



## วิจัยในชั้นเรียน

การส่งเสริมความกล้าแสดงออกหน้าชั้นเรียนของนักเรียน  
ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 2  
รายวิชาหลักการประกอบอาหาร สาขาคหกรรมศาสตร์  
แผนกวิชาคหกรรมศาสตร์ วิทยาลัยเทคนิคลพบุรี

นางสาวกำไลทอง เข้มมาก

ครู

ปีการศึกษา 2568

วิทยาลัยเทคนิคลพบุรี สถาบันอาชีวศึกษาภาคกลาง 2

สำนักงานคณะกรรมการการอาชีวศึกษา

กระทรวงศึกษาธิการ

|                      |                                                                                                                                                                                     |
|----------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| วิจัยเรื่อง          | : การส่งเสริมความกล้าแสดงออกหน้าชั้นเรียน ของนักเรียนระดับ<br>ประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 2 รายวิชาหลักการประกอบอาหาร<br>สาขาเกษตรศาสตร์ แผนกวิชาเกษตรศาสตร์ วิทยาลัยเทคนิคชลบุรี |
| ชื่อผู้วิจัย         | : นางสาวกมลไธทอง เข้มมาก                                                                                                                                                            |
| หน่วยงาน / สถานศึกษา | : วิทยาลัยเทคนิคชลบุรี                                                                                                                                                              |
| ปีการศึกษา           | : 2567                                                                                                                                                                              |

### บทคัดย่อ

การวิจัยเรื่องการส่งเสริมความกล้าแสดงออกหน้าชั้นเรียนของนักเรียนระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 1 รายวิชาหลักการประกอบอาหาร สาขาเกษตรศาสตร์ แผนกวิชาเกษตรศาสตร์ วิทยาลัยเทคนิคชลบุรี จัดทำขึ้นเพื่อให้นักเรียนระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 2 ได้พัฒนาความกล้าแสดงออกหน้าชั้นเรียนในการนำเสนอผลงานของรายวิชาดังกล่าว ผลสรุปการวิจัยพบว่าจากการประเมินโดยใช้แบบสังเกตการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกลางแสดงออกของนักเรียนระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 2 สาขาเกษตรศาสตร์ แผนกเกษตรศาสตร์ วิทยาลัยเทคนิคชลบุรี รายวิชาหลักการประกอบอาหาร พบว่านักเรียนมีความกล้าแสดงออกมากขึ้น สามารถนำเสนอผลงานในรายวิชา และมีบุคลิกภาพที่สามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้

## สารบัญ

|                                                      | หน้า      |
|------------------------------------------------------|-----------|
| <b>บทคัดย่อ</b>                                      | <b>ก</b>  |
| <b>บทที่ 1 บทนำ</b>                                  | <b>1</b>  |
| ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา                       | 1         |
| วัตถุประสงค์ของการวิจัย                              | 1         |
| ขอบเขตในการศึกษา                                     | 2         |
| - ด้านตัวแปรที่ศึกษา                                 | 2         |
| - ด้านประชากร                                        | 2         |
| วิธีการดำเนินการวิจัย                                | 2         |
| เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย                           | 2         |
| สมมติฐานการวิจัย                                     | 2         |
| ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ                            | 2         |
| นิยามศัพท์เฉพาะ                                      | 3         |
| <b>บทที่ 2 แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง</b> | <b>4</b>  |
| ความหมายของพฤติกรรมมนุษย์                            | 4         |
| ทฤษฎีพฤติกรรมแสดงออก                                 | 5         |
| งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง                                | 11        |
| <b>บทที่ 3 วิธีการดำเนินการวิจัย</b>                 | <b>13</b> |
| ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง                              | 13        |
| เครื่องมือที่ใช้                                     | 13        |
| ขั้นตอนในการสร้างเครื่องมือ                          | 13        |
| การเก็บรวบรวมข้อมูล                                  | 14        |
| การวิเคราะห์ข้อมูล                                   | 14        |
| สถิติที่ใช้ในการวิจัย                                | 14        |
| <b>บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล</b>                  | <b>15</b> |
| ผลการวิเคราะห์ข้อมูล                                 | 15        |

## สารบัญ (ต่อ)

|                                      | หน้า |
|--------------------------------------|------|
| บทที่ 5 สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ | 20   |
| สรุปผลการวิจัย                       | 20   |
| อภิปรายผล                            | 20   |
| ข้อเสนอแนะ                           | 20   |
| บรรณานุกรม                           | 21   |
| ภาคผนวก                              | 22   |

# บทที่ 1

## บทนำ

### 1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

การปฏิบัติกิจกรรมการจัดการเรียนการสอนระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 2 รายวิชาหลักการประกอบอาหาร มีการนำเสนอผลงานหน้าชั้นเรียนกับเพื่อร่วมชั้นเรียนเพื่อแลกเปลี่ยนและแสดงความคิดเห็นชื่นชมผลงานของกันและกัน

การแก้ปัญหานักเรียนที่ไม่กล้าแสดงออกหน้าชั้นเรียนใช้วิธีการกระตุ้นให้นักเรียนเกิดความกล้าที่จะแสดงออกการกระตุ้นด้วยการส่งกำลังใจการกระตุ้นด้วยการแสดงให้เห็นถึงประโยชน์ของการกล้าแสดงออกด้วยการแสดงให้เห็นว่ากรกล้าแสดงออกในทางที่ถูกต้องถือเป็นเรื่องดีน่าชื่นชมไม่เสียหายจึงควรฝึกความกล้าแสดงออกตั้งแต่ตอนนี้ อาจทำได้โดยการฝึกซ้ำ ๆ สร้างโอกาสให้นักเรียนได้แสดงออกหน้าชั้นเรียนบ่อยครั้งทำให้เกิดความเคยชิน ไม่ประหม่า เมื่อต้องเผชิญกับสถานการณ์ดังกล่าว ซึ่งนำไปใช้ในการเรียน การทำงาน และชีวิตประจำวันสืบต่อไป

จากปัญหาข้างต้นครูผู้สอนจึงตระหนักเห็นความสำคัญในการส่งเสริมความกล้าแสดงออกหน้าชั้นเรียน ของนักเรียนระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 2 สาขาคหกรรมศาสตร์ แผนกคหกรรมศาสตร์ วิทยาลัยเทคนิคลพบุรี ให้นักเรียนได้พัฒนาตนเองเรื่องความกล้าแสดงออก ถึงสิ่งที่จำเป็นและเหมาะสม ให้นักเรียนได้เห็นคุณค่า แสดงศักยภาพของตนเองได้อย่างเต็มความสามารถ

### 1.2 วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อให้นักเรียนระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 2 ได้พัฒนาความกล้าแสดงออกหน้าชั้นเรียนในการนำเสนอผลงานสามารถพูดเพิ่มมูลค่าของอาหารและบอกคุณประโยชน์พร้อมอธิบายขั้นตอนกระบวนการทำได้
2. เพื่อประเมินผลการส่งเสริมความกล้าแสดงออกหน้าชั้นเรียน ของนักเรียนระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 2 สาขาคหกรรมศาสตร์ แผนกคหกรรมศาสตร์ วิทยาลัยเทคนิคลพบุรี

