

#90241

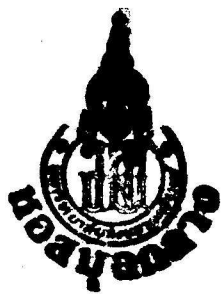
รายงานการวิจัย

เรื่อง

ผลการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกสำหรับนักศึกษาพยาบาล

EFFECT OF ASSERTIVE TRAINING ON STUDENT NURSES'

ASSERTIVE BEHAVIOR



โดย

นางณอมศรี อินทนนท์

นางวัลลภา ชชภัคดี

#90241

ที่ 210.

เลขหมู่	BF 1๓๑ ๑๖5 2534-๑.1
เลขทะเบียน	016227
	28 ต.ธ. 2534

พิมพ์ที่กรมการศึกษานอกโรงเรียน - กรุงเทพฯ
วิจัย

คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

2534

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อประเมินผลการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาพยาบาล โดยการวิจัยกึ่งทดลอง แบบสองกลุ่มไม่ควบคุมตัวแปร กลุ่มตัวอย่างได้จากการสุ่มแบบ สุ่มครีเจ ในนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 2 คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ จำนวน 36 คน เครื่องมือที่ใช้ในการทดลองประกอบด้วย คู่มือการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก สำหรับนักศึกษาพยาบาล และแบบวัดพฤติกรรมกล้าแสดงออกสำหรับนักศึกษาพยาบาล จากการวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ Independent t-test พบว่า ก่อนได้รับการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีพฤติกรรมกล้าแสดงออกไม่แตกต่างกัน แต่หลังได้รับการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกกลุ่มทดลองมีพฤติกรรมกล้าแสดงออกมากกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 เมื่อวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ Dependent t-test พบว่า กลุ่มควบคุมมีพฤติกรรมกล้าแสดงออกก่อนการทดลอง ไม่แตกต่างกับหลังการทดลอง และกลุ่มทดลองมีพฤติกรรมกล้าแสดงออกหลังการทดลองมากกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ผลการวิจัยครั้งนี้จึงสรุปได้ว่า นักศึกษาพยาบาลที่ได้รับการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก มีพฤติกรรมกล้าแสดงออกมากขึ้น

ABSTRACT

The objective of this study was to assess training consequences on the assertive behaviour of nursing students. Thirty-six voluntary students studying in the second year of the Faculty of Nursing, Prince of Songkla University, were randomly chosen as part of two sample groups. One was assigned as a control group and the other was trained by using a manual for training assertive behaviour. The behaviour of these two groups were then assessed using the specific instructions for evaluating assertive behaviour of nursing students. The results of analysis using an independent t-test showed that the behaviour between the control and the trained groups prior to training was not significantly different, but after training, the two groups were highly significantly different ($p < 0.1$). The analysis results using a paired t-test indicated that the behaviour of the control group before and after experiment commenced was not significantly different. However, after training, the trained group significantly ($p < 0.1$) showed more assertive behaviour than before. This suggests that nursing students could gain more assertive behaviour through training process.

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ก
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ข
กิตติกรรมประกาศ	ค
สารบัญตาราง	ง
บทที่ 1 บทนำ	
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย	2
กรอบแนวคิดในการวิจัย	3
สมมติฐานการวิจัย	4
ขอบเขตของการวิจัย	4
นิยามศัพท์	4
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	5
บทที่ 2 บรรณคดีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	6
ความหมายของพฤติกรรม	6
พฤติกรรมไม่กล้าแสดงออก	7
พฤติกรรมก้าวร้าว	9
พฤติกรรมกล้าแสดงออก	10
ลักษณะพฤติกรรมของพยาบาล	13
การพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออก	16
การประเมินการพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออก	18
ผลการวิจัยในประเทศและต่างประเทศ	19
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย	22
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	22
เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง	22
ขั้นตอนการวิจัยและเก็บรวบรวมข้อมูล	24
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	28

บทที่ 5	สรุปผลอภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	35
	สรุปผลการวิจัย	36
	อภิปรายผลการวิจัย	37
	ข้อเสนอแนะ	39
	บรรณานุกรม	40
	รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ	43
	ประวัติผู้เขียน	44

ง
สารบัญตาราง

	หน้า	
ตารางที่ 1	เกณฑ์การวิเคราะห์ข้อมูล	23
ตารางที่ 2	ระดับความกล้าแสดงออกของนักศึกษาพยาบาลกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองก่อนได้รับการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก	29
ตารางที่ 3	ระดับความกล้าแสดงออกของนักศึกษาพยาบาลกลุ่มควบคุม และกลุ่มทดลอง หลังได้รับการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก	20
ตารางที่ 4	เปรียบเทียบพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาพยาบาลกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองก่อนการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก	31
ตารางที่ 5	เปรียบเทียบพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาพยาบาลกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองหลังการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกให้นักศึกษาพยาบาลกลุ่มทดลอง	32
ตารางที่ 6	เปรียบเทียบพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาพยาบาลกลุ่มควบคุมก่อนการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกและหลังการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก	33
ตารางที่ 7	เปรียบเทียบความแตกต่างของพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาพยาบาลกลุ่มทดลองก่อนการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกและหลังการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก	34

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

พยาบาลเป็นวิชาชีพที่ต้องทำงานร่วมกับบุคคลหลายประเภท เพื่อให้การบริการผู้ป่วยและญาติ จึงต้องเผชิญกับปัญหาหรือสถานการณ์ต่าง ๆ อยู่ตลอดเวลา และต้องปรับตัวเพื่อให้เผชิญกับปัญหาเหล่านั้นได้ การแสดงพฤติกรรมกรรมการปรับตัว มีทั้งพฤติกรรมที่เหมาะสมและไม่เหมาะสม คลาร์ก (Clark, 1978) ได้กล่าวถึงพฤติกรรมกรรมการปรับตัวที่ไม่เหมาะสมของพยาบาลว่า "พวกเรามีแนวโน้มที่จะหลีกเลี่ยงสถานการณ์ต่าง ๆ ในบางครั้ง แต่ในบางครั้งทำในสิ่งที่เกินกว่าเหตุและรุนแรงจนกลายเป็นความก้าวร้าว บางครั้งไม่กล้าเผชิญปัญหา ไม่กล้าแสดงความรู้สึกโกรธ ไม่สามารถติดต่อสื่อสารได้อย่างชัดเจน ไม่คิดแก้ปัญหาด้วยตนเอง..." ซึ่งเป็นพฤติกรรมไม่กล้าแสดงออก และพฤติกรรมก้าวร้าวที่มีความสัมพันธ์กัน และมีลักษณะที่ตรงกันข้ามกับพฤติกรรมกล้าแสดงออก พยาบาลที่มีพฤติกรรมกล้าแสดงออก มีความสามารถในการสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่นเพื่อความก้าวหน้าของวิชาชีพ กล้าเผชิญกับปัญหาต่าง ๆ ที่ต้องรับผิดชอบอย่างไม่ต้องหลีกเลี่ยงและสามารถที่จะพูดถึงปัญหาในประเด็นต่าง ๆ ได้ด้วยความยุติธรรม มองเห็นคุณค่าของตนเองและคนอื่น ตระหนักในสิทธิส่วนบุคคลของตนเองและคนอื่น และแสดงพฤติกรรมได้เหมาะสมกับสถานการณ์ (Clark, 1978)

นักศึกษายาบาล คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ ในหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต (หลักสูตรปรับปรุง พ.ศ. 2531) เริ่มเรียนวิชาเกี่ยวกับการพยาบาลโดยตรง และเริ่มฝึกปฏิบัติงานบนหอผู้ป่วยโดยมีอาจารย์นิเทศ ตั้งแต่ชั้นปีที่ 1 ภาคการศึกษาที่ 2 โดยต้องทำงานร่วมกับพยาบาล และเจ้าหน้าที่ในทีมสุขภาพอื่น เพื่อให้การบริการแก่ผู้ป่วยและญาติในลักษณะการทำงานกลุ่มหรืองานเดี่ยว ทำให้นักศึกษาต้องปรับตัวเช่นกัน

ฝ่ายกิจการนักศึกษา คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ ได้จัดสัมมนาคณะกรรมการนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 2 ขึ้น ในปีการศึกษา 2532 ได้พบว่า นักศึกษาเกิดปัญหาการวางตัวบนหอผู้ป่วย และเกิดความวิตกกังวลจนไม่สามารถวางตัวได้เหมาะสมกับกาลเทศะ โดยบางครั้งแสดงพฤติกรรมไม่กล้าแสดงออก และบางครั้งก็แสดงพฤติกรรมก้าวร้าว การแสดงพฤติกรรมเช่นนี้อาจเกิดจากความวิตกกังวล ตามแนวคิดของ คอนาวเวย์ (Conaway ,

1979) และกาญจนนา (2533) ได้

อย่างไรก็ตามการพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออก สามารถทำได้ โดยการเรียนรู้
เลียนแบบ และฝึกฝน (สมคิด, 2531) บุคคลที่กล้าแสดงออกจะมีความภาคภูมิใจในตนเอง
(Conaway, 1979; Stake, DeVille & Pennell, 1982; กาญจนนา, 2523)
และทำงานได้อย่างมีความสุข สำหรับวิธีการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกสามารถกระทำได้หลาย
วิธีควบคู่กันไป คือ บรรยาย อภิปราย และแสดงบทบาทสมมติ โดยการบรรยายจะช่วยให้
ผู้ถูกฝึกฯ ได้เรียนรู้เนื้อหาเกี่ยวกับพฤติกรรมของพยาบาล แนวคิดในการพัฒนาพฤติกรรมกล้า
แสดงออก การประเมินพฤติกรรมกล้าแสดงออก การอภิปรายจะช่วยฝึกให้กล้าแสดงความคิด
เห็นอย่างเสรี และการปรับตัวเข้ากับสังคม และการแสดงบทบาทสมมติจะช่วยเพิ่มความเข้าใจ
และพัฒนาความสามารถในการแก้ปัญหา

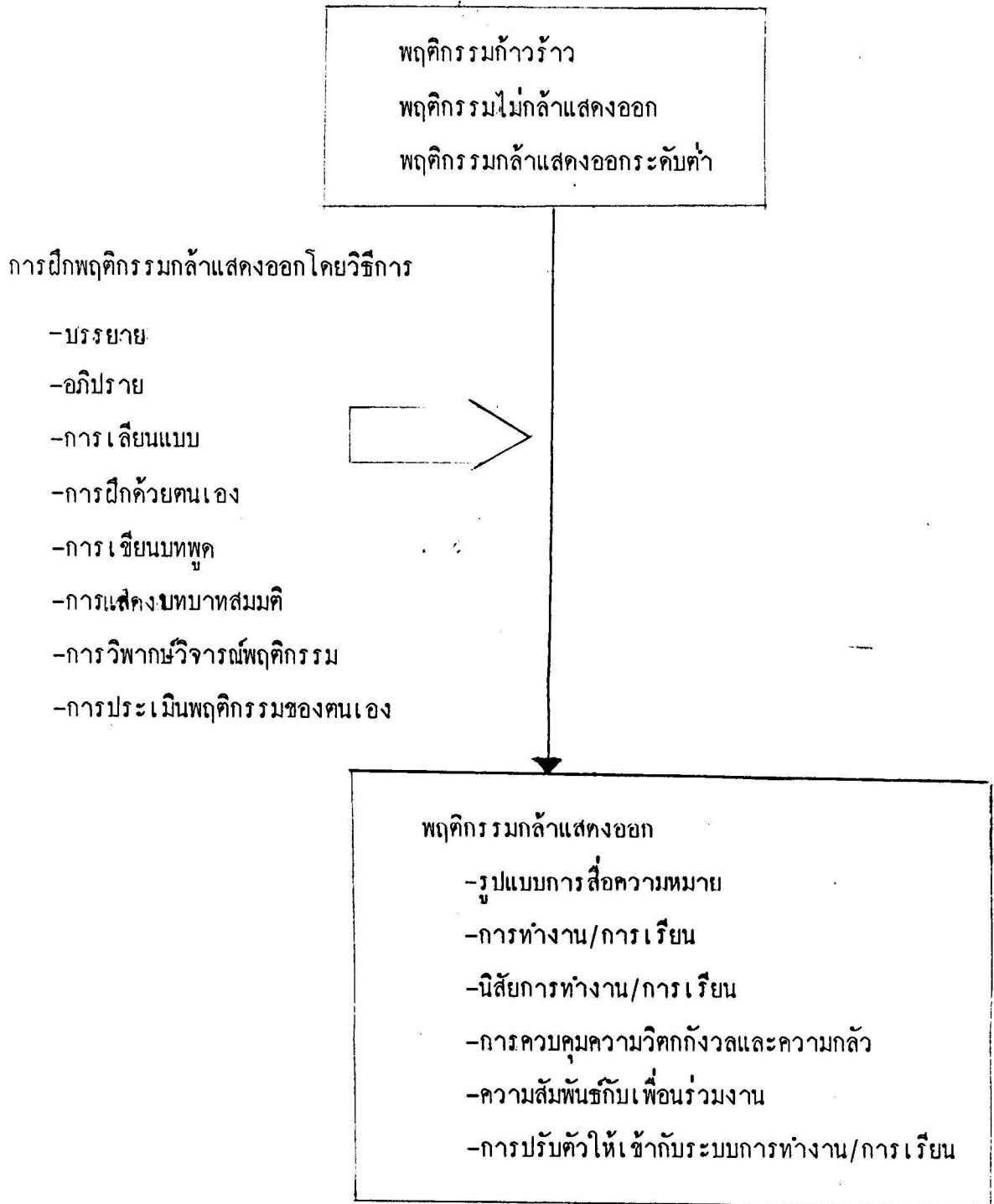
ดังนั้น การฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกแก่นักศึกษาพยาบาล จึงเป็นสิ่งสำคัญในการ
พัฒนาบุคลากรพยาบาล อันมีผลต่อการให้บริการด้านสุขภาพให้มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น ซึ่งผู้วิจัยได้
ตระหนักถึงความสำคัญของพฤติกรรมกล้าแสดงออก และปัญหาที่เกิดขึ้นจึงได้จัดทำโครงการวิจัย
นี้ขึ้น

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อประเมินผลการฝึกพฤติกรรมผลการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษา

พยาบาล

กรอบแนวคิด



สมมติฐาน

1. นักศึกษาพยาบาลกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง มีพฤติกรรมกล้าแสดงออกก่อนการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกไม่แตกต่างกัน
2. นักศึกษาพยาบาลกลุ่มทดลอง มีพฤติกรรมกล้าแสดงออกหลังการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก มากกว่านักศึกษาพยาบาลกลุ่มควบคุม
3. นักศึกษาพยาบาลกลุ่มควบคุม มีพฤติกรรมกล้าแสดงออก เมื่อวัดช่วงเวลาก่อนการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกให้นักศึกษาพยาบาลกลุ่มทดลอง ไม่แตกต่างจากผลการวัดพฤติกรรมกล้าแสดงออกช่วงเวลาหลังฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกให้นักศึกษาพยาบาลกลุ่มทดลอง
4. นักศึกษาพยาบาลกลุ่มทดลอง มีพฤติกรรมกล้าแสดงออก หลังการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก มากกว่าก่อนการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก

