



การศึกษาและการเสริมสร้างการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศโดยการ
ฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา

A STUDY AND ENHANCEMENT OF ASSERTIVENESS BEHAVIOR OF
TRANSGENDER ADOLESCENTS THROUGH PSYCHOLOGICAL TRAINING

สุเทพ คุ้มยศม์

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

2563

การศึกษาและการเสริมสร้างการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศโดยการ
ฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา



ปริญญานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
การศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาการวิจัยและพัฒนาศักยภาพมนุษย์
คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
ปีการศึกษา 2563
ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

A STUDY AND ENHANCEMENT OF ASSERTIVENESS BEHAVIOR OF
TRANSGENDER ADOLESCENTS THROUGH PSYCHOLOGICAL TRAINING



A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements
for the Degree of MASTER OF EDUCATION
(Research & Development on Human Potentials)
Faculty of Education, Srinakharinwirot University

2020

Copyright of Srinakharinwirot University

ปริญญานิพนธ์
เรื่อง
การศึกษาและการเสริมสร้างการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศโดยการ
ฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา
ของ
สุเทพ คุ้มยศม์

ได้รับอนุมัติจากบัณฑิตวิทยาลัยให้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาการวิจัยและพัฒนาศักยภาพมนุษย์
ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

(รองศาสตราจารย์ นายแพทย์ฉัตรชัย เอกปัญญาสกุล)
คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

คณะกรรมการสอบปากเปล่าปริญญานิพนธ์

..... ที่ปรึกษาหลัก	 ประธาน
(รองศาสตราจารย์ ดร.สกล วรเจริญศรี)	(รองศาสตราจารย์ ดร.นิธิพัฒน์ เมฆขจร)

..... ที่ปรึกษาร่วม	 กรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.พัชราภรณ์ ศรีสวัสดิ์)	(อาจารย์ ดร.ครรชิต แสนอุบล)

ชื่อเรื่อง	การศึกษาและการเสริมสร้างการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศโดยการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา
ผู้วิจัย	สุเทพ อู๋พยัคฆ์
ปริญญา	การศึกษามหาบัณฑิต
ปีการศึกษา	2563
อาจารย์ที่ปรึกษา	รองศาสตราจารย์ ดร. สกล วรเจริญศรี
อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. พัทธภรณ์ ศรีสวัสดิ์

งานวิจัยนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อ 1) ศึกษาลักษณะการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ 2) เปรียบเทียบการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ ก่อนและหลัง เข้ารับการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา กลุ่มเป้าหมายที่ใช้ในการศึกษาการแสดงออกที่เหมาะสม เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4-6 ที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ จำนวน 132 คน และกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการทดลอง เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4-6 ที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ จำนวน 20 คน โดยเลือกแบบเจาะจง ที่มีคะแนนการแสดงออกที่เหมาะสม ตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ที่ 25 ลงมาและสมัครใจในการเข้าร่วมการทดลอง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ 1) แบบสัมภาษณ์ถึงโครงสร้าง การสนทนากลุ่ม และแบบตรวจสอบรายการ วิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพด้วยเทคนิคการจำแนกชนิดข้อมูล วิธีการวิเคราะห์หาค่าหลัก 2)แบบประเมินการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ มีอำนาจจำแนกรายข้อระหว่าง 0.20-0.70 มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.91 และ 3) โปรแกรมฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาเพื่อเสริมสร้างการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ โดยสถิติที่ใช้วิเคราะห์ข้อมูลคือ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและการทดสอบค่าที ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้ 1) การศึกษาเชิงคุณภาพ ลักษณะการแสดงออกที่เหมาะสม พบว่า การแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศมี 3 ด้าน ได้แก่ ด้านการเรียน ด้านปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น และด้านการลดพฤติกรรมเสี่ยง โดยนักเรียนกลุ่มเป้าหมาย 132 คน ที่มีพฤติกรรมข้ามเพศมีการแสดงออกที่เหมาะสมโดยรวมอยู่ในระดับ ปานกลาง 2) ผลการเปรียบเทียบการแสดงออกที่เหมาะสม พบว่าหลังเข้าร่วมโปรแกรมฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาเพื่อเสริมสร้างการแสดงออกที่เหมาะสม กลุ่มทดลองมีระดับการแสดงออกที่เหมาะสมเพิ่มสูงขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

คำสำคัญ : การฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา, การแสดงออกที่เหมาะสม, วัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ

Title	A STUDY AND ENHANCEMENT OF ASSERTIVENESS BEHAVIOR OF TRANSGENDER ADOLESCENTS THROUGH PSYCHOLOGICAL TRAINING
Author	SUTEP UPAYAK
Degree	MASTER OF EDUCATION
Academic Year	2020
Thesis Advisor	Associate Professor Skol Voracharoensri
Co Advisor	Assistant Professor doctor Patcharaporn Srisawat

The purposes of this research were to study of assertiveness behavior and to compare the presentation of assertiveness behavior among transgender adolescents before and after attending a psychological training program. The target group contained 132 transgender high school students. However, twenty students whose scores ranged below 25% were selected specifically and on a voluntary basis. This research instruments used for this study were as follows: (1) semi-structured and guided interviews, focus group discussions, a check-list using domain analysis and combined multiple aspects; (2) the evaluation of assertiveness behavior among transgender adolescents and provided discrimination between 0.20 and 0.70, with a reliability coefficient of 0.91; and (3) conducted in conjunction with the psychological program. The statistical analysis included mean, standard deviation and a t-test. The results of the study were as follows: (1) the presentation of assertiveness behavior among transgender adolescents can be considered according to the following three aspects: education, social interaction and the general risk behaviors. The first-stage analysis demonstrated of the target group contained 132 participants at the moderate level; and (2) after participation in the psychological training program, the students showed significant improvements in the presentation of assertiveness behavior at a statistical level of 0.05.

Keyword : Psychological training, Assertiveness behavior, Transgender adolescents

กิตติกรรมประกาศ

ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงได้ด้วยความสามารถยิ่งจาก รศ.ดร. นิธิพัฒน์ เมฆขจร ประธานกรรมการ อ.ดร.ครรชิต แสนอุบล กรรมการสอบปากเปล่าปริญญานิพนธ์ รศ.ดร.สกล วรเจริญศรี และ ผศ.ดร.พัชราภรณ์ ศรีสวัสดิ์ อาจารย์ที่ปรึกษาปริญญานิพนธ์ที่กรุณาเมตตาให้คำแนะนำชี้แนะแนวทางตรวจสอบแก้ไข เพื่อให้ปริญญานิพนธ์ ฉบับนี้สมบูรณ์

ไม่เพียงแต่ความรู้ทางด้านวิชาการที่ท่านมอบให้หากยังเปี่ยมไปด้วยความห่วงใย เอาใจใส่ต่อผู้วิจัยอย่างหาที่เปรียบมิได้ผู้วิจัยซาบซึ้งในความเมตตากรุณาเป็นอย่างมาก จึงขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ ที่นี้

ขอกราบขอบพระคุณท่านผู้เชี่ยวชาญทั้งสามท่านได้แก่ รศ.ดร.มณฑิรา จารุเพ็ง ผศ.ดร.เฉลิมชัย หาญกล้า และ อ.ดร.ภัสยกร เลาสวัสดิกุล ที่เสียสละเวลา กรุณาตรวจสอบเครื่องมือและให้ข้อเสนอแนะเพิ่มเติมที่ เป็นประโยชน์สำหรับการวิจัยครั้งนี้ และขอกราบขอบพระคุณคณาจารย์ภาควิชาการวิจัยและพัฒนาศักยภาพมนุษย์ (จิตวิทยาพัฒนามนุษย์และการให้คำปรึกษา) คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ทุกท่าน ที่ประสิทธิ์ประสาทวิชาความรู้อันมีคุณค่ายิ่งแก่ผู้วิจัย

ขอกราบขอบพระคุณผู้บริหาร คณะครู และนักเรียน โรงเรียนพิบูลวิทยาลัยที่ผู้วิจัยได้ร่วมทำวิจัยในครั้งนี้ ในความร่วมมืออย่างเต็มกำลังในทุกกระบวนการวิจัย รวมถึงนักเรียนกลุ่มหลากหลายทางเพศที่เสียสละเวลาอันมีค่าเพื่อเข้าร่วมโปรแกรมฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา หากขาดบุคคลใดบุคคลหนึ่งไป งานวิจัยจะไม่สามารถสำเร็จลุล่วงได้เลย

ขอกราบขอบพระคุณเพื่อนภาควิชาการวิจัยและพัฒนาศักยภาพมนุษย์(จิตวิทยาพัฒนามนุษย์และการให้คำปรึกษา) สำหรับความเป็นกัลยาณมิตรที่ดีตลอดระยะเวลาที่ศึกษาและทำการวิจัย รวมถึงความช่วยเหลือมากมายที่เกิดขึ้น เกิดมิตรภาพที่ยากจะหาได้จากที่อื่น

ท้ายสุดนี้คุณความดีและประโยชน์อันเกิดจากปริญญานิพนธ์ฉบับนี้ผู้วิจัยขอมอบบูชาคุณปู่ คุณย่า บิดา มารดา คณาจารย์ทุกท่าน ที่ได้ประสิทธิ์ประสาทวิชา อบรมสอนสั่ง จนกระทั่งประสบความสำเร็จดังทุกวันนี้

สุเทพ ฐุพย์คษฐ์

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	จ
กิตติกรรมประกาศ.....	ฉ
สารบัญ	ช
สารบัญตาราง.....	ญ
สารบัญรูปภาพ	ฎ
บทที่ 1 บทนำ.....	1
ภูมิหลัง	1
คำถามการวิจัย.....	6
ความมุ่งหมายของการวิจัย/วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	6
ความสำคัญของการวิจัย	6
ขอบเขตของการวิจัย	7
นิยามศัพท์เชิงปฏิบัติการ	8
กรอบแนวคิดการวิจัย	10
สมมติฐานการวิจัย	11
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	12
1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการแสดงออกที่เหมาะสม	13
1.1 ความหมายของการแสดงออกที่เหมาะสม	13
1.2 แนวคิดและทฤษฎีการแสดงออกที่เหมาะสม.....	14
1.3 ลักษณะพฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสม	17
1.4 ความหมายและลักษณะของกลุ่มเพศทางเลือก/พฤติกรรมข้ามเพศ.....	24

1.5 วิธีการศึกษาการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ.....	26
1.6 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเพศทางเลือกและการแสดงออกที่เหมาะสมของเพศทางเลือก	29
2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา	30
2.1 ความหมายของการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา	30
2.2 จุดมุ่งหมายของการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา	32
2.3 ระยะเวลาของการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา.....	33
2.4 ขั้นตอนของการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา	34
2.5 ทฤษฎีจิตวิทยาที่นำมาประยุกต์ใช้ในการฝึกอบรม	35
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	50
ตอนที่ 1 การศึกษาลักษณะการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรม	50
ตอนที่ 2 เปรียบเทียบการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศก่อนและหลัง เข้ารับการฝึกอบรม	56
จริยธรรมในการวิจัย	61
บทที่ 4 ผลการดำเนินงานวิจัย	63
ตอนที่ 1 การศึกษาลักษณะพฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสม	63
1. การศึกษาลักษณะพฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ....	64
2. กระบวนการศึกษาและวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ	66
3. การศึกษาพฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศจากแบบ ประเมิน	77
ตอนที่ 2 การวิเคราะห์การแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ ก่อนและหลัง เข้าร่วมฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา	78
บทที่ 5 สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	81
ความมุ่งหมายของการวิจัย	81
สมมติฐานการวิจัย	81

วิธีดำเนินการวิจัย.....	81
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	82
สรุปผลการวิจัย.....	83
การอภิปรายผล	84
ข้อเสนอแนะ	92
บรรณานุกรม	94
ภาคผนวก.....	100
ภาคผนวก ก	101
ภาคผนวก ข	103
ภาคผนวก ค	112
ภาคผนวก จ	118
ภาคผนวก ช	169
ภาคผนวก ฌ	176
ภาคผนวก ฎ	186
ประวัติผู้เขียน.....	193

สารบัญตาราง

หน้า

ตาราง 1 ตารางแสดงการรับรู้ตามแนวคิด Johari 's Window.....	15
ตาราง 2 แสดงความถี่ของผลการประมวลเอกสาร ตำรา ที่เกี่ยวข้องกับการแสดงออกที่เหมาะสม	23
ตาราง 3 ตารางแสดงตัวอย่างวิธีการวิเคราะห์คำหลัก	28
ตาราง 4 ตารางแสดงเกณฑ์การให้คะแนนแบบประเมินการแสดงออกที่เหมาะสม	55
ตาราง 5 แสดงความถี่ของผลการประมวลเอกสาร ตำรา ที่เกี่ยวข้องกับการแสดงออกที่เหมาะสม	64
ตาราง 6 ตารางแสดงผลการวิเคราะห์ผลการสัมภาษณ์ด้านต่างๆ ของการแสดงออกที่เหมาะสม	67
ตาราง 7 ตารางแสดงตัวอย่างการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพด้านการเรียน	68
ตาราง 8 ตารางแสดงผลการแจกแจงความถี่ด้านการเรียน	69
ตาราง 9 ตารางแสดงตัวอย่างการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพด้านการสื่อสารและปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น	70
ตาราง 10 ตารางแสดงผลการแจกแจงความถี่ด้านการสื่อสารและปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น.....	71
ตาราง 11 ตารางแสดงตัวอย่างการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพด้านการลดพฤติกรรมเสี่ยง	72
ตาราง 12 ตารางแสดงผลการแจกแจงความถี่ด้านการลดพฤติกรรมเสี่ยง	73
ตาราง 13 ตารางแสดงผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบแนวคิดทฤษฎีกับผลการศึกษา.....	74
ตาราง 14 ตารางแสดงความถี่และร้อยละแต่ละด้านของแบบตรวจรายการ	75
ตาราง 15 ระดับคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ (N=132)	77
ตาราง 16 การตรวจสอบการแจกแจงเป็นโค้งปกติ	78
ตาราง 17 คะแนนเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน การแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศของกลุ่มทดลอง เปรียบเทียบก่อนการทดลองและหลังการทดลองรายด้าน ...	79



สารบัญรูปภาพ

	หน้า
ภาพประกอบ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย	10
ภาพประกอบ 2 แผนภูมิแสดงกระบวนการศึกษาการส่งออกที่เหมาะสม	63
ภาพประกอบ 3 แผนภูมิแสดงการวิเคราะห์ข้อมูลโดยการวิเคราะห์ค่าหลัก	66



บทที่ 1

บทนำ

ภูมิหลัง

กลุ่มผู้มีความหลากหลายทางเพศหรือกลุ่ม LGBT (Lesbian, Gay, Bisexual, Transgender) ที่สังคมรู้จักในชื่อของกลุ่มเพศที่สาม หรือกลุ่มเพศทางเลือก ซึ่งมีการแสดงออกตามอัตลักษณ์ทางเพศของตนเอง เป็นกลุ่มบุคคลที่เป็นที่รู้จักและยอมรับมากขึ้นในสังคมไทย มีสิทธิเสรีภาพในการแสดงออกตามอัตลักษณ์ทางเพศตามหลักการ Yogyakarta Principles (The Yogyakarta Principles) (หลักการ Yogyakarta Principles, 2552, น. 68) ที่ระบุว่าให้มนุษย์ทุกคนมีสิทธิในความเห็นและการแสดงความคิดเห็นโดยไม่ขึ้นกับความโน้มเอียงทางเพศและอัตลักษณ์ทางเพศ สิทธินี้รวมถึงการแสดงออกตามอัตลักษณ์หรือตัวตน ผ่านการพูด ท่าทาง การแต่งกาย ลักษณะร่างกาย การเลือกใช้ชื่อ หรือวิธีอื่นใด รวมทั้งมีเสรีภาพในการเสาะหา การได้รับและเผยแพร่ข้อมูลตลอดจนแนวความคิดทุกประเภทเกี่ยวกับสิทธิมนุษยชนและความหลากหลายทางเพศ โดยผ่านทางสื่อใดๆ และโดยไม่ขึ้นกับเขตแดน แสดงให้เห็นถึงสิทธิ เสรีภาพในการแสดงตนอย่างชัดเจน

กลุ่มบุคคลที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ หรือ กลุ่ม T (Transgender) ตามการนิยามของโครงการพัฒนาแห่งสหประชาชาติ UNDP (โครงการพัฒนาแห่งสหประชาชาติ, 2560) เป็นอีกหนึ่งเพศวิถี (Sexuality) ในกลุ่มความหลากหลายทางเพศ หรือ LGBT โดยจะมีการแสดงพฤติกรรมตรงข้ามกับเพศสภาพ หรือเพศกำเนิด (Gender) ของตนเอง ซึ่งปัจจุบันนี้มีการแสดงตัวตนที่เปิดเผย ดังผลการวิจัยของสถาบันวิจัยประชากรและสังคม ในปี พ.ศ. 2559 (สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล, 2559) ที่ได้ศึกษาจำนวนประชากรเกย์ กะเทย และกลุ่มรักร่วมเพศ ช่วงอายุ 15-59 มีประชากรกลุ่มนี้ราว 600,000 คนหรือประมาณ ร้อยละ 3 ที่ยอมรับและแสดงออกอย่างเปิดเผย และการศึกษาของ วินัย ชุ่มชื่น (2554) ที่ได้ศึกษาบทบาทของผู้บริหารโรงเรียน ผู้ปกครอง ครู เพื่อนและปัจจัยภูมิหลังที่ส่งผลต่อการถูกละเมิดสิทธิมนุษยชนของนักเรียนที่มีอัตลักษณ์เป็นเพศที่สามใน โรงเรียนมัธยมศึกษา เขตจังหวัดราชบุรี เมื่อปี 2554 โดยศึกษารวบรวมข้อมูลเชิงคุณภาพและปริมาณ กับกลุ่มประชากรผู้ที่เกี่ยวข้องกับนักเรียนเพศที่สามในโรงเรียน พบว่า มีนักเรียนร้อยละ 10 เป็นกลุ่มที่อัตลักษณ์ทางเพศที่หลากหลาย และร้อยละ 7 จะมีอัตลักษณ์ทางเพศเป็นกลุ่มที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ (Transgender) ซึ่งอัตราส่วนของนักเรียนกลุ่มดังกล่าวมีการแสดงออกต่อสังคมอย่างเปิดเผย อย่างไรก็ตามถึงแม้ว่าผู้ที่มีความหลากหลายทางเพศนั้นจะเปิดเผยและเป็นที่ยอมรับมากขึ้น แต่ก็ก่อให้เกิดปรากฏการณ์ที่ทำลายการรับรู้เดิม

