตร ธิดา ความคาดหวังจากสังคมเช่นนี้มีมาแต่ครั้งโบราณแล้ว สำหรับขั้นตอนต่อไปเป็นขั้นในการเชื่อมโยงลักษณะสกีมาทงเพศ โดยจะทำการเชื่อมโยงจากลักษณะสกีมาทงเพศที่ตนเองได้เรียนรู้

มาจากขั้นเริ่มต้นกับลักษณะตามเพศของตน ดังนั้นความคาดหวังจากสังคมจึงมีส่วนในการกำหนดลักษณะก็มาทางเพศ กล่าวสรุปได้ว่าการเรียนรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับเรื่องเพศนั้น เริ่มต้นมาตั้งแต่ในวัยเด็ก โดยเด็กเรียนรู้ผ่านทางสังคม สิ่งแวดล้อมที่ล้อมรอบเด็กอยู่ และนอกจากการเรียนรู้จากสังคมส่วนนี้แล้วเด็กยังเรียนรู้ลักษณะที่เหมาะสมที่สุดตามเพศของตนเองด้วย ประเด็นหลักของทฤษฎีนี้ก็มาทางเพศนั้น เป็นกระบวนการเรียนรู้ที่สอนให้เด็กทราบถึงการรับรู้ว่าลักษณะใดเป็นลักษณะที่เหมาะสมกับเพศใด เพศชาย หรือเพศหญิง เกิดเป็นสก็มาทางเพศ เป็นลักษณะที่ตรงตามเพศของตนเอง และเป็นไปอย่างเหมาะสม

#### 4.2 ทฤษฎีจิตวิเคราะห์ (Psychoanalytic Theory)

เริ่มต้นจากที่ทั้งเด็กชาย และเด็กหญิงตระหนักถึงความแตกต่างทางร่างกาย มีความแตกต่างกันทางอวัยวะเพศ ซึ่งความแตกต่างกันนี้เองทำให้เด็กเกิดแรงจูงใจในการสร้างเอกลักษณ์ของบทบาททางเพศจากพ่อ แม่ ที่มีเพศเดียวกับตน ทำให้บุคคลเกิดการประเมินตนเอง เรียนรู้ลักษณะบุคลิกภาพที่เหมาะสมโดยในเด็กชาย และเด็กหญิงจะเกิดความขัดแย้งในบุคลิกภาพของตนเองในช่วงอายุ 5-6 ปี เป็นการตระหนักถึงความแตกต่างทางกายวิภาคของร่างกายตนเอง เช่น เด็กชายมีอวัยวะเพศชาย เป็นต้น เป็นช่วงที่เด็กตระหนักถึงความแตกต่างกันของเพศชาย และเพศหญิง เด็กชายกลัวการถูกตัดอวัยวะเพศ สำหรับเด็กหญิงก็ไม่มียวัยวะเพศชาย สิ่งเหล่านี้เองทำให้เด็กเกิดแรงจูงใจที่จะหาเอกลักษณ์ทางเพศของตนเองจากพ่อ แม่ ที่มีเพศเดียวกับตน ความกลัวที่จะถูกตัดอวัยวะเพศในเพศชายนั้นมีความหนักแน่นมากกว่าการที่เพศหญิงอิจฉาที่เพศชายมีอวัยวะเพศที่ตนเองไม่มี เพราะเด็กหญิงรับรู้ว่ามี การสูญเสียอวัยวะเพศชายไปแล้ว ส่งผลสืบเนื่องมาทำให้เกิดเอกลักษณ์ทางเพศในเพศชาย และเพศหญิง โดยเป็นการพัฒนาที่อยู่บนพื้นฐานทางชีววิทยา และเกิดขึ้นภายในตัวบุคคล จากกระบวนการต่าง ๆ การตระหนักถึงความแตกต่างทางกายวิภาค ไปจนถึงการเกิดเอกลักษณ์ทางเพศ ทำให้เกิดการยอมรับ การเอามาใช้ให้เกิดเป็นพฤติกรรมที่ตรงตามเพศ (Basow, 1986)

#### 4.3 ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม (Social Learning Theory)

ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมนั้น มีความเกี่ยวข้องกับกระบวนการทางปัญญา พฤติกรรมที่แสดงออกมากจากบทบาททางเพศเป็นการเรียนรู้ในขณะที่มีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่นในสิ่งแวดล้อม (Mischel, 1976 อ้างถึงใน Kaplan & Sedney, 1980) การเรียนรู้ทางสังคมนั้น เริ่มต้นเกิดขึ้นตั้งแต่วัยเด็กทั้งเพศชาย และเพศหญิง โดยในการพัฒนาการทางการเรียนรู้

ของเด็กเรื่องเพศนั้น สิ่งแวดล้อมเป็นสิ่งที่มีความสำคัญมากในการเรียนรู้ทั้งของเด็กชาย และเด็กหญิงโดยตรงผ่านทาง การให้รางวัล และการลงโทษที่แตกต่างกันไปในแต่ละบุคคล และการเรียนรู้ก็เกิดขึ้นได้จากการเรียนรู้จากการสังเกต และจากตัวแบบ (Bandura & Walster, 1963; Lynn, 1969 อ้างถึงใน Basow, 1986) โดยที่การเรียนรู้โดยผ่านตัวแบบนี้ประกอบไปด้วย การสังเกต การเลียนแบบ และการเสริมแรง เริ่มต้นเกิดจากการสังเกตสิ่งแวดล้อมที่อยู่รอบตัวก่อน ขั้นตอนต่อไปของการเรียนรู้คือการเลียนแบบ ในวัยเด็กการสังเกต การเลียนแบบของเด็กนั้น เริ่มต้นจากพ่อ แม่ และบุคคลใกล้ชิด มีการศึกษาเกี่ยวกับการเรียนรู้ของเด็กจากการเลียนแบบ ได้ผลดังนี้ Hetherington และ Frankie (1967 อ้างถึงใน Spence & Helmreich, 1978) พบว่า การเลียนแบบจากตัวแบบในวัยเด็กนั้น เด็กหญิงจะเลียนแบบแม่ของตนเองในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับลักษณะที่อบอุ่น การมีอัธยาศัยไมตรีที่ดีมากที่สุด และสำหรับเด็กชายจะเลียนแบบพ่อของตนเองในเรื่องเกี่ยวกับลักษณะความมีอำนาจ การควบคุมผู้อื่น

#### 4.4 ทฤษฎีพัฒนาการทางปัญญา (Cognitive Development Theory)

ทฤษฎีพัฒนาการทางปัญญา มีแนวความคิดว่าการเรียนรู้ลักษณะที่ตรงตามเพศของตนเอง เป็นการเรียนรู้จากบุคคลอื่นตามลำดับขั้นของพัฒนาการ ทฤษฎีพัฒนาการ ทฤษฎีนี้ Kohlberg ได้เป็นผู้พัฒนาโดยได้ตั้งอยู่บนพื้นฐานของทฤษฎีพัฒนาการทางปัญญาของ Piaget โดยที่ Kohlberg เสนอว่าเมื่อเด็กมีอายุ 2-3 ปี เด็กสามารถเรียนรู้ว่าตนเองมีเพศใด เป็นเพศชายหรือเพศหญิง แต่ยังไม่สามารถบอกเพศของผู้อื่นได้ว่ามีเพศใด อาจดูจากถ้าเป็นผู้หญิงต้องใส่กระโปรงและมีผมยาว ถ้าเป็นผู้ชายก็จะมีผมสั้น เป็นต้น เด็กเรียนรู้บทบาททางเพศจากการเรียนรู้ความเข้าใจจากสิ่งที่อยู่ในวงสังคม โดยที่รู้ว่าตนเป็นเพศชาย หรือเพศหญิง โดยเด็กที่มีอายุ 4-7 ปี จะไม่มีความเข้าใจว่ากายของมนุษย์จะไม่มีการเปลี่ยนแปลง เมื่อโตขึ้นก็จะรู้ว่าทุกสิ่งทุกอย่างต้องมีการเปลี่ยนแปลง เด็กจะได้รับข้อมูลเกี่ยวกับบทบาททางเพศที่เหมาะสมจากแหล่งต่าง ๆ เช่น ผู้ใหญ่ เพื่อน โทรทัศน์ และอื่น ๆ ว่าเขาควรแสดงพฤติกรรมเช่นไร เพื่อให้เกิดความเหมาะสมตามเพศของตน เพศชายควรมีพฤติกรรมเช่นไร และเพศหญิงควรมีพฤติกรรมเช่นไร (Kohlberg, 1966 อ้างถึงใน Cook, 1985)