ขอบเขตของการวิจัย

1. กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยคือ นักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 2 คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ ปีการศึกษา 2533 ซึ่งแบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มควบคุม 19 คน และกลุ่มทดลอง 17 คน
2. ตัวแปรที่ศึกษา
 - 2.1 ตัวแปรต้น ได้แก่ การฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก
 - 2.2 ตัวแปรตาม ได้แก่ พฤติกรรมกล้าแสดงออก

นิยามศัพท์

พฤติกรรมกล้าแสดงออก หมายถึง พฤติกรรมของนักศึกษา ด้านการสื่อความหมาย การทำงาน/เรียน นิสัยการทำงาน/เรียน การควบคุมความวิตกกังวลและความกลัว ความสัมพันธ์กับเพื่อนร่วมงานและการปรับตัวให้เข้ากับระบบการทำงาน ซึ่งแสดงออกไปตามสิทธิของตน และไม่คุกคามคนอื่น

การฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก หมายถึง กระบวนการพัฒนาพฤติกรรมของนักศึกษาพยาบาล โดยการบรรยาย อภิปราย การเลียนแบบ ฝึกด้วยตนเอง เขียนบทพูด แสดงบทบาท

สมมติ วิชาทศวิจารณ์พฤติกรรมและประเมินพฤติกรรมของตนเอง

นักศึกษาพยาบาล หมายถึง นักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 2 คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัย
สงขลานครินทร์ ปีการศึกษา 2533

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. คณะพยาบาลศาสตร์ ได้ข้อมูลพื้นฐานแสดงผลการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกสำหรับ
นักศึกษาพยาบาลที่ใช้เป็นแนวทางในการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกสำหรับนักศึกษาพยาบาลต่อไปได้
2. นักศึกษาพยาบาลที่ได้รับการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกมีพฤติกรรมกล้าแสดงออกมาก
ขึ้น ซึ่งจะส่งผลให้การทำงานมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

บทที่ 2

วรรณคดี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ผู้วิจัยได้รวบรวมวรรณคดี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ดังนี้

1. พฤติกรรมมนุษย์
 - 1.1 ความหมายของพฤติกรรม
 - 1.2 ลักษณะพฤติกรรม
 - พฤติกรรมไม่กล้าแสดงออก
 - พฤติกรรมก้าวร้าว
 - พฤติกรรมกล้าแสดงออก
2. ลักษณะพฤติกรรมของพยาบาล
3. การพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออก
4. การประเมินพฤติกรรมกล้าแสดงออก
5. ผลการวิจัยในประเทศและต่างประเทศ

พฤติกรรมมนุษย์

มนุษย์ทุกคนต้องแสดงพฤติกรรมเพื่อตอบสนองสิ่งแวดล้อมที่มากระตุ้น ความแตกต่างในการแสดงพฤติกรรม ขึ้นอยู่กับถึงที่มากระตุ้นและกลไกการปรับตัวของบุคคลนั้น ผู้ที่สนใจเกี่ยวกับพฤติกรรม ได้ให้ความหมายและจำแนกลักษณะพฤติกรรม ดังนี้

ความหมายของพฤติกรรม

สมโภชน์ (2526) ได้ให้ความหมายว่าพฤติกรรมหมายถึงสิ่งที่บุคคลกระทำ แสดงออก ตอบสนอง หรือโต้ตอบต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งในสภาพการณ์ใด สภาพการณ์หนึ่ง ที่สามารถสังเกตได้ ได้ยินได้ นับได้ อีกทั้งวัดได้ตรงกันด้วยเครื่องมือที่เป็นวัตถุวิสัย ไม่ว่าจะการแสดงออกนั้นจะเกิดขึ้นภายในหรือภายนอกร่างกาย

กรณีการ (2527) กล่าวว่า พฤติกรรมหมายถึง กิจกรรมต่าง ๆ ซึ่งสิ่งที่มีชีวิตกระทำ และบุคคลอื่นสามารถสังเกตได้ หรือใช้เครื่องมือทดลองได้ เช่น การหัวเราะ การร้องไห้ การกิน การเล่น การนอน

ทิวัลย์ (2529) ได้ให้ความหมายว่า พฤติกรรม คือ กิริยาอาการที่แสดงออก หรือปฏิกิริยาโต้ตอบของบุคคลที่เกิดขึ้นเมื่อเผชิญกับสิ่งเร้า หรือตัวกระตุ้น พฤติกรรมที่แสดงออก หรือรู้สึก ผู้อื่นจะเห็นหรือไม่ก็ตาม ถือได้ว่าเป็นพฤติกรรมทั้งสิ้น

ดังนั้น จึงสรุปได้ว่า พฤติกรรม หมายถึง กิจกรรมต่าง ๆ ที่มนุษย์หรือสิ่งที่มีชีวิตแสดงออก หรือเป็นการแสดงปฏิกิริยาโต้ตอบต่อสิ่งแวดล้อมรอบตัว ในสภาพการณ์ใด สภาพการณ์หนึ่ง ซึ่งสามารถสังเกตได้และวัดได้

ลักษณะพฤติกรรม

เบอาเวอร์ และเบอาเวอร์ (Bower & Bower, 1976) ได้แบ่งพฤติกรรมที่มนุษย์แสดงออกเป็น 3 ลักษณะด้วยกันคือ

1. ลักษณะที่ไม่กล้าแสดงพฤติกรรม เรียกว่า Passive Behavior
2. ลักษณะที่กล้าแสดงพฤติกรรม แต่เป็นไปในรูปพฤติกรรมก้าวร้าว ทำลาย หรือทำให้ผู้อื่นได้รับความเจ็บปวด เรียกว่า Aggressive Behavior
3. ลักษณะที่กล้าแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสม เรียกว่า Assertive Behavior

พฤติกรรมไม่กล้าแสดงออก

สจวตและซันดีน (Stuart & Sundeen, 1987) ได้ให้ความหมายว่า พฤติกรรมไม่กล้าแสดงออก หมายถึง พฤติกรรมที่แสดงถึงความไม่สามารถที่จะบอกคนอื่น ถึงสิทธิของตนเองได้

อัลเบอร์ตี และเอมมอนส์ (Alberti & Emmons, 1974). ได้แบ่งพฤติกรรม

ไม่กล้าแสดงออกเป็น 2 ระดับ คือ

1. ความไม่กล้าแสดงออกโดยทั่ว ๆ ไป (Generalized Nonassertiveness)

หมายถึง ความไม่กล้าแสดงออกอันเนื่องมาจากการที่บุคคลนั้นมีความอาย และความขลาดกลัวเป็นนิสัยประจำตัว จึงเป็นบุคคลที่มีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำ และมีความวิตกกังวลเกือบทุก ๆ สถานการณ์

2. ความไม่กล้าแสดงออกตามสถานการณ์ (Situational Nonassertiveness) หมายถึง ภาวะที่บุคคลไม่กล้าแสดงออก เนื่องจาก มีสถานการณ์บางอย่างมาทำให้เกิดความวิตกกังวลในการแสดงพฤติกรรม ทั้ง ๆ ที่บุคคลนั้นมีพฤติกรรมกล้าแสดงออก

เฟนสเตอร์ไฮน์ และแบร์ (Fensterheim & Bear, 1975) ได้กล่าวถึงลักษณะบุคคลที่มีพฤติกรรมไม่กล้าแสดงออก ดังนี้

1. ขลาดอาย ไม่กล้าแสดงออกความคิดเห็นของตนเอง ไม่กล้าแสดงพฤติกรรมในสถานการณ์ต่าง ๆ

2. แสดงถึงอุปสรรคในการติดต่อสื่อสารกับบุคคลอื่น เช่น ขอนความรู้สึกรู้สึกที่แท้จริงของตนเองเอาไว้ เสแสร้งแสดงพฤติกรรมให้เป็นที่ยอมรับของบุคคลอื่น หรือพูดในสิ่งที่ตนเองคิด โดยไม่คำนึงถึงความเหมาะสมของสถานการณ์ในขณะนั้น

3. กล้าแสดงพฤติกรรมในบางสถานการณ์ เช่น บางคนไม่กล้าแสดงพฤติกรรมที่ทำงาน แต่กล้าแสดงพฤติกรรมที่บ้าน หรือบางคนกล้าแสดงพฤติกรรมที่ทำงาน แต่ไม่กล้าแสดงพฤติกรรมที่บ้าน เป็นต้น

4. มีข้อบกพร่องในการแสดงพฤติกรรม เช่น ไม่กล้าสบตากับคู่สนทนา พูดเบาเบาขณะสนทนา เป็นต้น

5. มีบางสิ่งบางอย่างมาสะกิดกั้นไม่ให้แสดงพฤติกรรม ทั้ง ๆ ที่ทราบว่าพฤติกรรมที่เหมาะสมเป็นอย่างไร แต่กลัวการถูกปฏิเสธ การตรวจสอบ การวิจารณ์ ฯลฯ

6. ถูกสะกิดกั้นด้วยนิสัยบางอย่าง ถึงแม้ทราบว่าสิ่งที่กำลังทำไม่เหมาะสม แต่ก็ยากที่จะเปลี่ยนแปลงให้เป็นพฤติกรรมที่เหมาะสมได้ เช่น ไม่อยากไปเยี่ยมแม่แต่ก็ต้องไปทุกสัปดาห์

พฤติกรรมก้าวร้าว

บัสส์ (Buss, 1961) ได้ให้ความหมายว่า พฤติกรรมก้าวร้าวเป็นการตอบสนองต่อสิ่งเร้าที่มากกระตุ้นในรูปของการกระทำอย่างทันที โดยมีเจตนาที่จะทำให้ผู้อื่นเจ็บปวด

อัลเบอร์ตี และเอมมอนส์ (Alberti & Emmons, 1974) ได้แบ่งพฤติกรรมก้าวร้าวออกเป็น 2 ระดับ คือ

1. ความก้าวร้าวโดยทั่ว ๆ ไป (Generalized Aggressiveness) เป็นความก้าวร้าวต่อบุคคลอื่นในทุกสถานการณ์ เนื่องจากบุคคลเหล่านั้น มีความมั่นใจในตัวเองมากเกินไป จะพูดกับใครมักออกคำเส็ง และพูดถูกความผิดคนอื่น ดังนั้นบุคคลเหล่านั้นมักมีความขัดแย้งกับกลุ่มเสมอ จึงทำให้มีเพื่อนน้อยมากที่จริงแล้วบุคคลเหล่านี้ต้องการความรัก และการยอมรับจากบุคคลอื่น แต่เขาไม่ทราบว่าจะทำอย่างไร จึงสามารถแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมออกมาได้
2. ความก้าวร้าวตามสถานการณ์ (Situational Aggressiveness) เป็นความก้าวร้าวต่อบุคคลอื่นในบางสถานการณ์ และมีความต้องการปรับปรุงพฤติกรรม ให้มีพฤติกรรมที่เหมาะสม หรือพฤติกรรมกล้าแสดงออก

บัสส์ (Buss, 1961) ได้กล่าวถึงลักษณะพฤติกรรมก้าวร้าว ดังนี้

1. ความก้าวร้าวทางกาย เป็นความก้าวร้าวที่แสดงออก โดยการใช้อวัยวะทางกาย (แขน ฟัน) หรือใช้อวัยวะทางกายร่วมกับการใช้อาวุธ (มีด ปืน) เพื่อทำให้ผู้อื่นเจ็บปวด
2. ความก้าวร้าวทางวาจา เป็นการตอบสนองต่อสิ่งเร้าที่มากกระตุ้น โดยใช้เสียงทำให้ผู้อื่นได้รับความเจ็บปวด ซึ่งมี 2 ลักษณะด้วยกันคือ
 - 2.1 การปฏิเสธ ในการปฏิเสธมักจะแสดงท่าทางประกอบด้วย เช่น แสดงท่าทางรังเกียจ ไม่ยอมรับเข้ากลุ่ม ส่วนคำพูดที่ใช้ในการปฏิเสธ ได้แก่ การพูดตรง ๆ เช่น "ออกไปเดี๋ยวนี้" "ไปให้พ้น" หรือการพูดในแง่ลบ เช่น "ฉันไม่ชอบคุณ" "ฉันเกลียดคุณ" จะเห็นได้ว่าเป็นการปฏิเสธร่วมกับการแสดงอารมณ์ เพื่อทำร้ายความรู้สึกคนอื่น
 - 2.2 การบังคับ การพูดบังคับเป็นสัญลักษณ์ของการทำให้ผู้อื่นได้รับความเจ็บปวด ซึ่งเกิดจากการเรียนรู้ และการเลียนแบบ เช่น เมื่อพูดว่า "ฉันจะไปตีเธอ"

แล้วเห็นบุคคลอื่น แสดงอารมณ์กลัว หรือโกรธ บางครั้งบุคคลเรียนรู้การบังคับ โดยการสังเกต การกระทำของบุคคลอื่น เช่น บิดา มารดา ครู ผู้ปกครอง เป็นต้น

พฤติกรรมกล้าแสดงออก

ฟลาวเวอร์ส และโบเรม (Flowers & Boorem, 1980) ได้ให้ความเห็นว่า พฤติกรรมกล้าแสดงออก เป็นพฤติกรรมที่อยู่กึ่งกลางระหว่างพฤติกรรมไม่กล้าแสดงออก และพฤติกรรมก้าวร้าว ซึ่งเขียนแผนผังได้ ดังนี้

พฤติกรรมไม่กล้าแสดงออก----- พฤติกรรมกล้าแสดงออก ----- พฤติกรรมก้าวร้าว

ละเอียด (2521) ได้ให้ความหมายว่า พฤติกรรมกล้าแสดงออก หมายถึง การแสดงออกของความรู้สึกนึกคิดและอารมณ์ที่เหมาะสมของบุคคล ตามสิทธิต่อบุคคลอื่น เป็นการแสดงออกที่มีเหตุผล และเป็นที่ยอมรับในสังคม

นอร์ริส (Norris, 1987) ได้ให้ความหมายว่า พฤติกรรมกล้าแสดงออก หมายถึง พฤติกรรมของบุคคลที่แสดงถึงความรู้สึกที่บริสุทธิ์ ตรงไปตรงมา ตามสิทธิของตน และไม่คุกคามคนอื่น โดยที่ปราศจากความวิตกกังวล และความรู้สึกผิด

เมอร์เรย์ และฮุคส์คอตเตอร์ (Murray & Huclskoetter, 1987) ได้ให้ความหมายว่า พฤติกรรมกล้าแสดงออก หมายถึง การแสดงถึงความรับผิดชอบ ความต้องการความเป็นบุคคล สิทธิ และการสื่อสารกับคนอื่นอย่างซื่อสัตย์ ชัดเจน เปิดเผย โดยปราศจากความโกรธ หรือการแสดงพฤติกรรมก้าวร้าว หรือปราศจากการใช้กลไกทางจิตชนิดข้ายที่ และโทษคนอื่น