### 1.3 ขอบเขตในการศึกษา

#### 1. ด้านตัวแปรที่ศึกษา

ตัวแปรต้น : ความกล้าแสดงออกหน้าชั้นเรียนของนักเรียน

ตัวแปรตาม : การแสดงออกหน้าชั้นเรียนของนักเรียน

#### 2. ด้านประชากร

นักเรียนระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 2 สาขาคหกรรมศาสตร์ แผนกคหกรรมศาสตร์ วิทยาลัยเทคนิคลพบุรี จำนวน 9 คน

### 1.4 วิธีการดำเนินการวิจัย

1. เสริมกำลังใจด้วยการให้คะแนน
2. เสริมกำลังใจด้วยการให้คำชม
3. กระตุ้นด้วยการแสดงให้เห็นถึง ประโยชน์ ข้อดี และแสดงตัวอย่างตัวอย่างของผู้ที่มีความกล้าแสดงออกเพื่อให้เกิดทัศนคติที่ดี
4. ส่งเสริมการกล้าแสดงออกด้วยการเปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้แสดงออกหน้าชั้นเรียนบ่อยๆ

### 1.5 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. แบบสังเกตพฤติกรรมก่อน-หลัง การเสริมกำลังใจด้วยคะแนนและคำชม
2. แบบบันทึกการแสดงความคิดเห็นในเรื่องของประโยชน์ ข้อดี และตัวอย่างของผู้ที่มีความกล้าแสดงออก
3. ตัวอย่างบุคคลต่างๆที่มีความกล้าแสดงออก
4. แบบบันทึกการสังเกตพฤติกรรมการแสดงออกหน้าชั้นเรียนของผู้เรียนในแต่ละครั้งเพื่อ บันทึก ความเปลี่ยนแปลง

### 1.6 สมมติฐานการวิจัย

เมื่อมีการกระตุ้นและการเสริมกำลังใจเกี่ยวกับความกล้าแสดงออก นักเรียนมีความกล้าแสดงออกหน้าชั้นเรียน สามารถพูด เพิ่มมูลค่าผลิตภัณฑ์และวัสดุของชุมชนในจังหวัดลพบุรี

### 1.7 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. นักเรียนได้พัฒนาความกล้าแสดงออกหน้าชั้นเรียน ของนักเรียนระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 2 สาขาคหกรรมศาสตร์ แผนกคหกรรมศาสตร์ วิทยาลัยเทคนิคลพบุรี
2. นักเรียนได้แสดงออก นำเสนอผลงาน สามารถพูด เพิ่มมูลค่าของอาหารและบอกคุณประโยชน์พร้อมอธิบายขั้นตอนกระบวนการทำได้ของรายวิชาหลักการประกอบอาหาร สาขาคหกรรมศาสตร์ แผนกวิชาคหกรรมศาสตร์ วิทยาลัยเทคนิคลพบุรี
3. เพื่อประเมินผลการส่งเสริมความกล้าแสดงออกหน้าชั้นเรียน ของนักเรียนระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 2 รายวิชาหลักการประกอบอาหาร สาขาคหกรรมศาสตร์ แผนกวิชาคหกรรมศาสตร์ วิทยาลัยเทคนิคลพบุรี

## 1.8 นิยามศัพท์เฉพาะ

**ความกล้าแสดงออก** คือ ในการแสดงความคิด ความรู้สึก และความคิดเห็นด้วยความชัดเจนและความเคารพ ในขณะเดียวกันก็ยอมรับในสิทธิและมุมมองของผู้อื่น ถือเป็นทักษะการสื่อสารที่สำคัญซึ่งขยายผลประโยชน์นอกเหนือจากความสัมพันธ์ส่วนตัวไปสู่ขอบเขตของสถานที่ทำงานและสภาพ

**การนำเสนอ** คือ การนำเสนอเป็นศาสตร์และศิลป์สำหรับการถ่ายทอด หรือการสอน หรือในการนำเสนอผลงาน แผนงาน โครงการ รวมถึงความคิดต่างๆ ต่อผู้เรียน ต่อชุมชน ต่อเพื่อนร่วมงาน หรือผู้บังคับบัญชา การนำเสนอที่ดีจึงต้องคำนึงถึงการเลือกรูปแบบ วิธีการและขั้นตอนของการนำเสนอให้เหมาะสม นอกจากนี้ ตัวของผู้นำเสนอเองก็นับเป็นอีกองค์ประกอบสำคัญ ที่จะส่งผลให้กระบวนการนำเสนอไปสู่ความสำเร็จ

**การเสริมแรงทางบวก** คือ การนำเสนอสิ่งเร้าที่พึงประสงค์หรือมอบสิ่งน่าพอใจให้ หลังจากที่มีการแสดงพฤติกรรมใด พฤติกรรมหนึ่ง เป็นการมอบ “รางวัล” ซึ่งสามารถใช้เทคนิคนี้เพื่อส่งเสริมพฤติกรรมนั้นให้เกิดขึ้นเพิ่มเติม หรือเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่มีอยู่แล้ว ให้กลายเป็นพฤติกรรมใหม่ ๆ

## บทที่ 2

### เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาการวิจัยเรื่อง “การส่งเสริมความกล้าแสดงออกหน้าชั้นเรียนของนักเรียนระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นที่ 2 รายวิชาหลักการประกอบอาหาร สาขาคหกรรมศาสตร์ แผนกวิชาคหกรรมศาสตร์ วิทยาลัยเทคนิคชลบุรี” ผู้วิจัยได้ศึกษาแนวคิดทฤษฎีจากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อเป็นแนวทางในการศึกษา โดยแยกประเด็นเนื้อหาครอบคลุมรายละเอียดดังนี้

2.1 ความหมายของพฤติกรรมมนุษย์

2.2 ทฤษฎีการเสริมแรงในชั้นเรียน

2.3 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

#### 2.1 ความหมายของพฤติกรรมมนุษย์

พฤติกรรมของมนุษย์ หมายถึงช่วงพฤติกรรมที่มนุษย์แสดงออกมา โดยได้รับอิทธิพลมาจากวัฒนธรรมที่มีผลต่อทัศนคติ อารมณ์ คุณค่า จริยธรรม อำนาจ ความสามัคคี การสะกดจิต การโน้มน้าว การบังคับและพันธกรรม ซึ่งปกติพฤติกรรมของผู้คนจะเกิดขึ้นในช่วงที่มีพฤติกรรมบางอย่างที่เกิดขึ้นเป็นเรื่องปกติหรือเรื่องผิดปกติที่ยอมรับได้และบางข้อมีข้อจำกัดที่ยอมรับได้ ในสังคมวิทยายกไว้ว่า พฤติกรรมโดยทั่วไปถือเป็นสิ่งที่ไม่มีความหมาย ด้วยเหตุนี้การกระทำจึงเป็นขั้นพื้นฐานของพฤติกรรมมนุษย์ อย่างไรก็ตามพฤติกรรมเหล่านี้ไม่ควรถูกเข้าใจผิดว่าเป็นพฤติกรรมทางสังคม ซึ่งเป็นการกระทำที่ก้าวหน้ามากขึ้น เนื่องจากพฤติกรรมทางสังคมเป็นพฤติกรรมที่มุ่งเน้นเฉพาะกับคนอื่น ๆ ดังนั้นพฤติกรรมของมนุษย์ขึ้นอยู่กับประสบการณ์ตลอดชีวิตของแต่ละคน ซึ่งรวมถึงวิธีที่พวกเขากระทำตามปัจจัยต่าง ๆ เช่นพันธกรรม บรรทัดฐานทางสังคม ความเชื่อหลัก และทัศนคติ โดยพฤติกรรมจะมีผลกระทบจากลักษณะเฉพาะของแต่ละคนมี ด้วยลักษณะต่าง ๆ จะแตกต่างกันไปในแต่ละบุคคล และสามารถทำให้เกิดการกระทำหรือพฤติกรรมที่แตกต่างจากแต่ละคนได้