แสดงโครงสร้างของทฤษฎีทั้ง 3 ทฤษฎีในเรื่องพัฒนาการการเกิดเอกลักษณ์ทางเพศเรียงตามลำดับขั้นของพัฒนาการตามลำดับได้ ดังตารางที่ 2

## ตารางที่ 2

แสดงโครงสร้างของทฤษฎีทั้ง 3 ทฤษฎีในพัฒนาการการเกิดเอกลักษณ์ทางเพศ คือทฤษฎีจิตวิเคราะห์ ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม และทฤษฎีพัฒนาการทางปัญญา โดยเรียงลำดับตามขั้นตอนของพัฒนาการ

ทฤษฎี	ลำดับขั้นตอนของพัฒนาการตามลำดับ			
ทฤษฎีจิตวิเคราะห์	ตระหนักถึงความแตกต่างทางกายภาคของบุคคล	หาเอกลักษณ์ทางเพศจากพ่อแม่ เพศเดียวกับตน	เกิดเอกลักษณ์ทางเพศ	เกิดพฤติกรรมที่ตรงตามเพศ
ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม	การแสดงพฤติกรรมที่ตรงตามเพศ	การเลียนแบบตัวแบบที่มีเพศเดียวกับตน	เกิดพฤติกรรมที่ตรงตามเพศ	เกิดเอกลักษณ์ทางเพศ
ทฤษฎีพัฒนาการทางปัญญา	ตระหนักถึงประเภทต่างๆ ของเพศ คือเพศชาย และเพศหญิง	เกิดเอกลักษณ์ของเพศ	เกิดการหาเอกลักษณ์ทางเพศจากตัวแบบที่มีเพศเดียวกับตน	เกิดพฤติกรรมที่ตรงตามเพศ

ที่มา: Basow (1986)

Zanden และ Wilfrid (1987) อธิบายว่าเพศชายที่มีบทบาททางเพศแบบลักษณะความเป็นชายสูง (Masculine) จะมีคุณลักษณะ บุคลิกภาพที่ดีกว่าเพศชายที่มีบทบาททางเพศแบบลักษณะความเป็นหญิง (Feminine) โดยจะมีลักษณะเป็นอิสระ ไม่ขึ้นกับใคร และมีการกล้าแสดงออก และสำหรับบทบาททางเพศแบบลักษณะความเป็นหญิง (Feminine) จะตรงกันข้ามกับบทบาททางเพศแบบลักษณะความเป็นชาย (Masculine) กล่าวคือจะขาดความเป็นอิสระ ยอมผู้อื่น และขาดการกล้าแสดงออก

สำหรับบทบาททางเพศกับความวิตกกังวล มีงานวิจัยกล่าวว่าบุคคลที่มีลักษณะความเป็นชายสูงเพียงลักษณะเดียว (Masculine) จะมีความวิตกกังวลต่ำที่สุด (ลักษณะ มุลศรี, 2534) นอกจากนี้แล้วเพศที่แตกต่างกันของบุคคลยังส่งผลให้มนุษย์มีการแสดงออกของปฏิกิริยาทางอารมณ์

ที่แตกต่างกันออกไปด้วย โดยที่เพศชายมีแนวโน้มที่จะปิดบังไม่เปิดเผยอารมณ์ ความรู้สึกของตนเอง แต่สำหรับผู้หญิงนั้น มักแสดงออกทางอารมณ์ของตนเองออกมาโดยที่ไม่ปิดบังความรู้สึกของตน (Goldman, 1988 อ้างถึงใน Brannon, 1999)

## 2. การกล้าแสดงออก (Assertiveness)

### 1. ความหมายของการกล้าแสดงออก

การกล้าแสดงออกนั้นมีผู้ให้ความหมายของคำนี้มากมายเช่น การกล้าแสดงออกเป็นการแสดงพฤติกรรมที่แสดงความรู้สึกนึกคิดของตนเอง รวมไปถึงการสามารถเอ่ยคำปฏิเสธได้อย่างเหมาะสมปราศจากความวิตกกังวล พร้อมทั้งกล่าวคำชื่นชมยินดีได้อย่างจริงใจ (Bower & Bower, 1976)

Fensterheim และ Bear (1975) กล่าวว่าการมีพฤติกรรมกล้าแสดงออกนั้นเป็นเรื่องของการแสดงออกทางอารมณ์อย่างเป็นอิสระ ปราศจากความวิตกกังวล

สามารถกล่าวโดยสรุปได้ว่า การกล้าแสดงออก หรือพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออก (Assertive Behavior หรือ Assertiveness) หมายถึงการแสดงความรู้สึกที่แท้จริงของตนเองออกมาอย่างเหมาะสม เปิดเผย ตรงไปตรงมา และเป็นไปตามธรรมชาติ ปราศจากความวิตกกังวลจากความหมายของการกล้าแสดงออกนี้เองสามารถแบ่งการกล้าแสดงออก ออกมาได้หลายลักษณะดังที่ Bower และ Bower (1976) อธิบายลักษณะการกล้าแสดงออกในลักษณะต่าง ๆ ออกมาดังนี้

### 2. ลักษณะของการกล้าแสดงออก

Bower และ Bower (1976) ได้อธิบายลักษณะของการกล้าแสดงออกดังนี้

2.1 การพูดแสดงความรู้สึก (Use feeling-talk) บุคคลสามารถแสดงความรู้สึกและความสนใจออกมา ว่ามีความรู้สึกอย่างไร มีความคิดเช่นไร โดยสามารถพูดแสดงความรู้สึกที่แท้จริงของตนเองออกมา มากกว่าที่จะพูดออกมาโดยใช้ประโยคที่เป็นกลาง ไม่ชัดเจน และสามารถพูดออกมาได้อย่างเหมาะสม

2.2 การพูดเกี่ยวกับตนเอง (Talk about yourself) เมื่อบุคคลแสดงพฤติกรรมหรือปฏิบัติสิ่งที่มีคุณค่า มีความน่าสนใจ ก็สามารถเล่าให้เพื่อน ๆ ฟังได้โดยที่ในขณะที่พูดจากก็ไม่เป็นผู้ผูกขาดการสนทนาไว้แต่เพียงผู้เดียว ไม่พูดจาโอ้อวด แต่สามารถกล่าวถึงเรื่องของตนเองได้อย่างเหมาะสม

2.3 การพูดจาทักทายปราศรัย (Make greeting talk) สามารถแสดงความ เป็นมิตรกับบุคคลที่ต้องการสร้างความสัมพันธ์ หรือบุคคลที่ต้องการทำความรู้จักได้ โดยการ ยิ้มแย้มแจ่มใส กล่าววาจาแสดงความยินดีที่ได้พบเจอเขา ใช้คำพูดสุภาพ ยินดีที่ได้พบคุณอีก ในการทักทายมากกว่าการกล่าวเพียงคำว่าสวัสดิ์เท่านั้น