ตามที่ จิตติมา กุลประเสริฐรัฐ (2561) ได้กล่าวถึงทัศนคติของสังคมต่อการแสดงออกของบุคคล กลุ่มความหลากหลายทางเพศ พบว่ามีทั้งในด้านบวกและด้านลบ ซึ่งขึ้นอยู่กับวิจรรย์ญาณ และการรับรู้ของแต่ละบุคคล หลายครั้งที่มิชวของสังคมที่ต่อต้าน เย้ยหยัน ไปจนถึงทำร้ายต่อร่างกาย และชีวิตบุคคลที่มีความหลากหลายทางเพศ ด้วยทัศนคติเชิงลบ หรือบ้างก็ชื่นชอบชื่นชมในลักษณะของผู้ให้ความบันเทิงไปจนถึงเป็นตัวตลกในสายตาของสังคม เห็นได้วาระหว่างการยอมรับทางสังคมต่อกลุ่มความหลากหลายทางเพศที่กำลังพัฒนาขึ้นนั้น ก็ต้องเผชิญกับความท้าทายของสังคมในการกำหนดบทบาทหน้าที่ รวมไปถึงการแสดงออกต่างๆ ว่าบุคคลกลุ่มนี้จะมีบทบาทแบบใดหรือมีคุณค่าแค่ไหนในสังคม สอดคล้องกับทัศนะของ ภัทราภรณ์ จิ่งเลิศศิริ (2557) ที่ได้กล่าวไว้ว่าสังคมไทยยอมรับความหลากหลายทางเพศจริงหรือไม่ นั้น พบว่าสิ่งที่กำหนดบทบาทหรือการแสดงออกของบุคคลที่มีความหลากหลายทางเพศ อาจไม่ใช่ตัวบุคคลเองตามหลักการของสิทธิเสรีภาพทางเพศ แต่กลับเป็นความคาดหวังของสังคม การแสดงออกรูปแบบต่างๆ ของบุคคลเหล่านี้เป็นตัวบ่งชี้ว่าสังคมจะกำหนดบทบาทไว้แค่ไหน อย่างไร เช่นจะเห็นได้ว่าตามสื่อต่างๆ บุคคลกลุ่มความหลากหลายทางเพศ กลับกลายเป็นตัวตลก ขบขัน หรือหลายครั้งกลับถูกตีเตียนอย่างรุนแรง เพราะการแสดงออกเหล่านั้นขัดต่อรูปแบบของการรับรู้เรื่องเพศสภาพเดิมของสังคม บุคคลกลุ่มนี้จึงอยู่ในภาวะจำยอม หรือบางครั้งต่อต้านวิถีสังคมก่อให้เกิดปัญหาตามมาอีกมากมาย ซ้ำยังทำให้สังคมกำหนดหรือรับรู้บทบาทกลุ่มเพศทางเลือกในทางลบเพิ่มขึ้น

การแสดงออกที่เหมาะสมของเยาวชนกลุ่มที่มีความหลากหลายทางเพศในปัจจุบันยอมรับกันโดยทั่วแล้วว่า ส่วนหนึ่งมาจากการเรียนรู้ผ่านตัวแบบ ตามที่ สุริยเดว ทรีปาตี (2557) ได้กล่าวว่าหากคนที่เป้นต้นแบบเป็นตัวอย่างที่ไม่ดีต่อสังคม แสดงพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมออกไปย่อมส่งผลกระทบและเกิดพฤติกรรมเลียนแบบในคนบางกลุ่ม นั่นคือกลุ่มเด็ก เยาวชนที่มีพัฒนาการ วุฒิภาวะไม่เพียงพอ หรือต้นทุนชีวิตไม่ดี ซึ่งในประเทศไทยมีกลุ่มเด็กและเยาวชนเหล่านี้เป็นจำนวนมากและเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ เพราะสถาบันครอบครัวอ่อนแอ ขาดการปลูกฝังวิชาชีวิต หรือมีแบบอย่างที่ดีจากพ่อแม่ ผู้ปกครอง ทำให้เกิดความเข้าใจผิดว่าต้องเป็นกะเทย ติ๊ด เกย์ ถึงจะโด่งดัง ได้รับความสนใจ หรือเกิดการลอกเลียนแบบ สร้างจุดสนใจให้ตัวเองนั้น เป็นสิ่งที่ทำได้ง่ายมากเหมือนไฟลามทุ่ง ขณะที่เด็กที่มีต้นทุนชีวิตที่สูง มีพื้นที่ในการแสดงออก มีวิจรรย์ญาณ เขาก็จะเข้าใจ ไม่จำเป็นต้องทำการลอกเลียนแบบ พฤติกรรมเหล่านี้ก็จะไม่เกิด ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญของ ผู้ปกครอง โรงเรียน และสังคมที่ต้องช่วยกันทำหน้าที่ให้ความรู้และปลูกฝังแบบอย่างที่ดีให้กับเยาวชน นั่นคือหากสังคมสามารถกำหนดหรือชี้นำบทบาทในการแสดงออกที่เหมาะสมแก่บุคคลกลุ่มเพศทางเลือกได้ จะนำไปสู่การยอมรับอย่างไม่มีเงื่อนไขได้เช่นกัน

จากประเด็นดังที่กล่าวมาข้างต้นสะท้อนให้เห็นถึงปัญหาการแสดงออกของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ โดย วินัย ชุ่มชื่น (2554) ได้กล่าวถึงปัญหาของนักเรียนกลุ่มความหลากหลายทางเพศ ในโรงเรียนมัธยมศึกษาที่ โดยการสัมภาษณ์ครูในโรงเรียนมัธยมศึกษาแห่งหนึ่งในจังหวัดราชบุรีที่มีต่อนักเรียนเพศทางเลือก ซึ่งนักเรียนเหล่านั้นมีพฤติกรรมที่แสดงออกให้ปรากฏเห็น เป็นที่ล้อเลียนของเพื่อน บางครั้งเพื่อนแสดงพฤติกรรมที่เป็นการคุกคามทางเพศ ทั้งทางกายและวาจา ได้สร้างความอับอายแก่เพื่อนนักเรียนที่มี อัตลักษณ์ที่เป็นทางเลือกด้วย ครูในโรงเรียนท่านหนึ่งกล่าวว่า “การแสดงออกของพวกเขา (ผู้ที่มีอัตลักษณ์ที่เป็นเพศทางเลือก) มักจะถูกเพื่อนร่วมห้องล้อเลียน บางครั้งก็แกล้งจับนม แต่ก็ไม่ใช่เป็นเรื่องจริงจัง เพียงเป็นการล้อเล่นเท่านั้น พวกนักเรียนที่เป็นกระเทยบางคนก็อาย บางคนก็เล่นด้วย แต่ส่วนมากจะอาย”^A สอดคล้องกับนักเรียนข้ามเพศคนหนึ่งที่ได้กล่าวว่า “อยากให้เพื่อนๆ และครูยอมรับ เพราะไม่ได้ทำอะไรให้เสียหายใคร ไม่อยากให้เพื่อนๆ และครูล้อ เพราะอาย พ่อแม่รับได้ไม่มีปัญหาแล้ว แต่อยากให้เพื่อนๆ รับได้ด้วย เพราะตอนนี้ก็จะอยู่ได้เฉพาะในกลุ่มเท่านั้น หากสังคมอยากให้ตนเองเป็นแบบไหนก็บอกมา ยินดีที่จะปรับตัว”^B

จากสภาพปัญหาที่ได้กล่าวมาข้างสอดคล้องกับปัญหาที่ผู้วิจัยพบในโรงเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายมีนักเรียนกลุ่มพฤติกรรมข้ามเพศที่มียอมรับตนเองและแสดงออกเปิดเผย กว่าร้อยละ 5 ของนักเรียนทั้งหมด โดยนักเรียนกลุ่มดังกล่าวได้เผชิญปัญหาเกี่ยวกับพฤติกรรมการแสดงออกของตนเองที่ส่งผลต่อทัศนคติและการรับรู้ของบุคคลอื่นในสังคมโรงเรียน ดังตัวอย่างการให้คำปรึกษา เช่น “หลายๆครั้งที่หนูเข้าเรียน จะต้องโดนตำหนิทั้งทรงผม การแต่งหน้า ต่อหน้าเพื่อนๆ บางทีก็โดนครูว่าเวลาสอบตก ทั้งที่เพื่อนคนอื่นๆก็ตก เหมือนทำอะไรก็ผิดไปหมด จนหนูโดดเรียนไม่อยากเข้า”^C “เบื่อค่ะ เบื่อมาก ใ้โน่นก็ผิด ใ้นี้ก็ผิด ไม่อยากมาโรงเรียนแล้วค่ะ หนูก็อยากรู้ว่าต้องทำตัวแบบไหนถึงจะเข้าสังคมได้”^D ในส่วนของครูที่ได้จัดการเรียนการสอนหรือมีปฏิสัมพันธ์กับนักเรียนกลุ่มนี้ ก็พบปัญหา เช่น “ในคาบครูนะ ชอบพูดทะเล่้ง เสียงดัง รบกวนคนอื่น ๆ พอดูก็ชักสีหน้าใส่ พูดจาไม่สุภาพเรียบร้อยเลย เรื่องแต่งกายนี่พอรับได้ แต่พฤติกรรมไม่ไหว มันแรงกว่าคนปกติ”^E ซึ่งที่กล่าวมามีข้างต้น เป็นตัวอย่างหนึ่งของปัญหาที่เกิดขึ้น อันเป็นผลมาจากพฤติกรรมแสดงออกของนักเรียนที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ

ปัญหาที่ผู้วิจัยพบ สอดคล้องกับการศึกษาความสุขของกระเทย เกย์ไทย ของ พรเทพ แพรขาว (2556) ที่ศึกษาระดับความสุข และศึกษาถึงปัจจัยการเกิดปัญหาสุขภาพจิตกลุ่มกระเทย เกย์ พบว่าการแสดงอารมณ์ของบุคคลกลุ่มนี้ส่วนที่แสดงอารมณ์รุนแรงนั้น เป็นการตอบสนองต่อการรับรู้ถึงความผิดปกติทางเพศของตนเองในระดับจิตใต้สำนึก รับรู้ถึงความแตกต่าง แปรกต่างกับ

คนอื่นในสังคม ให้กลไกการป้องกันตนเองไม่ให้ถูกดูถูก ถูกกลั่นแกล้งด้วยการแสดงออกในลักษณะก้าวร้าวรุนแรง ซึ่งจะเกิดมากในช่วงวัยรุ่น 15-20 ปี โดยงานวิจัยดังกล่าวตรงกับสภาพปัญหาที่ผู้วิจัยได้พบ กล่าวคือ การแสดงออกที่ไม่เหมาะสมของนักเรียนกลุ่มข้ามเพศ จะมีปัญหา เช่น การมีปฏิสัมพันธ์กับคนรอบข้าง การจัดการอารมณ์ เป็นต้น

จากลักษณะของการแสดงออกที่ไม่เหมาะสมที่เป็นปัญหาดังกล่าว ผู้วิจัยได้ศึกษาการแสดงออกที่เหมาะสมจากแนวคิด ทฤษฎีต่างๆ พบว่า Wolpe (Wolpe, 1982, อ้างถึงใน วิมลรัตน์ ขวดพงษ์, 2556) ให้คำจำกัดความของพฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสม หมายถึง การแสดงความรู้สึกทั้งหลายที่แสดงออกให้เห็นถึงสิทธิ และความรู้สึกส่วนบุคคล ซึ่งเป็นที่ยอมรับของสังคม การแสดงความรัก การยกย่องชมเชย และการแสดงออกซึ่งความรู้สึกของบุคคล สอดคล้องกับ สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต (2562) ที่กล่าวว่า การแสดงออกที่เหมาะสมเป็นความสามารถที่จะเสนอหรือแสดงออกของบุคคลที่เป็นธรรมชาติที่สุด ตามสถานการณ์ที่เป็นอยู่ สามารถจัดการกับปัญหาต่างๆ ได้ด้วยวิธีการทางบวกโดยปราศจากความวิตกกังวล จึงกล่าวโดยสรุปได้ว่าการแสดงออกที่เหมาะสม คือการแสดงออกตามสิทธิ ความต้องการ และความเป็นตัวตนของตนเอง เป็นความสามารถที่จะสื่อสารความรู้สึก ความคิดเห็น ความเชื่อและความต้องการต่าง ๆ ในลักษณะที่ตรงไปตรงมา จริงใจและเหมาะสม ตระหนักรู้ โดยไม่ล่วงเกินสิทธิของบุคคลอื่นเคารพต่อกฎกติกาของสังคมโดยรวม และการแสดงออกที่เหมาะสมยังช่วยส่งเสริมให้ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลเป็นไปในทางพึงพอใจทั้งสองฝ่าย ลดปัญหาและเป็นที่ยอมรับของสังคม

ผู้วิจัยได้กำหนดแนวทางในการศึกษาลักษณะการแสดงออกที่เหมาะสมของนักเรียนที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ โดยวิธีการศึกษาเชิงคุณภาพ ในตอนที่ 1 ของการศึกษาเริ่มจากรวบรวมและศึกษาแนวคิด ทฤษฎี งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ เพื่อสรุปลักษณะการแสดงออกที่เหมาะสม ผนวกกับการศึกษา รวบรวมข้อมูลในพื้นที่วิจัย โดยใช้กระบวนการสัมภาษณ์แบบกึ่งโครงสร้าง (Semi-Structured or Guided Interviews) การสนทนากลุ่ม (Focus Group Discussion) จากผู้ที่เกี่ยวข้องภายในโรงเรียนซึ่งเป็นพื้นที่วิจัย ทำการวิเคราะห์ข้อมูลสรุปประเด็นด้านพฤติกรรม และดำเนินการยืนยันข้อมูลด้วยแบบตรวจสอบรายการ (Checklist) จัดสร้างแบบประเมินการแสดงออกที่เหมาะสม และนำไปประเมินนักเรียนกลุ่มเป้าหมายที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ เพื่อศึกษาระดับพฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสม ในตอนที่ 2 ศึกษาและพัฒนาารูปแบบกิจกรรมหรือวิธีการที่มีประสิทธิภาพเหมาะสมกับการนำไปเสริมสร้างพฤติกรรมแสดงออกของกลุ่มตัวอย่างต่อไป

จากการศึกษาวิธีการเสริมสร้างการแสดงออกที่เหมาะสม พบว่ามีประสิทธิภาพหลายวิธี เช่น การให้คำปรึกษารายบุคคล (Individual Counseling) การให้คำปรึกษากลุ่ม (Group Counseling) ชุดกิจกรรม (Instructional Package) และการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา (Psychological Training) ซึ่งจากการกระบวนการต่างๆ ที่กล่าวมาข้างต้น ผู้วิจัยได้ใช้การฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา ซึ่งผลการศึกษาค้นคว้า พบว่ามีงานวิจัยทั้งภายในและต่างประเทศที่แสดงให้เห็นว่าการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาสามารถนำมาพัฒนาและเสริมสร้างการแสดงออกที่เหมาะสมได้ โดย Milne (Milne, 2003, อ้างถึงในบุษบา อาญาทา, 2559) ได้กล่าวว่า การฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาเป็นวิธีการช่วยเหลือให้เยาวชน สร้างความชัดเจนในชีวิต ค้นหาศักยภาพ สำรวจความคิด ความรู้สึก และความหมายในชีวิตของตนเอง ด้วยการส่งเสริมและพัฒนา ภูมิปัญญาอุปสรรค และสามารถแก้ไขปัญหาของตนเองได้ เป็นวิธีการในการเรียนรู้ร่วมกันและความเหมาะสมในการช่วยเยาวชนให้พัฒนาตนเองได้ซึ่งการฝึกอบรมสามารถใช้วิธีการที่หลากหลาย เช่น การบรรยาย การประเมินตนเอง การสาธิต การฝึกซ้อม การใช้ข้อมูลที่ถูกต้องย้อนกลับมาแก้ไข การให้ทำแบบฝึกหัด การใช้เกมและการให้การบ้าน เป็นต้น สอดคล้องกับ Mangrulkar, Whitman, and Posner (Mangrulkar, Whitman, & Posner, อ้างถึงในบุษบา อาญาทา, 2559, น. 2-3) ที่กล่าวถึงประโยชน์ของการฝึกอบรมให้แก่วัยรุ่นพบว่า การฝึกอบรมเป็นวิธีการช่วยแก้ปัญหาการเรียนและปรับปรุงพัฒนาประสิทธิภาพในการเรียน ช่วยป้องกันพฤติกรรมเสี่ยง ช่วยในเรื่องการจัดการอารมณ์ พัฒนาความภูมิใจในตนเอง ช่วยส่งเสริมการปรับตัวทางสังคมได้การฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา เป็นวิธีการหนึ่งที่ใช้พัฒนามนุษย์ เป็นการวางแผนและจัดทำอย่างเป็นระบบ เพื่อปรับปรุงหรือพัฒนาความรู้ (Knowledge) เจตคติ (Attitude) และทักษะ (Skill) โดยผ่านประสบการณ์เรียนรู้

ด้วยเหตุนี้ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะทำการศึกษาและเสริมสร้างการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ ผู้วิจัยจึงใช้วิธีการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา เพื่อเสริมสร้างการแสดงออกที่เหมาะสม โดยการฝึกอบรมเป็นการนำทฤษฎี เทคนิค และกระบวนการทางจิตวิทยา โดยผสมผสาน แนวคิดและเทคนิคการให้คำปรึกษาเน้นบุคคลเป็นศูนย์กลาง มุ่งค้นหาและสร้างตัวตนตามอัตลักษณ์ทางเพศ สร้างคุณค่าในตนเองตระหนักรู้ถึงศักยภาพที่มีอยู่ ยอมรับผู้อื่นและเข้าใจสังคมโดยรวมซึ่งจะนำไปสู่การปรับพฤติกรรมและพัฒนาการแสดงออกที่เหมาะสมได้ต่อไป

คำถามการวิจัย

การแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ ควรมีลักษณะอย่างไร นักเรียนที่มีพฤติกรรมข้ามเพศมีการแสดงออกที่เหมาะสมอยู่ในระดับใด และการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาสามารถเสริมสร้างการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ ได้หรือไม่

ความมุ่งหมายของการวิจัย/วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาลักษณะการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ
2. เพื่อเปรียบเทียบการการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ ก่อนและหลังเข้ารับการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา

ความสำคัญของการวิจัย

ผลของการวิจัยในครั้งนี้ก่อให้เกิดประโยชน์ ใน 2 ประการ ดังนี้

1. ประโยชน์ในเชิงวิชาการ การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาลักษณะการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ ซึ่งทำให้ได้องค์ความรู้ใหม่เกี่ยวกับลักษณะของการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นกลุ่มพฤติกรรมข้ามเพศในบริบทของโรงเรียนมัธยมปลาย โดยวิธีการศึกษาเชิงคุณภาพ รวมทั้งการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาเพื่อเสริมสร้างการแสดงออกที่เหมาะสมที่มีการประยุกต์ทฤษฎีจิตวิทยาการให้คำปรึกษา เทคนิคการฝึกอบรม กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ มาใช้ในการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา ซึ่งจะเป็นประโยชน์ต่อผู้ที่สนใจศึกษาประเด็นเกี่ยวกับการแสดงออกที่เหมาะสม หรือสนใจนำไปศึกษาในประชากรกลุ่มอื่น

2. ประโยชน์ในเชิงปฏิบัติ ผลการศึกษานี้ก่อให้เกิดประโยชน์ด้านการปฏิบัติ ดังนี้

2.1 ผลการศึกษาทำให้ได้แบบประเมินการแสดงออกที่เหมาะสม ซึ่งสามารถนำไปประยุกต์ใช้กับวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศกลุ่มอื่นๆ ได้

2.2 การฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาเพื่อเสริมสร้างการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ มีการประยุกต์ทฤษฎีจิตวิทยาการให้คำปรึกษา เทคนิคการฝึกอบรม กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ มาใช้ในการเสริมสร้างการแสดงออกที่เหมาะสม ซึ่งผู้ที่สนใจสามารถนำไปใช้ในการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างการแสดงออกที่เหมาะสม โดยมีจุดมุ่งหมายให้กลุ่มวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศเข้าใจตนเองและเข้าใจผู้อื่น ตลอดจนสามารถแสดงพฤติกรรมได้อย่างเหมาะสมต่อไป

ขอบเขตของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้มีขอบเขตของการวิจัยแบ่งออกเป็น 2 ขั้นตอน ได้แก่

ตอนที่ 1 การศึกษาลักษณะการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ

1.1 กลุ่มผู้ให้ข้อมูล

การศึกษาเชิงคุณภาพถึงลักษณะพฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ กลุ่มผู้ให้ข้อมูลเป็นผู้ที่เกี่ยวข้องกับนักเรียน ที่มีพฤติกรรมข้ามเพศภายในโรงเรียนพิบูลวิทยาลัย จังหวัดลพบุรี ปีการศึกษา 2562 จำนวน 53 คน โดยการเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) ประกอบไปด้วย ผู้บริหารโรงเรียน จำนวน 4 คน ครูฝ่ายปกครองวินัยนักเรียน จำนวน 4 คน ครูอาวุโสชาย หญิง ช่วงอายุ 41 – 60 ปี จำนวน 6 คน ครูช่วงอายุ 25 – 40 ปี จำนวน 7 คน นักเรียนชายกลุ่มเพศทางเลือก จำนวน 8 คน นักเรียนหญิงกลุ่มเพศทางเลือก จำนวน 6 คน คณะกรรมการตัวแทนนักเรียน จำนวน 8 คน ผู้ปกครองนักเรียน จำนวน 10 คน

ดำเนินการศึกษาเก็บข้อมูลเชิงคุณภาพ เริ่มจากรวบรวมและศึกษาแนวคิด ทฤษฎี งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นกลุ่มข้ามเพศ เพื่อสรุปลักษณะการแสดงออกที่เหมาะสม ผสมกับการศึกษา รวบรวมข้อมูลในพื้นที่วิจัย โดยใช้กระบวนการสัมภาษณ์แบบกึ่งโครงสร้าง (Semi-structured or Guided Interviews) และการสนทนากลุ่ม (Focus Group Discussion) จากผู้ที่เกี่ยวข้อง จากนั้นทำการวิเคราะห์ข้อมูลสรุปประเด็นด้านพฤติกรรม และดำเนินการยืนยันข้อมูลด้วยแบบตรวจสอบรายการ (Checklist)

1.2 กลุ่มเป้าหมาย

การศึกษากการแสดงออกที่เหมาะสม โดยใช้แบบประเมินการแสดงออกที่เหมาะสม ทำการศึกษารวบรวมข้อมูลกับกลุ่มเป้าหมาย เป็นนักเรียนที่มีพฤติกรรมข้ามเพศจากการสำรวจนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 – 6 ปีการศึกษา 2562 มีนักเรียนที่ยอมรับและเปิดเผยตนเองเป็นกลุ่มข้ามเพศ จำนวน 132 คน โดยเก็บข้อมูลจากกลุ่มเป้าหมายทั้งหมด

ตอนที่ 2 การเปรียบเทียบการแสดงออกที่เหมาะสมก่อนและหลังเข้ารับการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา

กลุ่มตัวอย่างใช้ในการศึกษา เป็นนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลายที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 - 6 โรงเรียนพิบูลวิทยาลัย ปีการศึกษา 2562 ที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ โดยการเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) ที่มีค่าเฉลี่ยคะแนน แบบประเมินการแสดงออกที่เหมาะสม ตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ที่ 25 ลงมา จำนวน 31 คน และมีความสมัครใจในการเข้าร่วมฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาจำนวน 20 คน

ตัวแปรที่ศึกษา

ตัวแปรต้น

การฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา

ตัวแปรตาม

การแสดงออกอย่างเหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ

นิยามศัพท์เชิงปฏิบัติการ

1. **พฤติกรรมข้ามเพศ (Transgender)** หมายถึง ผู้ที่มีความรู้สึกว่าเป็นเพศสภาวะ (อัตลักษณ์ทางเพศ) ของตนเองต่างจากเพศกำหนดเมื่อแรกเกิด ทั้งนี้คนข้ามเพศอาจจะมีความรักต่างเพศ รักเพศเดียวกัน หรือรักสองเพศก็ได้ นอกจากนี้ยังเรียกตัวเองว่าชายหรือหญิง หรือเพศทางเลือกหรือมีเพศสภาวะมากกว่าหนึ่งเพศสภาวะ หรือไม่มีเพศสภาวะก็ได้

2. **การแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ** หมายถึง การแสดงออกทางการเรียน การสื่อสารและปฏิสัมพันธ์ต่อเพื่อน ครู ผู้ปกครอง และการลดพฤติกรรมเสี่ยงที่ก่อให้เกิดปัญหาความรุนแรง ลดพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศและสารเสพติด การวิจัยครั้งนี้มุ่งส่งเสริมการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ 3 ด้านคือ

2.1 **ด้านการเรียน** หมายถึง การแสดงออกของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศที่เห็นได้ชัดถึงบทบาทหน้าที่ของการเป็นนักเรียน ได้แก่ การเข้าเรียน การส่งงานตามที่มอบหมาย มีความมุ่งมั่นใฝ่เรียนรู้สิ่งใหม่ๆ กระตือรือร้นในการเรียน ไม่ก่อความวุ่นวายในชั้นเรียน รู้จักและใช้ศักยภาพของตนเองที่เป็นประโยชน์กับการเรียน

2.2 **ด้านการสื่อสารและปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น** หมายถึง การแสดงออกของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศที่แสดงออกเชิงบวกกับเพื่อน ครู และผู้ปกครอง ได้แก่ การไม่พูดหยาบคาย ส่อไปทางลามกอนาจาร เปิดเผยยอมรับในเพศวิถีของตนเองเมื่อต้องติดต่อกับผู้อื่น และปฏิบัติตนเป็นแบบอย่างที่ดีแก่เพื่อน และรุ่นน้อง

2.3 **ด้านการลดพฤติกรรมเสี่ยง** หมายถึง การแสดงออกของวัยรุ่นในกลุ่มพฤติกรรมข้ามเพศในการลดความเสี่ยง หลีกเลี่ยงสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดปัญหา ได้แก่ การควบคุมและจัดการอารมณ์ตนเอง ไม่แยกตัวออกจากสังคมเมื่อประสบปัญหา หลีกเลี่ยงการอยู่ในสถานการณ์ที่เสี่ยงทางเพศและสารเสพติด

3. **การฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาเพื่อเสริมสร้างการแสดงออกที่เหมาะสมของนักเรียนที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ** หมายถึง กระบวนการพัฒนาเพิ่มพูนความรู้และทักษะของผู้เข้ารับการฝึกอบรมเพื่อมุ่งหวังให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทั้ง กระบวนการทางความคิด และส่งผลต่อการพัฒนา

พฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสมโดยรวม ใน 3 ประเด็นคือ ด้านพฤติกรรมการเรียนรู้ ด้านการแสดงออกปฏิสัมพันธ์ต่อเพื่อน ครู และผู้ปกครอง และด้านการลดพฤติกรรมเสี่ยง โดยประยุกต์ใช้เทคนิคทางจิตวิทยาการให้คำปรึกษา และเทคนิคการฝึกอบรม ทฤษฎี Johari Window การเห็นคุณค่าแห่งตน และทฤษฎีตัวตน (Self Theory) เทคนิคการให้คำปรึกษาแบบรู้คิด พฤติกรรม เทคนิคการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง ซึ่งประกอบด้วย 1) การให้ความรู้เกี่ยวกับการแสดงออกที่เหมาะสมของเพศทางเลือก 2) การใช้กิจกรรมส่งเสริมการแสดงออกของนักเรียนกลุ่ม พฤติกรรมข้ามเพศ โดยมีลำดับขั้นตอนการดำเนินการฝึกอบรม 3 ขั้นตอน ดังนี้

3.1 ขั้นการเริ่มต้น หรือขั้นนำ (The Initial Stage) โดยในขั้นตอนนี้เป็นการพบกัน ในครั้งแรก ระหว่างสมาชิกหรือผู้เข้ารับการฝึกอบรมกับผู้นำกลุ่มหรือผู้นำการฝึกอบรม สิ่งจำเป็น สำหรับผู้นำกลุ่ม โดยขั้นตอนนี้เน้นการสร้างสัมพันธภาพ (Relationship Building) และการ กำหนดหน้าที่ต่างๆ ของสมาชิก (Task Orientation Function) ซึ่งสมาชิกทุกคนจะต้องรู้จักผู้นำ กลุ่มตลอดจนสมาชิกคนอื่น ๆ อีกทั้งผู้นำกลุ่มต้องมีการมีการกำหนดโครงสร้างต่างๆ ของกลุ่ม โดยการสร้างความคุ้นเคยระหว่างผู้นำกลุ่มกับสมาชิก และระหว่างสมาชิกกับสมาชิกเองก็ตาม ทั้งนี้ทักษะสำคัญที่จำเป็นสำหรับผู้นำกลุ่มในขั้นนี้คือ ทักษะการเอื้ออำนวย (Facilitative Skill) โดย จำเป็นที่จะต้องกระตุ้นให้มีการประเมินตนเองของสมาชิก (Self – Assessment) รวมทั้งการ กำหนดเป้าหมายส่วนบุคคล (Setting of Personal Goal) หรือ ความคาดหวังที่ต้องการได้รับการ การเข้ารับการฝึกอบรม ในขั้นนี้ถือเป็นขั้นสำคัญสำหรับการเริ่มต้นในการดำเนินการฝึกอบรมกลุ่ม ในแต่ละครั้ง

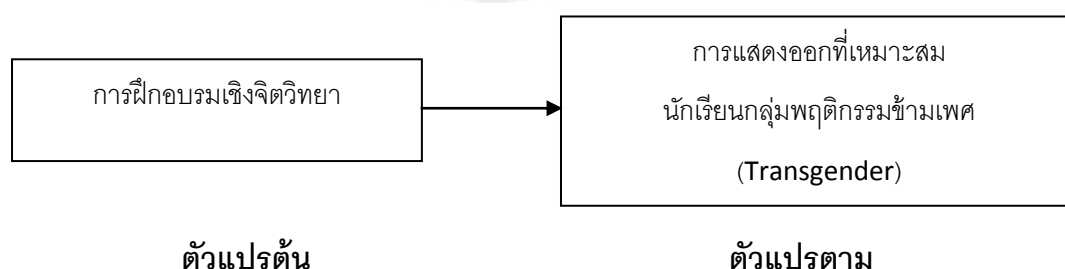
3.2 ขั้นการดำเนินการ (The Working Stage) ในขั้นนี้ผู้นำกลุ่มต้องใช้ทักษะการ เอื้ออำนวย (Facilitative Skill) ให้กับสมาชิกกลุ่มเรียนรู้จากสมาชิกคนอื่น ๆ โดยเริ่มจากการ แนะนำตนเอง จากนั้นผู้นำกลุ่มดำเนินการฝึกอบรมตามที่กำหนดเป้าหมายในกลุ่มฝึกอบรมแต่ละ ครั้ง สอดคล้องตามหลักการและแนวคิดในการฝึกอบรม และเทคนิค ทฤษฎีการให้คำปรึกษาที่ เกี่ยวข้องตามที่กำหนดไว้ ตลอดทั้งใช้เทคนิคต่างๆ ทางด้านจิตวิทยา ได้แก่ สถานการณ์จำลอง การใช้บทบาทสมมติ การสอน และการให้ข้อมูลย้อนกลับ การใช้แบบประเมินตนเอง และเกม เป็น ต้น

3.3 ขั้นการยุติ (The Ending Stage) ขั้นนี้เป็นขั้นตอนสุดท้ายในการจัดกิจกรรม กลุ่มฝึกอบรม โดยผู้วิจัยหรือผู้นำกลุ่มต้องให้ความใส่ใจกับขั้นตอนการยุติกลุ่มฝึกอบรมในแต่ละ ครั้ง ตลอดจนการมุ่งเน้นการให้เหตุผลสำหรับการยุติกลุ่มฝึกอบรม มีเป้าหมายว่า สมาชิกกลุ่ม ได้รับประโยชน์อะไรจากการเข้าร่วมกลุ่มฝึกอบรมแต่ละครั้ง โดยผู้นำกลุ่มอาจใช้วิธีการต่าง ๆ เช่น

การสรุปเนื้อหาสาระ ของกลุ่มฝึกอบรม ซึ่งผู้นำกลุ่มอาจเป็นผู้สรุปหรือให้สมาชิกกลุ่มเป็นผู้สรุป การทำความเข้าใจร่วมกัน ซึ่งอาจใช้ถามตอบ หรือเปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่มถามเกี่ยวกับประเด็น ปัญหาต่าง ๆ ที่ยังสงสัยหรืออาจยังไม่เข้าใจ การให้ข้อมูลย้อนกลับซึ่งกันและกันระหว่างสมาชิกกับ สมาชิก หรือผู้นำกลุ่มกับสมาชิก การให้การบ้านหรืองานบางอย่างที่เกี่ยวกับการฝึกอบรมชีวิต และการจัดการเกี่ยวกับความรู้สึกที่ค้างคาใจของสมาชิกกลุ่ม เป็นต้น

กรอบแนวคิดการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยกำหนดกรอบแนวคิดโดยการใช้การฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา เพื่อเสริมสร้างการแสดงออกที่เหมาะสมนักเรียนกลุ่มพฤติกรรมข้ามเพศ โดยผสมผสานเทคนิคการให้ คำปรึกษา ร่วมกับกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เข้าไว้ในการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา ประยุกต์ เทคนิคการให้ คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง เน้นให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมได้ทบทวนตนเอง รู้จักและ เข้าใจตนเองทั้งความคิดและความรู้สึก กระบวนการและเทคนิคการให้คำปรึกษาแบบรู้คิด พฤติกรรม เพื่อสร้างพลังบวกและการรับรู้ใหม่นำไปสู่การปรับพฤติกรรม ตลอดจนการเสริมแรง การใช้บทบาทสมมติ สถานการณ์จำลอง เมื่อผู้เข้ารับการฝึกอบรมได้รู้จักและเข้าใจตนเอง ทราบ ถึงปัญหาและแนวทางแก้ไข และได้ประยุกต์ใช้ เทคนิค WDEP ทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบเผชิญ ความจริงเพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมวางแผนพัฒนาตนเอง ประเมินความเหมาะสมตามแนวทาง ที่วางไว้และเลือกที่จะพัฒนาการแสดงออกในรูปแบบที่เหมาะสมกับตนเอง ซึ่งช่วยให้ผู้เข้ารับการ ฝึกอบรมได้ตระหนักรู้ (Awareness) รู้จักเข้าใจและเห็นคุณค่าของตนเองตามทฤษฎีตัวตน (Self-Theory) สามารถกำหนดบทบาทการแสดงออกไปในทิศทางที่ตนเองและสังคมรอบข้าง พึงพอใจ



ภาพประกอบ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

สมติฐานการวิจัย

นักเรียนกลุ่มพฤติกรรมข้ามเพศมีการแสดงออกที่เหมาะสมสูงขึ้นหลังเข้าการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา



บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นการศึกษาและการเสริมสร้างการส่งออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศโดยการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา ผู้ศึกษาได้ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องเพื่อเป็นแนวทางในการศึกษา ซึ่งมีเนื้อหาแบ่งออกเป็นหัวข้อต่างๆได้ดังนี้

1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการส่งออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ

- 1.1 ความหมายของการส่งออกที่เหมาะสม
- 1.2 แนวคิดและทฤษฎีการส่งออกที่เหมาะสม
- 1.3 ลักษณะพฤติกรรมการส่งออกที่เหมาะสม
- 1.4 ความหมายและลักษณะของกลุ่มพฤติกรรมข้ามเพศ
- 1.5 วิธีการศึกษาการส่งออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ
- 1.6 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเพศทางเลือกและการส่งออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มี

พฤติกรรมข้ามเพศ

2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา

- 2.1 ความหมายของการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา
- 2.2 จุดมุ่งหมายของการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา
- 2.3 ระยะเวลาของการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา
- 2.4 ขั้นตอนของการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา
- 2.5 แนวคิด ทฤษฎีจิตวิทยาที่นำมาประยุกต์ใช้
 - 2.5.1 แนวคิดเกี่ยวกับการเห็นคุณค่าแห่งตน
 - 2.5.2 ทฤษฎียึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง
 - 2.5.3 แนวคิดเกี่ยวกับการเสริมสร้างคุณค่าแห่งตน
 - 2.5.4 ทฤษฎีและเทคนิคการให้คำปรึกษาแบบรู้คิด-พฤติกรรม
 - 2.5.5 การให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง กระบวนการ WDEP
 - 2.5.6 เทคนิคกลุ่มสัมพันธ์
- 2.6 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยานักบุคคลที่มีความหลากหลายทาง