ทฤษฎีเกี่ยวกับพฤติกรรมของมนุษย์ ทฤษฎีที่แพร่หลายที่สุดทฤษฎีหนึ่งคือการปรับสภาพ ซึ่งเป็นกระบวนการเรียนรู้โดยไม่รู้ตัวที่เชื่อมโยงสิ่งเร้ากับการตอบสนองหรือกระตุ้นให้เกิดพฤติกรรมผ่านการเสริมแรง การปรับสภาพมี 2 ประเภทหลัก และผู้คนแต่ละคนอาจได้รับผลกระทบจากรูปแบบหนึ่งมากกว่าอีกรูปแบบหนึ่ง

2.1.1 การปรับพฤติกรรม ควบคุมพฤติกรรมของมนุษย์ผ่านการเสริมแรงเชิงบวกและเชิงลบ ตัวอย่างเช่น บุคคลที่พบว่าตนเองมีปัญหาเกี่ยวกับกฎหมายอยู่เสมอเมื่อทำผิดกฎบางประการ มักจะเรียนรู้ที่จะเชื่อมโยงการทำผิดกฎกับปัญหาทางกฎหมาย ในทำนองเดียวกัน ผู้ที่อ่านหนังสือสอบเป็นประจำและสอบผ่านจะเริ่มเชื่อมโยงการอ่านหนังสือกับเกรดที่ดี เมื่อพูดถึงพฤติกรรมของมนุษย์ ผู้คนมักจะหลีกเลี่ยงสิ่งที่ทำให้พวกเขาเจ็บปวดและมุ่งเน้นไปที่ความสุขและความพึงพอใจส่วนตัว

ความรู้ความเข้าใจ



ทฤษฎีอื่นในขอบเขตของพฤติกรรมมนุษย์เรียกว่าความรู้ความเข้าใจทฤษฎีที่แพร่หลายนี้ระบุว่าพฤติกรรมของมนุษย์ถูกกำหนดโดยความคิดของบุคคล การตัดสินใจภายใน แรงจูงใจส่วนบุคคล ฯลฯ ทฤษฎีนี้เน้นที่สถานะที่ซ่อนอยู่ของผู้คนและโต้แย้งว่าสิ่งที่บุคคลกำลังรู้สึก คิด หรือต่อสู้จะส่งผลต่อพฤติกรรมที่โลกเห็นในที่สุด ทฤษฎีความรู้ความเข้าใจที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมของมนุษย์ได้รับการสนับสนุนอย่างมากจากการศึกษาสุขภาพจิต การศึกษาด้านจิตวิทยา และอื่นๆ สิ่งที่มีอยู่ในโลกแห่งความเป็นจริงที่จับต้องได้ในปัจจุบันส่วนใหญ่มีอยู่ในจิตใจของบุคคลนั้นแต่เดิม

2.1.2 ประเภทของพฤติกรรมมนุษย์ ทฤษฎีเกี่ยวกับพฤติกรรมมนุษย์จำนวนมากถูกนำมาใช้และยอมรับกันอย่างกว้างขวางในโลกปัจจุบัน การทำความเข้าใจทฤษฎีเหล่านี้สามารถสร้างความแตกต่างได้ แต่การเรียนรู้เพิ่มเติมเกี่ยวกับพฤติกรรมมนุษย์และปัจจัยที่ขับเคลื่อนพฤติกรรมเหล่านี้ก็สามารถสร้างความแตกต่างได้เช่นกัน ในฐานะของสายพันธุ์ที่มีเอกลักษณ์เฉพาะตัว มนุษย์จะแบ่งออกเป็นกลุ่มหรือแม้กระทั่งหลายประเภท คนบางคนอาจมีแนวโน้มไปทางใดทางหนึ่งมากกว่า ในขณะที่คนอื่นอาจได้รับแรงผลักดันจากสิ่งอื่นโดยสิ้นเชิง ต่อไปนี้เป็นคำอธิบายเกี่ยวกับพฤติกรรมมนุษย์ประเภทต่างๆ

2.1.2.1 บุคลิกภาพ พฤติกรรมของผู้คนอาจได้รับอิทธิพลอย่างมากจาก บุคลิกภาพ บุคคลบางคนอาจอดทนและเป็นกันเอง ในขณะที่บางคนอาจใจร้อนและหัวร้อน ในหลายกรณี การประเมินบุคลิกภาพของบุคคลใดบุคคลหนึ่งอาจเป็นเรื่องยากตั้งแต่แรก โดยปกติแล้วต้องใช้เวลาสักพักในการทำความรู้จัก โต้ตอบกับพวกเขา และทำความเข้าใจว่าพวกเขาเป็นคนประเภทใด บุคลิกภาพบางอย่างเป็นมิตรมากกว่าบุคลิกอื่นๆ และมีปัจจัยหลายประการที่สามารถหล่อหลอมหรือเปลี่ยนแปลงบุคลิกภาพของบุคคลได้ เช่น วัฒนธรรม สภาพแวดล้อม และเพื่อนฝูง

2.1.2.2 ทักษะคิดตามฐาน เช่นเดียวกับบุคลิกภาพและความสนใจ ทักษะคิดของแต่ละคนสามารถส่งผลต่อพฤติกรรมของมนุษย์ได้อย่างลึกซึ้ง ทักษะคิดสามารถถือเป็นเชิงลบหรือเชิงบวกได้ โดยเกิดจากการพัฒนาการหรืออิทธิพลภายนอกของบุคคลนั้นๆ อย่างไรก็ตาม ทักษะคิดของบุคคลยังสามารถกำหนดทางเลือกที่บุคคลนั้นตัดสินใจ วิธีการโต้ตอบกับผู้อื่น และพฤติกรรมทั่วไปในชีวิตประจำวันได้ ทักษะคิดเชิงบวกสามารถทำให้บุคคลนั้นเปิดใจและยอมรับบุคคลหรือสถานการณ์บางอย่างมากขึ้น ในขณะที่ทักษะคิดเชิงลบมักจะทำให้บุคคลนั้นหลีกเลี่ยงหรือปิดกั้นสิ่งใดก็ตามที่พวกเขาเห็นว่าไม่ดี