ดังนั้น จึงสรุปได้ว่า พฤติกรรมกล้าแสดงออก หมายถึง การแสดงออกถึงความรู้สึกที่บริสุทธิ์ ตรงไปตรงมา ตามสิทธิของตน อย่างปราศจากความโกรธ หรือการแสดงพฤติกรรมก้าวร้าว ปราศจากความวิตกกังวล และปราศจากความรู้สึกผิด

ระดับของพฤติกรรมกล้าแสดงออก (Smaby & Tamminen, 1976)

1. กล้าแสดงออกระดับน้อย (Minimally Assertiveness) เป็นลักษณะพฤติกรรมที่แสดงออกว่า บุคคลนั้นไม่ชอบให้คนอื่นเอาโรคเอาเปรียบ แต่ในขณะที่เดียวกันก็ไม่ก้าวร้าว บุคคลพวกนี้มักจะมีควมวิตกกังวลร่วมอยู่ด้วยเล็กน้อย มักใช้คำพูดว่า "ชื่อ...ดี.....แต่" เมื่อได้ตอบกับบุคคลอื่น ผู้ที่มีความกล้าแสดงออกในระดับน้อยนี้จำเป็นต้องได้รับการฝึกเพิ่มเติมด้วย

2. กล้าแสดงออกอย่างมั่นใจ (Confidently Assertiveness) เป็นการกล้าแสดงออกอย่างมั่นใจ เชื่อมั่นในตัวเอง ได้ตอบโต้รวดเร็วด้วยเหตุผล รู้จักใช้คำพูดที่ตรงกับความรู้สึกจริงที่เกิดขึ้น โดยปราศจากการเหินห่างแถมแค้น

3. กล้าแสดงออกอย่างมาก (Actually Assertiveness) เป็นการกล้าแสดงออกโดยโต้ตอบอย่างมั่นใจ เข้าใจ รวมทั้งรู้ว่าฝ่ายตรงข้ามจะมีความรู้สึกอย่างไรสามารถเผชิญกับฝ่ายตรงข้ามที่มีพฤติกรรมก้าวร้าว ขาดความรับผิดชอบได้คืออีกด้วย

ซอลเตอร์ (Salter, 1949; อ้างตามพรพราย, 2524) ผู้นำในเรื่องพฤติกรรมกล้าแสดงออก ได้สรุปลักษณะบุคคลที่มีพฤติกรรมกล้าแสดงออกดังนี้

1. การพูดแสดงความรู้สึก (Use Feeling-talk) สามารถแสดงออกถึงความชอบและความสนใจของตัวเองได้อย่างไม่ซัดเซิน มากกว่าที่จะพูดอะไรออกมาอย่างกลาง ๆ เช่น พูดเป็นกลางว่า "แกงขามนี่อร่อยดี" สามารถที่จะพูดโดยใช้วลี "ฉันคิดว่า....." หรือ "ฉันรู้สึกว่....." ได้ในเวลาที่เหมาะสม

2. การพูดเกี่ยวกับตนเอง (Talk about Yourself) ถ้าทำอะไรสักอย่างที่มีคุณค่าและน่าสนใจ ก็สามารถที่จะเล่าให้เพื่อน ๆ ทราบได้ โดยไม่ผูกขาดการสนทนาหรือคุยโอ้อวด แต่สามารถเล่าถึงความสำเร็จของตนเองเมื่อถึงเวลาอันเหมาะสม

3. การพูดทักทายปราศรัย (Make Greeting Talk) สามารถแสดงความเป็นมิตรกับบุคคลที่ต้องการรู้จักมากขึ้น ยิ้มแย้มแจ่มใส และแสดงความยินดีที่ได้พบเขา สามารถพูดว่า "สวัสดีค่ะ ดีใจที่ได้พบคุณอีก" มากกว่าที่จะกล่าวว่า "สวัสดี" แต่เพียงอย่างเดียว หรือ

เพียงแต่ก้มศีรษะให้เฉย ๆ หรือทำท่าเอียงอาย

4. ยอมรับคำชม (Accept Compliment) สามารถยอมรับคำชมเชยได้อย่างจริงใจ แทนที่แสดงความไม่เห็นด้วยอย่างตรงข้าม เช่น เมื่อมีคนชมว่า "เสื้อตัวนี้สวย" ก็สามารถที่จะกล่าวได้ว่า "ขอบคุณค่ะ ดิฉันก็ชอบมันเหมือนกัน" แทนที่จะพูดว่า "ตายละ เสื้อเก่าตัวนี้หรือจะสวย" การยอมรับคำชมเชยเป็นการให้รางวัลผู้กล่าวชมเชย และเป็นการพูดในลักษณะที่เหมาะสมกว่าการพูดในลักษณะที่ลงโทษเขา

5. การแสดงสีหน้าอย่างเหมาะสม (Use Appropriate Facial Talk) สามารถแสดงสีหน้าและน้ำเสียงที่มีความหมายตรงกับความรู้สึกที่แท้จริง ทำให้กล้าสบตากับคู่สนทนาขณะที่ปราศรัยกับเขา

6. การแสดงความไม่เห็นด้วยอย่างสุภาพ (Disagree mildly) เมื่อไม่เห็นด้วยกับคนบางคน ก็แสดงความไม่เห็นด้วยอย่างสุภาพ ไม่เสแสร้งว่าเห็นด้วย เพียงเพื่อรักษาความสงบหรือเพื่อเอาใจเขาเท่านั้น แต่สามารถแสดงความไม่เห็นด้วยท่าทางบางประการ เช่น มองไปทางอื่น หรือทำหน้าบึ้ง หรือเลิกคิ้ว หรือสั่นศีรษะ หรือเปลี่ยนเรื่องสนทนาไปเสียเลย

7. การขอให้แสดงความกระจ่าง (Ask for Clarification) ถ้าพบกับคนที่แนะนำหรือสั่งสอน หรือคำอธิบายที่ไม่ชัดเจน หรือบิดเบือนก็กล้าขอร้องให้เขาพูดใหม่อีกครั้ง ให้ชัดเจนยิ่งขึ้น แทนที่จะออกไปด้วยความรู้สึกสับสน ไม่เข้าใจ และรู้สึกว่าตนเองโง่งเง่าเท่าคนที่ไม่รู้อะไรเสียเลย เช่น กล้าถามว่า "ดิฉันยังไม่เข้าใจคำอธิบายของคุณเลยค่ะ คุณกรุณาพูดใหม่อีกครั้งได้ไหมคะ"

8. การถามเหตุผล (Ask Why) เมื่อถูกขอร้องให้ทำอะไรสักอย่างหนึ่งที่ดูเหมือนว่าไม่มีเหตุผลสมควรก็กล้าที่จะถามว่า "ทำไมถึงต้องการให้ดิฉันทำสิ่งนั้นละคะ" โดยใช้น้ำเสียงสุภาพ และไม่ทำหน้าบึ้งตึง (แต่ก็ไม่จำเป็นต้องยิ้ม)

9. การแสดงความไม่เห็นด้วยในขณะนั้น (Express Active Disagreement) เมื่อมีความเห็นตรงกันข้ามกับบุคคลอื่น หรือไม่เห็นด้วยกับบุคคลอื่น และแน่ใจว่าสิ่งที่มีความคิดเห็นก็สามารถแสดงความไม่เห็นด้วยโดยพูดว่า "ดิฉันมีความเห็นแตกต่างออกไป ดิฉันมีความคิดเห็นที่ว่า" หรือ "ดิฉันคิดว่า เท่าที่คุณพูดมานั้นคุณยังไม่ได้พิจารณาประเด็นดังต่อไปนี้ค่ะ....."

10. การพูดเพื่อรักษาสิทธิ (Speak up for your Rights) เมื่อรู้สึกถูกละเมิดถูกเอาเปรียบก็สามารถที่จะแสดงสิทธิอันชอบธรรม และขอให้เขาแสดงต่อเราด้วยความยุติธรรม เช่น พูดว่า "ดิฉันมาเข้าคิวก่อน" หรือ "คุณช่วยเบาวิทยุลงหน่อยได้ไหมคะ" หรือว่า "คุณมาสายไปครึ่ง

ชั่วโมงสำหรับนัดของเรา "พฤติกรรมดังกล่าวเป็นการแสดงความขឹងใจ หรือร้องทุกข์ได้อย่างหนักแน่น โดยไม่ต้องทำลายสถานการณ์ (ไม่ต้องทะเลาะหรือโกรธกับบุคคลอื่น)

11. การแสดงความมั่นคง (Be Persistent) ถ้าไม่ส่ายใจหรือต้องการร้องทุกข์ในเรื่องที่มีเหตุผลสมควร ก็กล้าที่จะดำเนินการร้องทุกข์ได้ จนประสบความสำเร็จ ถึงแม้ว่าจะได้รับการปฏิเสธสักครั้งสองครั้ง ก็ไม่เลิกล้มความตั้งใจ

12. หลีกเลี่ยงการที่จะต้องแสดงเหตุผลในทุก ๆ ความคิดเห็น (Avoid Justifying every Opinion) ในการอภิปรายหรือการเจรจากับใครก็ตาม ถ้าถูกโต้เถียงอยู่ตลอดเวลา ก็สามารถที่จะหยุดคำถามเหล่านั้น โดยการพูดอย่างเรียบ ๆ ว่า "ฉันคิดว่าไม่จำเป็นที่ต้องแสดงเหตุผลต่อทุก ๆ สิ่งที่คุณพูด แต่ถ้าคุณต้องการเหตุผลจริง ๆ คุณลองค้นดูเองก็ได้นะคะ"

ลักษณะพฤติกรรมของพยาบาล

คลาร์ค (Clark, 1978) ได้กล่าวถึงพฤติกรรมการปรับตัวของพยาบาล 2 ลักษณะ คือ

1. ลักษณะพฤติกรรมปรับตัวที่ไม่เหมาะสม

1.1 มีแนวโน้มที่จะหลีกเลี่ยงสถานการณ์ต่าง ๆ ในบางครั้ง อาจมีแนวโน้มที่จะกระทำในสิ่งที่เกินกว่าเหตุ และรุนแรง จนกลายเป็นความก้าวร้าวขึ้น

พยาบาลประเภทนี้มักปล่อยให้แพทย์ ผู้ป่วย ผู้ร่วมงาน นักวิชาการและผู้บริหาร เป็นผู้กำหนดลิสต์และหน้าที่ของพยาบาล ทำให้ไม่ได้รับในสิ่งที่ตนต้องการอย่างแท้จริง และไม่มี ความมั่นคงในชีวิตการทำงาน ก่อให้เกิดความเจ็บใจตนเองและบุคคลอื่น ในที่สุดความเจ็บปวดนั้น จะกลายเป็นความเศร้า ตำหนิตนเอง ลงโทษตนเอง และกลายเป็นคนเจ้าอารมณ์

1.2 ยอมตามมากกว่าที่จะเผชิญหน้ากับปัญหาต่าง ๆ โดยมีอคติประจำใจ ว่า "อย่าก่อให้เกิดความผิดใจกันขึ้น"

พยาบาลประเภทนี้ จะให้ผู้อื่นเป็นผู้เลือกสิ่งต่าง ๆ ให้ ตัดสินใจให้ หรือหุค แทนให้ มักพูดแก้ตัว มีความรู้สึกผิด มีความกลัว และพร้อมที่จะอยู่เบื้องหลัง เพราะกลัวการเผชิญหน้า และข้อขัดแย้งต่าง ๆ มักเลือกวิธีง่าย ๆ ในการปฏิบัติงาน โดยไม่พิจารณาให้รอบคอบ

1.3 เห็นด้วยกับความคิดเห็นของผู้อื่น และรับวิธีการแก้ปัญหาของผู้อื่นมาใช้ มากกว่าที่จะคิดแก้ปัญหาด้วยตนเอง

1.4 แสดงพฤติกรรมก้าวร้าวอย่างชัดเจน หรือก้าวร้าวอย่างซ่อนเร้น (เพิกเฉย แกล้งลิม) ทำให้การดำเนินงานไม่บรรลุเป้าหมาย พฤติกรรมดังกล่าวแสดงถึงความไม่มั่นคง ไม่สามารถสื่อสารถึงความต้องการที่แท้จริงของตนเอง และเป็นการแสดงถึงการขาดความรับผิดชอบต่อการกระทำ และความรู้สึกนึกคิดของตนเอง

1.5 ไม่กล้าแสดงออกถึงความรู้สึกโกรธและขุ่นเคือง จึงเก็บกดอารมณ์เหล่านี้เอาไว้ ทำให้เกิดความรู้สึกไม่ยอมรับความเป็นบุคคลของตนเอง และมีปมด้อย ในที่สุดทำให้ผู้ร่วมงานเกิดความรู้สึกต่ำต้อยไปด้วย หรือขัดขวางความเป็นตัวของตัวเองของพยาบาลคนอื่นโดยการพูดกระทบกระเทือน

1.6 ไม่สามารถติดต่อสื่อสารได้อย่างชัดเจน ทำให้ผู้อื่นต้องเดาความคิดเห็นและความต้องการที่แท้จริง บางครั้งทำให้บุคคลอื่นเข้าใจผิด สาเหตุที่พยาบาลไม่สามารถติดต่อสื่อสารได้อย่างชัดเจน อาจเป็นเพราะการใช้ภาษาพูด และภาษาท่าทางไม่สอดคล้องกัน เช่น คำพูดแสดงถึงพฤติกรรมกล้าแสดงออก แต่ระดับเสียงหรือการแสดงออกทางสีหน้า แสดงถึงพฤติกรรมไม่กล้าแสดงออก ดังนั้น พยาบาลที่มีพฤติกรรมไม่กล้าแสดงออก จึงเกิดความรู้สึกโกรธแค้นที่เกิดขึ้น หรือโกรธตนเอง ที่ไม่สามารถแสดงความคิด และความรู้สึกออกมาได้จึงใจปรารถนา

1.7 ใช้กลไกทางจิตขนิดย้ายที่ หรือปลดปล่อยออกไป

การย้ายที่ เก็บอารมณ์ที่ไมเป็นมิตร ไปสู่บุคคลหรือสิ่งที่ไม่ใช่ต้นเหตุโดยตรง แต่ส่วนใหญ่แล้วจะย้ายที่ไปสู่บุคคลหรือสิ่งของที่มีพลังน้อยกว่า เช่น พยาบาลคนหนึ่งโกรธหัวหน้าตึก แต่ไม่ได้แสดงความโกรธต่อหัวหน้าตึกโดยตรง แต่อาจจะทุบโต๊ะ เตะเก้าอี้ ไม่ปฏิบัติตามคำสั่ง หรืออาจแสดงท่าฉุนเฉียวกับเพื่อนร่วมงาน ผู้ป่วย หรือบุคคลในครอบครัว เป็นต้น

การปลดปล่อยออกไป เป็นการหาทางออกเมื่อเกิดความคับข้องใจ เช่น มองด้วยสายตาที่ท้าทาย แสดงความดูถูกเหยียดหยาม ช่มชู้ บังคับ ถึงตาลีสี หน้าอ คิ้วขมวด หน้าแดง มือสั่น พูดประชดประชัน ดากถาง เหน็บแนม เย้ยหยัน กล่าวพรุสาวาท พูดช่มชู้ กล่าวคำเหน็บใจ หรือวิจารณ์ผู้อื่นให้เสียหาย หรือทำให้อาย และทำให้รู้สึกผิด มักจะเริ่มประโยคด้วย "เธอหรือคุณ....." และตามด้วยคำตำหนิ