เพศ

1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการแสดงออกที่เหมาะสม

1.1 ความหมายของการแสดงออกที่เหมาะสม

นักวิชาการได้กล่าวถึงความหมายของการแสดงออกที่เหมาะสมไว้ดังนี้

คำว่า “Assertion” นักจิตวิทยาชาวไทยได้บัญญัติศัพท์ใช้แตกต่างกันไป เช่น พรณราย ทรัพย์ประภา (2524) ใช้คำว่า “พฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออก” หลุย จำปาเทศ (2552) ใช้คำว่า “การแสดงออกที่เหมาะสม” เรียม ศรีทอง (2542) ใช้คำว่า “การกล้าแสดงออกที่เหมาะสม” สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต (2562) ใช้คำว่า “พฤติกรรมกล้าแสดงออก” สำหรับการศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยขอใช้คำว่า “การแสดงออกที่เหมาะสม (Assertiveness Behavior)”

และจากการศึกษาพบว่า มีผู้ให้ความหมายของคำว่า พฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสมไว้หลายแนวคิดด้วยกัน ดังนี้

Wolpe (1982, p. 81) ให้คำจำกัดความว่า พฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสม หมายถึง การแสดงความรู้สึกทั้งหลายที่ที่แสดงออกให้เห็นถึงสิทธิ และความรู้สึกส่วนบุคคล ซึ่งเป็นที่ยอมรับของสังคม การแสดงความรัก การยกย่องชมเชย และการแสดงออกซึ่งความรู้สึกของบุคคล

Bower (1976, p. 4) ได้ให้ความหมายว่า พฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสม หมายถึง ความสามารถที่จะแสดงความรู้สึกที่จะเลือกกว่าควรจะทำอย่างไรที่จะแสดงสิทธิ เมื่อมีความเหมาะสมที่จะเพิ่มพูนความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองที่จะช่วยพัฒนาความมั่นใจในตนเองให้เกิดขึ้นที่จะแสดงและไม่เห็นด้วยเมื่อคิดว่ามีค่าสำคัญมากพอ และความสามารถในการที่จะดำเนินการเพื่อประพฤติกกรรมของตนเอง

Jakubowski (Jakubowski, 1978, อ้างถึงใน พรพิมล ช่วงชัย, 2556, น.6) กล่าวว่า พฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสม หมายถึง พฤติกรรมระหว่างบุคคลหนึ่ง ซึ่งบุคคลยืนยันเพื่อแสดงสิทธิอันถูกต้องของเขาในวิถีทางซึ่งไม่เป็นการละเมิดสิทธิของผู้อื่น เป็นการแสดงความรู้สึก ความคิด และความเชื่อออกมาอย่างตรงไปตรงมา จริงใจและเหมาะสม

Clark and Shea (Clark & Shea, 1979, อ้างถึงใน พรพิมล ช่วงชัย, 2556, น. 6) ได้ให้ความหมายว่า พฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสมเป็นพฤติกรรมที่อิสระ ปราศจากการถูกควบคุม มีสิทธิเสรีภาพในการแสดงออก และยกย่องเคารพสิทธิของความเป็นบุคคลของผู้อื่น

หลุย จำปาเทศ (2552, น. 127) ได้ให้ความหมายของการแสดงออกที่เหมาะสมว่า เป็นลักษณะการแสดงออกที่ไม่ต้องการอำนาจ ไม่ต้องการบังคับขู่เข็ญ ไม่ต้องการควบคุม พฤติกรรมของคู่สนทนา แต่ตรงกันข้ามเป็นการพัฒนาตนเองให้เกิดความเชื่อมั่นที่ถูกต้อง เป็นที่นับถือของบุคคลอื่นและสังคมยอมรับ

เรียม ศรีทอง (2542, น. 19) ได้กล่าวถึงการแสดงออกที่เหมาะสมว่า เป็นการแสดงออกซึ่งความคิดความรู้สึกและความเชื่อออกมาอย่างตรงตามที่เป็นจริง ได้อย่างเหมาะสม โดยไม่รุกรานสิทธิของผู้อื่น และไม่ทำให้ผู้อื่นด้อยค่าลง

เทพ สงวนกิตติพันธุ์ (2543, น. 12) กล่าวว่า การแสดงออกที่เหมาะสมคือ การกล้าแสดงออกในสิ่งที่เป็นความรู้สึก หรือความต้องการที่แท้จริงของตนเอง โดยไม่ล่วงเกินสิทธิของผู้อื่น ทั้งยังมีความมั่นใจในสิ่งที่ตนแสดงออกไป โดยไม่ปล่อยหรือยอมให้ผู้อื่นมาใช้อำนาจบังคับควบคุมให้การแสดงออกไปนั้นเป็นไปตามความต้องการของเขา

เพ็ญศรี ชุนใช้ (2544) ได้ให้ความหมายของการแสดงออกที่เหมาะสมว่า เป็นพฤติกรรมที่บุคคลสามารถแสดงออกได้อย่างเป็นธรรมชาติมากที่สุด ตามสถานการณ์ที่เป็นอยู่ และสามารถจัดการกับปัญหาต่างๆได้ด้วยวิธีการทางบวก โดยปราศจากความวิตกกังวล

สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต (2562, น. 133) ได้ให้ความหมายของการแสดงออกที่เหมาะสมไว้ว่า เป็นความสามารถที่จะเสนอ หรือแสดงออกของบุคคลที่เป็นธรรมชาติที่สุด ตามสถานการณ์ที่เป็นอยู่ สามารถจัดการกับปัญหาต่างๆได้ด้วยวิธีการทางบวกโดยปราศจากความวิตกกังวล

จากการศึกษาข้างต้นจึงสรุปได้ว่า การแสดงออกที่เหมาะสมคือการกระทำตามสิทธิ ความต้องการ และความเป็นตัวตนของตนเอง เป็นความสามารถที่จะสื่อสารความรู้สึก ความคิดเห็น ความเชื่อและความต้องการต่าง ๆ ในลักษณะที่ตรงไปตรงมา จริงใจและเหมาะสม ตระหนักรู้ โดยไม่ล่วงเกินสิทธิของบุคคลอื่นเคารพต่อกฎ กติกาของสังคมโดยรวม และการแสดงออกที่เหมาะสมยังช่วยส่งเสริมให้ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลเป็นไปในทางพึงพอใจทั้งสองฝ่าย ลดปัญหา และเป็นที่ยอมรับของสังคม

1.2 แนวคิดและทฤษฎีการแสดงออกที่เหมาะสม

กระบวนการการแสดงออกของบุคคลนั้น ผู้วิจัยได้ศึกษา ทฤษฎีของ Joseph Luft and Harry Ingham (Joseph Luft & Harry Ingham, 1977, อ้างถึงใน ปรีชา วิหคโต, 2545, น. 6) ซึ่งได้พัฒนา “ทฤษฎีหน้าต่างโจฮารี” (Johari Window) ซึ่งในบางครั้งอาจเรียกว่า “ทฤษฎีหน้าต่างหัวใจของโจฮารี” มีวัตถุประสงค์เพื่อให้เข้าใจถึงการตระหนักรู้ตัวตนของบุคคล ในสถานการณ์ที่ต้องการมีการแสดงพฤติกรรมต่อบุคคลอื่น นั่นคือก่อนที่บุคคลจะยอมรับผู้อื่นได้นั้น จำเป็นที่บุคคลต้องรู้จักและยอมรับตนเองเสียก่อน ซึ่งสามารถอธิบายและทำได้โดยอาศัย ทฤษฎี “หน้าต่างหัวใจของโจฮารี” (Johari's Window) โดยมีลักษณะดังตาราง 1

ตาราง 1 ตารางแสดงการรับรู้ตามแนวคิด Johari 's Window

	ตนเองรู้	ตนเองไม่รู้
คนอื่นรู้	Known Area (บริเวณเปิดเผย) ตนเองและคนอื่นรู้	Blind Area (บริเวณจุดที่เป็นจุดบอด) คนอื่นรู้แต่ตนเองไม่รู้
คนอื่นไม่รู้	Hidden Area (บริเวณซ่อนเร้น) ตนเองรู้แต่คนอื่นไม่รู้	Unknown Area (บริเวณอวิชชา) ไม่มีใครรู้

ทฤษฎีหน้าต่างของหัวใจนี้แสดงถึงสิ่งต่าง ๆ ที่อยู่ในตัวตนของมนุษย์ทุกคน แบ่งออกได้เป็น 4 บริเวณ ด้วยกันคือ (Joseph Luft & Harry Ingham, 1977, อ้างถึงใน ปรีชา วิหคโต, 2545, น. 6-7)

หน้าต่างบานที่ 1 คือ บริเวณเปิดเผย (Open Area)

เป็นบริเวณที่แสดงถึงข้อมูลเกี่ยวกับตนเองที่ตนเองรู้และในขณะเดียวกัน ผู้อื่นก็รับรู้ด้วย (Open self) หรืออาจกล่าวได้ว่า เป็นพฤติกรรมตามความเจตนาที่บุคคลแสดงออกแล้วรู้ว่าตนเองแสดงพฤติกรรมอะไรและมีจุดมุ่งหมายให้บุคคลอื่นรับรู้ถึงพฤติกรรมและเจตนาของตนเอง ในขณะเดียวกันเราก็รับรู้พฤติกรรมและเจตนาของ ผู้อื่นด้วย เช่น ฉันพูดเพราะ ฉันตัวมีน้ำใจ ฉันใจเย็น เป็นต้น ซึ่งผู้อื่นก็รับรู้ตรงตามนั้นด้วย

หน้าต่างบานที่ 2 คือ บริเวณที่เป็นจุดปกปิดหรือจุดบอด (Blind Area)

เป็นส่วนที่แสดงให้เห็นว่าพฤติกรรมที่ตนเองแสดงนั้นตนเองไม่รู้แต่คนอื่นรับรู้ เป็นข้อมูลที่ตนเองมองไม่เห็น หรือเป็นลักษณะพฤติกรรมที่แสดงออกโดยไม่รู้ตัว ไม่มีจุดมุ่งหมายและไม่มีเจตนาในการที่จะแสดงออกไปแต่คนอื่นสังเกตเห็นได้ การที่บุคคลแสดงพฤติกรรมบางอย่างออกไปโดยไม่รู้ตัวนั้น อาจทำให้คนรอบข้างเดาความเบื่อหน่าย หรือไม่พอใจได้ เช่น เราคิดว่าตนเองเป็นคนที่มีน้ำใจ เอื้อเฟื้อต่อเพื่อนๆ ทั้งที่ตนเองเป็นคนแล้งน้ำใจและเพื่อนๆ ต่างก็เห็นว่าเราเป็นคนแล้งน้ำใจด้วย

หน้าต่างบานที่ 3 คือ พื้นที่ปกปิดหรือบริเวณซ่อนเร้น (Hidden Area)

บริเวณนี้เป็น “ความลับ” หมายถึงความรู้สึกหรือพฤติกรรมที่ตนเองรับรู้ได้ผู้เดียว อาจอธิบายถึงพฤติกรรมที่บุคคลปกปิดซ่อนเร้นไว้ไม่ให้ใครรู้ โดยพฤติกรรมนี้มักเป็นพฤติกรรมภายใน เช่นความรู้สึก ทศนคติ การรับรู้ ทั้งนี้อาจมีการแสดงพฤติกรรมบางอย่างออกมาเพื่อกลบเกลื่อน

หน้าต่างบานที่ 4 คือ บริเวณที่ไม่มีใครรู้ (Unknown Area)

เป็นพฤติกรรมหรือความรู้สึกบางอย่างที่บุคคลกระทำไปโดยทั้งที่ตนเองและผู้อื่นไม่รู้ ซึ่งอาจเป็นจิตใต้สำนึก ที่บุคคลแสดงออกโดยไม่รู้ตัว ตนเองไม่เคยรู้ไม่เคยเข้าใจมาก่อน และบุคคลอื่นไม่เคยรู้เช่นกัน พฤติกรรมส่วนนี้จะเกิดขึ้นเมื่อมีเหตุการณ์บางอย่างกระตุ้นให้เกิดพฤติกรรมนั้นขึ้นมาได้ เช่น บุคคลเป็นคนสุภาพ พุดจาไพเราะ ซึ่งตนเองและคนอื่นต่างรับรู้ถึงพฤติกรรมนั้นๆ แต่เมื่อมีปัจจัยกระตุ้นเช่น ความขัดแย้ง ความไม่พอใจ กลับมีการด่าทอ โวยวายใส่คนอื่น ซึ่งตัวเองก็ไม่เคยรับรู้ถึงพฤติกรรมนี้เช่นกัน ผู้อื่นก็ไม่เคยรับรู้ถึงพฤติกรรมเช่นนี้ด้วย

การมีปฏิสัมพันธ์กันแรก ๆ ส่วนที่ 1 จะแคบมากเพราะมีการสงวนท่าทีระหว่างกันอยู่จึงยังไม่กล้าที่จะแสดงอะไร หรือเปิดเผยจนเกินไป แต่เมื่อคบกันไปนาน ๆ จนเกิดความคุ้นชิน ก็จะเปิดเผยตนเองมากขึ้น บริเวณที่ 1 ก็กว้างขึ้น กินพื้นที่ไปในบริเวณ ส่วนที่ 3 บริเวณจุดบอดนั้น จะต้องอาศัยการย้อนกลับ (Feedback) ของบุคคลรอบข้างทำหน้าที่เป็นกระจกสะท้อนให้เห็นพฤติกรรมของตนเองกล้าเผชิญความจริง ยอมรับตนเอง ลดทิฐิในตนหรือการเข้าข้างตนเอง บริเวณจุดบอดก็ลดน้อยลงเป็นผลให้บริเวณเปิดเผยกว้างขึ้นๆ บริเวณจุดบอดและบริเวณปกปิดลดลงมีผลทำให้บริเวณอวิชชาแคบลงตามไปด้วย (ถวิล ธาราโภชน, 2543, น. 149)

อย่างไรก็ตาม ผู้ที่มีพฤติกรรมเปิดเผย มักจะเป็นผู้ที่มองโลกในแง่ดี และสามารถสร้างความไว้วางใจให้แก่ผู้รอบข้าง หรือผู้ร่วมงานได้โดยง่าย นอกจากนั้นแล้วบุคคลจะสามารถยอมรับการย้อนกลับจากผู้อื่นได้ดีเพียงใดจะขึ้นอยู่กับความเชื่อถือว่าไว้วางใจ เจตนาของผู้ให้ความหวังดีต่อกัน การฝึกฝนจิตของตนและคุณภาพของการย้อนกลับจะทำให้บุคคลกล้าที่จะเปิดเผยความรู้สึกที่ปกปิดไว้ให้ผู้อื่นทราบได้ เพราะฉะนั้นในการที่บุคคลจะรู้จักตนเองยอมรับตนเองและผู้อื่นได้นั้นจะต้องเปิดใจให้กว้างที่และกล้าที่จะยอมรับฟังความคิดเห็น หรือคำวิพากษ์วิจารณ์ถึงจุดบกพร่องที่ตนมีอยู่จากผู้อื่นให้มากขึ้น ทั้งนี้จะช่วยให้บุคคลได้เข้าใจในพฤติกรรมของตนเอง และจะนำไปสู่การเข้าใจและยอมรับถึงพฤติกรรมของผู้อื่นได้

ทฤษฎีหน้าต่างของโจฮารี นี้บางครั้งจะรู้จักกันในชื่อ “จุดยืนของชีวิต” (Life Position) (Joseph Luft & Harry Ingham, 1977, อ้างถึงใน สุภัททา ปิณฑะแพทย์, 2550, น. 45)

ดังนั้นบุคคลจะมีความคิดเชื่อมโยงระหว่างการรับรู้ตนเองและรับรู้ผู้อื่น การแสดงออกของบุคคลก็จะเป็นไปตามความคิดที่ตนเปรียบเทียบไว้การเปรียบเทียบการแสดงออกในลักษณะต่างๆ เหล่านี้ทำให้เกิดเป็นเจตคติส่วนตนและแนวโน้มที่จะแสดงออกพฤติกรรมเมื่อมีโอกาส ดังนั้นการที่บุคคลรู้จักและเข้าใจตนเอง รวมทั้งความรู้สึกนึกคิดที่บุคคลมีต่อตนเอง และผู้อื่นจะสะท้อนให้เห็นจากการเชื่อมโยงความคิดระหว่างเรากับบุคคลอื่น

อาจสรุปได้ว่าพฤติกรรมการแสดงออกของบุคคลจะเกิดขึ้นและแสดงออกเป็นไปในรูปแบบใดนั้น ขึ้นอยู่กับการรับรู้ความต้องการของตนเองและความต้องการของบุคคลอื่น ที่มีต่อการแสดงออกของตน ความต้องการที่จะแสดงออกบางอย่างอาจไม่เหมาะสมต่อการแสดงออกให้สังคมรับรู้ ดังนั้น รูปแบบการแสดงออกจะถูกกำหนดด้วยความต้องการของตนเอง และความต้องการของสังคม หากเรียนรู้ที่จะทำความเข้าใจทั้งตนเองและสังคม ก็จะนำไปสู่การแสดงออกที่เหมาะสมได้

1.3 ลักษณะพฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสม

นักวิชาการได้กล่าวถึงลักษณะพฤติกรรมแสดงออกที่เหมาะสมไว้ดังนี้

Lazarus (1986, p. 209) กล่าวถึงการแสดงออกที่เหมาะสมว่ามี 4 ประการ ดังนี้

1. การปฏิเสธการขอร้อง
2. การร้องขอให้ทำให้สิ่งที่ตนชอบและการขอร้อง
3. การแสดงความรู้สึกในทางบวกและทางลบ
4. การริเริ่มและยุติการสนทนาได้

Alberti and Emmons (1986, p. 7) กล่าวถึงการแสดงออกที่เหมาะสมว่ามีลักษณะดังนี้

1. เป็นการแสดงออกมาให้ปรากฏ
2. เป็นการแสดงออกมาอย่างจริงใจ
3. เป็นการแสดงออกอย่างตรงไปตรงมา
4. มีลักษณะเป็นการส่งเสริมตนเอง
5. ไม่มีลักษณะที่เป็นการทำร้ายความรู้สึกของคนอื่น
6. บางครั้งต้องใช้คำพูดในการสื่อสาร เช่น พุดแสดงความรู้สึก แสดง

ความคิดเห็นและขอร้อง

7. บางครั้งไม่ต้องใช้คำพูดในการสื่อสาร เช่น การใช้สายตา น้ำเสียง ท่าทาง การวางตัว เป็นต้น