2.1.2.3 อารมณ์ อารมณ์มักมีความเกี่ยวข้องอย่างลึกซึ้งเมื่อเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมของมนุษย์ การกระทำและการตัดสินใจหลายอย่างในชีวิตล้วนเกี่ยวข้องกับอารมณ์ แม้ว่าพื้นหลังทางอารมณ์อาจไม่ชัดเจนก็ตาม สภาวะอารมณ์เชิงบวกสามารถทำให้บุคคลมีใจกว้าง กล้าเสี่ยง และมีแนวโน้มที่จะมีพฤติกรรมบางอย่างมากขึ้น ในทำนองเดียวกัน สภาวะอารมณ์เชิงลบสามารถนำไปสู่การแยกตัวหรือการตัดสินใจของบุคคลที่จะถอนตัวจากผู้อื่น พฤติกรรมของมนุษย์หลายๆ ประการสามารถสืบทอดไปถึงอารมณ์บางประเภทได้ แม้ว่าจะมีปัจจัยอื่นๆ เข้ามาเกี่ยวข้องก็ตาม

## 2.2 ทฤษฎีการเสริมแรงในชั้นเรียน

การเสริมแรงเชิงบวกเป็นวิธีที่ได้รับความนิยมเป็นอย่างมากในฐานะวิธีการอบรมเลี้ยงดู รวมทั้งปรับพฤติกรรมเด็กที่มีประสิทธิภาพอย่างยิ่งย่น แม้ว่าจะยุติกระบวนการเสริมแรงเชิงบวกไปแล้วก็ตาม การศึกษาเกี่ยวกับการใช้การเสริมแรงเชิงบวกในห้องเรียน พบว่าช่วยปรับพฤติกรรมของนักเรียนให้เหมาะสมกับช่วงวัย มีทักษะในการอยู่ร่วมกับผู้อื่น และมารยาททางสังคมที่ดีมากยิ่งขึ้น

ตัวอย่างที่มักพบได้บ่อยครั้ง ในการใช้การเสริมแรงเชิงบวกในห้องเรียน ได้แก่ การใช้ดาวเป็นสัญลักษณ์แทนการชื่นชมหรือแทนรางวัลของการทำดี การกระตุ้นให้นักเรียนสะสมดาวเพื่อกระตุ้นให้นักเรียนทำสิ่งที่ดีแสดงพฤติกรรมที่ดี หรือแม้แต่การใช้ลูกอม ขนม รวมทั้งการเลือกใช้สติ๊กเกอร์สี และสติ๊กเกอร์รูปร่างลักษณะต่างๆ เพื่อแสดงออกถึงการชมเชย ยกย่อง ให้กำลังใจนักเรียนในการทำพฤติกรรมที่ดีต่อไป เป็นต้น

การเสริมแรงเชิงบวกช่วยให้การจัดการบรรยากาศชั้นเรียนมีคุณภาพมากยิ่งขึ้น ส่งเสริมให้นักเรียนสามารถอยู่ร่วมกันได้อย่างเหมาะสม หลีกเลี่ยงแรงกดดัน หรือความเครียดอันเกิดจากอิทธิพลด้านลบของพฤติกรรมกลุ่ม เช่น การโดนล้อหรือรังแกด้วยคำพูด และร่างกายให้เกิดความอับอาย ทำให้ไม่กล้าแสดงออกหรือกระทำในสิ่งที่ถูกต้องได้ เป็นต้น University of Minnesota's College of Education and Human Development (2016) ได้นำเสนอแนวทาง และเทคนิคการเสริมแรงเชิงบวกให้ครูผู้สอนผู้อบรม และพัฒนานักเรียนสามารถนำไปใช้ปรับพฤติกรรม และพัฒนาการเรียนรู้ของนักเรียนให้ดียิ่งขึ้น

การใช้การเสริมแรงเชิงบวกให้เกิดผลลัพธ์ที่ดีมีประสิทธิภาพ จะต้องคำนึงถึงช่วงเวลาที่เหมาะสมแก่การนำไปใช้ ซึ่งก็คือช่วงเวลาหลังจากครูได้ทำการสังเกต และมีข้อมูลด้านพฤติกรรมของนักเรียนที่เพียงพอเข้าใจสาเหตุ และแนวโน้มของนักเรียนแต่ละคนในการเลือกแสดงพฤติกรรม หลังจากนั้นจึงเริ่มตั้งคำถามชวนคิด และขอความคิดเห็นจากนักเรียนเกี่ยวกับลักษณะพฤติกรรมที่ดีที่เหมาะสมในมุมมองของพวกเขา สามารถต่อยอดนำไปสู่การพูดคุยเกี่ยวกับพฤติกรรมที่ดีที่เป็นที่ยอมรับในสังคมเพื่อนำเสนอตัวอย่างที่เหมาะสมให้นักเรียน รวมทั้งข้อดีข้อเสียของการแสดงพฤติกรรมไม่เหมาะสม และนำเสนอแนวทางในการปฏิบัติตนเพื่อพัฒนาตัวเองให้ดีขึ้นเป็นที่ยอมรับยิ่งขึ้น

ครูจะมีบทบาทสำคัญในการสร้างข้อตกลงร่วมกันภายในห้องเรียนเพื่อสนับสนุนการมีส่วนร่วมของนักเรียนทุกคน ในการระมัดระวังพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมของตนเอง ปรับใช้วิธีการเสริมแรงเชิงบวกเพื่อสนับสนุน และแนะนำแนวทางให้นักเรียนแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสม ทำการติดตาม แลกเปลี่ยนความคิดเห็น รวมทั้งให้กำลังใจกับความพยายามของนักเรียน เพื่อให้เกิดการพัฒนาตนเองในท้ายที่สุด หลังจากใช้วิธีการเสริมแรงเชิงบวกใดๆ ไปแล้วก็ตาม ครูจะต้องทำการประเมินผลว่าวิธีการที่ได้ใช้ไปแล้วนั้น ก่อให้เกิดผลลัพธ์ตามที่ต้องการหรือไม่ ผลลัพธ์ที่ได้ประสบความสำเร็จมากน้อยเพียงใด เมื่อเปรียบเทียบกับพฤติกรรมก่อน และหลังการใช้วิธีการเสริมแรงเชิงบวก ถ้าได้ผลที่ไม่น่าพึงพอใจจะต้องปรับแก้ที่จุดไหน เพื่อให้ได้ผลลัพธ์ที่มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

การเสริมแรงเชิงบวกในห้องเรียนให้ประสบผลสำเร็จเริ่มจากความเข้าใจลักษณะนิสัยและข้อมูลสำคัญพื้นฐานของนักเรียนตนเองนำมาสู่การวางแผนการใช้วิธีการเสริมแรงที่เหมาะสม การสื่อสารที่ชัดเจน รักษาคำสัญญาที่จะให้รางวัลเมื่อนักเรียนแสดงพฤติกรรมที่ดีเป็นที่น่าสนใจตามที่ได้ตกลงกันไว้ควบคู่กับการใช้การเสริมแรงหรือการจัดบรรยากาศทางสังคมภายในห้องเรียน เปิดโอกาสให้เพื่อนนักเรียนเสนอชื่อเพื่อนร่วมห้องที่มีพัฒนาการด้านพฤติกรรมที่โดดเด่น ยิ่งไปกว่านั้น วิธีการเสริมแรงเชิงบวกที่เหมาะสมกับช่วงวัย เช่น การใช้