2. ลักษณะพฤติกรรมกาปรับตัวที่เหมาะสม

2.1 มีความเป็นอิสระในการเปิดเผยตนเองด้วยคำพูด และการกระทำ เช่น

พูดว่า "ดิฉันเองค่ะ" "นี่เป็นสิ่งที่ดิฉันคิด" "ดิฉันมีความรู้สึกเช่นนี้ค่ะ" และ "สิ่งนี้เป็นสิ่งที่ดิฉันหวังหรือต้องการค่ะ" ได้อย่างมั่นใจ

2.2 มีความตระหนัก และรอบรู้ในการควบคุม หรือปรับพฤติกรรมของตนเอง

2.3 มีความสามารถในการใช้สิทธิเช่นเดียวกับมนุษย์คนอื่น ๆ ซึ่งเป็น

ประชากรของโลกคือ

2.3.1 สิทธิที่จะกระทำในสิ่งที่เพิ่มศักดิ์ศรีให้แก่ตนเอง โดยการใช้

ความสามารถพิเศษเฉพาะทาง และพื้นฐาน

2.3.2 สิทธิที่จะรับประโยชน์และค่าตอบแทนที่เหมาะสมกับวิชาชีพ

2.3.3 สิทธิที่จะทำงานท่ามกลางสิ่งแวดล้อม ที่เสี่ยงต่อความเครียด

ทางร่างกาย จิตใจ และสุขภาพให้น้อยที่สุด

2.3.4 สิทธิที่จะควบคุมในสิ่งที่เป็นการปฏิบัติทางวิชาชีพ ภายใต้ข้อกำหนดของกฎหมาย

กำหนดของกฎหมาย

2.3.5 สิทธิในการตั้งมาตรฐานการพยาบาล เพื่อให้ได้มาซึ่งการ

พยาบาลที่ดีเยี่ยม

2.3.6 สิทธิในการมีส่วนร่วมในการจัดทำนโยบายที่มีผลต่อการพยาบาล

2.3.7 สิทธิในการมีบทบาททางสังคม และการเมืองที่เกี่ยวข้องกับ

การพยาบาลและการดูแลสุขภาพ

นอกจากนี้ ชินีเวิร์ท (Chenevert, 1983 ; อ้างตาม Wilson & Kneisl , 1988) ได้เขียนถึงสิทธิพยาบาลดังนี้

- (1) สิทธิที่จะได้รับการเคารพยกย่อง
- (2) สิทธิในการแสดงความคิดเห็นที่ต้องทำงานมากเกินไป
- (3) สิทธิที่จะได้รับค่าจ้างอย่างยุติธรรม
- (4) สิทธิที่จะเลือกสิ่งที่ตนพอใจเป็นอันดับแรก
- (5) สิทธิที่จะถามความต้องการของคนอื่น
- (6) สิทธิที่จะปฏิเสธไม่ต้องขอโทษหรือรู้สึกผิด
- (7) สิทธิที่จะทำผิดและมีเหตุผลที่ทำเช่นนั้น
- (8) สิทธิที่จะให้และรับข้อมูลจากบุคคลในวิชาชีพ

- (9) สิทธิที่จะทำในสิ่งที่ผู้ป่วยสนใจที่สุด
- (10) สิทธิในการเป็นมนุษย์

อย่างไรก็ตาม คลาร์ค (Clark, 1978) ได้เน้นให้พยาบาลตระหนักถึงสิ่งที่ควบคู่กับการใช้สิทธิก็คือ การเคารพความเป็นบุคคลของผู้ป่วย

2.4 มีความรับผิดชอบในการกระทำของตนเองทั้งด้านบวกและด้านลบ

2.5 มีการติดต่อสื่อสารที่ชัดเจน มีเป้าหมายสอดคล้องกันทั้งคำพูดและท่าทาง

การพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออก

เนื่องจากพฤติกรรมกล้าแสดงออก ไม่ได้เป็นลักษณะที่ติดตัวมาแต่กำเนิด (Trait) แต่สามารถพัฒนาได้โดยการเรียนรู้ เลียนแบบ และฝึกฝน (สมคิด, 2531) พรรณราย (2526) ได้กล่าวถึงการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกดังนี้

การฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกได้รับความนิยมนำไปมากมาย ได้มีหนังสือและงานวิจัยต่าง ๆ ตีพิมพ์เผยแพร่วิธีการฝึก และผลที่ได้แตกต่างกันออกไป หลาย ๆ วิธีการด้วยกัน แต่ก็พอจะสรุปได้ว่า วิธีการฝึกเป็นกลุ่มมักใช้เทคนิคต่าง ๆ ต่อไปนี้

1. การบรรยายเกี่ยวกับความแตกต่างระหว่างพฤติกรรมไม่กล้าแสดงออก พฤติกรรมกล้าแสดงออก และพฤติกรรมก้าวร้าว
2. การให้ความรู้เกี่ยวกับสิทธิระหว่างบุคคล
3. การช่วยเหลือเพื่อเอาชนะอุปสรรคต่าง ๆ ที่จะมาขัดขวางการแสดงพฤติกรรมกล้าแสดงออก
4. การตระหนักในการใช้ท่าทาง เช่น ลักษณะท่าทางของร่างกาย การประสานสายตา การแสดงออกทางสีหน้า และการใช้มือประกอบการพูด
5. เทคนิคการผ่อนคลาย (Relaxation Techniques) เพื่อลดความวิตกกังวล
6. เทคนิคการแสดงตัวอย่าง (Modeling Techniques) เพื่อสร้างรูปแบบการตอบสนองอันถูกต้องเหมาะสมขึ้นใหม่ รวมทั้งช่วยเสริมสร้าง หรือลดการตอบสนองในรูปแบบเดิมที่เคยมีอยู่นั้นด้วย

7. การซ้อมบทของพฤติกรรม (Behavior Rehearsal) เพื่อสร้างทักษะในการแสดงออกที่เหมาะสมให้มากขึ้น
8. การใช้เทปโทรทัศน์ เพื่อ ซ้อนกลับทั้งด้านการใช้คำพูดและท่าทาง และเพื่อการแสดงตัวอย่างพฤติกรรมที่เหมาะสมแก่ผู้เข้ารับการฝึก
9. การมอบหมายให้ไปฝึกที่บ้านในระหว่างช่วงที่เข้ารับการฝึก
10. การใช้แบบสำรวจเกี่ยวกับพฤติกรรมกล้าแสดงออก ให้ผู้รับการฝึกได้ทำก่อนและหลังเข้ารับการฝึก เพื่อประเมินความก้าวหน้าอันเกิดจากการฝึก

เอคแมนส์ (Edmands, 1986) ซึ่งจัดโปรแกรมการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกสำหรับพยาบาล และวิชาชีพที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพมาตั้งแต่ ค.ศ. 1978 ได้เขียนบทความเกี่ยวกับการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกแก่พยาบาล 6 คน ซึ่งมีปัญหาแตกต่างกัน โดยใช้เวลาในการฝึก 6 สัปดาห์ 12 ชั่วโมง ก่อนฝึกปฏิบัติเขาได้สร้างความเชื่อให้ผู้รับการฝึกเห็นความสำคัญของการมีพฤติกรรมกล้าแสดงออก และมีความเข้าใจเกี่ยวกับลักษณะพฤติกรรมกล้าแสดงออก หลังจากนั้นลองเขียนบทสนทนาโดยใช้หลักของเบอาเวอร์ และเบอาเวอร์ (Bower & Bower, 1976) คือ การสร้างบันได 4 ขั้น ที่เรียกว่า DESC ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

D หมายถึง Describe เป็นการพูดถึง พฤติกรรมที่ไม่ชอบของอีกฝ่ายหนึ่ง อย่างตรงไปตรงมา และอธิบายอย่างจริงจังโดยไม่เอาอารมณ์ของตนเองเข้ามาตัดสิน ใช้ภาษาที่ง่าย ชัดเจน อธิบายถึงเวลา สถานที่ และความถี่ของพฤติกรรมอย่างเฉพาะเจาะจงลงไป หลีกเลี่ยงการพูดคลุมไปทั้งหมด

E หมายถึง Express เป็นการบอกความรู้สึก หรือความคิดเห็นที่แท้จริงที่เกิดขึ้น ในสถานการณ์หนึ่ง ๆ ให้อีกฝ่ายหนึ่งทราบ โดยอาจใช้คำพูดว่า "ฉันมีความรู้สึกว่า..." และเมื่อจะพูดแสดงความรู้สึกนี้ ให้อยู่ในลักษณะที่ไม่แสดงอาการโกรธ หรือกระแทกกระทั้น หลีกเลี่ยงการพูดที่ทำให้อีกฝ่ายหนึ่งรู้สึกต้องลงไป หรือเป็นการพูดโจมตีฝ่ายหนึ่ง การพูดแสดงความรู้สึกต่อพฤติกรรมที่เป็นปัญหา ควรใช้คำพูดในด้านบวกมากกว่าด้านลบ

S หมายถึง Specify เป็นการพูดออกมาอย่างชัดเจน ถึงพฤติกรรมที่ต้องการให้อีกฝ่ายหนึ่งเปลี่ยนแปลง โดยที่อีกฝ่ายหนึ่งสามารถกระทำตามคำขอได้โดยไม่รู้สึกรังเกียจหรือให้สูญเสียอะไรอย่างใหญ่หลวงไป แต่เป็นการขอร้องให้เปลี่ยนพฤติกรรมนั้น การขอร้องจะต้องไม่มากเกินไป และมีเหตุผลเพียงพอ

C หมายถึง Consequence เป็นข้อตกลงในสัญญา เพื่อบอกให้อีกฝ่ายหนึ่งทราบ ว่า การเปลี่ยนพฤติกรรมของเขามีผลอะไรเกิดขึ้นตามมา ซึ่งเป็นการให้รางวัลอีกฝ่ายหนึ่ง

หลังจากลองเขียนบทสนทนาแล้ว ให้แต่ละคนแลกเปลี่ยนประสบการณ์เกี่ยวกับการเขียนบทสนทนา เพื่อให้มีพฤติกรรมกล้าแสดงออก แล้วเริ่มฝึกพูดปฏิเสธอย่างไม่ฉลาดอาย หลังจากนั้นให้แต่ละคนกลับไปฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก ทั้งที่บ้านและที่ทำงาน เมื่อเกิดความวิตกกังวลก็ใช้เทคนิคการผ่อนคลาย หลังจากผ่านโปรแกรมนี้ปรากฏว่าทุกคนสามารถแก้ปัญหาความไม่กล้าแสดงออก อันก่อให้เกิดความอึดอัดใจก่อนการเข้าฝึกครั้งนี้ได้

การประเมินการพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออก

การประเมินการพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออก เป็นการตรวจสอบผลการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกว่า ได้มีการเปลี่ยนแปลงหรือพัฒนาไปตามจุดมุ่งหมายที่กำหนดไว้มากน้อยเพียงใด เพื่อนำผลของพฤติกรรมด้านที่ยังไม่พึงประสงค์มาปรับปรุง แก้ไขใหม่ ให้บรรลุวัตถุประสงค์ซึ่งการประเมินพฤติกรรมนี้มี 2 แบบ คือ ประเมินด้วยตนเอง และประเมินโดยผู้อื่น

1. การประเมินด้วยตนเอง เป็นวิธีที่ผู้ประเมินทำการประเมินตนเองโดยใช้เครื่องมือที่มีความเที่ยง และความตรงในเนื้อหา ซึ่งประเมินในค่านรูปแบบการสื่อความหมาย การทำงาน นิสัยการทำงาน การควบคุมการวิตกกังวลและความกลัว ความสัมพันธ์กับเพื่อนร่วมงานและการปรับตัวให้เข้ากับการทำงาน ทั้งนี้เพื่อให้ผู้ประเมินได้รวบรวมข้อมูลที่เป็นความก้าวหน้าในการฝึกฝนตนเอง
2. การประเมินโดยผู้อื่น การประเมินโดยผู้อื่นนั้นส่วนใหญ่มักจะขอให้ช่วยประเมินในสิ่งที่ตัวเองไม่สามารถประเมินได้ คือ ประเมินพฤติกรรมด้านภาษา ท่าทางดังต่อไปนี้

2.1 การวางตัว (Body Posture) การหุกคุดหรือสั่นเทาจะมีความสำคัญเพิ่มมากขึ้น ถ้าขณะที่พูดนั้นคู่สนทนาหันหน้าเข้าหากัน ยืนหรือนั่งใกล้ชิดในระยะที่เหมาะสม โนม้ตัวเข้าหาและตั้งศีรษะให้ตรง และถ้าเป็นการนั่งข้าง ๆ ถ้าฝ่ายหนึ่งขยับบ่ามายังอีกฝ่ายหนึ่ง ประมาณ 30 องศา จะทำให้การสนทนามีลักษณะส่วนตัวมากขึ้น

2.2 การแสดงออกทางสีหน้า (Facial Expression) พฤติกรรมกล้าแสดงออกนั้น ต้องการแสดงออกทางสีหน้าที่สอดคล้องกับอารมณ์ความรู้สึกของผู้พูด

2.3 การใช้มือประกอบการพูด (Gesture) ถ้าใช้มือประกอบการพูดเหมาะสม จะเป็นการเน้นน้ำหนักของเรื่องที่พูดได้ดีกว่าการพูดอย่างเดียว รู้สึกมั่นใจในตัวเอง

2.4 น้ำเสียงการสะท้อนและระดับเสียง (Voice Tone, Inflection, Volume) การพูดด้วยระดับเสียงที่นุ่มนวลปานกลาง เป็นระดับเสียงที่ทุกคนต้องการ การเน้นเสียงหนักเบาจะช่วยให้สิ่งที่พูดน่าสนใจมากยิ่งขึ้น

2.5 ความคล่องแคล่วในการพูด (Fluency Speaking) การพูดที่คล่องแคล่ว แสดงถึงความพร้อม และความมั่นใจ

2.6 จังหวะ เวลา (Timing) เป็นสิ่งหนึ่งที่จะส่งผลให้การแสดงออกนั้นเหมาะสมหรือไม่ เช่น การพูดกับผู้บังคับบัญชา การพูดในที่ส่วนตัว เป็นต้น

2.7 เนื้อหาที่พูด (Content) การพูดในสิ่งที่ต้องการจะพูด แม้ว่าจะเป็นสิ่งที่ไม่ถูกต้องก็ตาม บางครั้งอาจไปเหมาะสม เนื้อหาของการพูดควรตรงกับความรู้สึกของท่านมากที่สุด แต่ไม่ควรทำให้อีกฝ่ายหนึ่งต้องลงไป

2.8 การสบตา (Eye Contact) การสนทนาสามารถสื่อความหมายได้หลายอย่าง เช่น การมองตรงไปที่อื่น หรือมองหลบตาลงพื้น แสดงความไม่มั่นใจ หรือถ้าสบตาอยู่ตลอดเวลาทำให้อีกฝ่ายหนึ่งอึดอัด