8. มีความเหมาะสมแก่บุคคลมากกว่าที่จะเป็นลักษณะสากล
9. มีลักษณะความรับผิดชอบต่อสังคม
10. เป็นลักษณะผสมผสานกันของทักษะที่ได้เรียนรู้มา ไม่ใช่ลักษณะที่ติดตัวมาแต่กำเนิด

ติดตัวมาแต่กำเนิด

Smaby and Tamminan (Smaby & Tamminan, 1976, อ้างถึงในพรพิมล ช่างชัย, 2556, น. 7-8) ได้แบ่งลักษณะของการแสดงออกที่เหมาะสมเป็น 3 อย่าง คือ

1. การแสดงออกเพียงเล็กน้อย (Minimally Assertive) ซึ่งสามารถแบ่งสังเกตได้จากคำพูดและการแสดงออกว่ามีลักษณะไม่ยอมตามผู้ที่เคยเอาตัวเขาเปรียบ แต่ขณะเดียวกันก็ไม่ก้าวร้าว รู้ว่าตนเองรู้สึกอย่างไรในระดับนี้ มักจะใช้คำพูดว่า ...อ้อ...ดี...แต่... เพื่อโต้ตอบฝ่ายตรงข้าม
2. การแสดงออกด้วยความมั่นใจ (Confidently Assertive) ซึ่งสามารถสังเกตได้จากน้ำเสียงที่หนักแน่น เชื่อมั่น ได้ตอบโต้รวดเร็ว รู้จักที่จะใช้คำพูดที่ตรงกับความรู้สึกที่เกิดขึ้นโดยปราศจากการเหน็บแนม แกะแค้นฝ่ายตรงข้ามและพูดด้วยเหตุผล
3. การแสดงออกพร้อม (Mutually Assertive) มีลักษณะที่สามารถฟังและตอบฝ่ายตรงข้ามได้อย่างเข้าใจ รวมทั้งรู้ว่าฝ่ายตรงข้ามมีความรู้สึกอย่างไร นอกจากนั้นสามารถเผชิญหน้า (Confront) กับฝ่ายตรงข้ามที่มีพฤติกรรมไม่เหมาะสม เช่น โกรธโดยไม่มีเหตุผลหรือขาดความรับผิดชอบ

Shelton (Shelton, 1977, อ้างถึงใน ทศยรัตน์ รื่นเรือง, 2540) ได้กล่าวถึงลักษณะการแสดงออกที่เหมาะสม ดังนี้

1. บุคคลที่สามารถที่จะแสดงอารมณ์ต่าง ๆ ทั้งความพอใจและไม่พอใจได้อย่างเปิดเผย ตรงไปตรงมาและด้วยความจริงใจ
2. บุคคลสามารถที่จะแสดงการรักษาสิทธิของตนเองโดยปราศจากการละเมิดสิทธิของผู้อื่น
3. บุคคลมีความรู้สึกมั่นใจในการที่ยืนขึ้นเพื่อสิทธิของตนเองโดยปราศจากความวิตกกังวล
4. บุคคลมีอิสระในการเลือกที่จะแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสม

Shelter (1977, pp. 465-468) สรุปลักษณะของบุคคลที่มีพฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสม จะสามารถแสดงพฤติกรรมต่างๆ ดังต่อไปนี้

1. การพูดแสดงความรู้สึกที่แท้จริง (Use-Feeling-Talk) เป็นการแสดงออกถึงความรู้สึกชอบและความสนใจได้อย่างไม่ชัดเจน แทนการพูดอะไรออกมาอย่างเป็นกลางๆ สามารถที่จะใช้วาจา “ฉันรู้สึกว้าว...” หรือ “ฉันคิดว่า ...” ได้ในเวลาอันเหมาะสม
2. การพูดเกี่ยวกับตนเอง (Talk about Yourself) เมื่อบุคคลทำอะไรที่มีคุณค่าและน่าสนใจ บุคคลนั้นสามารถที่จะพูดหรือเล่าให้บุคคลอื่นทราบได้ โดยไม่พูดโอ้อวดหรือผูกขาดการสนทนาเพียงผู้เดียว แต่สามารถที่จะเล่าความสำเร็จของตนได้เมื่อถึงเวลาอันเหมาะสม
3. การพูดทักทายปราศรัย (Make Greeting Talk) บุคคลสามารถที่จะแสดงความเป็นมิตรกับบุคคลที่ต้องการรู้จัก และแสดงความยินดีที่ได้พบเขาด้วยความยิ้มแย้มแจ่มใส สามารถกล่าวว่า “สวัสดีค่ะ ดีใจที่ได้พบคุณอีก ” มากกว่าที่จะกล่าวเพียงว่า “สวัสดี ” หรือพยักหน้าอย่างเดียว
4. การยอมรับคำชมเชย (Accept Complement) บุคคลสามารถยอมรับคำชมเชยได้อย่างจริงใจ แทนการแสดงความไม่เห็นด้วย เช่น เมื่อมีคนชมว่า “เสื้อของคุณตัวนี้สวย” สามารถตอบได้ว่า “ขอบคุณค่ะ ดิฉันก็ชอบเหมือนกัน” โดยถือว่าการยอมรับคำชมเชยเป็นการให้รางวัลผู้กล่าวคำชมเชยแทนที่การพูดในลักษณะเป็นการลงโทษเขา
5. การแสดงออกทางสีหน้าได้อย่างเหมาะสม (Use Appropriate Facial Talk) เป็นการแสดงออกทางใบหน้าและน้ำเสียงที่ตรงตามความรู้สึกที่แท้จริงขณะนั้น และสามารถสลายตาไปกับคู่สนทนาได้อย่างตรงไปตรงมา
6. การแสดงความไม่เห็นด้วยอย่างสุภาพ (Disagree Mildly) เมื่อมีความคิดไม่ตรงหรือไม่เห็นด้วยกับผู้อื่น โดยที่ตนเองมีความแน่ใจในสิ่งที่ไม่เห็นด้วยนั้น สามารถที่จะแสดงออกการไม่เห็นด้วยอย่างนุ่มนวล ด้วยการแสดงกิริยาบางอย่าง เช่น มองไปทางอื่น เลิกคิ้ว สั่นศีรษะ หรือเปลี่ยนเรื่องสนทนา
7. การขอให้แสดงความกระจ่าง (Ask for Clarification) เมื่อมีคนให้คำแนะนำ คำสั่งสอน หรือคำอธิบายไม่ชัดเจน ก็สามารถที่จะขอรับรองให้เขาอธิบายให้ฟังอีกครั้งให้ชัดเจนยิ่งขึ้น โดยสามารถพูดว่า “ดิฉันยังไม่เข้าใจคำอธิบายของคุณดีนัก คุณจะกรุณาพูดใหม่อีกครั้งได้ไหมค่ะ”
8. การถามเหตุผลว่า ทำไม (Ask Why) เมื่อมีผู้ใดมาขอรับรองให้ทำในสิ่งที่ไม่มีเหตุผล ก็สามารถถามได้ “ทำไมคุณจึงต้องการให้ดิฉันทำสิ่งนั้นเล่าค่ะ” ด้วยน้ำเสียงสุภาพและไม่ทำหน้าตาบึ้งตึง แต่ไม่ต้องยี้ม

9. การแสดงความไม่เห็นด้วยในขณะนั้น (Express Active Disagreement) เมื่อมีความคิดเห็นไม่ตรงหรือไม่เห็นด้วยกับผู้อื่น โดยที่ตนเองมีความแน่ใจในสิ่งที่ไม่เห็นด้วยนี้ก็สามารถแสดงความไม่เห็นด้วยได้ โดยพูดว่า “ดิฉันมีความเห็นที่แตกต่างออกไป ดิฉันมีความเห็นว่า...”

10. การพูดเพื่อรักษาสติของตนเอง (Speak Up for Your Rights) การไม่ยอมให้ใครมาเอาวัดเอาเปรียบโดยไม่ยุติธรรม สามารถที่จะปฏิเสธได้โดยไม่รู้สึกละอาย สามารถที่จะแสดงสิทธิและขอร้องให้ผู้อื่นแสดงต่อตนเองด้วยความยุติธรรม เช่น สามารถพูดได้ว่า “ดิฉันมาเข้าคิวก่อน” หรือ “กรุณาให้วิทยุหน่อยได้ไหมคะ” โดยต้องไม่ทำลายสถานการณ์ คือ ไม่ต้องทะเลาะวิวาทหรือโกรธผู้อื่นนั่นเอง

11. การแสดงความมั่งคั่ง (Be Persistent) เมื่อมีเรื่องข้องใจในเรื่องที่มีเหตุผลสมควร สามารถที่จะดำเนินการร้องทุกข์จนกว่าจะได้รับความพอใจ แม้จะมีผู้ใดขัดขวางก็绝不会เลิกความตั้งใจ

12. หลีกเลียงในการที่จะแสดงเหตุผลในทุกๆ ความเห็น (Avoid Justifying Every Opinion) ในการอภิปราย ถ้ามีใครโต้แย้งตลอดเวลาและคอยถามว่า “ทำไม ทำไม ทำไม” ก็สามารถที่จะปฏิเสธที่จะตอบคำถามเพื่อที่จะยุติปัญหาเหล่านั้น โดยพูดว่า “ดิฉันมีความรู้เช่นนี้ค่ะ ดิฉันไม่จำเป็นต้องแสดงเหตุผลในทุกๆ สิ่งที่ดิฉันพูดไป ถ้าการแสดงผลมีความสำคัญต่อคุณมาก คุณน่าจะหาเหตุผลว่า ทำไมคุณจึงไม่เห็นด้วยกับดิฉันไปเสียทั้งหมด”

13. การใช้การประสานสายตา (Eye Contact) ขณะที่สนทนากันสามารถที่จะมองตาผู้ฟังได้ ซึ่งการประสานสายตานี้มีความสำคัญมาก เพราะจะช่วยสะท้อนความรู้สึกจริงใจของผู้พูดได้ ในขณะเดียวกันทำให้ผู้พูดรู้ว่าผู้ฟังมีความสนใจในเรื่องที่กำลังสนทนากันมากนักน้อยเพียงใด หรือผู้ฟังมีความรู้สึกเช่นไร

Lange and Jakubowski (Lange & Jakubowski, 1976, อ้างถึงใน สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต, 2562, น. 133-140) ได้แบ่งประเภทของพฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสมเป็น 6 ลักษณะ คือ

1. การแสดงออกที่เหมาะสมขั้นพื้นฐาน (Basic Assertive) เป็นการแสดงออกเพื่อรักษาสติ ความเชื่อ ความรู้สึก และความคิดเห็นของตน เมื่อถูกขัดจังหวะ ถูกสอดแทรกขณะที่กำลังพูดหรือถูกถามด้วยคำถามที่ไม่ได้เตรียมตัวมาก่อน โดยไม่จำเป็นต้องอาศัยทักษะทางสังคมอื่นๆ เช่น ความเข้าใจ การเผชิญหน้า การชักจูง เป็นต้น การแสดงออกที่เหมาะสมขั้นพื้นฐานนั้นเกี่ยวข้องกับการแสดงถึงความรู้สึกพอใจ และชื่นชมต่อบุคคลอื่นอีกด้วย เช่น “ฉัน

ขอบคุณ” “ฉันสนใจคุณ” “การมีเพื่อนอย่างคุณทำให้ฉันมีความสุข” “คุณเป็นคนพิเศษสำหรับฉันจริงๆ”

2. การแสดงออกที่เหมาะสมในลักษณะเข้าอกเข้าใจ (Empathic Assertive) บางครั้งคนเรามีความต้องการที่จะแสดงออกถึงความรู้สึก หรือความต้องการที่มากกว่าการแสดงออกตามปกติวิสัย โดยเฉพาะอย่างยิ่งเมื่อต้องการที่จะสื่อให้รู้ถึงความรู้สึกเข้าอกเข้าใจที่มีต่อบุคคลอื่น การแสดงออกที่เหมาะสมในลักษณะเข้าอกเข้าใจ จึงควรที่จะนำมาใช้ ลักษณะของประโยคที่แสดงถึงความรู้สึกดังกล่าว จะประกอบไปด้วยประโยคที่บอกถึงการรับรู้สถานการณ์ ความรู้สึกของบุคคล ตามด้วยประโยคที่ยืนยันถึงสิทธิของผู้พูด เช่น ขณะที่ท่านอ่านหนังสือมีเพื่อนกลุ่มหนึ่งคุยกันเสียงดังรบกวนการอ่านของคุณ คุณอาจพูดว่า “คุณอาจไม่รู้ว่าคุณคุยกันเสียงดังมาก ซึ่งเป็นการรบกวนการอ่านหนังสือของฉัน ช่วยลดเสียงลงหน่อยได้ไหมคะ”

3. การแสดงออกที่เหมาะสมในลักษณะของการเพิ่มระดับ (Escalating Assertive) การแสดงออกในลักษณะของการเพิ่มระดับนั้น เป็นลักษณะที่ก่อให้เกิดความรู้สึกหรืออารมณ์ในทางลบให้น้อยที่สุด ในขณะเดียวกันก็ให้ผลตามที่ต้องการ แต่ถ้าแสดงออกแล้วยังถูกล่วงละเมิดสิทธิส่วนบุคคลอยู่ ผู้ถูกล่วงละเมิดควรจะทำอะไรเพิ่มระดับความเข้มของพฤติกรรมแสดงออกที่เหมาะสมเพิ่มขึ้น หรืออาจจะใช้การเน้นความมั่นคงของการพูดของตนเองก็ได้ โดยไม่จำเป็นต้องเพิ่มระดับการแสดงออกที่เหมาะสมจนอาจจะมีลักษณะใกล้เคียงกับความก้าวร้าว

4. การแสดงออกที่เหมาะสมในลักษณะการเผชิญหน้า (Confrontive Assertive) เป็นการแสดงออกที่ใช้เมื่อเห็นว่าคำพูด และการกระทำของบุคคลนั้นไม่ไปด้วยกัน ลักษณะที่ควรแสดงออกที่เหมาะสมและอะไรที่บุคคลนั้นได้กระทำลงไปจริงๆ หลังจากนั้นจะบอกถึงสิ่งที่ต้องการเป็นการพูดไปตามความเป็นจริงที่เกิดขึ้น โดยไม่มีการตีความ หรือประเมินค่าใดๆ ทั้งสิ้น

5. การแสดงออกที่เหมาะสมในลักษณะของการใช้ภาษาผม/ดิฉัน (I-Language Assertive) มีประโยชน์มากในการแสดงออกถึงความรู้สึกทางลบ ไม่ว่าความรู้สึกนั้นจะเกิดจากการที่ผู้อื่นพยายามจะเข้ามายุ่งเกี่ยวกับความรู้สึกหรือสิทธิส่วนบุคคลของเขา ตลอดจนความรู้สึกทางลบอันเกิดจากการที่ผู้อื่นพยายามยึดเบียดค่านิยม และความคาดหวังของตนให้กับเขา การแสดงออกในลักษณะดังกล่าวประกอบด้วยประโยค 4 ประโยค คือ

1) ประโยคที่บอกถึงเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น (ผู้พูดบอกถึงพฤติกรรมของบุคคลอื่นอย่างชัดเจน)

2) ประโยคที่บอกถึงผลที่เกิดขึ้น (ผู้พูดบอกว่าพฤติกรรมของบุคคลนั้นมีผลต่อชีวิต หรือความรู้สึกของเขายังไง อย่างเป็นรูปธรรม)

3) ประโยคที่บอกถึงความรู้สึก (ผู้พูดบอกถึงความรู้สึก)

4) ประโยคที่บอกถึงสิ่งที่อยากให้เกิดขึ้น (ผู้พูดบอกว่า เขาต้องการอะไร)การแสดงออกที่ตรงข้ามกับการแสดงออกที่เหมาะสมในลักษณะของการใช้ภาษาผม/ดิฉัน ก็คือ การแสดงออกในลักษณะก้าวร้าว เป็นการแสดงออกถึงการให้ผู้อื่นเป็นผู้รับผิดชอบให้ผู้อื่นมีความรู้สึกที่แย่ง และมักจะใช้ภาษาคุณ (You-Language)

6. การแสดงออกที่เหมาะสมและการชักจูง (Assertion and Persuasion) การที่จะให้ในที่ประชุมหรือในกลุ่มยอมรับโดยไม่แสดงความก้าวร้าวออกมา วิธีการที่เสนอความคิดให้ได้ผลนั้นจะต้องพิจารณาปัจจัยอยู่ 2 อย่าง คือ เวลา และลักษณะของประโยคที่พูด ซึ่งต้องแสดงให้เห็นถึงความจริงใจของผู้พูด

Hargie ,Suanders & Dickson (1994) ได้สังเคราะห์และสรุปการแสดงออกที่เหมาะสมจากที่มีผู้ให้ความหมายว่า ประกอบด้วยการแสดงออกใน 7 ลักษณะ คือ

1. การแสดงความคิดเห็นที่แตกต่าง คือความสามารถในการแสดงความคิดเห็นที่แตกต่างจากผู้อื่นด้วยความสุภาพ นุ่มนวล เมื่อมีความคิดไม่ตรง หรือไม่เห็นด้วย โดยที่ตนเองมีความแน่ใจในความคิดเห็นที่แตกต่างนั้น

2. การขอร้องให้บุคคลอื่นเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม คือ ความสามารถในการรักษาสติและเสรีภาพของตนเอง โดยการบอกหรือขอร้องให้ผู้อื่นปฏิบัติต่อตนด้วยความยุติธรรม

3. การปฏิเสธการขอร้องที่ไม่มีเหตุผล ความสามารถในการปฏิเสธการขอร้องที่ไม่มีเหตุผล ด้วยความมั่นใจ และไม่รู้สึกผิด

4. การกล่าวคำวิจารณ์ในเชิงสร้างสรรค์และยอมรับคำวิจารณ์ คือ ความสามารถในการกล่าวคำวิจารณ์ผู้อื่นตามสภาพการณ์จริง ด้วยความปรารถนาดี และจริงใจ

5. การกล่าวคำชมเชยและการยอมรับคำชมเชย คือ ความสามารถในการกล่าวคำชมเชยและให้กำลังใจผู้อื่นเมื่อเขาทำสิ่งที่ดีงาม หรือประสบความสำเร็จ

6. การริเริ่มและการรักษาสัมพันธภาพ คือ ความสามารถในการแสดงความเป็นมิตรกับบุคคลที่ต้องการรู้จัก และสามารถรักษาสัมพันธภาพให้มั่นคง