2.4 การยอมรับคำชมเชย (Accept compliment) สามารถยอมรับคำชมเชย ได้อย่างจริงใจ มากกว่าจะแสดงความเห็นด้วยกับเขา โดยการยอมรับคำชมเชยนั้น เป็นการ ให้รางวัลกับผู้กล่าวคำชมเชยด้วย

2.5 การแสดงสีหน้าอย่างเหมาะสม (Use appropriate facial talk) การแสดงออกทางสีหน้า และการแสดงออกทางน้ำเสียง มีอิทธิพลในการแสดงความหมายที่ตรง กับความรู้สึกที่แท้จริง เมื่อสนทนากับบุคคลอื่นก็สามารถมองสบตาคู่สนทนาในขณะที่สนทนาได้ อย่างเหมาะสม

2.6 การแสดงความไม่เห็นด้วยอย่างสุภาพ (Disagree mildly) เมื่อมีความ ไม่เห็นด้วยกับบุคคลใด ก็ไม่แสร้งทำเป็นว่าเห็นด้วยกับบุคคลนั้น เพียงเพื่อรักษาความสงบ สามารถแสดงออกในเรื่องที่ไม่เห็นด้วยอย่างสุภาพ อาจแสดงออกโดยการเลิกคิ้ว สายศีรษะ หรือ เปลี่ยนหัวข้อในการสนทนา

2.7 การขอให้แสดงความกระจ่างอย่างชัดเจน (Ask for clarification) เมื่อมี ผู้ให้คำแนะนำ คำสั่งสอน หรือคำอธิบายที่ไม่ชัดเจน ท่านสามารถขอร้องให้เขาอธิบายใหม่อีกครั้ง ให้ชัดเจนยิ่งขึ้น แทนที่จะแสดงออกว่าเข้าใจ แต่แท้จริงแล้วสับสนไม่เข้าใจ โดยสามารถพูดว่า ยังไม่เข้าใจคำอธิบาย ช่วยกรุณาอธิบายให้ฟังอีกสักครั้งได้ไหม

2.8 การถามเหตุผล (Ask why) เมื่อมีผู้มาขอร้องให้ทำในสิ่งที่ไม่สมเหตุ สมผล หรือไม่มีเหตุผลอันสมควร ก็สามารถถามได้ว่าทำไมถึงต้องการให้ทำสิ่งนั้นด้วย

2.9 การแสดงความไม่เห็นด้วยอย่างจริงจัง (Express active disagreement) เมื่อมีความคิดเห็นไม่ตรงกับผู้อื่น และตนเองมีความไม่แน่ใจในสิ่งที่ไม่เห็นด้วย สามารถพูดได้ว่ามีความคิดเห็นที่ต่างออกไป และมีความคิดเห็นว่าเป็นเช่นนั้น โดยสามารถบอก ความคิดเห็น และความคิดของตนเองได้

2.10 การพูดเพื่อรักษาสีทธิของตน (Speak up for rights) ไม่ปล่อยให้ใคร มาเอาเปรียบตนเอง และเมื่อรู้สึกว่าคุณเองกำลังถูกเอาเปรียบโดยไม่ยุติธรรม สามารถทำการ ปฏิเสธได้ โดยที่ไม่เก็บมาคิดว่าเป็นความผิดของตนเอง สามารถแสดงสิทธิอันชอบธรรมของตน และขอร้องให้บุคคลอื่นแสดงต่อตนเองอย่างยุติธรรม

2.11 การยืนกราน (Be persistent) เมื่อเกิดความคับข้องใจหรือต้องการร้องทุกข์ในเรื่องที่มีเหตุอันควร สามารถทำการร้องทุกข์จนกว่าจะได้รับความพอใจ แม้มีผู้ใดคัดค้านก็ไม่เลิกล้มความตั้งใจ

2.12 การเลี่ยงการให้คำอธิบายกับทุก ๆ ความคิดเห็น (Avoid justifying every opinion) ในการเจรจาสอนทนายกับผู้ใด ถ้าเกิดการโต้เถียงตลอดเวลา เช่นถามเหตุผลตลอดว่าทำไม ก็สามารถหยุดคำถามเหล่านั้นได้ โดยการปฏิเสธที่จะต่อความออกไป สามารถกล่าวได้ว่ามีเหตุผลของตนเอง และไม่จำเป็นต้องบอกว่ามีความคิดเห็นอย่างไรให้ผู้อื่นทราบ

### 3. การกล้าแสดงออกของบุคคลที่แตกต่างกัน

แต่ละบุคคลมีความสามารถแตกต่างกันไปในแต่ละด้าน ซึ่งความสามารถนี้ก็รวมไปถึงการกล้าแสดงออกด้วย บางคนสามารถแสดงออกในสถานการณ์ต่าง ๆ ได้เป็นอย่างดี แต่ก็มีคนอีกบางกลุ่มที่ไม่กล้าแสดงออก สาเหตุที่บุคคลมีการกล้าแสดงออกที่แตกต่างกันมีสาเหตุ 2 ประการ (Bower & Bower, 1976) คือสาเหตุจากตัวบุคคล และสาเหตุจากอิทธิพลของสิ่งแวดล้อม ดังนี้

3.1 สาเหตุจากตัวบุคคล เกิดมาจากความรู้สึกของบุคคลที่เขามีต่อตนเอง ว่ามีความรู้สึกต่อตนเองไปในทิศทางใด ทางบวก หรือทางลบ การที่บุคคลกล้าแสดงออกในระดับน้อยนั้น เพราะว่าบุคคลมีความรู้สึกต่อตนเองไปในทางด้านลบ ทำให้บุคคลไม่กล้าแสดงออก และเนื่องมาจากการขาดทักษะในการติดต่อสื่อสาร ติดต่อสัมพันธ์ ทำให้ไม่กล้าแสดงออกในความต้องการตามความรู้สึกนึกคิดของตนเองออกมาให้ผู้อื่นได้รับรู้ รับทราบได้ จึงทำให้บุคคลนั้นมีการกล้าแสดงออกน้อย (Bower & Bower, 1976)

3.2 สาเหตุจากอิทธิพลของสิ่งแวดล้อม เนื่องจากลักษณะทางสังคม และวัฒนธรรมของแต่ละสังคมมีความแตกต่างกันในความคาดหวังลักษณะของบางประการที่ขัดแย้งกับการกล้าแสดงออก เช่น ความเกรงใจบุคคลอื่น ความสุภาพ การอ่อนน้อมถ่อมตน การมีสัมมาคารวะ เป็นต้น ซึ่งส่งผลต่อการอบรมเลี้ยงดู จนกระทั่งกลายเป็นลักษณะบุคลิกภาพของบุคคล จากสิ่งเหล่านี้เองที่ส่งผลต่อการอบรมเลี้ยงดู จนกลายเป็นลักษณะบุคลิกภาพของบุคคล จากสิ่งเหล่านี้เองส่งผลกระทบต่อการกล้าแสดงออก เพราะลักษณะของสิ่งแวดล้อมที่สั่งสมมาในสังคม วัฒนธรรมของแต่ละสังคม มีอิทธิพลในการยับยั้งการกล้าแสดงออกของบุคคล (Bower & Bower, 1976)

#### 4. งานวิจัยอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องกับมารักแล้วแสดงออก

##### 4.1 ลักษณะของการไม่กล้าแสดงออก

Alberti และ Emmons (1974) ได้ให้ความหมายของการไม่กล้าแสดงออก โดยแบ่งออกได้เป็นประเภทต่าง ๆ ได้ดังนี้

1. การไม่กล้าแสดงออกอย่างทั่วไป การไม่กล้าแสดงออกลักษณะนี้เป็นเพราะว่าบุคคลนั้นมีลักษณะขลาดอาย เป็นนิสัยพื้นฐานของตนเองอยู่แล้ว เป็นบุคคลที่เสียบโดยจะไม่แสดงความรู้สึกนึกคิดของตนเองออกมาให้ผู้ใดได้รับรู้ ไม่สร้างการรบกวนให้ผู้อื่นรำคาญ ไม่สบายใจ ถึงแม้ว่าตนเองจะรู้สึกลำบากใจ ไม่สบายใจก็ตาม ก็ไม่แสดงออกมาให้เห็น