สติ๊กเกอร์ได้ผลกับนักเรียนชั้นประถมศึกษา แต่ไม่ได้ผลกับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา เป็นต้น ก็ถือเป็นอีกหนึ่งปัจจัยสำคัญที่ส่งผลต่อความสำเร็จของการเสริมแรงเชิงบวกเช่นกัน อย่างไรก็ตาม การใช้วิธีการเสริมแรงเชิงบวกก็มีสิ่งที่จะต้องระวังในการนำไปใช้เช่นกัน ได้แก่ การใช้วิธีการเสริมแรงหลากหลายวิธีเกินไปในการปรับพฤติกรรมเพียงหนึ่งพฤติกรรมซึ่งจะทำให้นักเรียนเกิดความสับสน พยายามหลีกเลี่ยงรางวัลที่กินได้รวมทั้งรางวัลที่ไม่น่าดึงดูดใจมากพอ เมื่อระยะเวลาผ่านไปนักเรียนจะรู้สึกเบื่อได้ง่าย เป็นต้น

“ติดตามและพัฒนาพฤติกรรมนักเรียน ด้วยตารางบันทึกการเสริมแรงเชิงบวก”

2.2.1 ตารางบันทึกการเสริมแรงเชิงบวก คือตารางที่ครูใช้บันทึกวิธีการหรือสิ่งที่ใช้เสริมแรงทางบวกไปแล้ว รวมทั้งวิธีการหรือสิ่งที่ตั้งใจจะใช้เพื่อเสริมแรงเชิงบวกแก่นักเรียนในอนาคตตามลำดับ ทั้งนี้หลักการสำคัญของการบันทึกตารางเสริมแรงเชิงบวกสามารถทำได้ 5 วิธีการ ดังนี้

2.2.1.1 พยายามใช้การเสริมแรงเชิงบวกอย่างต่อเนื่องกับทุก ๆ พฤติกรรมและทุกสถานการณ์ที่เอื้ออำนวย

2.2.1.2 การกำหนดจำนวนครั้งอย่างตายตัวของการกระทำหรือพฤติกรรมที่เหมาะสมของนักเรียน เพื่อที่จะได้รับการเสริมแรงเชิงบวก เช่น บอกนักเรียนว่าจะให้รางวัลถ้าหากทำงานส่งตรงเวลารอบ 3 ครั้ง เป็นต้น

2.2.1.3 การกำหนดระยะเวลาที่ตายตัวของการกระทำหรือพฤติกรรมที่เหมาะสมของนักเรียน เพื่อที่จะได้รับการเสริมแรงเชิงบวก เช่น บอกนักเรียนว่าจะให้รางวัลถ้าหากทำงานส่งตรงเวลาตลอดระยะเวลา 3 อาทิตย์ เป็นต้น

2.2.1.4 การกำหนดจำนวนครั้งของการกระทำหรือพฤติกรรมที่ดีและเหมาะสมอย่างยืดหยุ่นไม่ตายตัวนัก เช่น การให้รางวัลแก่นักเรียนหากทำงานส่งตรงเวลาเป็นครั้ง 2 หลังจากนั้นก็ทิ้งช่วงไปให้รางวัลในครั้งที่ 5 หรือ 6 ครั้งต่อไปเมื่อส่งงานตรงเวลาเป็นครั้งที่ 7 เป็นต้น การให้รางวัลโดยไม่กำหนดจำนวนที่ทำได้ อย่างตายตัวจะช่วยลดการแสดงพฤติกรรมดีเพื่อรางวัลเพียงอย่างเดียว นักเรียนไม่สามารถคาดเดาได้ว่าการทำดีในครั้งใดจะได้รางวัลตอบแทนบ้าง นักเรียนก็มีแนวโน้มจะแสดงพฤติกรรมดีเหล่านั้นต่อไปเรื่อย ๆ จนกลายเป็นอุปนิสัยโดยไม่ยึดติดกับรางวัลหรือผลตอบแทนอีกต่อไป

2.2.1.5 การกำหนดช่วงระยะเวลาของการให้รางวัลหรือการเสริมแรงเชิงบวกแก่การกระทำหรือพฤติกรรมที่ดีและเหมาะสมอย่างยืดหยุ่น ด้วยเหตุผลเดียวกับหลักการข้อที่ 4 ซึ่งจากเดิมเคยกำหนดระยะเวลาของการให้รางวัลในการกระทำดีไว้ 3 อาทิตย์ ก็เปลี่ยนเป็น 1 อาทิตย์บ้าง หลังจากนั้นก็เพิ่มเป็น 2 อาทิตย์ เป็นต้น

การทำตารางบันทึกว่าด้วยแนวทาง และวิธีการเสริมแรงเชิงบวกที่ครูเตรียมการและวางแผนจะนำไปปฏิบัติเพื่อเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมนักเรียนในทางที่ดีขึ้นอย่างมีประสิทธิภาพสูงสุดได้นั้นจะต้องคำนึงถึงการปรับมุมมอง ปรับบริบทสภาพแวดล้อมต่าง ๆ ที่สัมพันธ์กับการแสดงออกทางพฤติกรรมของนักเรียนควบคู่กันไปด้วย ในทางกลับกันการตั้งหรือกำหนดขั้นตอนการเสริมแรง รวมทั้งการให้รางวัลอย่างตายตัว ขาดความยืดหยุ่นและไม่แปรผันตามสถานการณ์นั้น อาจไม่เหมาะสมหรือมีประสิทธิภาพเท่าที่ควรในการนำมาปรับพฤติกรรมของคนที่มีความรู้ ความรู้สึก ความนึกคิดที่ซับซ้อน ยิ่งไปกว่านั้นอาจส่งผลในทางตรงกันข้าม โดยที่นักเรียนจะเรียนรู้และแสดงพฤติกรรมดีเพื่อให้ได้รางวัลหรือการเสริมแรงเชิงบวกแทน

หลังจากครูผู้สอนได้ทำการบันทึกวิธีการ และเทคนิคที่ใช้ในการเสริมแรงเชิงบวกและติดตามผลพฤติกรรมของนักเรียนมาสู่ระยะหนึ่งแล้วนั้น การนำเสนอพัฒนาการพฤติกรรมที่ดีของนักเรียนให้พวกเขาทราบและรับรู้ว่าเป็นรูปธรรมก็เป็นสิ่งจำเป็นและสำคัญอย่างยิ่งต่อการปรับพฤติกรรม เช่น การใช้จดหมาย การ์ด บัตรสะสมคะแนน เป็นสื่อลับที่แจกให้นักเรียนรายบุคคลซึ่งในสื่อเหล่านั้นจะแสดงให้เห็นถึงพัฒนาการด้านพฤติกรรมและความคิดเห็นของครูที่มีต่อความพยายามของนักเรียนแต่ละคน รวมทั้งสิ่งที่ครูรู้สึกชื่นชมและคาดหวังเพิ่มเติม เมื่อนักเรียนได้รับรู้ความคิดเห็น รับรู้ความใส่ใจและรู้สึกได้รับการยอมรับจากครูมากยิ่งขึ้นนั้นจะช่วยสร้างความเชื่อมั่น มั่นใจในการปฏิบัติตนในทางที่เหมาะสมต่อไป

### งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

วัลลภ ปิยะมโนธรรม (2528 : 36) ได้กล่าวว่าคนที่มีพฤติกรรมไม่กล้าแสดงออก มักเก็บกดความรู้สึกที่แท้จริงเอาไว้จนกลายเป็นนิสัยติดตัวจนทำให้ไม่รู้ว่าตนเองมีความสามารถแค่ไหน ต้องการอะไรและตนเองคือใคร อันเป็นสาเหตุสำคัญที่ทำให้มีปัญหาการปรับตัว มีความขัดแย้งในใจไม่สามารถตอบสนองความต้องการของตนเองได้และทำให้เป็นผู้ที่ไม่มีความสุขประสบความสำเร็จในชีวิตได้นอกจากนี้หากสมาชิกกลุ่มทำงาน มีความไม่กล้าแสดงออกก็จะเป็นอุปสรรคสำคัญยิ่งในการระดมความคิดเป็นบ่อเกิดให้มีการเผด็จการทางความคิด และเป็นการเปิดโอกาสให้สมาชิกบางคนฉวยโอกาสแสวงหาผลประโยชน์ส่วนตนได้อันเป็นวิธีการดำเนินงานแบบประชาธิปไตยจอมปลอมได้ดังนั้น จะเห็นได้ว่าพฤติกรรมไม่กล้าแสดงออกนั้นเป็นอุปสรรคสำคัญต่อบุคคลในด้านความสุขความสำเร็จในการดำเนินชีวิตต่อสังคมในด้านประสิทธิภาพของงาน และขัดต่อรูปแบบการดำเนินชีวิตตามวิถีประชาธิปไตย จากการที่มีผู้กล่าวมาแล้วทั้งหมดจะเห็นได้ว่าพฤติกรรมกล้าแสดงออกเป็นสิ่งสำคัญอย่างหนึ่งที่จะสามารถทำให้คนมีประสิทธิภาพและคุณภาพของสังคมได้

นภาพร พุ่มฤกษ์ (2529 : 33-34)

ได้กล่าวถึงจุดมุ่งหมายของกิจกรรมกลุ่มเป็นกิจกรรมที่มีลักษณะเป็นการป้องกันแก้ไข และส่งเสริมพัฒนาการของบุคคลในด้านต่าง ๆ เช่น ร่างกาย อารมณ์สังคม และสติปัญญา ตลอดจนพัฒนาบุคลิกภาพด้านต่าง ๆ อีกประการหนึ่งผู้วิจัยเป็นผู้สอนในระดับชั้นประถมศึกษาตอนปลาย ได้พบว่านักเรียนในระดับนี้ยังมีพฤติกรรมที่ไม่กล้าแสดงออกอยู่หลายคน โดยเฉพาะด้านการเข้ากลุ่มกับเพื่อน ๆ หรือด้านแสดงความคิดเห็นมักไม่ค่อยกล้าแสดงออก หรือออกมากกระทากิจกรรมนั้น ๆ ด้วยความประหม่าอาย ไม่ยอมพูด หรือพูดแต่เสียงเบามาก อาจจะทำให้เกิดผลเสียแก่ตัวนักเรียนเองและส่งผลกระทบต่อสังคมส่วนรวมโดยอ้อมได้ ด้วยเหตุนี้ผู้วิจัยจึงได้สนใจที่จะหาวิจัยโดยใช้โปรแกรมกิจกรรมกลุ่ม เพื่อช่วยส่งเสริมพัฒนาให้นักเรียนให้มีพฤติกรรมกล้าแสดงออก เพื่อช่วยให้นักเรียนสามารถใช้ชีวิตอยู่ในสังคมทั้งในและนอกโรงเรียนได้อย่างมีความสุข กล้าคิด กล้าทำ กล้าแสดงความคิดเห็น มีความคิดสร้างสรรค์เพื่อให้เป็นบุคลากรที่มีคุณภาพและประสิทธิภาพอย่างแท้จริง

### บทที่ 3

#### วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาการวิจัยเรื่อง “การส่งเสริมความกล้าแสดงออกหน้าชั้นเรียนของนักเรียนระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นที่ 2 รายวิชาหลักการประกอบอาหาร สาขาคหกรรมศาสตร์ แผนกวิชาคหกรรมศาสตร์ วิทยาลัยเทคนิคชลบุรี” ผู้วิจัยได้ศึกษาแนวคิดทฤษฎีจากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อเป็นแนวทางในการศึกษา โดยแยกประเด็นเนื้อหาครอบคลุมรายละเอียดดังนี้

- 3.1 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
- 3.2 เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา
- 3.3 วิธีการสร้างเครื่องมือ
- 3.4 การเก็บรวบรวมข้อมูล
- 3.5 การวิเคราะห์ข้อมูล
- 3.6 สถิติที่ใช้ในงานวิจัย

#### 3.1 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

การทำวิจัยชั้นเรียนในครั้งนี้ มีประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย ดังนี้

3.1.1 ประชากร นักเรียนระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 2

3.1.2 กลุ่มตัวอย่าง นักเรียนระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 2 รายวิชาหลักการประกอบอาหาร สาขาคหกรรมศาสตร์ แผนกวิชาคหกรรมศาสตร์ วิทยาลัยเทคนิคชลบุรี จำนวน 9 คน

#### 3.2 เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา

การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยใช้แบบสังเกตถึงพฤติกรรมความกล้าแสดงออกหน้าชั้นเรียนอย่างเหมาะสม โดยใช้เครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลและมีแนวทางในการสร้างแบบสังเกต ดังนี้

3.2.1 แบบสังเกตพฤติกรรมก่อน – หลังการเสริมกำลังใจด้วยคะแนนและคำชม

มีลักษณะแบบตาราง

โดยมีการประเมินให้คะแนน 5 ระดับคือ

|   |       |         |                            |
|---|-------|---------|----------------------------|
| 5 | คะแนน | หมายถึง | ระดับการประเมินดีมาก       |
| 4 | คะแนน | หมายถึง | ระดับการประเมินดี          |
| 3 | คะแนน | หมายถึง | ระดับการประเมินพอใช้       |
| 2 | คะแนน | หมายถึง | ระดับการประเมินควรปรับปรุง |
| 1 | คะแนน | หมายถึง | ระดับการประเมินต้องแก้ไข   |

3.2.2 แบบบันทึกการแสดงความคิดเห็นในเรื่องของประโยชน์ ข้อดี และตัวอย่างของผู้ที่มีความกล้าแสดงออก

3.2.3 ตัวอย่างบุคคลต่างๆที่มีความกล้าแสดงออก

### 3.3 วิธีการสร้างเครื่องมือ

- 3.3.1 ศึกษาเอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการกล้าแสดงออก
- 3.3.2 สร้างแบบสังเกตพฤติกรรมการกล้าแสดงออกขึ้น
- 3.3.3 นำแบบสังเกตพฤติกรรมการกล้าแสดงออกไปปรึกษา และขอคำแนะนำจากผู้เชี่ยวชาญ เพื่อประเมินคุณภาพ นำมาปรับปรุงแก้ไข ก่อนนำไปใช้

### 3.4 การเก็บรวบรวมข้อมูล

- 3.4.1 ครูอธิบายถึงความสำคัญของพฤติกรรมการกล้าแสดงออก ให้นักเรียนเข้าใจ โดยยกตัวอย่างประกอบการซักถาม
- 3.4.2 ฝึกให้นักเรียนออกมานำเสนอผลงานหรือเรื่องราวหน้าชั้นเรียนคน คนละ 3 -5 นาที
- 3.4.3 ครูสังเกตพฤติกรรมของนักเรียน และบันทึกในแบบสังเกตพฤติกรรมการกล้าแสดงออก
- 3.4.4 หลังจากการนำเสนอของนักเรียน ครูให้คำแนะนำเพิ่มเติมแก่นักเรียน เพื่อนำไปแก้ไขในการนำเสนอครั้งที่ 2