7. การแสดงความรู้สึกทางบวก คือ ความสามารถในการแสดงเข้าใจ ชื่นชม ยอมรับ บุคคล และเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในทางที่สร้างสรรค์

จากการศึกษาเอกสารที่เกี่ยวข้องกับการแสดงออกที่เหมาะสม ตามที่นักวิชาการได้แสดงทัศนะในการพัฒนา จึงได้ข้อสรุปผลตาม ตาราง ดังนี้

ตาราง 2 แสดงความถี่ของผลการประมวลเอกสาร ตำรา ที่เกี่ยวข้องกับการแสดงออกที่เหมาะสม

ผู้ให้นิยาม/ แนวคิด	ลักษณะการแสดงออกที่เหมาะสม									จำนวนด้าน
	1.การพูดสื่อสารเชิงบวก	2.พฤติกรรมการตอบสนองทางกายเชิงบวก	3.เข้าใจตนเอง และแสดงความเป็นตัวตน	4.แสดงความเห็นอกเห็นใจ	5.การปรับตัวต่อสังคมและสิ่งแวดล้อม	6.มารยาทสังคม	7.การใช้เหตุผล รับฟังและวิจารณ์เชิงบวก	8.เข้าใจสิทธิตนเอง เคารพสิทธิผู้อื่น	9.มีทักษะการสร้างสัมพันธ์ภาพ	
Lazarus	/	/						/		3
Alberti & Emmons		/	/	/	/			/		5
Smaby & Tamminan	/	/	/	/		/	/			6
Shelton	/	/	/					/		4
Salter	/	/	/	/	/	/	/	/	/	9
Lange & Jakuboski	/	/	/	/				/		5
Hergie, Saunders & Dickson	/	/		/		/	/	/	/	7
ความถี่	6	7	5	5	2	3	3	6	2	

จากตาราง 2 การวิเคราะห์ สามารถสรุปลักษณะพฤติกรรมของการแสดงออกที่เหมาะสมได้ว่า บุคคลควรมีทักษะการสื่อสารทั้งการพูดและภาษากายในเชิงบวกมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่นในทางสร้างสรรค์ เข้าใจตนเองและแสดงออกถึงความต้องการของตนเองได้อย่างตรงไปตรงมา มีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น รับฟังเหตุผล มีมารยาทสังคมและปรับตัวเข้ากับสังคมและคนอื่นได้อย่างไม่มีปัญหาและจากการวิเคราะห์ได้ข้อสรุปในแต่ละด้านข้างต้น ผู้วิจัยได้ใช้ผลการวิเคราะห์ดังกล่าวเป็นแนวทางในการศึกษาเพิ่มเติม และสังเคราะห์ข้อมูลเพื่อกำหนดแนวทางในการศึกษา ลักษณะการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นข้ามเพศต่อไป

1.4 ความหมายและลักษณะของกลุ่มเพศทางเลือก/พฤติกรรมข้ามเพศ

นักวิชาการได้กล่าวถึงความหมายของของกลุ่มเพศทางเลือก/พฤติกรรมข้ามเพศไว้ดังนี้

1.4.1 ความหมาย ความเป็นมาของเพศทางเลือก

การศึกษาในครั้งนี้เป็นการศึกษาถึงกลุ่มบุคคลที่มีอัตลักษณ์ทางเพศในกลุ่มของเพศทางเลือก ซึ่งมีคำที่ใช้เรียกบุคคลกลุ่มนี้หลายคำ เช่น ตู๊ด กระเทย เกย์ สาวประเภทสอง ทอม เลสเบี้ยน เพศที่สาม เป็นต้น ซึ่งในปัจจุบันได้มีการใช้คำที่เป็นสากล ว่ากลุ่ม “LGBT” กลุ่มที่มีความหลากหลายทางเพศ หรือกลุ่มเพศทางเลือก ซึ่งในการวิจัยในครั้งนี้จะใช้คำว่า “กลุ่มเพศทางเลือก”

พิมลพรรณ อิศรภักดี (2558) ได้ให้ความหมายไว้ว่า ความหลากหลายทางเพศหรือกลุ่มเพศทางเลือก (Sexual Diversity) หมายถึง ผู้มีเพศวิถีทางเลือกทุกแบบ ไม่ว่าจะเป็น ชายรักชาย หญิงรักหญิง เกย์ ทอม ตู๊ด กระเทย สาวประเภทสอง คนข้ามเพศ ตู๊ด ฯลฯ รวมถึงผู้ที่รักต่างเพศด้วย โดยจำแนกเป็นกลุ่มดังนี้

- 1) ผู้ชายทำตัวเป็นผู้หญิง
- 2) ผู้หญิงทำตัวเป็นผู้ชาย
- 3) ชายรักร่วมเพศ
- 4) หญิงรักร่วมเพศ

พริดา ภูมิสวัสดิ์ (2555) ได้อธิบายว่า ในภาษาอังกฤษย่อว่า LGBT (หรือ GLBT) ซึ่งเป็นตัวอักษรตัวแรกของคำว่า Lesbian (เลสเบี้ยน) , Gay (เกย์) , Bisexual (ไบเซ็กชวล) และ Transgender/Transgender (คนข้ามเพศ) มีการใช้คำว่า LGBT มาตั้งแต่ยุค 90 ซึ่งดัดแปลงมาจาก “LGB” ที่ใช้ในการแทนวลี “สังคมเกย์” (Gay Community) ที่ในหลายๆ กลุ่มบุคคลที่มีความหลากหลายทางเพศ ไม่รู้สึกว่ายอธิบายกลุ่มคนพวกนี้ได้ถูกต้องตามที่กล่าว ในการใช้สมัยใหม่ LGBT มีความหมายถึงความหลากหลายของเพศวิถี (Sexuality) และลักษณะการแสดง

เพศทางสังคม และในบางครั้งอาจหมายถึงกลุ่มคนที่ไม่ใช่กลุ่มรักต่างเพศ แทนการระบุว่าเป็นเลสเบียน เกย์ ไบเช็กชวล หรือ คนข้ามเพศ

ศูนย์วิจัยโรคเอดส์ สภากาชาดไทย โดย ธเนศวร กาญจนรัตน์ (2012) ได้ให้ความหมายของคำว่า “กลุ่มเพศทางเลือก” ว่า คือกลุ่มบุคคลที่มีความหลากหลายทางเพศ โดยในภาษาอังกฤษ จะรู้จักในอักษรย่อว่า LGBT ซึ่งอักษรย่อนี้เกิดจากการนำอักษรตัวแรกของคำว่า Lesbian Gay Bisexual และ Transgender/Transsexual มาประสมกัน

สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล โดย กฤตยา อาชวนิจกุล(2554) ได้ให้ความหมายของคำว่า “กลุ่มเพศทางเลือก” เป็นความหลากหลายทางเพศ (Sexual Diversities) ซึ่งหมายรวมถึงผู้มีเพศวิถีทางเลือกทุกแบบ ทั้งชายรักชาย หญิงรักหญิง เกย์คิง เกย์ควีน ทอม ดี กะเทย สาวประเภทสอง คนข้ามเพศ ฯลฯ รวมถึงผู้ที่รักต่างเพศด้วย แต่ภายหลังมีแนวโน้มว่าจะเรียก กลุ่ม LGBTI (Lesbian, Gay, Bisexual, Transgender, Intersex) ว่าเป็นกลุ่มผู้มีความหลากหลายทางเพศ

โดยสรุปกล่าวได้ว่า กลุ่มบุคคลข้ามเพศ กลุ่มรักร่วมเพศ เพศที่สาม และกลุ่มความหลากหลายทางเพศ ล้วนมีความหมายอยู่ในกลุ่มเพศเดียวกัน โดยการศึกษาครั้งนี้จะใช้คำว่า กลุ่มเพศทางเลือก (LGBT) โดยมีความหมายคือ กลุ่มคนที่มีรูปแบบการแสดงออก รสนิยม และอัตลักษณ์ทางเพศ และพฤติกรรมทางเพศ (Sexuality) ตามความต้องการของตนเองได้อย่างหลากหลายโดยไม่เป็นไปตาม ลักษณะของเพศสภาพ (Gender) ของตนเอง หรือพื้นฐานแนวคิดของสังคมกำหนด (Mindset)

1.4.2 ความหมายของพฤติกรรมข้ามเพศ (Transgender)

บุคคลที่มีพฤติกรรมข้ามเพศนั้นมีผู้ให้ความหมายและอธิบายไว้ดังนี้

Bolin (2011) ได้ให้คำจำกัดความของ Transgender ไว้ว่า คือบุคคลที่เปลี่ยนแปลงบทบาททางเพศ แต่ไม่ได้วางแผนที่จะผ่าตัดแปลงเพศ พวกเขาเลือกที่จะนิยามตนเองว่าเป็นผู้ที่เลือกเดินในทางสายกลาง มีชีวิตอยู่กับคุณลักษณะทางกายภาพ ยังคงลักษณะเพศเดิมไว้ปรากฏได้ทั้งชายและหญิง

สุมาลี สวยสะอาด (2554) ได้กล่าวว่า พวกที่ต้องการจะเปลี่ยนเพศ คือกลุ่มบุคคลที่ต้องการจะมีเพศตรงข้ามกับเพศธรรมชาติของตน เพราะเชื่อว่าเพศที่ปรากฏทางร่างกายของตนนั้นไม่ถูกต้องและต้องการมีชีวิตเป็นเพศตรงข้ามอย่างสมบูรณ์ ทั้งร่างกาย จิตใจ และชีวิตทางเพศ พยายามซ่อนเพศสภาพของตนไว้และแสดงออกเป็นเพศตรงข้าม

สรวิจ แสงวิเชียร (2557) ได้ให้ความหมายว่า Transgenders มีความหมายคล้ายกับ Transgender แต่มักแสดงถึงผู้ที่มีความต้องการชัดเจน ที่จะรับการรักษาร่างกายตรงกับจิตใจเช่น การผ่าตัด การได้รับ hormone

จงปิติ วุฒิสรรพ์ (2561) ได้ให้คำอธิบายไว้ว่า คนที่มีจิตใจเหมือนเพศตรงข้าม (Transgender) หมายถึง คนที่เกิดมามีสภาพด้านร่างกายเป็นเพศหนึ่งแต่มีอารมณ์ จิตใจ และเลือกที่จะใช้ชีวิตในบทบาททางเพศที่เป็นอีกแบบหนึ่งไปจนถึงการเลือกที่จะแปลงเพศ

องค์การศึกษาวิทยาศาสตร์และวัฒนธรรมแห่งสหประชาชาติ (2562) ได้ให้ความหมายของกลุ่ม Transgender ไว้ว่าคือ ผู้ที่มีความรู้สึกว่าเป็นเพศสภาวะ(อัตลักษณ์ทางเพศ) ของตนเองต่างจากเพศกำหนดเมื่อแรกเกิด ทั้งนี้คนข้ามเพศอาจจะมีความรักต่างเพศ รักเพศเดียวกัน หรือรักสองเพศก็ได้ นอกจากนี้ยังเรียกตัวเองว่าชายหรือหญิง หรือเพศทางเลือกหรือมีเพศสภาวะมากกว่าหนึ่งเพศสภาวะ หรือไม่มีเพศสภาวะก็ได้

ซึ่งในการศึกษาในครั้งนี้ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนวัยรุ่น ที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ หรือ Transgender กล่าวคือ บุคคลที่มีลักษณะพฤติกรรมการแสดงออกเป็นเพศตรงข้ามกับเพศกำเนิด มีการแต่งกาย การพูด พฤติกรรมต่างๆ ตลอดจนการแสดงตนอย่างเปิดเผยเป็นเพศตรงข้ามกับเพศกำเนิด โดยเด่นชัด และรับรู้ถึงความต้องการที่จะข้ามเพศของตน

1.5 วิธีการศึกษาการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ

ในการศึกษาลักษณะการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศได้ใช้วิธีการเชิงคุณภาพโดยมีวิธีการศึกษาและวิเคราะห์ข้อมูลดังนี้

1.5.1 เทคนิควิธีการเชิงคุณภาพที่ใช้ในการศึกษาการแสดงออกที่เหมาะสม

สำหรับการกำหนดระเบียบวิธีการวิจัยหรือกระบวนการวิจัย (Methodology) ตามโครงการศึกษาวิจัยในขั้นนี้ผู้วิจัยกำหนดวิธีการวิจัย โดยการใช้วิธีการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) ประกอบด้วยกระบวนการศึกษาและวิเคราะห์ข้อมูลจากเอกสาร หรือการวิจัยเชิงเอกสาร (Documentation Techniques) และ กระบวนการสัมภาษณ์แบบกึ่งโครงสร้าง (Semi-structured or Guided interviews) การสนทนากลุ่ม (Focus Group) โดยมีรายละเอียดดังนี้

1.5.1.1 การวิจัยเชิงเอกสาร (Documentation Techniques)

วิจัยเชิงเอกสาร (Documentary Research) ในครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ดำเนินการศึกษาและวิเคราะห์ข้อมูลจากเอกสารหรือการวิจัยเชิงเอกสารโดยการทบทวนแนวความคิด ทฤษฎี และวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับ การแสดงออกที่เหมาะสมเพื่อศึกษา

แนวความคิดเบื้องต้นเกี่ยวกับทฤษฎีและกระบวนการที่เกี่ยวข้อง จากนั้นสรุปประเด็นจากแต่ละแนวคิด ทฤษฎี กำหนดเป็นข้อคำถามเพื่อใช้ในการเก็บข้อมูลในขั้นตอนของการสัมภาษณ์ต่อไป ซึ่งจากการวิเคราะห์แนวคิด และทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการแสดงออกที่เหมาะสม

1.5.1.2 กระบวนการสัมภาษณ์แบบกึ่งโครงสร้าง (Semi-structured or Guided interviews)

การสัมภาษณ์แบบกึ่งโครงสร้างหรือบางครั้งนิยมเรียกว่าการสัมภาษณ์แบบชี้นำ(Guided Interview) เป็นการสัมภาษณ์อีกประเภทหนึ่ง โดยการสัมภาษณ์แบบกึ่งโครงสร้างหรือแบบชี้นำนี้โดยปกตินักวิจัยจะกำหนดคำถามที่พอจะตัดสินใจได้ว่าคำถามอะไรบ้าง หรือใช้คำสำคัญ (Keywords) เป็นเครื่องชี้นำการสัมภาษณ์ (กิตติพัฒน์ นนทบุรีมะ, 2554, น. 8-9) โดยการสัมภาษณ์ในครั้งนี้ผู้วิจัยได้กำหนดโครงสร้างของข้อคำถามจากการวิเคราะห์เอกสาร ทฤษฎี แนวคิดจำนวน 9 ข้อ

1.5.1.3 การสนทนากลุ่ม (Focus Group)

การจัดกลุ่มสนทนาประเด็นเฉพาะเป็นการเก็บรวบรวมข้อมูลอย่างหนึ่งโดยการจัดกลุ่มสนทนาประเด็นเฉพาะเป็นการใช้กระบวนการกลุ่มในการค้นหาคำตอบในประเด็นเฉพาะที่ชัดเจนลงไป และสนทนาหรืออภิปรายแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกันในประเด็นที่มีกรอบกว้างไว้นั่นเอง ไม่ใช่การสนทนาอย่างไร้ทิศทาง การจัดกลุ่มสนทนาประเด็นเฉพาะเป็นการเก็บรวบรวมข้อมูลอย่างหนึ่ง ซึ่งการใช้กลุ่มสนทนาประเด็นเฉพาะนั้นเป็นเทคนิคประการหนึ่งของวิธีการวิจัยในเชิงคุณภาพโดยมีวัตถุประสงค์เพื่อเจาะลึกข้อมูลด้านอารมณ์ความรู้สึกและทัศนคติของกลุ่มประชากรหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย เพื่อทำความเข้าใจสาเหตุที่ลึกซึ้งของพฤติกรรมหรือการกระทำหรือประเด็นในคำถามการวิจัย (กิตติพัฒน์ นนทบุรีมะ, 2554, น. 33)

โดยการศึกษาในครั้งนี้ผู้วิจัยได้วิเคราะห์ประเด็นหลักที่พบจากการสัมภาษณ์เป็นประเด็นเฉพาะเพื่อใช้เก็บข้อมูลในกระบวนการนี้ เพื่อให้ผู้เข้าร่วมสนทนากลุ่มได้อภิปรายกันอย่างกว้างขวาง

1.5.2 การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ

เมื่อผู้วิจัยได้รวบรวมข้อมูลจากกระบวนการวิเคราะห์เอกสาร การสัมภาษณ์ การสนทนากลุ่มตามที่ผู้วิจัยต้องการแล้ว ได้ดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยกระบวนการเชิงคุณภาพ ดังนี้

ผู้วิจัยได้ใช้เทคนิคการการวิเคราะห์โดยการจำแนกชนิดข้อมูล (Typological Analysis) คือ การจำแนกข้อมูลเป็นชนิด (Typologies) ซึ่งในกรณีที่นักวิจัยทำการเก็บรวบรวมข้อมูลแล้วนักวิจัยจำเป็นที่จะต้องจัดระบบข้อมูลโดยอาศัยหลักเกณฑ์ ที่ผู้วิจัยกำหนดขึ้น ซึ่งการวิจัยในครั้งนี้ใช้การวิเคราะห์ข้อมูลประเภทการวิเคราะห์คำหลัก (Domain Analysis) (สุภางศ์ จันทวานิช, 2553, น. 74) กล่าวคือการจำแนกจัดกลุ่มคำชุดหนึ่งให้อยู่ภายใต้คำอีกชุดหนึ่ง ซึ่งคำดังกล่าวนี้มีความหมายครอบคลุมคำชุดนั้น ๆ หรืออาจกล่าว ได้ว่า การวิเคราะห์คำหลัก เป็นการจัดกลุ่มคำชุดหนึ่งให้อยู่ร่วมกันโดยอาศัยลักษณะความสัมพันธ์บางอย่างของคำแต่ละคำที่นำมาใช้จัดกลุ่มทั้งนี้ลักษณะความสัมพันธ์บางอย่างที่ว่านี้เป็นความสัมพันธ์เชิงวัฒนธรรมที่บุคคลแต่ละสังคมเป็นผู้จัดจำแนกเช่นคำว่า “คุณลักษณะครูที่ดี” นั้นมิได้หมายถึงครูที่สอนเท่านั้น แต่คำนี้หมายรวมถึงการเป็นผู้ที่มีความสามารถด้านการสอน มีคุณธรรมจริยธรรมและบุคลิกที่เป็นแบบอย่างแก่นักเรียน มีความเข้าใจด้านจิตวิทยาการเรียนการสอน สามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นได้ เป็นต้น ซึ่งถ้าเปรียบเทียบกับการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณก็คือการวิเคราะห์องค์ประกอบ (Factor Analysis) เพื่อจัดกลุ่มตัวแปรย่อยให้อยู่ภายใต้องค์ประกอบเดียวกันนั่นเอง ตัวอย่างของการวิเคราะห์คำหลักแสดงดังตาราง 3 (รัตนะ บัวสนธ์, 2551, น. 198)