2. การไม่กล้าแสดงออกตามสถานการณ์ การไม่กล้าแสดงออกลักษณะนี้กล่าวคือ โดยพื้นฐานแล้วบุคคลนั้นมีลักษณะพฤติกรรมที่เหมาะสมแล้ว ไม่ได้เกิดปัญหาจากการไม่กล้าแสดงออกที่มาจากตัวบุคคล แต่มีสาเหตุมาจากสถานการณ์ต่าง ๆ ที่แวดล้อมอยู่โดยรอบ ทำให้เกิดความไม่สบายใจ และเกิดพฤติกรรมไม่กล้าแสดงออก

ลักษณะของการไม่กล้าแสดงออกอีกลักษณะหนึ่ง Fensterheim และ Bear (1975) ได้จำแนกลักษณะของการไม่กล้าแสดงออกไว้ดังนี้

1. มีความขลาดอาย ยอมอยู่ภายใต้อำนาจของบุคคลอื่น ไม่พูดเพื่อแสดงความรู้สึกนึกคิด ความคิดเห็น แม้ว่าตนเองจะไม่สบายใจ หรือเดือดร้อนก็ตาม ก็ยอมรับว่าตนเองเป็นผู้ผิดเอง มักจะพูดว่าเสียใจในสถานการณ์ทั้งหลาย

2. การติดต่อสื่อสารกับบุคคลอื่นเป็นไปได้ไม่ดี โดยลักษณะของพฤติกรรมที่สำคัญของกระบวนการกล้าแสดงออก 4 ประการคือความเปิดเผย, ความตรงไปตรงมา, ความซื่อสัตย์ และความเหมาะสม

3. การกล้าแสดงออกในเรื่องบางเรื่อง เป็นลักษณะที่บุคคลมีการกล้าแสดงออกในเหตุการณ์หนึ่ง สถานที่หนึ่ง แต่ว่าในอีกเหตุการณ์หนึ่ง สถานที่หนึ่งกลับไม่กล้าแสดงออก ไม่สามารถแสดงความรู้สึกหรือเปิดเผยได้เต็มที่ ไม่มีความเสมอต้นเสมอปลาย

4. การมีพฤติกรรมที่สมดุลง เป็นบุคคลที่ไม่สามารถใช้สายตาในการติดต่อสื่อสาร, พูดน้อย, ไม่เป็นฝ่ายที่เริ่มต้นการสนทนากับผู้อื่นก่อน เป็นต้น โดยลักษณะของพฤติกรรมที่ไม่สมดุลงเหล่านี้สามารถสร้างเสริม พัฒนาให้เกิดขึ้นได้



5. ถูกจำกัดด้วยข้อจำกัดบางอย่าง กล่าวคือบุคคลรับรู้ว่ามีสิ่งใดที่ตนสามารถทำได้ และตนเองมีทักษะที่จะทำให้สิ่งนั้นสำเร็จ แต่มีความกลัวเข้ามาทำให้ไม่ทำสิ่งที่ตนเองรับรู้ว่าจะทำได้ และมีทักษะที่จะทำให้สำเร็จ โดยมีความกลัวว่าผู้อื่นจะโกรธ กลัวการวิพากษ์วิจารณ์ที่จะทำให้ไม่สามารถทำสิ่งที่สามารถปฏิบัติได้

6. บุคคลมีนิสัยบางอย่างที่แทรกเข้ามารับรู้ถึงตนเองทำสิ่งที่ไม่สมควร แต่ก็มีปัญหาที่ไม่สามารถเปลี่ยนแปลงได้

#### 4.2 พฤติกรรมก้าวร้าว (Aggressive Behavior)

Alberti และ Emmons (1974) ได้แบ่งพฤติกรรมก้าวร้าวออกเป็นลักษณะต่าง ๆ ดังนี้

1. ความก้าวร้าวอย่างทั่วไป บุคคลแสดงความก้าวร้าวต่อผู้อื่น เนื่องจากว่าพื้นฐานของบุคคลมีความเชื่อมั่นในตนเองมาก เมื่อมั่นใจในตนเองมากมักจะถูกบุคคลอื่น แสดงคำสั่งให้ผู้อื่นทำตามคำสั่ง การก้าวร้าวลักษณะนี้ เป็นการก้าวร้าวในทุกสถานการณ์

2. ความก้าวร้าวตามสถานการณ์ กล่าวคือบุคคลมีความก้าวร้าวต่อผู้อื่นในบางเหตุการณ์ บางสถานการณ์เท่านั้น มีสาเหตุมาจากสถานการณ์แวดล้อมไม่ใช่สาเหตุมาจากความก้าวร้าวที่มาจากภายในตัวบุคคล

จากความเกี่ยวข้องกันของการกล้าแสดงออก การไม่กล้าแสดงออก และความก้าวร้าว ซึ่งอาจมีบางส่วนที่มีความใกล้เคียงกันมาก ดังนั้นผู้วิจัยจึงขอก้าวโดยจำแนกให้เห็นความแตกต่างของลักษณะทั้ง 3 ประการ ให้เห็นอย่างชัดเจนในตารางที่ 3 ดังนี้

### ตารางที่ 3

แสดงการจำแนกลักษณะของการไม่กล้าแสดงออก การกล้าแสดงออก และความก้าวร้าว

การไม่กล้าแสดงออก	การกล้าแสดงออก	ความก้าวร้าว
ถูกละเมิดสิทธิ ถูกเอาเปรียบ	ป้องกันสิทธิของตน และเคารพในสิทธิของผู้อื่น	ละเมิดสิทธิ เอาเปรียบผู้อื่น
ไม่บรรลุวัตถุประสงค์ตามที่ต้องการ	บรรลุวัตถุประสงค์ที่ต้องการโดยไม่ทำร้ายความรู้สึกของผู้อื่น	บรรลุวัตถุประสงค์ที่ต้องการบนความเดือดร้อนของผู้อื่น
รู้สึกคับข้องใจ ไม่มีความสุขกังวล	มีความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง เกิดความมั่นใจในตนเอง	ป้องกันตนเอง ขวนทะเลาะ ถูกเหยียดหยามผู้อื่น
เก็บความรู้สึก และแยกตัว	เข้าสังคมแสดงความรู้สึกได้อย่างเหมาะสมแก่กาลเทศะ	บันดาลโทสะ โกรธ และเป็นศัตรูกับผู้อื่น
พฤติกรรมไม่กล้าแสดงออก	การกล้าแสดงออก	พฤติกรรมก้าวร้าว
ยอมให้ผู้อื่นเลือกวิถีทาง	เลือกวิถีทางด้วยตนเอง	เลือกวิถีทางให้ผู้อื่น

ที่มา: Alberti และ Emmons (1974)

### 3. อารมณ์

มนุษย์กับอารมณ์เป็นสิ่งที่เกี่ยวข้องกันมาตั้งแต่มนุษย์ลืมตาขึ้นดูโลก ตั้งแต่แรกเกิดมนุษย์ก็สามารถรับรู้อารมณ์ได้ เนื่องจากโดนกระตุ้นจากสิ่งแวดล้อมภายนอกที่แตกต่างไปจากภายในครรภ์มารดา เมื่อถือกำเนิดออกมาทารกจะแสดงอารมณ์ ที่แสดงความตื่นตัวภายหลังจากโดนสิ่งเร้ามากระตุ้น โดยการตอบสนองทางอารมณ์ที่ตื่นตัวของเด็กทารกจะไม่แตกต่างกันนัก และเป็นการแสดงออกอย่างเป็นธรรมชาติ (Ekman, Friesen, & Ellsworth, 1982) อารมณ์ก่อให้เกิดการแสดงออกเป็นพฤติกรรมที่ตอบสนองต่ออารมณ์ ความรู้สึกที่เกิดขึ้นในแต่ละคนการตอบสนองทางอารมณ์จะมีความแตกต่างกันไป เช่นความรู้สึกยินดี ดีใจ สามารถกระตุ้นให้บุคคลแสดงออกเป็นพฤติกรรมที่แตกต่างกันได้ บางคนเมื่อรู้สึกยินดี ดีใจ จะแสดงออกมาโดยการหัวเราะ ยิ้ม อารมณ์นั้นมีความแตกต่างหลากหลาย การพัฒนาทางอารมณ์นั้นจึงค่อยเป็นไปตามวัยที่พัฒนา