### 3.5 การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลครูทำการเก็บข้อมูลจากการสังเกตพฤติกรรมการกล้าแสดงออกของนักเรียน ครั้งแรก และครั้งที่ 2 เปรียบเทียบผลการประเมินพฤติกรรมของนักเรียน วิเคราะห์ข้อมูล โดยการหาค่าสถิติค่าเฉลี่ย ( $\bar{x}$ )

### 3.6 สถิติที่ใช้ในการวิจัย

ใช้ค่าสถิติร้อยละ

## บทที่ 4

### ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ผลการวิเคราะห์การวิจัยเรื่อง “การส่งเสริมความกล้าแสดงออกหน้าชั้นเรียนของนักเรียนระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นที่ 2 รายวิชาหลักการประกอบอาหาร สาขาคหกรรมศาสตร์ แผนกวิชาคหกรรมศาสตร์ วิทยาลัยเทคนิคชลบุรี” ผู้วิจัยได้ศึกษาแนวคิดทฤษฎีจากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อเป็นแนวทางในการวิเคราะห์ โดยแยกประเด็นเนื้อหาครอบคลุมรายละเอียดดังนี้

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากแบบสังเกตพฤติกรรมการแสดงออกของนักเรียนก่อนการสร้างทัศนคติที่ดีและการฝึกบ่อยครั้งสามารถแสดงรายละเอียดได้ดังตารางที่ 1

**ตารางที่ 1** แบบสังเกตพฤติกรรมการแสดงออกของนักเรียนก่อนการสร้างทัศนคติที่ดีและการฝึกบ่อยครั้ง

| ข้อ | พฤติกรรมที่สังเกต                             | ผลการสังเกต |
|-----|-----------------------------------------------|-------------|
| 1   | นักเรียนกล้าแสดงออกอย่างชัดเจน                | ควรปรับปรุง |
| 2   | นักเรียนแสดงบุคลิกภาพมีความเหมาะสม            | พอใช้       |
| 3   | นักเรียนมีความผ่อนคลายเมื่ออยู่หน้าชั้นเรียน  | พอใช้       |
| 4   | นักเรียนมีความเชื่อมั่นเมื่ออยู่หน้าชั้นเรียน | พอใช้       |

จากตารางที่ 1 จะเห็นได้ว่าผลการสังเกตพฤติกรรมการกล้าแสดงออกหน้าชั้นเรียนนักเรียนบุคลิกภาพมีความเหมาะสม ความผ่อนคลายเมื่ออยู่หน้าชั้นเรียน มีความเชื่อมั่นเมื่ออยู่หน้าชั้นเรียนอยู่ในระดับพอใช้ และกล้าแสดงออกอย่างชัดเจนอยู่ในระดับควรปรับปรุง



ภาพการสังเกตพฤติกรรมการแสดงออกของนักเรียนก่อนการสร้างทัศนคติที่ดีและการฝึกบ่อยครั้ง

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากแบบสังเกตพฤติกรรมการแสดงออกของนักเรียนหลังการสร้างทัศนคติที่ดีและการฝึกบ่อยครั้งสามารถแสดงรายละเอียดได้ดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 แบบสังเกตพฤติกรรมการแสดงออกของนักเรียนหลังการสร้างทัศนคติที่ดีและการฝึกบ่อยครั้ง

| ข้อ | พฤติกรรมที่สังเกต                             | ผลการสังเกต |
|-----|-----------------------------------------------|-------------|
| 1   | นักเรียนกล้าแสดงออกอย่างชัดเจน                | ดี          |
| 2   | นักเรียนแสดงบุคลิกภาพมีความเหมาะสม            | ดี          |
| 3   | นักเรียนมีความผ่อนคลายเมื่ออยู่หน้าชั้นเรียน  | ดีมาก       |
| 4   | นักเรียนมีความเชื่อมั่นเมื่ออยู่หน้าชั้นเรียน | ดีมาก       |

จากตารางที่ 2

จะเห็นได้ว่าคะแนนทดสอบหลังการสร้างทัศนคติที่ดีและการฝึกบ่อยครั้งในการแสดงออกหน้าชั้นเรียนพบว่า ผู้เรียนมีความผ่อนคลายเมื่ออยู่หน้าชั้นเรียนและมีความเชื่อมั่นเมื่ออยู่หน้าชั้นเรียน ในระดับ ดีมาก กล้าแสดงออกอย่างชัดเจนและแสดงบุคลิกภาพมีความเหมาะสม อยู่ในระดับ ดี



ภาพการสังเกตพฤติกรรมการแสดงออกของนักเรียนหลังการสร้างทัศนคติที่ดีและการฝึกบ่อยครั้ง



## บทที่ 5

### สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

#### สรุปผลการวิจัย

ผลการสรุปผลการวิจัยเรื่อง “การส่งเสริมความกล้าแสดงออกหน้าชั้นเรียนของนักเรียนระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นที่ 2 รายวิชาหลักการประกอบอาหาร สาขาคหกรรมศาสตร์ แผนกวิชาคหกรรมศาสตร์ วิทยาลัยเทคนิคบุรีรัมย์” จากการประเมินโดยใช้แบบสังเกต การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการกล้าแสดงออกของนักเรียนพบว่านักเรียนมีความกล้าแสดงออกมากขึ้น การนำเสนอผลงาน สามารถพูดเพื่อเพิ่มทักษะในการตัดเย็บและทักษะการเลือกผลิตภัณฑ์และวัสดุในชุมชน นำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้

#### อภิปรายผล

ผลการวิจัยในครั้งนี้ ทำให้ทราบถึงปัจจัยพื้นฐานในการที่ส่งผลให้นักเรียนไม่กล้าแสดงออกจากการทำวิจัยทำให้ทราบว่าทัศนคติที่ดีมีส่วนทำให้นักเรียนกล้าแสดงออกการเสริมสร้างกำลังใจในการเรียนของนักเรียน นักเรียนไม่กล้าแสดงออกเพราะไม่มีแรงกระตุ้นจากอาจารย์ผู้สอนหรือบุคคลที่รับผิดชอบไม่มีวิชาที่สอนให้นักศึกษากล้าแสดงออกโดยตรง เพื่อนหรือบุคคลที่ร่วมฟังขาดรับผิดชอบในการเป็นผู้ฟังที่ดี

#### ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะการนำผลการวิจัยไปใช้ควรดำเนินการวิจัยโดยให้นักเรียนออกมานำเสนอหน้าชั้นเรียนทุกครั้งที่มีการสอนโดยใช้เวลาประมาณ 2 นาทีต่อ 1 คน และมีการประเมินให้คะแนนทุกครั้ง เพื่อเป็นการกระตุ้นการกล้าแสดงออกของนักศึกษา