ตาราง 3 ตารางแสดงตัวอย่างวิธีการวิเคราะห์คำหลัก

คำหลัก	ความสัมพันธ์	กลุ่มคำ
คุณลักษณะของครูดี	เป็นส่วนหนึ่งของ	- มีความสามารถด้านการสอน - มีคุณธรรมจริยธรรมและบุคลิกที่เป็นแบบอย่างแก่นักเรียน - มีความเข้าใจด้านจิตวิทยาการเรียนการสอน - ร่วมมือกับผู้อื่นอย่างสร้างสรรค์ - ปฏิบัติหน้าที่อย่างมีเกียรติมีศักดิ์ศรี

เมื่อผู้วิจัยได้วิเคราะห์ข้อมูลแล้ว ในขั้นตอนต่อไปผู้วิจัยได้ดำเนินการสรุปลักษณะการแสดงออกที่เหมาะสมจัดทำแบบตรวจสอบรายการ (Checklist) และประมวลผลเพื่อนิยามศัพท์กำหนดตัวแปรที่จะศึกษาต่อไป

1.6 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเพศทางเลือกและการแสดงออกที่เหมาะสมของเพศทางเลือก

Rodriguez and Vaughan (2014) ได้ทำการศึกษาจุดเด่นที่สามารถพัฒนาได้ของกลุ่มที่มีความหลากหลายทางเพศ โดยใช้จิตวิทยาเชิงบวกและการฝึกอบรม พบว่ากลุ่มบุคคลที่มีความหลากหลายทางเพศล้วนมีศักยภาพเชิงบวกที่พัฒนาได้อย่างโดดเด่น เช่นความสามารถทางด้านการปรับตัว การประติษฐ์คิดค้น ความคิดสร้างสรรค์ การแสดง ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น เป็นต้น ซึ่งตามแนวคิดทางจิตวิทยาเชิงบวกทักษะความสามารถดังกล่าวสามารถใช้เทคนิควิธีการทางจิตวิทยา เพื่อพัฒนาคือการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา ทั้งนี้ศักยภาพต่างๆ ยังมีอีกหลายคนที่ไม่สามารถแสดงออกให้เห็นหรือพัฒนาได้ ด้วยสภาพสังคมที่ยังไม่มีการยอมรับอย่างแท้จริง การกีดกันทางเพศ หากสังคมเปิดกว้างในเรื่องนี้มากขึ้นจะสร้างการยอมรับทางเพศ และนำไปสู่การพัฒนาที่เต็มศักยภาพของกลุ่มคนดังกล่าวต่อไป โดยหลังการทดลองกลุ่มตัวอย่างที่เข้ารับการฝึกอบรมมีคะแนนสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.1

Megan C. Lytle and David L. Shmerler (2014) ได้ศึกษากลุ่มตัวอย่างพนักงานในองค์กรต่างๆ ที่มีความหลากหลายทางเพศ เป็นรายบุคคล และใช้การฝึกอบรมโดยเน้นการปฏิบัติในการปรับตัวและการทำงานในองค์กร พบว่า กลุ่มเพศทางเลือกประสบปัญหาในการทำงานในองค์กรอันเป็นผลมาจากการไม่ยอมรับ และการกีดกันทางเพศส่งผลต่อสุขภาพจิต และประสิทธิภาพการทำงาน หลังจากการให้คำปรึกษาหรือผ่านการบำบัดแล้ว ได้จัดการฝึกอบรมโดยเน้นปฏิบัติทักษะการปรับตัวตามหลักจิตวิทยาเชิงบวก พัฒนาการเข้าใจตนเอง ความเชื่อมั่นทางเพศวิถี นำไปสู่ความเชื่อมั่นในศักยภาพแห่งตน หลังผ่านการฝึกอบรม กลุ่มตัวอย่างสามารถกลับเข้าสู่องค์กร และปฏิบัติงานได้ตามปกติ ทั้งนี้หลังการทดลองมีค่าคะแนนสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

พรพิมล ช่างชัย (2556) ได้ศึกษาผลของการฝึกการแสดงออกที่เหมาะสมสำหรับวัยรุ่น โดยใช้กระบวนการ MODELING โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการฝึกการแสดงออกที่เหมาะสมสำหรับวัยรุ่น โดย กระบวนการ MODELING เป็นการวิจัยเชิงทดลอง โดยใช้รูปแบบ The Pretest-post-test control group กลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3/3 และ 3/4

โรงเรียนมิ่งเมืองขอนแก่น จังหวัด ขอนแก่นที่กำลังศึกษาอยู่ในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2545 จำนวน 20 คน เป็นกลุ่มควบคุม 10 คน และ กลุ่มทดลองจำนวน 10 คน กลุ่มทดลองเข้าร่วมกิจกรรมฝึกการแสดงออกที่เหมาะสมโดยใช้กระบวนการ MODELING กลุ่มควบคุมเรียนปกติในชั้นเรียนสิ้นสุดการทดลอง และ หลังสิ้นสุดการทดลอง 2 สัปดาห์ วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติ The-Mann-Whitney U Test และ The Wilcoxon Signed-Ranks Test ผลการวิจัยพบว่า หลังสิ้นสุดการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนการแสดงออกสูงกว่าก่อนการทดลอง และสูงกว่ากลุ่มควบคุม และหลังสิ้นสุดการทดลอง 2 สัปดาห์ กลุ่มทดลองมีคะแนนการแสดงออกไม่แตกต่างจากหลังสิ้นสุดการทดลองในการฝึกการแสดงออกที่เหมาะสมโดยใช้กระบวนการ MODELING นักเรียนให้ความสนใจและให้ความร่วมมือเป็นอย่างดี ทุกคนมีการพัฒนาการแสดงออกที่เหมาะสม เนื่องจากการฝึกการแสดงออกในชีวิตประจำวัน สามารถนำไปประยุกต์ใช้ได้

วิมลรัตน์ ขวดพงษ์ (2556) ได้พัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมกลุ่มที่มีผลต่อพฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสมของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 เพื่อเปรียบเทียบผลก่อนและหลังและเปรียบเทียบผลระหว่างกลุ่มควบคุมกับกลุ่มทดลอง โดยประชากรที่ปรึกษาเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 กลุ่มละ 30 คน พบว่า กลุ่มทดลองเมื่อผ่านการใช้กิจกรรมกลุ่ม มีพฤติกรรมแสดงออกที่เหมาะสมสูงกว่ากลุ่มควบคุม และมีค่าคะแนนสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.1

2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา

2.1 ความหมายของการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา

นักวิชาการได้กล่าวถึงความหมายของการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาไว้ดังนี้

คมเพชร ฉัตรศุภกุล (2546, น.137) กล่าวว่า การฝึกอบรมเป็นวิธีการเพื่อพัฒนาเยาวชนที่จะช่วยให้เยาวชนเรียนรู้ที่จะทำ งานร่วมกับคนอื่นและเรียนรู้เกี่ยวกับตนเองซึ่งมีหลายวิธีการเช่น การสอน การบรรยายให้ฟัง การอ่านหนังสือ เป็นต้น วิธีการสอนหรืออ่านตำราเพื่อปรับปรุงตนเองนั้นอาจจะใช้ได้สำหรับบางคนแต่ส่วนใหญ่จะไม่ได้ผลเพราะว่ามนุษย์มักจะเข้าข้างตนเอง ดังนั้นการให้ประสบการณ์ตรงในการทำกิจกรรมกลุ่มจึงเป็นวิธีการที่เหมาะสมที่จะนำไปใช้พัฒนาตัวเยาวชนและกลุ่ม ทั้งนี้เพราะว่ากิจกรรมกลุ่มเป็นการเรียนรู้โดยปฏิบัติแม้ว่าจะเป็น การสร้างสถานการณ์จำลองก็ยังสามารถช่วยให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มมีความซาบซึ้งและพึงพอใจที่จะเปลี่ยนแปลงและปรับปรุงตนเองต่อไป

พัฒนา สุขประเสริฐ (2540, น.4) กล่าวว่า การฝึกอบรม หมายถึง กระบวนการสำคัญที่จะช่วยพัฒนาหรือฝึกฝนเจ้าหน้าที่ หรือบุคลากรใหม่ที่จะเข้าทำงานหรือปฏิบัติงานประจำ

อยู่แล้วในหน่วยงานให้มีความรู้ความสามารถ ทักษะหรือความชำนาญ ตลอดจนประสบการณ์ให้เหมาะสมกับการทำงาน รวมถึงก่อให้เกิดความรู้สึก เช่น ทัศนคติหรือเจตคติที่ดีต่อการปฏิบัติงาน อันจะส่งผลให้บุคลากรแต่ละเยาวชนในหน่วยงานหรือองค์กรมีความสามารถเฉพาะตัวสูงขึ้น มีประสิทธิภาพในการทำงานร่วมกับผู้อื่นได้ดี ทำให้หน่วยงานหรือองค์กรมีประสิทธิผลและประสิทธิภาพที่ดีขึ้น

วิจิตร อวระกุล (2540, น.1) กล่าวว่า การฝึกอบรม หมายถึง การปัดฝุ่น เช็ดถู เคาะสนิม ทาสีใหม่ เพื่อปรับปรุงเปลี่ยนแปลงจากคนเดิมให้เป็นคนใหม่ที่มีประสิทธิภาพและคุณค่ายิ่งขึ้น เป็นสิ่งจำเป็นที่ผู้บริหารมีอาชีพต้องจัดหาเพราะทรัพยากรเยาวชนเป็นสิ่งที่มีค่าที่สุดขององค์กรเพื่อให้หน่วยงานของตนเป็นหน่วยงานอาชีพ ที่ต้องแข่งขันเพื่อชื่อเสียงมีคุณภาพก้าวหน้ามีความทันสมัย และที่สำคัญคือ ทำกำไรให้กับหน่วยงานเพิ่มมากขึ้นเท่าที่ควรจะเป็นไปได้

ยงยุทธ เกษสาคร (2551, น.23) กล่าวว่า การฝึกอบรม หมายถึง กระบวนการอย่างหนึ่งในการพัฒนาองค์กร โดยอาศัยการทางานอย่างเป็นระบบขั้นตอน มีการวางแผนและเป็นการกระทำ ที่ต่อเนื่องโดยไม่มีการหยุดยั้ง ซึ่งการกระทำทั้งหมดก็เพื่อการเพิ่มพูนความรู้และเพิ่มพูนเพื่อให้เกิดความคิดใหม่ๆ เปลี่ยนแปลงเจตคติเก่าๆ ความเชื่อดั้งเดิมที่ล้าสมัยและล้าสมัยเพื่อให้บังเกิดเจตคติใหม่ๆ ที่มีประโยชน์ตามความประสงค์ขององค์กร การฝึกอบรมจึงเป็นกระบวนการที่จะช่วยเพิ่มพูนความสามารถเพื่อเพิ่ม ประสิทธิภาพในการทำงานของบุคลากรในองค์กร อันจะก่อให้เกิดประสิทธิผลตามวัตถุประสงค์ขององค์กร

Buckley and Caple (Buckley & Caple, 1995, อ้างถึงในสกล วรเจริญศรี, 2550, น.96) กล่าวว่า การฝึกอบรม (Training) หมายถึง ความพยายามกระทำอย่างเป็นระบบ และมีการวางแผนที่จะปรับปรุงหรือพัฒนาความรู้ (Knowledge) เจตคติ (Attitude) และทักษะ (Skill) โดยผ่านประสบการณ์การเรียนรู้ เพื่อให้การปฏิบัติงานสำเร็จและมีประสิทธิภาพในกิจกรรมต่างๆ ที่หลากหลาย ซึ่งจุดมุ่งหมายหลักของการฝึกอบรมในหน่วยงานต่างๆ คือการช่วยให้เยาวชนได้มีความสามารถต่างๆ เพื่อที่จะทำ ให้ปฏิบัติหน้าที่อย่างสมบูรณ์ในงานที่ได้รับมอบหมาย

ชูชัย สมितिไกร (2556, น.172) กล่าวว่า การฝึกอบรม หมายถึง เครื่องมือหรือกิจกรรมต่างๆ ที่ใช้ในการติดต่อสื่อสาร และถ่ายทอดความรู้และประสบการณ์ระหว่างผู้ฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาและผู้รับการอบรมและระหว่างผู้รับการอบรมด้วยกันเอง เพื่อทำให้ผู้รับการฝึกอบรมมีความรู้ ทักษะความสามารถ และทัศนคติตามวัตถุประสงค์ของการฝึกอบรม

จากการศึกษาเอกสารข้างต้น สามารถอธิบายได้ว่าการฝึกอบรม คือ กระบวนการเพิ่มพูนองค์ความรู้ทักษะ และความชำนาญในงานนั้นๆ ตลอดจนการปรับเปลี่ยนเจตคติ แนวคิด

และพฤติกรรม ให้เป็นไปตามวัตถุประสงค์อย่างใดอย่างหนึ่ง ที่ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในตัวบุคคลในอันที่จะส่งผลให้มีศักยภาพในการปฏิบัติงานหรือการดำเนินชีวิตได้ดียิ่งขึ้น และที่สำคัญการอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้เป็นอย่างดี โดยมีการกำหนดเป้าหมาย วัตถุประสงค์ และเทคนิควิธีการที่หลากหลายเพื่อให้บรรลุเป้าหมายที่กำหนดไว้

2.2 จุดมุ่งหมายของการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา

นักวิชาการได้กล่าวถึงจุดมุ่งหมายของการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาไว้ดังนี้

ซูซีย์ สมิทธีไกร (2556, น.5-8)กล่าวว่า จุดมุ่งหมายของการฝึกอบรมเพื่อเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของการทำงานของบุคคลในด้านความรู้ ด้านทักษะ และเจตคติ เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมได้นำความรู้ไปปฏิบัติได้จริงจุดมุ่งหมายในการฝึกอบรมแบ่งออก 3 ประการดังนี้

1) เพื่อปรับปรุงระดับความตระหนักรู้ในตนเอง (Self-Awareness) ของแต่ละบุคคล การตระหนักรู้ในตนเอง คือ การเรียนรู้ภายในตนเอง ได้แก่ การทำความเข้าใจเกี่ยวกับบทบาทและความรับผิดชอบของตนเองในการปฏิบัติงาน การตระหนักถึงความแตกต่างระหว่างสิ่งที่ตนเองปฏิบัติจริงและปรัชญาที่ยึดถือ การเข้าใจถึงทัศนคติที่ผู้อื่นมีต่อตนเอง และการเรียนรู้ว่าการกระทำของตนเองมีผลกระทบต่อผู้อื่นอย่างไร เป็นต้น

2) เพื่อเพิ่มพูนทักษะการปฏิบัติงาน (Job Skills) ของแต่ละเยาวชน โดยอาจเป็นทักษะด้านใดด้านหนึ่งหรือหลายด้านก็ได้ เช่น การใช้เครื่องคอมพิวเตอร์ การดูแลรักษาความปลอดภัยในการทำงานหรือการปกครองการทำงานของกลุ่มเป็นต้น

3) เพื่อเพิ่มพูนแรงจูงใจ (Motivation) ของแต่ละเยาวชนอันจะทำให้การปฏิบัติงานเกิดผลดี แม้ว่าเยาวชนหนึ่งจะมีความรู้ความสามารถในการปฏิบัติงาน แต่หากขาดแรงจูงใจของ การทำงานแล้ว เยาวชนนั้นก็อาจจะมิได้ใช้ความรู้ความสามารถที่ตนเองมีได้อย่างเต็มที่ และผลงานก็ย่อมจะไม่มีประสิทธิภาพเท่าที่ควร ดังนั้น การสร้างแรงจูงใจในการทำงานจึงเป็นสิ่งที่มีความสำคัญอย่างยิ่งต่อความสำเร็จต่อองค์กรและอื่นๆ

นอกจากนี้จุดมุ่งหมายในการฝึกอบรมโดยทั่วไปมีจุดมุ่งหมายดังนี้

1) พัฒนาความรู้ (Knowledge) คือมุ่งให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมมีความรู้ที่เกี่ยวกับการปฏิบัติงานหรือหน้าที่อย่างถูกต้องและมากเพียงพอ

2) พัฒนาทักษะ (Skill) และความสามารถ (Abilities) คือมุ่งให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมมีทักษะและความสามารถในการปฏิบัติงานหรือหน้าที่ได้อย่างถูกต้องและมีประสิทธิภาพ

3) พัฒนาเจตคติ (Attitude) คือมุ่งให้ผู้เข้ารับการอบรมมีเจตคติต่อสิ่งต่างๆในทางที่เหมาะสม และเอื้ออำนวยต่อการปฏิบัติงาน

จากการศึกษาสามารถกล่าวได้ว่า การฝึกอบรมมีจุดมุ่งหมายเพื่อเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของบุคคลตามวัตถุประสงค์หรือตามจุดมุ่งหมายที่ตั้งเอาไว้ โดยเน้นการสร้างองค์ความรู้ ปรับเปลี่ยนเจตคติ และนำไปสู่การตระหนักรู้ของบุคคล ส่งผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม หรือเกิดคุณลักษณะที่ต้องการ

2.3 ระยะเวลาของการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา

ซูซีย์ สมิทธีไกร (2556, น.147-148) กล่าวว่าสิ่งที่ต้องพิจารณาเกี่ยวกับการกำหนดระยะเวลาของการฝึกอบรมนั้นสามารถจำแนกได้เป็นสองประเด็นคือ การกำหนดระยะเวลาทั้งหมดของการฝึกอบรมและการแบ่งสรรเวลาในการฝึกอบรม