ขึ้น Komer (1974 อ้างถึงใน Ekman et al., 1982) ศึกษาพบว่าโดยทั่ว ๆ ไปแล้ว เด็กผู้หญิงจะยิ้มมากกว่าเด็กผู้ชาย โดยได้เสนอแนะเพิ่มเติมว่าเป็นเช่นนั้นเพราะว่าเด็กผู้หญิงมีลักษณะเฉพาะซึ่งเป็นลักษณะทางพันธุกรรมโดยเป็นการเตรียมการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมมากกว่าเด็กผู้ชาย

อารมณ์ที่เกิดขึ้นกับมนุษย์นั้นเราแบ่งออกเป็นอารมณ์ทางบวก และอารมณ์ทางลบ (Tomkins & Izard, 1965 อ้างถึงใน Ekman et al., 1982) และมีการตอบสนองต่ออารมณ์โดยการแสดงออกทางใบหน้าที่แตกต่างกันไป ตามแต่อารมณ์ที่เกิดขึ้นในขณะนั้น โดยที่ในแต่ละคนอาจมีการแสดงออกในแต่ละอารมณ์ที่แตกต่างกันออกไป ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับประสบการณ์ทางอารมณ์เฉพาะบุคคล เช่น เกิดการเปลี่ยนแปลงทางกล้ามเนื้อ กล้ามเนื้อกระดูกหรือเกร็ง (Crooks, 1988) เป็นต้น โดย Tomkins และ Izard (1965 อ้างถึงใน Ekman et al., 1982) กล่าวว่าอารมณ์ทางบวก และอารมณ์ทางลบ สามารถแบ่งออกได้เป็น 2 ประเภทใหญ่ ๆ ได้ดังนี้

#### อารมณ์ทางบวก

1. ความสนใจ (Interest or Excitement)
2. ความสุข (Enjoyment or Joy)
3. ประหลาดใจ (Surprise or Startle)

#### อารมณ์ทางลบ

1. ความเจ็บปวด (Distress or Anguish)
2. ความกลัว (Fear or Terror)
3. ความอับอาย (Shame or Humiliation)
4. ความรังเกียจ (Disgust)
5. ความโกรธ ความฉุนเฉียว (Anger or Rage)

อารมณ์ต่าง ๆ ที่มนุษย์แสดงออกมานั้น Ekman และคณะ (1982) อธิบายว่าการแสดงอารมณ์ของมนุษย์ออกมานั้นมีสาเหตุดังนี้

1. ลักษณะเฉพาะของแต่ละบุคคล ได้แก่ อายุ เพศ ลักษณะของรูปร่างแต่ละคน
2. ลักษณะเฉพาะในแต่ละเงื่อนไขของเหตุการณ์ ได้แก่ ตามการให้คำจำกัดความของคนในสังคม เป็นการปรับตัวให้เหมาะสมกับสถานการณ์ เช่นงานศพ งานแต่งงาน การสัมภาษณ์งาน การรอคอยรถโดยสารประจำทาง เป็นต้น
3. ลักษณะที่เปลี่ยนแปลงได้ของบุคคล ได้แก่ บทบาทในสังคม เจตคติ

4. ลักษณะตามสถานการณ์ที่เปลี่ยนแปลงไปในขณะที่มีปฏิสัมพันธ์ทางสังคม ได้แก่ ในช่วงที่ทำการสนทนา การฟังเรื่องราวต่าง ๆ

การแสดงอารมณ์ของมนุษย์นั้นมีความหลากหลายแตกต่างกันออกไปมาก ดังนั้นจึงขอกกล่าวถึงการแสดงอารมณ์ และจุดประสงค์ของการแสดงอารมณ์บางประเภทออกมา (Plutchik, 1994) ตามตารางที่ 4 ดังนี้

#### ตารางที่ 4

แสดงอารมณ์ และจุดประสงค์ของการแสดงอารมณ์

อารมณ์	เป้าหมาย
ความปรารถนาทางเพศ	เลือกคู่ครอง
ความกลัว	การหลบหนี
ความโดดเดี่ยว อ้ำว้าง	การอยู่รวมกันเป็นกลุ่ม
ความเห็นอกเห็นใจ การให้ความช่วยเหลือ	หาเครื่องป้องกันตัว เพื่อคอยปกป้อง
ความอยากรู้อยากเห็น ความใฝ่รู้	การสำรวจ ศึกษา
ความหยิ่งทะนงตน	การกล้าแสดงออกของตนเอง การยืนยันตนเอง
ความอบอุ่นใจ ความสุขสบาย	หลงตนเอง
ความสิ้นหวัง	การขอรับ การอ่อนน้อม
ความรู้สึกรังเกียจ	แสวงหาการพักผ่อน

ที่มา: Plutchik (1994)

เมื่อมีสิ่งเร้ามากระตุ้นทำให้เกิดอารมณ์ขึ้นมา เมื่ออารมณ์เกิดขึ้นมาแล้วจะประกอบไปด้วยการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ โดยจะเกิดการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย การแสดงออกทางอารมณ์ และประสบการณ์ทางอารมณ์ของบุคคลที่แตกต่างกันออกไป (Sartain, North, Strange, & Chapman, 1958) และนอกจากนี้อารมณ์นั้นสามารถทำให้มนุษย์มีพฤติกรรมที่แตกต่างกันออกไปโดยสามารถแบ่งออกได้ดังนี้ อารมณ์ที่เป็นลักษณะที่ก่อให้เกิดความก้าวร้าว เช่นความโกรธ ความเกลียด อารมณ์ที่เป็นลักษณะที่ก่อให้เกิดการปกป้องตนเอง เช่นความวิตกกังวลใจ ความกลัว และอารมณ์ที่เป็นลักษณะที่ก่อให้เกิดความเพลิดเพลินพึงพอใจ เช่นความดีใจ เป็นต้น (Cole, 1970) นอกจากนี้แล้วยังมีการแบ่งประเภทของอารมณ์ออกเป็น 8 ประเภท

โดยอารมณ์ทั้ง 8 ประเภทเหล่านี้เป็นอารมณ์พื้นฐานของมนุษย์ได้แก่ ความกลัว ความโกรธ ความเศร้าใจ ความรังเกียจ ความโกรธ การตั้งความคาดหวัง ความสนุกสนาน และการให้การยอมรับ (Plutchik, 1994)

### สิ่งที่มีผลต่อการแสดงออกทางอารมณ์

1. สถานการณ์ทางสังคม Heiss (1981) อธิบายว่าการแสดงอารมณ์ของมนุษย์นั้นถูกควบคุมจากสถานการณ์รอบตัว มีความแตกต่างระหว่างในขณะที่บุคคลอยู่เพียงลำพังคนเดียว กับเมื่ออยู่รวมกันกับผู้อื่นเมื่อบุคคลอยู่เพียงลำพังจะมีอิสระในการแสดงออกทางพฤติกรรม ทางอารมณ์ โดยไม่ได้ข้องเกี่ยวหรือมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นในสังคม เนื่องจากมนุษย์เป็นสัตว์สังคมจึงเลี่ยงไม่ได้ที่จะไม่พบ สนทนา พูดคุยกับผู้อื่น และเมื่อบุคคลอยู่ในสังคมต้องมีการปฏิสัมพันธ์โต้ตอบกับผู้อื่น ทำให้บุคคลต้องคอยควบคุมตนเอง แสดงบทบาทออกมาให้ตรงตามความต้องการของสังคม ให้เป็นไปตามความคาดหวังของคนในสังคม บางครั้งจึงเกิดพฤติกรรมและอารมณ์ที่ต่างไปจากอยู่เพียงลำพังผู้เดียว