ผลการวิจัยในประเทศและต่างประเทศ

ผลการทดลองฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกสำหรับนักเรียน และนักศึกษาในประเทศไทยมีดังนี้

1. นักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย

รังสรรค์ (2523) ได้ทดลองฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก โดยวิธีจัดโครงการให้คำปรึกษาเชิงพฤติกรรม ซึ่งใช้เวลาดำเนินการฝึก 10 ครั้ง สัปดาห์ละ 2 ครั้ง ครั้งละ 12 ชั่วโมง สองครั้งแรกเป็นการสร้างสัมพันธภาพภายในกลุ่ม ครั้งที่สามและครั้งที่สี่ เป็นการฝึกแสดงออกทางกิริยา ท่าทาง น้ำเสียง การสบตา และการสัมผัส ซึ่งเป็นการแสดงออก โดยใช้ภาษาท่าทาง ครั้งที่ห้าและครั้งที่หกฝึกการแสดงออกทางคำพูด เช่น การทักทาย การเริ่มต้นสนทนา การกล่าววิจารณ์ การแสดงความรู้สึกทางบวกและทางลบ ครั้งที่เจ็ดและครั้งที่แปด ฝึกการแสดงออกทางความรู้สึกและอารมณ์ พร้อมทั้งฝึกแก้ปัญหาโดยการแสดงบทบาทและฝึกซ้อมพฤติกรรม ครั้งที่เก้าและครั้งที่สิบเป็นการฝึกกล่าวปฏิเสธ และระงับความคิดที่ก่อให้เกิดความวิตกกังวล ตลอดจนการพูดแสดงความคิดเห็น โดยการแสดงออกทันทีเมื่อถูกกระตุ้น หลังจากเสร็จสิ้นการฝึก 4 สัปดาห์ ได้วัดผลการทดลองครั้งที่ 1 หลังจากนั้น 10 สัปดาห์ วัดผลการทดลองครั้งที่ 2 พบว่ากลุ่มทดลอง

มีพฤติกรรมกล้าแสดงออกมากกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

เอี่ยมจิต (2524) ได้ทดลองฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก โดยดัดแปลงขั้นตอนการฝึกมาจากแบบของ David L. Sansbury กลุ่มทดลองได้รับการฝึกติดต่อกัน 4 สัปดาห์ สัปดาห์ละครั้ง ครั้งละ $2\frac{1}{2}$ - 3 ชั่วโมง หลังจากการฝึกเสร็จสิ้น ได้วัดความกล้าแสดงออก บุคลิกภาพ เก็บตัว แสดงตัว และความวิตกกังวล พบว่า กลุ่มทดลองมีพฤติกรรมกล้าแสดงออกมากขึ้น บุคลิกภาพเปลี่ยนจากเก็บตัวเป็นแสดงตัว และมีความวิตกกังวลลดลงกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

เพ็ญศรี (2527) ได้ทดลองฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก เพื่อลดความวิตกกังวลในการพูดหน้าชั้นเรียน โดยให้นักกลุ่มทดลองอ่านเอกสารสั้นพิเศษ ซึ่งมีเนื้อหาเกี่ยวกับการลดความประหม่าในการพูดในที่ชุมชน และการเพิ่มความมั่นใจในตนเอง จำนวน 12 ฉบับ แล้วให้ฝึกพูดในห้องเรียนที่มีนักเรียนเต็มชั้น 3 ครั้ง ส่วนกลุ่มควบคุมให้อ่านเอกสารสั้นพิเศษเพียงอย่างเดียวหลังจากเสร็จสิ้นการทดลอง 2 สัปดาห์ ได้ทดสอบคะแนนความวิตกกังวล พบว่า กลุ่มทดลองมีความวิตกกังวลในการพูดหน้าชั้นน้อยกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จันทร์ฉาย (2531) ได้ทดลองฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกสัปดาห์ละ 2 ครั้ง ๆ ละ $1-1\frac{1}{2}$ ชั่วโมง จำนวน 10 ครั้ง หลังจากเสร็จสิ้นการทดลอง ได้ทดสอบความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง พบว่า กลุ่มทดลองมีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองมากกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ลักขณา (2524) ได้ทดลองปรับพฤติกรรมไม่กล้าแสดงออกโดยนวัตกรรมการกลุ่มสัมพันธ์มาใช้ พบว่า กลุ่มทดลองมีความวิตกกังวลเกี่ยวกับการไม่กล้าแสดงออกลดลง และกล้าแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมมากกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

2. นักศึกษา

รงพักตร์ (2523) ได้ทดลองฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกโดยใช้เทคนิคต่าง ๆ เช่น การใช้คำแนะนำ การแสดงตัวอย่าง การแสดงบทบาทสมมติ การซ้อมบทบาทของพฤติกรรม การเสริมแรงทางบวก การให้ทำการบ้านตามที่กำหนด และการป้อนกลับโดยใช้เทปโทรทัศน์ โดยฝึกสัปดาห์ละ 1 ครั้ง ครั้งละประมาณ $2\frac{1}{2}$ ชั่วโมง เป็นเวลา 4 สัปดาห์ต่อเนื่องกัน ส่วนกลุ่มควบคุมไม่ได้รับการฝึกใด ๆ ผลการทดลองพบว่า กลุ่มทดลองมีพฤติกรรมกล้าแสดงออกมากขึ้น เปลี่ยนบุคลิกภาพจากเก็บตัว เป็นแสดงตัว และจากการมีไมตรีสัมพันธ์สูงเป็นมีไมตรีสัมพันธ์ต่ำอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

วิชิต (2525) ได้ทดลองฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก พบว่า กลุ่มทดลองมีพฤติกรรมกล้าแสดงออก และมีอัตรานอนที่สั้นกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ในต่างประเทศได้มีผู้ทดลองฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกสำหรับนักศึกษาพยาบาล (Sato, 1986) ซึ่งมีนักศึกษาทั้งหญิงและชายที่มีผลการเรียนอยู่ในระดับสองขึ้นไป อาสาสมัครเข้าร่วมโปรแกรมจำนวน 150 คน มีอายุตั้งแต่ 18-50 ปี ผู้ทดลองได้แบ่งนักศึกษาออกเป็น 3 กลุ่ม กลุ่มละ 50 คน กลุ่มทดลองได้เรียนทั้งหลักสูตรพฤติกรรมกล้าแสดงออก และหลักสูตรพยาบาล ส่วนอีกสองกลุ่มเข้าเรียนในหลักสูตรพยาบาล (ชั้นปีที่ 1 หรือ 2) เพียงอย่างเดียว ผู้ทดลองได้ทดสอบอาสาสมัครทั้งหมด ด้วยแบบทดสอบพฤติกรรมกล้าแสดงออก (Rathus Assertiveness Schedule) ผลการทดลองพบว่า กลุ่มทดลองมีพฤติกรรมกล้าแสดงออกมากกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และกลุ่มควบคุมทั้งสองกลุ่มมีพฤติกรรมกล้าแสดงออกไม่แตกต่างกัน

จากเอกสารและผลการวิจัยทั้งในประเทศและต่างประเทศ สรุปได้ว่าพฤติกรรมกล้าแสดงออกเป็นสิ่งที่พยาบาลควรได้รับการฝึกฝน เพราะเป็นองค์ประกอบสำคัญ ที่ช่วยให้บุคคลกล้าเผชิญปัญหาและความยากลำบากในการทำงาน การฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก ต้องฝึกทั้งการพูด การใช้ท่าทาง การแสดงออกทางอารมณ์ความรู้สึก การฝึกกล่าวปฏิเสธและระงับความคิดที่ก่อให้เกิดความวิตกกังวล การฝึกพูดแสดงความคิดเห็นทันทีเมื่อถูกกระตุ้น รูปแบบการฝึกอาจใช้วิธีการกลุ่มสัมพันธ์ การให้คำแนะนำ การแสดงตัวอย่าง การแสดงบทบาทสมมติ การซ้อมบทบาทของพฤติกรรม การเสริมแรงทางบวก การทำการบ้านตามที่กำหนด และการป้อนกลับโดยใช้เทปโทรทัศน์ ส่วนแนวประเมินพฤติกรรมกล้าแสดงออกด้วยตนเองประเมินได้จากรูปแบบการสื่อความหมายการทำงาน นิสัยการทำงาน การควบคุมการวิตกกังวลและความกลัวในการสื่อความหมาย ความสัมพันธ์กับเพื่อนร่วมงาน และการปรับตัวให้เข้ากับการทำงาน

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi Experiment) แบบสองกลุ่ม ไม่ควบคุมตัวแปร (Nonequivalent Control Group Design) (บุญธรรม, 2527)

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการทดลองครั้งนี้ เป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 2 คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ ปีการศึกษา 2533 จำนวน 101 คน

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างได้จากการสุ่มแบบสมัครใจ (Volunteer Random Sampling) จำนวน 40 คน ให้อำดับที่ 1-40 หลังจากนั้นสุ่มเข้ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยให้อำดับที่เป็นเลขคี่เป็นกลุ่มทดลองจำนวน 20 คน และลำดับเลขคู่เป็นกลุ่มควบคุมจำนวน 20 คน มีผู้เข้ารับการศึกษาครบทุกชั้นตอนและได้แบบทดสอบที่สมบูรณ์สามารถนำไปใช้วิเคราะห์ข้อมูล จำนวน 36 ฉบับ แบ่งเป็นกลุ่มควบคุม 19 ฉบับ และกลุ่มทดลอง 17 ฉบับ

เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง

1. คู่มือการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกสำหรับนักศึกษาพยาบาล ซึ่งผู้วิจัยเรียบเรียงขึ้นเอง ประกอบด้วย แนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมของพยาบาล การพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออก การประเมินผลพฤติกรรมกล้าแสดงออก และแบบฝึกหัดการกล้าแสดงออกโดยการแสดงบทบาทสมมติ
2. แบบวัดพฤติกรรมกล้าแสดงออกสำหรับนักศึกษาพยาบาล
การสร้างแบบวัดพฤติกรรมกล้าแสดงออกสำหรับนักศึกษาพยาบาลมีขั้นตอนดังนี้
 - 2.1 ผู้วิจัยคัดแปลงแบบวัดพฤติกรรมกล้าแสดงออกของ พรรณราย หรัหะประภา ให้เหมาะสมกับธรรมชาติของนักศึกษาพยาบาล รายละเอียดของแบบวัดมี 6 ด้านคือ รูปแบบการสื่อความหมาย (ข้อ 1-6) การทำงาน/การเรียนรู้(ข้อ7-12) นิสัยการทำงาน/การเรียนรู้ (ข้อ 13-18) การควบคุมความวิตกกังวลและความกลัว (ข้อ 19-37) ความสัมพันธ์กับเพื่อนร่วมงาน

(ข้อ 38-43) การปรับตัวให้เข้ากับระบบการทำงาน/การเรียน (ข้อ 44-47) โดยให้ผู้ถูกวิจัยอ่านข้อความแต่ละข้อแล้วตอบ "ใช่" หรือ "ไม่ใช่" ถ้าตอบ "ใช่" ให้ 1 คะแนน ถ้าตอบ "ไม่ใช่" ให้ 0 คะแนน ซึ่งแบบวัดดังกล่าวได้กำหนดเกณฑ์การวิเคราะห์ในแต่ละข้อดังตารางข้างล่างนี้

ตาราง 1 เกณฑ์การวิเคราะห์ข้อมูล

รายละเอียดของแบบวัดแต่ละด้าน	เกณฑ์การวิเคราะห์ข้อมูล		
	ต้องฝึกเพิ่มเติม (คะแนน)	ค่อนข้างเหมาะสม (คะแนน)	เหมาะสม (คะแนน)
รูปแบบการสื่อความหมาย	0-0.635	0.636-0.8	0.81-1
การทำงาน/การเรียน	0-0.635	0.636-0.8	0.81-1
นิสัยการทำงาน/การเรียน	0-0.635	0.636-0.8	0.81-1
การควบคุมความวิตกกังวลและความกลัว	0-0.635	0.636-0.8	0.81-1
ความสัมพันธ์กับเพื่อนร่วมงาน	0-0.635	0.636-0.8	0.81-1
การปรับตัวให้เข้ากับระบบการทำงาน/ การเรียน	0-0.635	0.636-0.8	0.81-1

2.2 การหาคุณภาพของแบบวัดพฤติกรรมกล้าแสดงออกสำหรับนักศึกษาพยาบาล

2.2.1 การตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา (Content Validity)

โดยให้ผู้ทรงคุณวุฒิที่เป็นจิตแพทย์ 1 ท่าน อาจารย์พยาบาล 4 ท่าน นักจิตวิทยาคลินิก 2 ท่าน โดยถือเกณฑ์ว่า แบบวัดพฤติกรรมกล้าแสดงออกสำหรับนักศึกษาพยาบาลมีความตรงตามเนื้อหาเมื่อผู้ทรงคุณวุฒิเห็นด้วย 5 ใน 7

2.2.2 การตรวจสอบความเที่ยง (Reliability) ใช้วิธีแบบ

คูเตอร์-ริชาร์ดสัน สูตร K-R 20 โดยนำแบบวัดพฤติกรรมกล้าแสดงออกสำหรับนักศึกษาพยาบาลไปใช้กับนักศึกษาพยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ ซึ่งไม่ได้เป็นกลุ่มตัวอย่างจำนวน 16 คน ได้ค่าความเที่ยง 0.98

ขั้นตอนการวิจัยและการเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ชี้แจงนักศึกษาพยาบาลกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองให้เข้าใจขั้นตอนการทดลอง
2. นำแบบวัดพฤติกรรมกล้าแสดงออกสำหรับนักศึกษาพยาบาลไปทดสอบกับนักศึกษาพยาบาลกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง แล้วให้คะแนนตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้
3. ฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกสำหรับนักศึกษาพยาบาล แก่นักศึกษาพยาบาล กลุ่มทดลอง ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

ใช้เวลาในการฝึก 4 ครั้ง ครั้งละ 3 ชั่วโมง สัปดาห์ละ 2 ครั้ง

ครั้งที่ 1 เป็นการสร้างสัมพันธภาพภายในกลุ่ม และอธิบายให้กลุ่มทดลองได้ทราบถึงแนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมของพยาบาล และนักศึกษาพยาบาล ทั้งพฤติกรรมก้าวร้าว (Aggressive Behavior) พฤติกรรมไม่กล้าแสดงออก (Passive Behavior) และพฤติกรรมกล้าแสดงออก (Assertive Behavior) และประเมินผลว่ากลุ่มตัวอย่าง สามารถแยกพฤติกรรมต่าง ๆ ได้หรือไม่ โดยให้แยกพฤติกรรมต่าง ๆ จากสถานการณ์ตัวอย่าง ซึ่งเป็นสถานการณ์ทางการปฏิบัติพยาบาล และสถานการณ์ทั่ว ๆ ไป