## บรรณานุกรม

มณฑาทิพย์ กาศเกษม. กลางแสดงออกที่มีต่อมนุษยสัมพันธ์ [ออนไลน์] . เข้าถึงได้จาก

<http://www.thaiedresearch.org/result/info2.php?id=3257>

ตรรกพร สุขเกษม. การพัฒนาพฤติกรรมทางการกล้าแสดงออก โดยใช้วิธีการแสดงบทบาทสมมติของนักศึกษา  
ระดับชั้นปีที่ 1 ภาคเรียนที่ 2/2554 ในบทเรียนเรื่อง “การกำหนดนโยบายสาธารณะ” [ออนไลน์]  
.เข้าถึงได้จาก <http://huso.kpru.ac.th/Vijai/classroom/File/Public%20policy.pdf>

โนวาภิข. พฤติกรรมมนุษย์ (Human Behaviour). [ออนไลน์] . เข้าถึงได้จาก

<https://webcache.googleusercontent.com/>

บุรฉัตร จันทรแดง และคณะ. ปัจจัยที่มีผลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม Factors that Affecting Behavior  
Change. [ออนไลน์] . เข้าถึงได้จาก <https://so06.tci-thaijo.org> > article > download

บำเรอ ศรีสุขใส. การพัฒนาพฤติกรรมทางการกล้าแสดงออก โดยใช้วิธีการแสดงบทบาทสมมติรายวิชา  
ศิลปวัฒนธรรมไทย ของนักศึกษาประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 3 ห้อง 1 สาขาการโรงแรม.  
[ออนไลน์] . เข้าถึงได้จาก <http://58.82.156.60/quality/research/r>

มิสวไลนารถ หอดระกุล. การพัฒนาพฤติกรรมทางการกล้าแสดงออกของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 / 4  
โรงเรียนอัสสัมชัญแผนกประถม โดยการนำเสนอผลการค้นคว้า

วิชาวิทยาศาสตร์หน้าชั้นเรียน [ออนไลน์] .เข้าถึงได้จาก

[http://swis.acp.ac.th/html\\_edu/acp/temp\\_research/33.pdf](http://swis.acp.ac.th/html_edu/acp/temp_research/33.pdf)

## ภาคผนวก

### ก. เครื่องมือที่ใช้ประกอบการวิจัย

#### ภาคผนวก ก.

#### เครื่องมือที่ใช้ประกอบการวิจัย

- แบบบันทึกสังเกตพฤติกรรมการกล้าแสดงออกหน้าชั้นเรียนอย่างเหมาะสม
- แบบบันทึกการแสดงความคิดเห็นในเรื่องของประโยชน์ ข้อดี และตัวอย่างของผู้ที่มีความกล้าแสดงออก
- แบบบันทึกการสังเกตพฤติกรรมการแสดงออกหน้าชั้นเรียนของนักเรียนในแต่ละครั้งเพื่อบันทึกความ

แบบบันทึกสังเกตพฤติกรรมการกล้าแสดงออกหน้าชั้นเรียนอย่างเหมาะสม

| พฤติกรรม<br>ชื่อ-สกุล | บุคลิก<br>การแต่งกาย | มารยาทใน<br>การพูด | การใช้<br>ภาษา | เนื้อหาที่<br>นำเสนอ | แสดงการ<br>เพิ่มมูลค่า<br>ของอาหาร | รวม |
|-----------------------|----------------------|--------------------|----------------|----------------------|------------------------------------|-----|
| 1. นางสาวกัญญ์วรา     |                      |                    |                |                      |                                    |     |
| 2. นางสาวกมลวารี      |                      |                    |                |                      |                                    |     |
| 3. นางสาวจิราพัชร     |                      |                    |                |                      |                                    |     |
| 4. นางสาวปภาวรินทร์   |                      |                    |                |                      |                                    |     |
| 5. นางสาวปิยะรัตน์    |                      |                    |                |                      |                                    |     |
| 6. นางสาวเพ็ญพิสุทธิ์ |                      |                    |                |                      |                                    |     |
| 7. นางสาวเพียงขวัญ    |                      |                    |                |                      |                                    |     |
| 8. นางสาวศรีกัญญา     |                      |                    |                |                      |                                    |     |
| 9. นางสาวกรนิภา       |                      |                    |                |                      |                                    |     |

ข้อเสนอแนะเพิ่มเติม

.....

โดยการประเมินให้คะแนน 4 ระดับคือ

|             |   |       |
|-------------|---|-------|
| ดีมาก       | 5 | คะแนน |
| ดี          | 4 | คะแนน |
| พอใช้       | 3 | คะแนน |
| ควรปรับปรุง | 2 | คะแนน |
| ต้องแก้ไข   | 1 | คะแนน |

เกณฑ์การสังเกต

- บุคลิก การแต่งกาย : มีความเชื่อมั่นในตนเอง แต่งกายสะอาด ถูกระเบียบ เสื้อไม่หลุดลุ่ย ลอยชาย
- มารยาทในการพูด : มองหน้าและสบตาผู้ฟัง ไม่เหินห่าง แสบตาผู้อื่น
- การใช้ภาษา : ชัดเจน ตามหลักภาษา ตัว ร ล คำควบกล้ำ ถ้อยคำข้อความสุภาพ
- วิธีการนำเสนอ : นำสนใจหลากหลาย เช่น ใช้แผ่นใส รูปภาพ ตั้งคำถาม เล่นเกม ไม่เินเยื้อ
- เนื้อหาที่นำเสนอ : มีสาระสำคัญ ตรงกับหัวข้อเรื่อง ใช้เวลาตามที่กำหนด

ลงชื่อ.....ผู้สังเกต

(นางสาวกมลทอง เข้มมาก)

...../...../.....

แบบบันทึกการแสดงความคิดเห็นในเรื่องของประโยชน์ ข้อดี  
และตัวอย่างของผู้ที่มีความกล้าแสดงออก

ชื่อ.....ชั้น.....รหัส.....

1. จากตัวอย่างของผู้ที่มีความกล้าแสดงออก นักเรียนคิดว่าการกล้าแสดงออกมีประโยชน์อย่างไร

.....

.....

.....

.....

.....

2. จากตัวอย่างของผู้ที่มีความกล้าแสดงออก นักเรียนคิดว่าการกล้าแสดงออกมีข้อดี-ข้อเสีย หรือไม่อย่างไร

.....

.....

.....

.....

.....

3. บอกคุณค่าของอาหารและขั้นตอนวิธีการทำ

.....

.....

.....

.....

.....

แบบบันทึกการสังเกตพฤติกรรมการแสดงออกหน้าชั้นเรียน  
 ของนักเรียนในแต่ละครั้งเพื่อบันทึกความ

ชื่อ.....ชั้น.....รหัส.....

| วัน/เดือน/<br>ปี | ชื่อกิจกรรม | พฤติกรรม                         | ความคิดเห็น                      |
|------------------|-------------|----------------------------------|----------------------------------|
| .....            | .....       | .....<br>.....<br>.....<br>..... | .....<br>.....<br>.....<br>..... |
| .....            | .....       | .....<br>.....<br>.....<br>..... | .....<br>.....<br>.....<br>..... |
| .....            | .....       | .....<br>.....<br>.....<br>..... | .....<br>.....<br>.....<br>..... |
| .....            | .....       | .....<br>.....<br>.....<br>..... | .....<br>.....<br>.....<br>..... |
| .....            | .....       | .....<br>.....<br>.....<br>..... | .....<br>.....<br>.....<br>..... |