2. วัฒนธรรม ประเพณี วัฒนธรรมของแต่ละชาติ ล้วนแสดงให้เห็นถึงเอกลักษณ์ในความเป็นชาติที่แตกต่างกันไปในแต่ละกลุ่มคน บางชาติอาจมีวัฒนธรรม ประเพณีที่คล้ายกัน แต่บางชาติอาจมีวัฒนธรรม ประเพณีที่หลากหลาย วัฒนธรรม ประเพณีจึงเป็นส่วนหนึ่งที่มีผลในการควบคุมพฤติกรรมของมนุษย์ (Lazarus, 1975) ในบางสังคมอาจเห็นว่าการหัวเราะ ยิ้มแย้มเป็นความสนุกสนาน เพลิดเพลิน แต่บางสังคมอาจจะมองว่าเป็นการดูถูก ไม่ให้เกียรติกันได้ ซึ่งมนุษย์ที่มีวัฒนธรรมเดียวกันย่อมมีรูปแบบของพฤติกรรม และบุคลิกภาพที่คล้ายกัน การแสดงออกทางอารมณ์ของคนในชาติเดียวกันก็ย่อมคล้ายคลึงกันด้วย ซึ่งในแต่ละชาติก็จะมี ความแตกต่างกันออกไป

แต่สำหรับในวัยรุ่นนั้นมีการตอบสนองทางอารมณ์ในรูปแบบที่มีความหลากหลาย แต่โดยมากแล้วมักเป็นปฏิกิริยาที่เกินกว่าที่ควรจะเป็น อาจกล่าวได้ว่าสามารถทำเรื่องเล็กน้อยให้กลายเป็นเรื่องที่ใหญ่ได้ โดยวัยรุ่นอาจมีอารมณ์เพลิดเพลินเมื่ออยู่ในสถานการณ์ที่มีความกดดันได้ นั่นอาจเป็นเพราะว่ายังไม่ต้องมีอะไรให้ต้องรับผิดชอบมากนัก และสำหรับอารมณ์โกรธ ความหุนหันพลันแล่นนั้นไม่สามารถควบคุมได้ในวัยรุ่น (Bernstein & Nash, 1999)

## งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

สำหรับงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเรื่องบทบาททางเพศ การกล้าแสดงออก และปฏิกิริยาทางอารมณ์ทางด้านบวกต่อภาวะที่อาจก่อให้เกิดความเครียดมีดังนี้ Helgeson (1994) ได้ศึกษาเกี่ยวกับลักษณะของเอเจนซี (Agency) และคอมมิวนิเียน (Communion) ที่มีความเกี่ยวข้องกับความสุข (well-being) ผลการศึกษาพบว่าบุคคลที่มีลักษณะแบบเอเจนซี (Agency) นั้นรายงานตนเองว่ามีความสุข (well-being) มากกว่าบุคคลที่มีลักษณะแบบคอมมิวนิเียน (communion) และนอกจากนี้บุคคลที่มีลักษณะแบบเอเจนซี (Agency) นั้นยังรายงานตนเองว่ามีความสุขทุกขีในระดับต่ำ และ Crooks (1988) ศึกษาพบว่าเมื่อบุคคลอยู่ในสภาวะอารมณ์ที่สบายใจ บุคคลนั้นก็จะเกิดแรงจูงใจทำให้เขามีความรู้สึกมั่นใจ ภาคภูมิใจ เป็นสุข

สำหรับการปรับตัวทางสังคมนั้น Helgeson (1994) ได้ศึกษาพบว่าลักษณะการปรับตัวทางสังคมทางด้านบวกนั้นมีความเกี่ยวข้องกับลักษณะแบบเอเจนซี (Agency) ซึ่งลักษณะต่าง ๆ เหล่านี้ยังได้รับการยืนยันจากเพื่อนของผู้ร่วมการทดลองด้วย แต่ Helgeson ได้ศึกษาอภิวิเคราะห์พบว่าทั้งลักษณะของเอเจนซี (Agency) และ คอมมิวนิเียน (Communion) นั้นไม่มีความสัมพันธ์ทางบวกอย่างมีนัยสำคัญกับการปรับตัวทางสังคมของผู้ร่วมการทดลอง

Tomaka และคณะ (1999) ได้ศึกษาลักษณะกล้าแสดงออกในเพศหญิงซึ่งในการทดลองครั้งนี้ให้นักศึกษาที่เป็นเพศหญิงเป็นผู้ร่วมการทดลอง โดยทำการศึกษาในห้องทดลอง ในห้องทดลองมีกล้องวงจรปิด และอุปกรณ์สื่อสารอยู่ภายใน (เพื่อใช้ในการติดต่อสื่อสาร และเพื่อสังเกตพฤติกรรม) สำหรับวิธีการศึกษานั้น ทำการศึกษาการกล้าแสดงออกโดยให้ผู้ร่วมการทดลองออกมาพูดต่อหน้าผู้ทำการวิจัยที่เป็นเพศชาย ซึ่งมีเพศตรงข้ามกับผู้ร่วมการทดลอง เพื่อทำการศึกษากการกล้าแสดงออกในการพูดต่อหน้าผู้ฟัง ทำการศึกษาในห้องทดลองหลังจากนั้น เมื่อผู้ร่วมการทดลองพูดจบแล้ว ผู้วิจัยก็ใช้เครื่องมือวัดลักษณะทางกายภาพที่เปลี่ยนแปลงไป หลังจากแสดงพฤติกรรมกล้าแสดงออกแล้ว ผลที่พบเป็นดังนี้

1. ผู้หญิงที่มีลักษณะกล้าแสดงออกสูงนั้นประเมินความเครียดจากการพูดว่าเป็นความท้าทาย สำหรับผู้หญิงที่มีลักษณะกล้าแสดงออกต่ำนั้นจะประเมินความเครียดจากการพูดว่าเป็นการถูกคุกคาม
2. ผู้หญิงที่มีลักษณะกล้าแสดงออกสูงนั้นรายงานว่ามีประสบการณ์ทางความเครียดน้อยกว่า และมีอารมณ์ทางด้านลบน้อยกว่า และมีอารมณ์ทางด้านบวกมากกว่า ผู้หญิงที่มีลักษณะกล้าแสดงออกต่ำ

3. ผู้หญิงที่มีลักษณะกล้าแสดงออกสูงนั้นแสดงปฏิกิริยาที่ตอบสนองต่อความเครียดว่าเป็นความท้าทาย สำหรับผู้หญิงที่มีลักษณะกล้าแสดงออกต่ำนั้น มีปฏิกิริยาที่ตอบสนองต่อความเครียดว่าเป็นการถูกคุกคาม

นอกจากนี้ Baron และ Byrne (2000) กล่าวว่าบทบาททางเพศแบบแอนโดรจีนี (Androgyny) นั้นมีลักษณะที่ดี กล่าวคือเมื่อเปรียบเทียบกับบุคคลที่มีบทบาททางเพศแบบแอนโดรจีนี (Androgyny) กับบุคคลที่มีบทบาททางเพศแบบอื่นแล้ว พบว่าบุคคลที่มีบทบาททางเพศแบบแอนโดรจีนี (Androgyny) มีการปรับตัว ความยืดหยุ่น การผ่อนคลายจากความเครียด มากกว่าผู้ที่ มีบทบาททางเพศแบบอื่น นอกจากนั้น Abdalla (1995 อ้างถึงใน Baron & Byrne, 2000) พบว่า ในบางวัฒนธรรมนั้นบทบาททางเพศแบบลักษณะความเป็นชาย (masculine) นั้นพัฒนาในด้านต่าง ๆ ได้เท่าเทียมกับบทบาททางเพศแบบแอนโดรจีนี (Androgyny)