ครั้งที่ 2 อธิบายและสาธิตการสื่อความหมายโดยใช้ท่าทาง เช่น การสบตา ท่าทาง การสัมผัส การวางตัว การแสดงออกทางสีหน้าและน้ำเสียง และฝึกการสื่อความหมายโดยการพูด เช่น การกล่าวทักทาย การแสดงความคิดเห็นด้วย การเริ่มต้นสนทนา การกล่าววิจารณ์ การแสดงความรู้สึกทั้งด้านบวก และด้านลบ เป็นต้น หลังจากนั้นให้จับคู่กัน 2 คน เพื่อแสดงออกในทุก ๆ ด้านข้างต้น โดยให้ผู้ให้การนิเทศอย่างใกล้ชิด 2 คน แล้วเปิดโอกาสให้สมาชิกที่ร่วมฟังวิพากษ์วิจารณ์

ครั้งที่ 3 อธิบายการแสดงออกทางคำพูดโดยใช้หลักของ DESC คือ Describe Expression Specific และ Consequence และแบ่งกลุ่ม ๆ ละ 4-5 คน ให้แต่ละกลุ่มฝึกเขียนบทพูด โดยการนำหลักการดังกล่าวมาใช้ที่สถานการณ์ที่นำมาเขียนเป็นสถานการณ์จริงที่กลุ่มตัวอย่างเคยประสบมา และซ้อมบทบาทสมมติตามบทที่เขียนไว้

ครั้งที่ 4 แสดงบทบาทสมมติตามบท (Script) ที่เขียนไว้ในการฝึกครั้งที่ 3 หลังจากนั้นผู้ฝึก และผู้รับการฝึก ร่วมกันวิพากษ์วิจารณ์การแสดงตามบทบาทสมมติ เกี่ยวกับการสื่อความหมายโดยไม่ใช้ภาษาพูด หรือท่าทาง ซึ่งได้แก่ เนื้อเรื่องการสนทนา ลักษณะท่าทาง ขณะพูด การใช้มือประกอบขณะพูด การแสดงออกทางสีหน้า ความเหมาะสมกับสถานการณ์ และเวลา และวิพากษ์วิจารณ์เกี่ยวกับการสื่อความหมายโดยการพูด ได้แก่ น้ำเสียง ระดับเสียง คำพูด จังหวะการพูด เนื้อหาสาระการพูด ความคล่องแคล่วในการพูด หลังจากเสร็จสิ้นการฝึกครั้งนี้ ให้ผู้รับการฝึกแต่ละคนกลับไปฝึกเพิ่มเติมด้วยตนเองซึ่งนอกจากความรู้ที่ได้จากห้องเรียน ยังต้องเลียนแบบบุคคลที่มีพฤติกรรมกล้าแสดงออก และรู้จักประเมินพฤติกรรมของตนเอง

4. ภายหลังจากการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก 3 เดือน นำแบบวัดพฤติกรรมกล้าแสดงออกไปทดสอบกับนักศึกษาพยาบาลทั้งกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง อีกครั้ง ตั้งแผนผังข้างล่าง

กลุ่ม	การทดสอบ	การฝึกฯ	การทดสอบ
ทดลอง	ก่อนฝึกฯ	ฝึกฯ	หลังฝึกฯ
ควบคุม	ก่อนฝึกฯ	ไม่ฝึกฯ	หลังฝึก
	ให้กลุ่มทดลอง		ให้กลุ่มทดลอง

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. นำแบบวัดพฤติกรรมกล้าแสดงออกสำหรับนักศึกษาพยาบาล มาวิเคราะห์ด้วยโปรแกรม LOTUS และ SPSS-PC แล้วนำผลรวมของคะแนนมาเปรียบเทียบกับเกณฑ์ที่กำหนดไว้

2. นำข้อมูลที่ได้จากกลุ่มตัวอย่างมาคำนวณดังนี้

2.1 เปรียบเทียบความแตกต่างของพฤติกรรมกล้าแสดงออก ของนักศึกษาพยาบาลกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง ก่อนการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก โดยใช้ Independent t-test

2.2 เปรียบเทียบความแตกต่างของพฤติกรรมกล้าแสดงออก ของนักศึกษาพยาบาลกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง ภายหลังจากการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก โดยใช้ Independent t-test

2.3 เปรียบเทียบความแตกต่างของพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาพยาบาล
กลุ่มควบคุม เมื่อวัดช่วงเวลา ก่อนฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกให้นักศึกษากลุ่มทดลอง และเมื่อวัดช่วง
เวลาหลังฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกให้นักศึกษาพยาบาลกลุ่มทดลองโดยใช้ Dependent t-test

2.4 เปรียบเทียบความแตกต่างของพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาพยาบาล
กลุ่มทดลองก่อนการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก และหลังการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก โดยใช้
Dependent t-test

สถิติที่ใช้ในการวิจัย

1. เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาพยาบาล
กลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง ก่อนการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก และคะแนนพฤติกรรมกล้าแสดงออก
ของนักศึกษาพยาบาลกลุ่มควบคุม และกลุ่มทดลอง หลังการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก โดยใช้
Independent t-test (เพชรน้อย, ศิริพร, และทัศนีย์, 2533)

$$t = \frac{(\bar{X}_1 - \bar{X}_2) - (U_1 - U_2)}{S_P \sqrt{\frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2}}}$$

\bar{X}_1 = ค่าเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่างที่ 1

\bar{X}_2 = ค่าเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่างที่ 2

U_1 = ค่าเฉลี่ยของประชากรกลุ่มที่ 1

U_2 = ค่าเฉลี่ยของประชากรกลุ่มที่ 2

n_1 = จำนวนตัวอย่างกลุ่มที่ 1

n_2 = จำนวนตัวอย่างกลุ่มที่ 2

S_P = ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานรวมของกลุ่มตัวอย่างทั้งสองกลุ่ม

2. เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาพยาบาลกลุ่มควบคุม เมื่อวัดช่วงเวลาก่อนฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกให้นักศึกษาพยาบาลกลุ่มทดลอง และเมื่อวัดช่วงเวลาหลังฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกให้นักศึกษาพยาบาลกลุ่มทดลองและคะแนนพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาพยาบาลกลุ่มทดลองก่อนและหลังการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกโดยใช้ Dependent t-test (เพชรน้อย, ศิริพร, และทัศนีย์, 2533)

$$\text{สูตร} = \frac{\bar{d}}{Sd/\sqrt{n}}$$

\bar{d} = ค่าเฉลี่ยความแตกต่างของตัวอย่างแต่ละคู่

Sd = ความคลาดเคลื่อนมาตรฐานของคะแนนความแตกต่างแต่ละคู่

n = จำนวนคู่ของตัวอย่างหรือคู่ของคะแนน

3. ตรวจสอบความเที่ยงของแบบวัดพฤติกรรมกล้าแสดงออก สำหรับนักศึกษาพยาบาล โดยใช้แบบคูเลอร์-ริชาร์ดสัน (เพชรน้อย, ศิริพร, และทัศนีย์, 2533)

สูตร K-R 20

$$r_{tt} = \frac{K}{K-1} \left\{ 1 - \frac{pq}{\sigma^2_t} \right\}$$

r_{tt} = สัมประสิทธิ์ความเที่ยงของแบบสอบ

K = จำนวนข้อคำถามในแบบสอบ

P = สัดส่วนของคนที่ตอบคำถามได้ถูกต้อง

pq = ความแปรปรวนของคะแนนแต่ละข้อ (ผลคูณของสัดส่วนของผู้ที่ตอบถูกและตอบผิด)

σ^2_t = ความแปรปรวนของคะแนนสอบของผู้ตอบแบบสอบถามทั้งหมด

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลจะเสนอตามลำดับดังนี้

ตอนที่ 1 เสนอด้วยตารางประกอบคำบรรยาย ของระดับความกล้าแสดงออกของ นักศึกษาพยาบาลกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง ซึ่งวัดโดยใช้แบบวัดพฤติกรรมกล้าแสดงออก สำหรับ นักศึกษาพยาบาล

ตอนที่ 2 การวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อทราบผลการทดลองและทดสอบสมมติฐาน

2.1 เปรียบเทียบพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาพยาบาล กลุ่ม ควบคุม และกลุ่มทดลอง

2.2 เปรียบเทียบพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาพยาบาลก่อนการ ฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกและหลังการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก

ตอนที่ 1 เสนอด้วยตารางประกอบคำบรรยายของระดับความกล้าแสดงออก ของ นักศึกษาพยาบาลกลุ่มควบคุม และกลุ่มทดลอง ซึ่งวัดโดยใช้แบบวัดพฤติกรรมกล้าแสดงออก สำหรับ นักศึกษาพยาบาล (ตารางที่ 2 และตารางที่ 3)

ตารางที่ 2 ระดับความกล้าแสดงออกของนักศึกษาพยาบาลกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง ซึ่งวัดโดยใช้แบบวัดพฤติกรรมกล้าแสดงออกสำหรับนักศึกษาพยาบาล ก่อนได้รับการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก

พฤติกรรมกล้าแสดงออก	กลุ่มควบคุม (N = 19)			กลุ่มทดลอง (N = 17)		
	\bar{X}	S.D.	ระดับความกล้าแสดงออก	\bar{X}	S.D.	ระดับความกล้าแสดงออก
รูปแบบการสื่อความหมาย	0.6399	0.231	ค่อนข้างเหมาะสม	0.6761	0.247	ค่อนข้างเหมาะสม
การทำงาน/การเรียนรู้	0.4734	0.237	ต้องฝึกเพิ่มเติม	0.4898	0.190	ต้องฝึกเพิ่มเติม
นิสัยการทำงาน/การเรียนรู้	0.6576	0.307	ค่อนข้างเหมาะสม	0.6174	0.287	ต้องฝึกเพิ่มเติม
การควบคุมความวิตกกังวลและความกลัว	0.6144	0.158	ต้องฝึกเพิ่มเติม	0.5471	0.121	ต้องฝึกเพิ่มเติม
ความสัมพันธ์กับผู้ร่วมงาน	0.7368	0.270	ค่อนข้างเหมาะสม	0.6761	0.247	ค่อนข้างเหมาะสม
การปรับตัวให้เข้ากับระบบการทำงาน/การเรียนรู้	0.6838	0.248	ค่อนข้างเหมาะสม	0.7941	0.221	ค่อนข้างเหมาะสม

จากตารางที่ 2 ก่อนการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก นักศึกษาพยาบาลกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง มีพฤติกรรมกล้าแสดงออกในด้านรูปแบบการสื่อความหมาย ความสัมพันธ์กับผู้ร่วมงาน และการปรับตัวให้เข้ากับระบบการทำงาน/การเรียนรู้ อยู่ในระดับค่อนข้างเหมาะสม และมีพฤติกรรมกล้าแสดงออกในด้านการทำงาน/การเรียนรู้ และการควบคุมความวิตกกังวล และความกลัว อยู่ในระดับต้องฝึกเพิ่มเติม

ตารางที่ 3 ระดับความกล้าแสดงออกของนักศึกษาพยาบาลกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองซึ่งวัดโดยใช้แบบวัดพฤติกรรมกล้าแสดงออกสำหรับนักศึกษาพยาบาล หลังได้รับการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก

พฤติกรรมกล้าแสดงออก	กลุ่มควบคุม (N = 19)			กลุ่มทดลอง (N = 17)		
	Χ	S.D.	ระดับความกล้าแสดงออก	Χ	S.D.	ระดับความกล้าแสดงออก
รูปแบบการสื่อความหมาย	0.6136	0.208	ค่อนข้างเหมาะสม	0.7349	0.157	ค่อนข้างเหมาะสม
การทำงาน/การเรียนรู้	0.4207	0.237	ต้องฝึกเพิ่มเติม	0.6468	0.263	ค่อนข้างเหมาะสม
นิสัยการทำงาน/การเรียนรู้	0.5611	0.33	ต้องฝึกเพิ่มเติม	0.7743	0.235	ค่อนข้างเหมาะสม
การควบคุมความวิตกกังวลและความกลัว	0.6359	0.144	ต้องฝึกเพิ่มเติม	0.7735	0.133	ค่อนข้างเหมาะสม
ความสัมพันธ์กับผู้ร่วมงาน	0.7237	0.299	ค่อนข้างเหมาะสม	0.7349	0.157	ค่อนข้างเหมาะสม
การปรับตัวให้เข้ากับระบบการทำงาน/การเรียนรู้	0.7368	0.270	ค่อนข้างเหมาะสม	0.9568	0.096	เหมาะสม

จากตารางที่ 3 หลังการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกให้นักศึกษาพยาบาลกลุ่มทดลอง นักศึกษาพยาบาลกลุ่มควบคุมมีพฤติกรรมกล้าแสดงออกด้านรูปแบบการสื่อความหมาย ความสัมพันธ์กับผู้ร่วมงาน และการปรับตัวให้เข้ากับระบบการทำงาน/การเรียนรู้ อยู่ในระดับค่อนข้างเหมาะสมและพฤติกรรมกล้าแสดงออกในด้านการทำงาน/การเรียนรู้ นิสัยการทำงาน/การเรียนรู้ การควบคุมความวิตกกังวลและความกลัว อยู่ในระดับต้องฝึกเพิ่มเติม ส่วนนักศึกษาพยาบาลกลุ่ม

ทดลองมีพฤติกรรมกล้าแสดงออกส่วนใหญ่อยู่ในระดับค่อนข้างเหมาะสม คือ ด้านรูปแบบการสื่อความหมาย การทำงาน/การเรียนรู้ นิสัยการทำงาน/การเรียนรู้ การควบคุมความวิตกกังวล และความกลัว และด้านความสัมพันธ์กับผู้ร่วมงาน และมีพฤติกรรมกล้าแสดงออก อยู่ในระดับเหมาะสมเพียงด้านเดียวคือ ด้านการปรับตัวให้เข้ากับระบบการทำงาน/การเรียนรู้

ตอนที่ 2 การวิเคราะห์ข้อมูลเมื่อทราบผลการทดลอง และทดสอบสมมติฐาน

2.1 เปรียบเทียบพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาพยาบาล กลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง (ตารางที่ 4 และตารางที่ 5)

ตารางที่ 4 เปรียบเทียบพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาพยาบาลกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง ก่อนการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก

พฤติกรรมกล้าแสดงออก	กลุ่มควบคุม (N=19)		กลุ่มทดลอง (N=17)		t
	\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.	
รูปแบบการสื่อความหมาย	0.6399	0.231	0.6761	0.247	0.45
การทำงาน/การเรียนรู้	0.4734	0.237	0.4898	0.190	0.23
นิสัยการทำงาน/การเรียนรู้	0.6576	0.307	0.6174	0.287	0.40
การควบคุมความวิตกกังวลและความกลัว	0.6144	0.158	0.5471	0.121	1.42
ความสัมพันธ์กับผู้ร่วมงาน	0.7368	0.270	0.6761	0.247	0.70
การปรับตัวให้เข้ากับระบบการทำงาน/การเรียนรู้	0.6838	0.248	0.7941	0.221	1.40
รวมพฤติกรรมกล้าแสดงออกทั้งฉบับ	0.6704	0.158	0.6144	0.092	1.28

$$p < 0.5 \quad (t = 1.697, \text{df} = 34)$$

จากตารางที่ 4 นักศึกษาพยาบาลกลุ่มควบคุม และกลุ่มทดลอง มีพฤติกรรมกล้าแสดงออก ก่อนการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกไม่แตกต่างกัน ไม่ว่าจะพิจารณาในแต่ละด้าน หรือพิจารณา รวมทุกด้าน