แสดงให้เห็นว่า บทบาททางเพศ การกล้าแสดงออก และปฏิกิริยาทางอารมณ์ต่อภาวะที่อาจก่อให้เกิดความเครียดนั้นมีความสัมพันธ์กันดังที่กล่าวมาแล้ว ดังนั้นผู้วิจัยจึงมีความสนใจศึกษาถึงความสัมพันธ์ระหว่างบทบาททางเพศ การกล้าแสดงออก และปฏิกิริยาทางอารมณ์ต่อภาวะที่อาจก่อให้เกิดความเครียดโดยมีวัตถุประสงค์ดังนี้

### วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาการกล้าแสดงออกของบุคคลที่มีบทบาททางเพศแตกต่างกัน
2. เพื่อศึกษาปฏิกิริยาทางอารมณ์ต่อภาวะที่อาจก่อให้เกิดความเครียดของบุคคลที่มีบทบาททางเพศแตกต่างกัน
3. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการกล้าแสดงออกกับปฏิกิริยาทางอารมณ์ต่อภาวะที่อาจก่อให้เกิดความเครียด

### ขอบเขตการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง (Experiment research) ที่มุ่งศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างบทบาททางเพศ การกล้าแสดงออก และปฏิกิริยาทางอารมณ์ต่อภาวะที่อาจก่อให้เกิดความเครียด โดยมีรายละเอียด ดังนี้

1. การจำแนกบุคคลที่มีบทบาททางเพศแตกต่างกัน ดังการแบ่งบทบาททางเพศตามแนวทางของ (Bem, 1981) ดังนี้

- 1.1 บทบาททางเพศแบบลักษณะความเป็นชาย (Masculine) เป็นกลุ่มที่มีลักษณะความเป็นชายสูงเพียงลักษณะเดียว
- 1.2 บทบาททางเพศแบบลักษณะความเป็นหญิง (Feminine) เป็นกลุ่มที่มีลักษณะความเป็นหญิงสูงเพียงลักษณะเดียว
- 1.3 บทบาททางเพศแบบแอนโดรจีเนีย (Androgyny) เป็นกลุ่มที่มีลักษณะความเป็นชายและลักษณะความเป็นหญิงสูงทั้งสองลักษณะ
- 1.4 บทบาททางเพศแบบไม่ชัดเจน (Undifferentiated) เป็นกลุ่มที่มีลักษณะความเป็นชายและลักษณะความเป็นหญิงต่ำทั้งสองลักษณะ
2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ มาตรฐานวัดบทบาททางเพศ มาตรฐานวัดการกล้าแสดงออก และมาตรฐานวัดความรู้สึกทางบวกและความรู้สึกทางลบ
3. กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนิสิตระดับปริญญาตรี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

### คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย

บทบาททางเพศ หมายถึง คะแนนที่ได้จากมาตรฐานวัดบทบาททางเพศที่แบ่งประเภทของบทบาททางเพศเป็น 4 กลุ่ม ซึ่งจิตาวิรัตน์ ธรรมเกษร (2542) ได้พัฒนาเป็นภาษาไทย โดยใช้วิธีการแบ่งคะแนนดังต่อไปนี้

1. บทบาททางเพศแบบลักษณะความเป็นชาย (Masculine) เป็นลักษณะที่มีความเป็นชายสูงเพียงลักษณะเดียว หมายถึง ได้คะแนนจากมาตรฐานวัดบทบาททางเพศในลักษณะความเป็นชายสูงกว่าค่ามัธยฐาน และลักษณะความเป็นหญิงต่ำกว่าค่ามัธยฐาน
2. บทบาททางเพศแบบลักษณะความเป็นหญิง (Feminine) เป็นลักษณะที่มีความเป็นหญิงสูงเพียงลักษณะเดียว หมายถึง ได้คะแนนจากมาตรฐานวัดบทบาททางเพศในลักษณะความเป็นหญิงสูงกว่าค่ามัธยฐาน และลักษณะความเป็นชายต่ำกว่าค่ามัธยฐาน
3. บทบาททางเพศแบบแอนโดรจีเนีย (Androgyny) เป็นลักษณะที่มีความเป็นชาย และลักษณะความเป็นหญิงสูงทั้ง 2 ลักษณะ หมายถึง ได้คะแนนจากมาตรฐานวัดบทบาททางเพศในลักษณะความเป็นชายสูงกว่าค่ามัธยฐาน และลักษณะความเป็นหญิงสูงกว่าค่ามัธยฐาน



4. บทบาททางเพศแบบไม่ชัดเจน (Undifferentiated) เป็นลักษณะที่มีความเป็นชายและลักษณะความเป็นหญิงต่ำทั้ง 2 ลักษณะ หมายถึง ได้คะแนนจากมาตรวัดบทบาททางเพศในลักษณะความเป็นชายต่ำกว่าค่ามัธยฐาน และลักษณะความเป็นหญิงต่ำกว่าค่ามัธยฐาน

การกล้าแสดงออก หมายถึง คะแนนเฉลี่ยที่ได้จากการตอบมาตรวัดการกล้าแสดงออกที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น เป็นมาตรฐานค่า 5 ช่วง โดยครอบคลุมลักษณะการกล้าแสดงออกทั้ง 12 ด้าน ได้แก่ การพูดแสดงความรู้สึก การพูดเกี่ยวกับตนเอง การพูดจาทักทายปราศรัย การยอมรับคำชมเชย การแสดงสีหน้าอย่างเหมาะสม การแสดงความไม่เห็นด้วยอย่างสุภาพ การขอให้แสดงความกระจ่างอย่างชัดเจน การถามเหตุผล การแสดงความไม่เห็นด้วยอย่างจริงจัง การพูดเพื่อรักษาลิทธิของตน การยื่นกราน และการเลี่ยงการให้คำอธิบายกับทุก ๆ ความคิดเห็น

ภาวะที่อาจก่อให้เกิดความเครียด หมายถึง ภาวะที่บุคคลเผชิญกับสถานการณ์ที่ต้องออกมาพูดหน้าชั้น โดยที่ก่อนการพูดนั้นมีเวลาให้บุคคลได้เตรียมตัวพูดล่วงหน้า

ปฏิกริยาทางอารมณ์ต่อภาวะที่อาจก่อให้เกิดความเครียด หมายถึง คะแนนเฉลี่ยที่ได้จากการตอบมาตรวัดความรู้สึกทางบวกและทางลบ ซึ่งสาริณี วิเศษศรี (2540) ได้พัฒนาเป็นภาษาไทย เป็นมาตรฐานค่า 5 ช่วง

#### ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย

การวิจัยนี้จำแนกตัวแปรออกตามสมมติฐานการวิจัยทั้ง 3 ข้อ ได้ดังนี้  
สมมติฐานข้อที่ 1

ตัวแปรอิสระ คือ บทบาททางเพศ ได้แก่

- บทบาททางเพศแบบลักษณะความเป็นชาย (Masculine)
- บทบาททางเพศแบบลักษณะความเป็นหญิง (Feminine)
- บทบาททางเพศแบบแอนโดรจีเนีย (Androgyny)
- บทบาททางเพศแบบไม่ชัดเจน (Undifferentiated)