ตารางที่ 5 เปรียบเทียบพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาพยาบาลกลุ่มควบคุม และกลุ่มทดลอง หลังการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกให้นักศึกษาพยาบาลกลุ่มทดลอง

พฤติกรรมกล้าแสดงออก	กลุ่มควบคุม(N=19)		กลุ่มทดลอง(N=17)		L
	\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.	
รูปแบบการสื่อความหมาย	0.6136	0.208	0.7349	0.157	1.96*
การทำงาน/การเรียนรู้	0.4207	0.257	0.6468	0.263	2.67**
นิสัยการทำงาน/การเรียนรู้	0.5611	0.33	0.7743	0.235	2.35*
การควบคุมความวิตกกังวลและความกลัว	0.6359	0.144	0.7735	0.133	2.97**
ความสัมพันธ์กับผู้ร่วมงาน	0.7237	0.299	0.7349	0.157	0.14
การปรับตัวให้เข้ากับระบบการทำงาน/การเรียนรู้	0.7368	0.270	0.9568	0.096	3.18**
รวมพฤติกรรมกล้าแสดงออกทั้งหมด	0.6313	0.158	0.7865	0.101	3.47**

* $P < 0.05$ ($t_{1.697}$, $df = 34$)

** $P < 0.01$ ($t_{2.44}$, $df = 34$)

จากตารางที่ 5 หลังการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก นักศึกษาพยาบาลกลุ่มทดลอง มีพฤติกรรมกล้าแสดงออกรวมทุกด้าน ตีความว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 เมื่อพิจารณาในแต่ละด้านพบว่า นักศึกษาพยาบาลกลุ่มทดลองมีพฤติกรรมกล้าแสดงออกด้าน การทำงาน/การเรียนรู้ การควบคุมความวิตกกังวลและความกลัว และการปรับตัวให้เข้ากับระบบการทำงาน/การเรียนรู้ ตีความว่านักศึกษาพยาบาลกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 และมีพฤติกรรมกล้าแสดงออกด้านรูปแบบการสื่อความหมายและนิสัยการทำงาน/การเรียนรู้ ตีความว่านักศึกษาพยาบาลกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 แต่มีพฤติกรรมกล้าแสดงออกด้านความสัมพันธ์กับผู้ร่วมงานไม่แตกต่างกัน

2.2 เปรียบเทียบพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาพยาบาล ก่อนการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก และหลังการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก (ตารางที่ 6 และตารางที่ 7)

ตารางที่ 6 เปรียบเทียบความแตกต่างของพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาพยาบาลกลุ่มควบคุม ก่อนการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกให้นักศึกษาพยาบาลกลุ่มทดลอง และหลังฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกให้นักศึกษาพยาบาลกลุ่มทดลอง

พฤติกรรมกล้าแสดงออก	การฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก(N=19)				t
	ก่อน		หลัง		
	\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.	
รูปแบบการสื่อความหมาย	0.6399	0.231	0.6136	0.208	0.42
การทำงาน/การเรียน	0.4734	0.237	0.4207	0.257	1.00
นิสัยการทำงาน/การเรียน	0.6567	0.307	0.5611	0.300	1.82*
การควบคุมความวิตกกังวลและความกลัว	0.6144	0.158	0.6359	0.144	0.42
ความสัมพันธ์กับผู้ร่วมงาน	0.7368	0.270	0.7237	0.299	0.15
การปรับตัวให้เข้ากับระบบการทำงาน/ การเรียน	0.7237	0.299	0.7368	0.270	0.15
รวมพฤติกรรมกล้าแสดงออกทั้งฉบับ	0.6914	0.162	0.6313	0.158	1.24

* $P < 0.05$ ($t = 1.734$, $df = 18$)

จากตารางที่ 6 นักศึกษาพยาบาลกลุ่มควบคุมมีพฤติกรรมกล้าแสดงออกรวมทุกด้านเมื่อวัดช่วงเวลาหลังการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกให้นักศึกษาพยาบาลกลุ่มทดลองไม่แตกต่างจากผลการวัดพฤติกรรมกล้าแสดงออก ช่วงเวลาก่อนฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกให้นักศึกษากลุ่มทดลอง แต่เมื่อพิจารณาแต่ละด้านพบว่าหลังการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกให้นักศึกษาพยาบาลกลุ่มทดลอง นักศึกษาพยาบาลกลุ่มควบคุมมีพฤติกรรมกล้าแสดงออกด้านนิสัยการทำงาน/การเรียน มากขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ส่วนพฤติกรรมกล้าแสดงออกด้านอื่นไม่แตกต่างกัน

ตารางที่ 7 เปรียบเทียบความแตกต่างของพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาพยาบาลกลุ่มทดลอง ก่อนการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก และหลังการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก

พฤติกรรมกล้าแสดงออก	การฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก (N=17)				t
	ก่อน		หลัง		
	\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.	
รูปแบบการสื่อความหมาย	0.6761	0.247	0.7349	0.157	0.92
การทำงาน/การเรียนรู้	0.4898	0.190	0.6468	0.263	2.63**
นิสัยการทำงาน/การเรียนรู้	0.6174	1.287	0.7743	0.235	1.84*
การควบคุมความวิตกกังวลและความกลัว	0.5471	0.121	0.7735	0.133	5.44**
ความสัมพันธ์กับผู้ร่วมงาน	0.6761	0.247	0.7349	0.157	0.92
การปรับตัวให้เข้ากับระบบการทำงาน/ การเรียนรู้	0.7941	0.221	0.9568	0.096	2.55*
รวมพฤติกรรมกล้าแสดงออกทั้งหมด	0.6144	0.092	0.7865	0.101	6.98**

* $P < 0.05$ ($t = 1.746$, $df = 16$)

** $P < 0.01$ ($t = 2.58$, $df = 16$)

จากตารางที่ 7 หลังการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก นักศึกษาพยาบาลกลุ่มทดลอง มีพฤติกรรมกล้าแสดงออกรวมทุกด้าน มากกว่า ก่อนการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 เมื่อพิจารณาแต่ละด้าน พบว่าหลังการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก นักศึกษาพยาบาลกลุ่มทดลองมีพฤติกรรมกล้าแสดงออกด้านการทำงาน/การเรียนรู้ และการควบคุมความวิตกกังวล และความกลัว ดีกว่าก่อนการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 มีพฤติกรรมกล้าแสดงออกด้านนิสัยการทำงาน/การเรียนรู้ และการปรับตัวให้เข้ากับระบบการทำงาน/การเรียนรู้ ดีกว่าก่อนการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 แต่มีพฤติกรรมกล้าแสดงออกด้านรูปแบบการสื่อความหมาย และความสัมพันธ์กับผู้ร่วมงานไม่แตกต่างกัน

บทที่ 5

สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

จุดมุ่งหมายของการวิจัย

เพื่อประเมินผลการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาพยาบาล

วิธีดำเนินการวิจัย

1. การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง แบบสองกลุ่มไม่ควบคุมตัวแปร
2. กลุ่มตัวอย่างได้จากการสุ่มแบบสมัครใจ จากนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 2 คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ ปีการศึกษา 2533 จำนวน 36 คน แบ่งเป็นกลุ่มควบคุม 19 คน และกลุ่มทดลอง 17 คน

3. เครื่องมือที่ใช้ในการทดลองประกอบด้วย

3.1 คู่มือการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกสำหรับนักศึกษาพยาบาล ประกอบด้วยแนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรม การพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออก การประเมินพฤติกรรมกล้าแสดงออก และแบบฝึกหัดการกล้าแสดงออกโดยการแสดงบทบาทสมมติ

3.2 แบบวัดพฤติกรรมกล้าแสดงออกสำหรับนักศึกษาพยาบาล ซึ่งดัดแปลงมาจากแบบวัดพฤติกรรมกล้าแสดงออก ของพรรณราย ทรัพย์ประภา ให้เหมาะสมกับธรรมชาติ ของนักศึกษาพยาบาล ตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา โดยใช้ผู้ทรงคุณวุฒิ 7 ท่าน ตรวจสอบความเที่ยง โดยวิธี แบบคูเตอร์ - ริชาร์ดสัน สูตร K-R 20 ได้ค่าความเที่ยง 0.98 รายละเอียด ของแบบวัดมี 6 ด้านคือ รูปแบบการสื่อความหมาย การทำงาน/การเรียนรู้ นิสัยการทำงาน/การเรียนรู้ การควบคุมความวิตกกังวลและความกลัว ความสัมพันธ์กับเพื่อนร่วมงาน และการปรับตัวให้เข้ากับระบบการทำงาน/การเรียนรู้

3.3 ขั้นตอนการวิจัยและการเก็บรวบรวมข้อมูล

- (1) ชี้แจงนักศึกษาพยาบาลกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองให้เข้าใจ ขั้นตอนการทดลอง
- (2) นำแบบวัดพฤติกรรมกล้าแสดงออกสำหรับนักศึกษาพยาบาล ไปทดสอบกับนักศึกษาพยาบาลกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองก่อน ทำการทดลอง
- (3) ฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกแก่นักศึกษาพยาบาลกลุ่มทดลอง ใช้เวลาในการฝึก 4 ครั้ง ครั้งละ 3 ชั่วโมง สัปดาห์ละ 2 ครั้ง ครั้งที่ 1 สร้างสัมพันธภาพภายในกลุ่ม

และอธิบายแนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรม ครั้งที่ 2 อธิบาย สาธิต และฝึกการสื่อความหมาย โดยใช้ท่าทาง ครั้งที่ 3 อธิบายการแสดงออกทางคำพูดโดยใช้หลักของ DESC ฝึกเขียนบทพูด และซ้อมบทบาทสมมติ ครั้งที่ 4 แสดงบทบาทสมมติ โดยให้ผู้ฝึกและผู้ร่วมฝึกคนอื่น ๆ ร่วมกันวิพากษ์วิจารณ์การแสดงตามบทบาทสมมติเกี่ยวกับการสื่อความหมายโดยใช้คำพูดและท่าทาง หลังจากนั้นให้แต่ละคนไปฝึกเพิ่มเติมเป็นการบ้าน

(4) หลังการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกในห้องทดลอง 3 เดือน นำแบบวัดพฤติกรรมกล้าแสดงออก สำหรับนักศึกษาพยาบาล ไปทดสอบกับนักศึกษาพยาบาลกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองอีกครั้ง

การวิเคราะห์ข้อมูล

นำผลการทดสอบพฤติกรรมกล้าแสดงออกมาวิเคราะห์ด้วยโปรแกรม Lotus และ SPSS-PC โดยเปรียบเทียบความแตกต่างพฤติกรรมกล้าแสดงออกดังนี้

1. เปรียบเทียบความแตกต่างของพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาพยาบาลกลุ่มควบคุม และกลุ่มทดลอง ก่อนการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก
2. เปรียบเทียบความแตกต่างของพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาพยาบาลกลุ่มควบคุม และกลุ่มทดลอง หลังการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก
3. เปรียบเทียบความแตกต่างของพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาพยาบาลกลุ่มควบคุม เมื่อวัดช่วงเวลา ก่อนฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกให้นักศึกษาพยาบาลกลุ่มทดลอง และเมื่อวัดช่วงเวลา หลังฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกให้นักศึกษากลุ่มทดลอง
4. เปรียบเทียบความแตกต่างของพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาพยาบาลกลุ่มทดลอง ก่อนการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก และหลังการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก

สรุปผลการวิจัย

1. นักศึกษาพยาบาลกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง มีพฤติกรรมกล้าแสดงออกก่อนการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกไม่แตกต่างกัน
2. นักศึกษาพยาบาลกลุ่มทดลอง มีพฤติกรรมกล้าแสดงออกหลังการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกมากกว่านักศึกษาพยาบาลกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

3. นักศึกษาพยาบาลกลุ่มควบคุม มีพฤติกรรมกล้าแสดงออก เมื่อวัดช่วงเวลาก่อนการ

ฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกให้นักศึกษากลุ่มทดลองไม่แตกต่างจากผลการวัดพฤติกรรมกล้าแสดงออกช่วงเวลา หลังจากฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกให้นักศึกษาพยาบาลกลุ่มทดลอง

4. นักศึกษาพยาบาลกลุ่มทดลอง มีพฤติกรรมกล้าแสดงออก หลังการฝึกพฤติกรรม

กล้าแสดงออก มากกว่าก่อนการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

อภิปรายผล

1. ผลการวิจัยพบว่า นักศึกษาพยาบาลกลุ่มควบคุม และกลุ่มทดลองมีพฤติกรรมกล้า

แสดงออกก่อนการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกไม่แตกต่างกัน ซึ่งตรงตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ ผลการ

วิจัยในข้อนี้สามารถใช้เป็นหลักฐานยืนยันได้ว่า ก่อนการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก นักศึกษาพยาบาล

กลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม มีพฤติกรรมกล้าแสดงออกอยู่ในระดับใกล้เคียงกัน

2. ผลการวิจัยพบว่า นักศึกษาพยาบาลกลุ่มทดลองมีพฤติกรรมกล้าแสดงออก หลังการ

ฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกมากกว่านักศึกษาพยาบาลกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

ซึ่งตรงตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ และสอดคล้องกับการวิจัยของ รังสรรค์ (2533) เอี่ยมจิต (2524)

วงพักตร์ (2523) วิจิต (2525) และ ซาโท (Sato, 1986) ที่พบว่าหลังการฝึกพฤติกรรมกล้า

แสดงออกทำให้ผู้ที่ได้รับการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก มีพฤติกรรมกล้าแสดงออก มากกว่าผู้ที่ไม่

ได้รับการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 จึงสรุปได้ว่า นักศึกษา

พยาบาลที่ได้รับการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกมีพฤติกรรมกล้าแสดงออก มากกว่านักศึกษาพยาบาล

ที่ไม่ได้รับการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก

เมื่อพิจารณาในแต่ละด้านพบว่า นักศึกษาพยาบาลกลุ่มทดลองมีพฤติกรรมกล้าแสดงออก

ด้านการปรับตัวให้เข้ากับระบบการทำงาน/การเรียน การควบคุมความวิตกกังวลและความกลัว

และการทำงาน/การเรียน หลังการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก ตีกว่านักศึกษาพยาบาลกลุ่มควบคุม

อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติมีระดับ 0.01 ซึ่งสอดคล้องกับการวิจัยของ เอี่ยมจิต (2524) ที่พบว่า

หลังการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก นักเรียนกลุ่มทดลองมีความวิตกกังวลลดลง อย่างมีนัยสำคัญทาง

สถิติที่ระดับ 0.01 ส่วนเพ็ญศรี (2527) พบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองมีความวิตกกังวลในการพูด

หน้าชั้นน้อยลง และจากการทดลองครั้งนี้พบว่า นักศึกษาพยาบาลกลุ่มทดลองมีรูปแบบการสื่อความ

หมายและนิสัยการทำงาน/การเรียน หลังการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก ตีกว่านักศึกษาพยาบาล

กลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ดังนั้นจึงสรุปได้ว่า การฝึกพฤติกรรมกล้าแสดง

ออก ทำให้นักศึกษาพยาบาลสามารถควบคุมความวิตกกังวลและความกลัวได้และสามารถปรับตัวให้เข้ากับระบบการทำงาน/การเรียน ได้ทั้งในด้านรูปแบบการสื่อความหมาย และนิสัยการทำงาน/การเรียน จึงมีความกล้าแสดงออกในด้านการทำงาน/การเรียน

นอกจากนี้ผลการวิจัยยังพบว่า นักศึกษาพยาบาลกลุ่มควบคุม และกลุ่มทดลองมีพฤติกรรมกล้าแสดงออก ด้านความสัมพันธ์กับผู้ร่วมงานไม่แตกต่างกัน เพราะความกล้าแสดงออกทำให้บุคคลมีรูปแบบใหม่ในการแก้ปัญหา ซึ่งอาจขัดแย้งกับรูปแบบเดิมที่มีอยู่แล้ว (Clark, 1978) ดังที่ วงพักตร์ (2533) พบว่านักศึกษากลุ่มทดลองมีพฤติกรรมกล้าแสดงออกมากขึ้นและมีบุคลิกภาพเปลี่ยนจากการมีไมตรีสัมพันธ์สูงเป็นมีไมตรีต่ำ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 ส่วนบุคคลที่ไม่ได้รับการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก อาจแสดงพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม คือ บางครั้งหลีกเลี่ยงสถานการณ์ต่าง ๆ บางครั้งทำในสิ่งที่เกินกว่าเหตุและรุนแรง จนกลายเป็นความก้าวร้าว (Clark 1978) ดังนั้น บุคคลที่ได้รับการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกและบุคคลที่ไม่ได้รับการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก จึงมีความสัมพันธ์กับผู้ร่วมงานไม่แตกต่างกัน

3. นักศึกษาพยาบาลกลุ่มควบคุม มีพฤติกรรมกล้าแสดงออกเมื่อวัดช่วงเวลาก่อนการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกให้นักศึกษากลุ่มทดลอง ไม่แตกต่างจากผลการวัดพฤติกรรมกล้าแสดงออกช่วงเวลาหลังฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกให้นักศึกษาพยาบาลกลุ่มทดลองซึ่งตรงกับสมมติฐานที่ตั้งไว้

เมื่อพิจารณาในแต่ละด้านพบว่า นักศึกษาพยาบาลกลุ่มควบคุมมีพฤติกรรมกล้าแสดงออกด้านนิสัยการทำงาน/การเรียนมากขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ทั้งนี้เนื่องจากการวัดพฤติกรรมกล้าแสดงออกช่วงเวลาก่อนการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกให้นักศึกษาพยาบาลกลุ่มทดลองห่างจากการวัดพฤติกรรมกล้าแสดงออกช่วงเวลาหลังฝึกพฤติกรรมแสดงออกให้นักศึกษาพยาบาลกลุ่มทดลองประมาณ 3 เดือน ซึ่งในช่วงเวลานี้ นักศึกษาพยาบาลกลุ่มควบคุมได้เรียนในหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิตตามปกติ ซึ่งมีทั้งการฝึกปฏิบัติงานบนหอผู้ป่วยและการเรียนในห้องเรียน ดังนั้นนักศึกษาพยาบาลกลุ่มควบคุม จึงมีพฤติกรรมกล้าแสดงออกด้านนิสัยการทำงานและการเรียนมากขึ้น

4. ผลการวิจัยพบว่า นักศึกษาพยาบาลกลุ่มทดลองมีพฤติกรรมกล้าแสดงออกหลังการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกมากกว่าก่อนการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 ซึ่งตรงกับสมมติฐานที่ตั้งไว้ และจากผลการวิจัยทั้งสามข้อดังกล่าวข้างต้น ทำให้สรุปได้ว่าการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกทำให้บุคคลนั้นมีพฤติกรรมกล้าแสดงออกมากขึ้น

เมื่อพิจารณาแต่ละด้านพบว่า หลังการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก นักศึกษาพยาบาล
กลุ่มทดลองมีพฤติกรรมกล้าแสดงออกด้านการทำงาน/การเรียนรู้ การควบคุมความวิตกกังวลและ
ความกลัวมากขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของคอนนาเวย์
(Conaway, 1979) และกาญจนา (2533) ที่พบว่าบุคคลที่มีพฤติกรรมกล้าแสดงออกจะมีความ
วิตกกังวลลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.0001 และ 0.01 ตามลำดับ และจากการวิจัย
ครั้งนี้พบว่าหลังการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก นักศึกษาพยาบาลกลุ่มทดลองมีพฤติกรรมกล้าแสดง
ออกด้านการปรับตัวให้เข้ากับระบบการทำงาน/การเรียนรู้ และนิสัยการทำงาน/การเรียนรู้ซึ่งอย่าง
มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 นอกจากนี้ยังพบว่า มีพฤติกรรมกล้าแสดงออกด้านการควบคุมความ
วิตกกังวลและความกลัว การทำงาน/การเรียนรู้ และการปรับตัวให้เข้ากับระบบการทำงาน/การ
เรียนมากกว่านักศึกษาพยาบาลกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 และมีพฤติกรรม
กล้าแสดงออกด้านนิสัยการทำงาน/การเรียนรู้มากกว่านักศึกษาพยาบาลกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญ
ทางสถิติที่ระดับ 0.05 จึงสรุปได้ว่า การฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกทำให้บุคคลนั้นมีพฤติกรรมกล้า
แสดงออกด้านการควบคุมความวิตกกังวลและความกลัวดีขึ้น สามารถปรับตัวให้เข้ากับระบบการทำงาน
ทำงาน/การเรียนรู้ได้มากขึ้น สามารถทำงาน/การเรียนรู้ได้ดีขึ้น และมีนิสัยการทำงาน/การเรียนรู้ดีขึ้น

ส่วนผลการวิจัยที่พบว่าหลังการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกนักศึกษาพยาบาลกลุ่มทดลอง
มีพฤติกรรมกล้าแสดงออกด้านรูปแบบการสื่อความหมาย และความสัมพันธ์กับผู้ร่วมงาน ไม่แตกต่าง
จากเดิม ทั้งนี้เพราะเดิมอยู่ในระดับที่ค่อนข้างเหมาะสมอยู่แล้ว

จากผลการวิจัยครั้งนี้สรุปได้ว่า นักศึกษาพยาบาลที่ได้รับการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก
ในด้านการควบคุมความวิตกกังวลและความกลัว การทำงาน/การเรียนรู้ นิสัยการทำงาน/การเรียนรู้
และการปรับตัวให้เข้ากับระบบการทำงาน/การเรียนรู้ แต่ไม่มีผลต่อความกล้าแสดงออกตามความ
สัมพันธ์กับผู้ร่วมงานและรูปแบบการสื่อความหมาย

ข้อเสนอแนะ

1. ควร มีหลักสูตรการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกให้แก่ นักศึกษาพยาบาลทุกคน เพื่อให้การดูแลผู้ป่วยมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น
2. ควรมีการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกให้แก่ผู้ป่วยจิตเวช เพราะบุคคลที่มีพฤติกรรมกล้าแสดงออกจะมีความวิตกกังวลลดลง

บรรณานุกรม

- กาญจนา พงศ์พฤกษ์. (2523). ความสัมพันธ์ระหว่างกันของพฤติกรรมที่แสดงออกในการแสดงออกกับความวิตกกังวลและความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง. วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต ที่ไม่ได้ตีพิมพ์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, กรุงเทพมหานคร
- กรรณิการ์ สุวรรณโคต. (2527). พฤติกรรมของบุคคลด้านสุขภาพอนามัย. ใน โนมติและกระบวนการพยาบาล. เอกสารการสอนชุดวิชา หน่วยที่ 1-7 เอกสารประกอบการสอน สาขาวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช.
- จันทร์ฉาย พิทักษ์ศิริกุล . (2531) . ผลการจัดโปรแกรมการฝึกความกล้าแสดงออกต่อความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3. วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต ที่ไม่ได้ตีพิมพ์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย กรุงเทพมหานคร.
- ทิพย์วัลย์ สุรินยา. (2529). สรีรจิตวิทยา. กรุงเทพมหานคร : ภาควิชาจิตวิทยา คณะสังคมศาสตร์
- พรรณราย หทัยะประภา. (2524). การฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออก วารสารจิตวิทยาคลินิก 12(1), 47-65.
- พรรณราย หทัยะประภา. (2526). การฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออก และการจัดการกับความขัดแย้ง. วารสารเนาะเนา, 17 (84), 41-49.
- เพชรน้อย สิงห์ข้างชัย, ศิริพร ชัมภลชิต, และทัศนีย์ นะแสง. (2533). วิจัยทางการพยาบาล : หลักการและกระบวนการ. สงขลา : อลลายนท์เพรส.
- เพ็ญศรี วชิราวิโรจน์. (2527). การฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกเพื่อลดความวิตกกังวลในการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนอุลิตไพบูลย์ชนูปถัมภ์ จังหวัดชัยนาท. วิทยานิพนธ์ มหาบัณฑิต ที่ไม่ได้ตีพิมพ์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร กรุงเทพมหานคร.
- รังสรรค์ เฝิงบุ (2523). การฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักเรียนวัยรุ่นโดยวิธีจัดโครงการให้คำปรึกษาเชิงพฤติกรรม. วิทยานิพนธ์ มหาบัณฑิตที่ ไม่ได้ตีพิมพ์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, กรุงเทพมหานคร.
- ละเอียด ชูประยูร และคนอื่น ๆ . (2521). การศึกษา Assertive Behavior ในผู้ร่วมทีมจิตเวช. วารสารจิตวิทยาคลินิก, 9 (1), 7-19.

- ลักขณา ธรรมไพโรจน์. (2524). การปรับปรุงพฤติกรรมไม่กล้าแสดงออกด้วยวิธีการกลุ่มสัมพันธ์. ปรินญา
นิพนธ์ มหาวิทยาลัย ที่ไม่ได้ตีพิมพ์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสาทมิตร, กรุงเทพมหานคร.
- วงพักตร์ ภูพันธ์ศรี. (2523). ผลการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออกที่มีต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม
และบุคลิกภาพของนักศึกษาหญิง. วิทยานิพนธ์ มหาวิทยาลัย ที่ไม่ได้ตีพิมพ์ จุฬาลงกรณ์
มหาวิทยาลัย กรุงเทพมหานคร.
- วิจิต บุญชื้อ. (2525). ผลของการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออกที่มีต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม
และอัตมโนทัศน์ของนักศึกษาวิทยาลัยครู. วิทยานิพนธ์มหาวิทยาลัย ที่ไม่ได้ตีพิมพ์ มหาวิทยาลัย
เกษตรศาสตร์, กรุงเทพมหานคร.
- สมคิด รักษาสัตย์. (2531). พฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออกเพื่อเสริมสร้างภาวะผู้นำทางการพยาบาล.
เอกสารประกอบการสัมมนาพยาบาลวิชาชีพ โรงพยาบาลชลบุรี.
- สมโภชน์ เอี่ยมสุภาพิต. (2526). การปรับพฤติกรรม. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์โอเดียนสโตร์.
- เอี่ยมจิต ดิษฐ์แก้ว. (2524). ผลของการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออกที่มีต่อการเปลี่ยนแปลง
พฤติกรรม บุคลิกภาพและความวิตกกังวลของนักเรียนหญิง. วิทยานิพนธ์มหาวิทยาลัย ที่ไม่ได้ตี
พิมพ์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, กรุงเทพมหานคร.
- Alberti, R.E. & Emmon, J.L. Z (1974). Your Perfect Right : a Guide to Assertive
Behavior. (2 nd ed.). California : San Luis Obispo.
- Bower, S.A. & Bower, G.H. (1979). Asserting Yourself : a Practical Guide for
Positive Change. Phillipines : Addison Wesley Publishing Company Inc.
- Buss, A.H. (1961). The Psychology of Aggression New York : John Wiley and Sons.
- Clark, C.C. (1978). Assertive Skill for Nurse. Massachusetts : Contemporary
Publishing Inc.
- Conaway, R.N. (1979). An Examination of the Relationship among Assertiveness
Manifest Anxiety and Self Esteem. Dissertation Abstracts Interna-
tional, 39 (7), 3915 A-3916 A.
- Edmands, M.S. (1986). Assertive Behavior : a workshop for Nurses. The Journal
of continuing Education in Nursing, 17 (2), 93-64.

- Fensterheim, H. & Bear, J. (1975). Don't Say Yes When You Want to Say No. New York : Mckay.
- Flowers, J.V. & Booraem, C.D. (1980). Stimulation and Role Playing Method. In F.H. Kawfer, & A.G. Goldstein (Eds). Helping People Change (pp. 172-209). New York : Pergaman Press Inc.
- Murray, R.B. & Huclskoetter, M.W. (1987). Psychiatric Mental Health Nursing : Giving Emotional Care. (2nd ed.). California : Appleton & Lange.
- Norris, J. (1987). mental Health-Psychiatric Nursing a Continuum of Care. New York : John Wiley & Sons.
- Sato S.T. (1986 , July). The Effectiveness of a Nursing Program on Assertive Behavior among Student Nurses. Dissertation Abstracts International, 47 (1), 131 A-132 A.
- Smaby, O.L (1974). Assertive Training in Group. The personnel and Guidance Journal, 53 (10), 117-122.
- Stake, J.E., DeVille, C.J. & Pennell, C.L. (1983, May). The Effects of Assertive Training on the Performance Self-Esteem of Adolescent Girls. Journal of Youth and Adolescence, 12 (5), 435-442.
- Stuart, G.W. & Sundeen, S.J. (1987). Principles and Practice of Psychiatric Nursing. (3rd ed.). Toronto : The C.V. Mosby Company.
- Wilson, H.S. & Kneise, C.R. (1988). Psychiatric Nursing, (3rd ed.). California : Addison-Wesley Publesheny company.
-

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

- | | |
|----------------------|-------------------------------------|
| 1. รศ. ไชแสง | ชวศิริ อ่านทั้งฉบับและให้ข้อคิดเห็น |
| 2. ผศ. นพ. พิเชฐ | อุกมรัตน์ |
| 3. ผศ. ดร. เพิ่มศิริ | นิติมานพ |
| 4. ผศ. บุญวาท | เพชรรัตน์ |
| 5. อาจารย์ เขาวงศ์ | จรรยาศักดิ์ |
| 6. อาจารย์ สุกศิริ | หิรัญชอุณหะ |
| 7. อาจารย์ จันทนา | ศรีมูล |
| 8. คุณหญิง เคือน | ชินเจริญรัตน์ |