ตัวแปรตาม คือ การกล้าแสดงออก

### สมมติฐานข้อที่ 2

ตัวแปรอิสระ คือ บทบาททางเพศ ได้แก่

- บทบาททางเพศแบบลักษณะความเป็นชาย (Masculine)
- บทบาททางเพศแบบลักษณะความเป็นหญิง (Feminine)
- บทบาททางเพศแบบแอนโดรจีนี (Androgyny)
- บทบาททางเพศแบบไม่ชัดเจน (Undifferentiated)

ตัวแปรตาม คือ ปฏิกริยาทางอารมณ์ต่อภาวะที่อาจก่อให้เกิดความเครียด

### สมมติฐานข้อที่ 3

ตัวแปรอิสระ คือ การกล้าแสดงออก

ตัวแปรตาม คือ ปฏิกริยาทางอารมณ์ต่อภาวะที่อาจก่อให้เกิดความเครียด

### สมมติฐานในการวิจัย

จากการศึกษาเกี่ยวกับบทบาททางเพศ การกล้าแสดงออก และปฏิกริยาทางอารมณ์ต่อภาวะที่อาจก่อให้เกิดความเครียดนั้นผู้วิจัยพบประเด็นที่มีความน่าสนใจนำมาศึกษาคือ ลักษณะที่มีความเป็นชายสูงนั้น เป็นลักษณะของบุคคลที่มีการกล้าแสดงออก จึงกล่าวได้ว่าบทบาททางเพศแบบลักษณะความเป็นชาย (Masculine) นั้นมีการกล้าแสดงออกสูงกว่าบทบาททางเพศแบบอื่นเพราะว่าบทบาททางเพศแบบลักษณะความเป็นชาย (Masculine) มีเพียงลักษณะความเป็นชายสูงเพียงลักษณะเดียว สำหรับบทบาททางเพศแบบแอนโดรจีนี (Androgyny) ถึงแม้ว่าจะมีลักษณะความเป็นชายสูงเช่นเดียวกับบทบาททางเพศแบบลักษณะความเป็นชาย (Masculine) แต่บทบาททางเพศแบบแอนโดรจีนี (Androgyny) นั้นก็มีลักษณะความเป็นหญิงสูงเช่นกัน ส่วนบทบาททางเพศแบบลักษณะความเป็นหญิง (Feminine) และบทบาททางเพศแบบไม่ชัดเจน (Undifferentiated) นั้นบทบาททางเพศทั้ง 2 แบบนี้มีลักษณะของความเป็นชายต่ำ แต่บทบาททางเพศแบบไม่ชัดเจน (Undifferentiated) นั้นไม่มีความชัดเจนในตัวเองกล่าวคือทั้งลักษณะความเป็นชายและความเป็นหญิงต่ำทั้ง 2 ลักษณะ ผู้วิจัยจึงทำการจำแนกการกล้าแสดงออกจากมากไปน้อยตามบทบาททางเพศดังนี้ บทบาททางเพศแบบลักษณะความเป็นชาย (Masculine) บทบาททางเพศแบบแอนโดรจีนี (Androgyny) บทบาททางเพศแบบลักษณะความเป็นหญิง (Feminine) และบทบาททางเพศแบบไม่ชัดเจน (Undifferentiated) ตามลำดับ

สำหรับปฏิกริยาทางอารมณ์ต่อภาวะที่อาจก่อให้เกิดความเครียดนั้น ลักษณะที่มีความเป็นชายสูงเพียงลักษณะเดียว (Masculine) มีความวิตกกังวลต่ำที่สุดจากบทบาททางเพศทั้งหมด

และยังมีความผาสุก มีความทุกข์ในระดับที่ต่ำ แสดงให้เห็นว่าลักษณะความเป็นชายนั้นมีปฏิกริยาทางอารมณ์ทางด้านบวกต่อภาวะที่อาจก่อให้เกิดความเครียด นอกจากนี้บทบาททางเพศแบบลักษณะความเป็นชาย (Masculine) จะมีลักษณะดังที่กล่าวมาแล้ว บทบาททางเพศแบบแอนโดรจีเนีย (Androgyny) นั้นก็มีความผ่อนคลายจากความเครียดได้มากเช่นกันเพราะว่ามีลักษณะความเป็นชายสูง แต่เนื่องจากมีลักษณะของความเป็นหญิงสูงด้วยเช่นกันจึงทำให้บทบาททางเพศแบบลักษณะความเป็นชาย (Masculine) มีปฏิกริยาทางอารมณ์ทางด้านบวกต่อภาวะที่อาจก่อให้เกิดความเครียดสูงกว่าบทบาททางเพศแบบแอนโดรจีเนีย (Androgyny) สำหรับบทบาททางเพศแบบลักษณะความเป็นหญิง (Feminine) และบทบาททางเพศแบบไม่ชัดเจน (Undifferentiated) นั้นบทบาททางเพศทั้ง 2 แบบนี้มีลักษณะของความเป็นชายต่ำ แต่บทบาททางเพศแบบไม่ชัดเจน (Undifferentiated) นั้นไม่มีความชัดเจนในตัวเองกล่าวคือทั้งลักษณะความเป็นชายและความเป็นหญิงต่ำทั้ง 2 ลักษณะ ผู้วิจัยจึงทำการจำแนกปฏิกริยาทางอารมณ์ทางด้านบวกต่อภาวะที่อาจก่อให้เกิดความเครียด จากมากไปน้อยตามบทบาททางเพศดังนี้ บทบาททางเพศแบบลักษณะความเป็นชาย (Masculine) บทบาททางเพศแบบแอนโดรจีเนีย (Androgyny) บทบาททางเพศแบบลักษณะความเป็นหญิง (Feminine) และบทบาททางเพศแบบไม่ชัดเจน (Undifferentiated) ตามลำดับ

บุคคลที่มีการกล้าแสดงออกนั้นเมื่อเผชิญกับความเครียดจะประเมินความเครียดที่ตนเองเผชิญว่าเป็นความท้าทาย และมีความเครียดน้อยกว่าบุคคลที่ไม่กล้าแสดงออกจากการศึกษาดังที่กล่าวมาแล้วผู้วิจัยจึงตั้งเป็นสมมติฐานได้ดังนี้

1. บุคคลที่มีบทบาททางเพศต่างกันมีการกล้าแสดงออกต่างกันจากมากไปหาน้อยตามลำดับคือบทบาททางเพศแบบลักษณะความเป็นชาย (Masculine) บทบาททางเพศแบบแอนโดรจีเนีย (Androgyny) บทบาททางเพศแบบลักษณะความเป็นหญิง (Feminine) และบทบาททางเพศแบบไม่ชัดเจน (Undifferentiated)
2. บุคคลที่มีบทบาททางเพศต่างกันมีปฏิกริยาทางอารมณ์ทางด้านบวกต่อภาวะที่อาจก่อให้เกิดความเครียดต่างกันจากมากไปหาน้อยตามลำดับคือบทบาททางเพศแบบลักษณะความเป็นชาย (Masculine) บทบาททางเพศแบบแอนโดรจีเนีย (Androgyny) บทบาททางเพศแบบลักษณะความเป็นหญิง (Feminine) และบทบาททางเพศแบบไม่ชัดเจน (Undifferentiated)
3. การกล้าแสดงออกของบุคคลมีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางบวกกับปฏิกริยาทางอารมณ์ต่อภาวะที่อาจก่อให้เกิดความเครียด

### ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ได้ทราบถึงลักษณะกล้าแสดงออกของบุคคลที่มีบทบาททางเพศแตกต่างกัน
2. ได้ทราบถึงปฏิกิริยาทางอารมณ์ต่อภาวะที่อาจก่อให้เกิดความเครียดของบุคคลที่มีบทบาททางเพศแตกต่างกัน
3. ได้ทราบถึงความสัมพันธ์ระหว่างการกล้าแสดงออกกับปฏิกิริยาทางอารมณ์ต่อภาวะที่อาจก่อให้เกิดความเครียด