2.3.1 การกำหนดระยะเวลาทั้งหมดของการฝึกอบรม การกำหนดว่าการฝึกอบรมหนึ่งๆ ควรจะใช้ระยะเวลาเท่าไรนั้น ขึ้นอยู่กับวัตถุประสงค์และเนื้อหาของการฝึกอบรม รวมทั้งพื้นฐานความรู้ของผู้รับการอบรมอีกด้วย หากวัตถุประสงค์และเนื้อหาของการฝึกอบรมมีมากมายหลายประการ ระยะเวลาที่ใช้ก็ต้องมากขึ้นตามไปด้วย นอกจากนี้ วัตถุประสงค์ของการฝึกอบรมที่แตกต่างกัน ก็อาจทำให้ระยะเวลาที่ใช้มีความแตกต่างกันด้วย ตัวอย่างเช่น การฝึกอบรมที่ต้องการให้ผู้รับการอบรมมีการเปลี่ยนแปลงทักษะหรือทัศนคติ จะใช้ระยะเวลายาวนานกว่าการฝึกอบรมที่ต้องการจะให้เกิดความรู้ความเข้าใจ ดังนั้น ระยะเวลาที่ใช้ในการอบรมจึงมีแตกต่างกันไป ตั้งแต่ไม่กี่ชั่วโมง จนถึงหลายเดือนหรือหลายปี

2.3.2 การแบ่งสรรเวลา เมื่อสามารถกำหนดระยะเวลาโดยรวมของการฝึกอบรมได้แล้ว ขั้นตอนต่อไปคือการแบ่งสรรเวลาสำหรับการฝึกอบรมในแต่ละหัวข้อ ซึ่งมีแนวทางดังต่อไปนี้

2.3.2.1 เทียบเคียงวัตถุประสงค์และเนื้อหาทั้งหมด กับจำนวนชั่วโมงการฝึกอบรมที่มีอยู่ จากนั้นจึงแบ่งสรรเวลาที่จะให้กับวัตถุประสงค์และเนื้อหาแต่ละหัวข้อตามความเหมาะสม โดยยึดหลักว่าภายในระยะเวลาที่แบ่งสรรให้ ผู้รับการอบรมควรจะสามารถบรรลุถึงวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้ได้

2.3.2.2 ในกรณีที่พบว่า เวลาที่มีอยู่ไม่อาจจะสนองวัตถุประสงค์และเนื้อหาที่กำหนดไว้ได้ก็มีทางเลือกอยู่สองทางด้วยกัน คือ ประการแรก อาจจะเพิ่มระยะเวลาของการฝึกอบรมให้มากขึ้น และประการที่สอง หากไม่สามารถเพิ่มเวลาได้ ก็อาจจะตัด

วัตถุประสงค์และเนื้อหาบางส่วนทิ้งไป และนำไปฝึกอบรมในภายหลังหรือจัดเป็นโครงการฝึกอบรมใหม่ขึ้นมา

2.3.2.3 วัตถุประสงค์และเนื้อหาที่มีความสำคัญและความยากมาก ควรจะมีเวลาสำหรับการฝึกอบรมมากกว่าวัตถุประสงค์และเนื้อหาที่มีความสำคัญและความยาวนานกว่า

จากการศึกษากล่าวได้ว่า ระยะเวลาในการฝึกอบรมโดยรวมอาจใช้เวลาเป็นชั่วโมง ไปจนถึงเป็นปี โดยนับจำนวนครั้ง ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับข้อกำหนดวัตถุประสงค์ของการจัดฝึกอบรม รวมทั้งการจัดสรรเวลาในแต่ละช่วงย่อยๆ ของกิจกรรม ก็ต้องพิจารณาถึงการบรรลุวัตถุประสงค์ของการฝึกอบรมซึ่งในการฝึกอบรมครั้งนี้ใช้เวลาทั้งสิ้น 2 วัน รวม 16 ชั่วโมง

2.4 ขั้นตอนของการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา

ขั้นตอนของการฝึกอบรมนั้น สกล วรเจริญศรี (2550, น.10-12) ได้กล่าวไว้ว่า ขั้นตอนการฝึกอบรมมี 3 ขั้นตอน ดังนี้

2.4.1 ขั้นการเริ่มต้น หรือขั้นนำ (The Initial Stage) โดยในขั้นตอนนี้เป็นการพบกันครั้งแรก ระหว่างสมาชิกหรือผู้เข้ารับการฝึกอบรมกับผู้นำกลุ่มหรือผู้นำการฝึกอบรม สิ่งจำเป็นสำหรับผู้นำกลุ่ม โดยขั้นตอนนี้เน้นการสร้างสัมพันธภาพ (Relationship Building) และการกำหนดหน้าที่ต่างๆ ของสมาชิก (Task Orientation Function) ซึ่งสมาชิกทุกคนจะต้องรู้จักผู้นำกลุ่มตลอดจนสมาชิกคนอื่น ๆ อีกทั้งผู้นำกลุ่มต้องมีการมีการกำหนดโครงสร้างต่างๆ ของกลุ่ม โดยการสร้างควมคุ้นเคยระหว่างผู้นำกลุ่มกับสมาชิก และระหว่างสมาชิกกับสมาชิกเองก็ตาม ทั้งนี้ทักษะสำคัญที่จำเป็นสำหรับผู้นำกลุ่มในขั้นนี้คือ ทักษะการเอื้ออำนวย (Facilitative Skill) โดยจำเป็นที่จะต้องกระตุ้นให้มีการประเมินตนเองของสมาชิก (Self – Assessment) รวมทั้งการกำหนดเป้าหมายส่วนบุคคล (Setting of Personal Goal) หรือ ความคาดหวังที่ต้องการได้รับการเข้ารับการฝึกอบรม ในขั้นนี้ถือเป็นขั้นสำคัญสำหรับการเริ่มต้นในการดำเนินการฝึกอบรมกลุ่มในแต่ละครั้ง

2.4.2 ขั้นการดำเนินการ (The Working Stage) ในขั้นนี้ผู้นำกลุ่มต้องใช้ทักษะการเอื้ออำนวย (Facilitative Skill) ให้กับสมาชิกกลุ่มเรียนรู้จากสมาชิกคนอื่น ๆ โดยเริ่มจากการแนะนำตนเอง จากนั้นผู้นำกลุ่มดำเนินการฝึกอบรมตามที่กำหนดเป้าหมายในกลุ่มฝึกอบรมแต่ละครั้ง สอดคล้องตามหลักการและแนวคิดในการฝึกอบรม และเทคนิค ทฤษฎีการให้คำปรึกษาที่เกี่ยวข้องตามที่กำหนดไว้ ตลอดทั้งใช้เทคนิคต่างๆ ทางด้านจิตวิทยา ได้แก่ สถานการณ์จำลอง

การใช้บทบาทสมมติ การสอน และการให้ข้อมูลย้อนกลับ การใช้แบบประเมินตนเอง และเกม เป็นต้น

2.4.3 ขั้นการยุติ (The Ending Stage) ขั้นนี้เป็นขั้นตอนสุดท้ายในการจัดกิจกรรมกลุ่มฝึกอบรม โดยผู้วิจัยหรือผู้นำกลุ่มต้องให้ความใส่ใจกับขั้นตอนการยุติกลุ่มฝึกอบรมในแต่ละครั้ง ตลอดจนการมุ่งเน้นการให้เหตุผลสำหรับการยุติกลุ่มฝึกอบรม มีเป้าหมายว่า สมาชิกกลุ่มได้รับประโยชน์อะไรจากการเข้าร่วมกลุ่มฝึกอบรมแต่ละครั้ง โดยผู้นำกลุ่มอาจใช้วิธีการต่าง ๆ เช่น การสรุปเนื้อหาสาระ ของกลุ่มฝึกอบรม ซึ่งผู้นำกลุ่มอาจเป็นผู้สรุปหรือให้สมาชิกกลุ่มเป็นผู้สรุป การทำความเข้าใจในร่วมกัน ซึ่งอาจใช้ถามตอบ หรือเปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่มถามเกี่ยวกับประเด็นปัญหาต่าง ๆ ที่ยังสงสัยหรืออาจยังไม่เข้าใจ การให้ข้อมูลย้อนกลับซึ่งกันและกันระหว่างสมาชิกกับสมาชิก หรือผู้นำกลุ่มกับสมาชิก การให้การบ้านหรืองานบางอย่างที่เกี่ยวข้องกับการฝึกอบรมชีวิตและการจัดการเกี่ยวกับความรู้สึกที่ค้างคาใจของสมาชิกกลุ่ม เป็นต้น

2.5 ทฤษฎีจิตวิทยาที่นำมาประยุกต์ใช้ในการฝึกอบรม

ในการพัฒนาการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาเพื่อเสริมสร้างการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศในครั้งนี้ ได้ประยุกต์ใช้ทฤษฎีทางจิตวิทยาต่างๆ ดังนี้

2.5.1 แนวคิดเกี่ยวกับการเห็นคุณค่าแห่งตน

Coopersmith (Coopersmith, 1984, อ้างถึงในจันทร์ฉาย พัทธศิริกุล, 2532) ได้กล่าวว่า การเห็นคุณค่าในตนเอง (Self-Esteem) ของบุคคลเป็นการตัดสินคุณค่าของตน (Self) และการ แสดงออกในรูปของทัศนคติที่บุคคลนั้นมีต่อตนเอง ซึ่ง เป็นผลจากการที่บุคคลได้มีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมโดยเฉพาะอย่างยิ่งการประเมินจากผู้อื่น โครงสร้างของตนจึงค่อยพัฒนาขึ้นเป็นภาพที่เกิดขึ้นจากการรวมตัวของความคิดและ ความเชื่อตลอดจน ประสบการณ์ ทำให้บุคคลมีมโนภาพหรือความคิดต่อตนเอง แล้วประเมินวัดมโนภาพ เหล่านั้น โดยอาศัยกระบวนการตัดสินคุณค่าของตนจากผลงาน ความสามารถคุณลักษณะต่างๆตาม มาตรฐานของค่านิยมส่วนตน ในที่สุดจึงพัฒนามาเป็นการเห็นคุณค่าในตนเองหรือการเห็นคุณค่าในตน (Self-Esteem) พบว่า มีผู้ให้ ความหมายของการเห็นคุณค่าในตนเองไว้หลากหลายดังนี้

Sasse (1978, p. 48) ให้ความหมายไว้ว่า เป็นความรู้สึกของบุคคลว่าตนเองมีความสำคัญ และมีคุณค่า มีความต้องการได้รับความเชื่อถือ การยอมรับนับถือโดยได้รับการสนับสนุนหรือยอมรับ นับถือจากผู้อื่นเพื่อที่จะได้เกิดความรู้สึกภูมิใจและนับถือตนเอง

Calhoun (1997, p. 321) ให้ความหมายว่า เป็นความพึงพอใจภายในที่บุคคลหนึ่งบุคคล ใดมีต่ออัตมโนทัศน์ของตนเอง

Branden (1981, pp. 110-125) กล่าวเสริมว่าเป็นการนับถือตนเองและความเชื่อมั่นในตนเอง ซึ่งเกิดจากการเห็นและประจักษ์ซึ่งคุณค่าแห่งตน เชื่อมั่นในศักยภาพที่ตนสามารถกระทำได้ๆ ได้สำเร็จตามความปรารถนา

McCrosky Richmond and Stewart (1983, p. 116) ให้ความหมายว่าเป็นทัศนะของบุคคลที่รับรู้หรือมองเห็นตัวเองในเชิงคุณค่าโดยรวม ลักษณะผู้ที่เห็นคุณค่าในตนเองต่ำจะมีแนวโน้มที่จะขาดความเชื่อมั่นในความสามารถของตน และมีทัศนะต่อตนเองในทางลบแทบ ไม่ว่าจะพยายาม ถึงแม้จะเพียรพยายามเพียงใดก็จะคิดว่าตนเองล้มเหลว เมื่อเป็นเช่นนี้ผู้ที่เห็นคุณค่าในตนเองต่ำจึงมักจะสัมพันธ์ทางบวกกับความหวาดหวั่นขาดความเชื่อมั่นในการสนทนาได้ตอบ โดยจะตกอยู่ใต้อิทธิพลของผู้อื่น และควบคุมตนเองไม่ได้ ดังนั้นผู้ที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำจึงมีแนวโน้มที่จะยอมและคล้อยตามกลุ่ม มีลักษณะของการที่ยอมรับความเห็นของผู้อื่นโดยง่าย เพราะจะคิดว่าความเห็นของตนมีค่าน้อยกว่า ในขณะที่ผู้ที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงมักจะมีลักษณะความเป็นผู้นำในการสนทนา มีความเชื่อมั่นและคาดหวังในความสำเร็จที่จะได้รับเป็นอย่างดี

Lawrence (1987) ได้อธิบายว่า การที่บุคคลประเมินตนเองถึง ความแตกต่างระหว่างตนที่เป็นอยู่จริง (Real Self) ในปัจจุบันกับตนที่อยากจะเป็น (Ideal Self) โดยมีลักษณะเป็นกระบวนการทางด้านอารมณ์ที่วัดประเมินได้จากการที่บุคคลเอาใจใส่ต่อความแตกต่างนี้ บุคคลซึ่งมีความแตกต่างในการประเมินมาก ซึ่งมักจะมีความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองต่ำ ถ้าหากมีความแตกต่างน้อยจะมีความรู้สึกมีคุณค่าใน ตนเองสูง

จากที่กล่าวมาข้างต้นสามารถสรุปได้ว่า การเห็นคุณค่าในตนเอง หมายถึงการที่บุคคลรู้สึกถึงความภูมิใจในตนเอง ตระหนักว่าตนเองมีศักยภาพ มีความสามารถ มีทัศนะคติดีนับวก มีพฤติกรรมที่เป็นที่ยอมรับ เหล่านี้ก่อให้เกิดความมั่นใจในตนเอง เชื่อมั่นและเห็นคุณค่าในตนเอง รวมถึงนับถือตนเอง รู้จักและเข้าใจผู้อื่น นำไปสู่การแสดงออกและการปรับตัวให้มีความสุขได้ในสังคม

2.5.2 แนวคิดเชิงจิตวิทยาเกี่ยวกับการยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง

แนวคิดของ Carl R. Rogers (Carl R. Rogers, 2520, อ้างถึงใน โสภาชปิลมณีน, 2536) นักจิตวิทยาส่วนใหญ่เกี่ยวข้องกับการบำบัดรักษาผู้ที่มีปัญหา วิธีการของรอเจอร์ คือให้คนไข้ได้ระบายอารมณ์ความรู้สึกตามเรื่องราวของสิ่งที่เกิดขึ้นกับตนเองออกมา โดย

เชื่อว่าประสบการณ์แต่ละเรื่องของแต่ละคนนั้นไม่ได้มีความสำคัญเพียงแค่ว่าจะนำมาเล่า ให้ใครฟังเท่านั้น แต่สำคัญอยู่ที่การได้รับรู้รับฟัง และนำประสบการณ์มาวิเคราะห์ โดยเชื่อว่ามนุษย์เป็นผู้ที่มีเหตุผลและเป็นผู้ที่สามารถที่จะปรับแก้ไขสถานการณ์ที่มีปัญหาต่าง ๆ ให้กับตนเองได้ซึ่งต้องได้รับการช่วยเหลือจากผู้บำบัด หรือนักจิตวิทยา รอเจอร์มีความเห็นสอดคล้องกับมาสโลว์ที่ว่าพลังที่สำคัญในชีวิตมนุษย์ก็คือ การที่มนุษย์สามารถยอมรับความเป็นจริงเกี่ยวกับตนเองได้

รอเจอร์ได้อธิบายว่า พฤติกรรมต่างๆ ของบุคคลนั้น เป็นผลมาจากการเกี่ยวพันของ 3 ระบบ บุคลิกภาพ ได้แก่

1. ระบบอินทรีย์ คือสามัญสำนึกในการดำรงอยู่ของชีวิตมนุษย์
2. สนามประสบการณ์ ได้แก่ ประสบการณ์ทั้งหมดทุกช่วงชีวิตที่มนุษย์รับรู้และสั่งสมไว้ ซึ่งสนามประสบการณ์จะเป็นศูนย์รวมของประสบการณ์ทุกอย่างของมนุษย์
3. "ตนเอง" โดยพัฒนามาจากประสบการณ์การและการเรียนรู้ รวมทั้งการปฏิสัมพันธ์ระหว่างระบบอินทรีย์กับสิ่งแวดล้อมที่เกี่ยวข้องกับมนุษย์ โดยจะมีการเปลี่ยนแปลงได้ตลอดเวลา การเปลี่ยนแปลงจะเปลี่ยนไปในทางที่ดีขึ้น แต่ละบุคคลจะคอยควบคุมพฤติกรรมของตนเอง ซึ่งในบางครั้งจะยอมรับหรือบางครั้งจะปฏิเสธ บางครั้งอาจบิดเบือนการรับรู้เพื่อจะรักษาภาพของตนเองให้คงที่ไว้ หากประสบการณ์ที่รับรู้ตรงกับภาพตนเองนั้นซึ่งตรงกับความรู้สึกและความสามารถของระบบอินทรีย์ก็จะเป็นประสบการณ์ในระดับจิตสำนึก การหลอกตัวเองก็จะน้อยลง แต่ในการตรงกันข้ามหากประสบการณ์ที่ตนรับรู้มันไม่ตรงกับภาพของตนเอง ประสบการณ์นั้นจะถูกกลืนกลายเป็นประสบการณ์ในจิตไร้สำนึกแทน

รอเจอร์ชี้ให้เห็นว่าหากบุคคลใดสามารถดำเนินชีวิตโดยผสมผสานระบบอินทรีย์ สนามประสบการณ์ และตัวตน ของบุคคลได้อย่างกลมกลืนแล้ว บุคคลนั้นจะสามารถที่เผชิญกับความรู้สึกต่าง ๆ และสามารถทำกิจกรรมทุกอย่างเกี่ยวกับ ตนเองได้รวมทั้งการยอมรับประสบการณ์นั้น ๆ เข้าสู่ระดับสำนึกทำให้ตนเองมีโอกาสไตร่ตรองการกระทำ พฤติกรรมต่าง ๆ ของตนว่า ถูกต้องหรือสมเหตุสมผลหรือไม่ควรจะกระทำหรือไม่ ซึ่งเรียกว่า เป็น บุคคลที่สมบูรณ์แบบ (Fully Functioning Person) ได้แก่ (Carl R. Rogers, 2520, อ้างถึงใน โสภา ชปิลมันน์, 2536)

1. เปิดใจกว้าง ยอมรับอดีต และประสบการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในอดีต
2. ยอมรับความเป็นอยู่และความจำเป็นในการดำรงชีวิต
3. มีความเชื่อมั่นในตนเอง
4. ความเป็นอิสระ

5. มีความคิดสร้างสรรค์

รอลเจอร์เชื่อว่า จุดสำคัญแห่งชีวิตมนุษย์คือ การเป็นบุคคลที่สมบูรณ์แบบด้วยการที่แต่ละบุคคล จะพยายามทำพฤติกรรมซึ่งเหมาะสมโดยอาศัยความเข้าใจ การยอมรับประสบการณ์ของตนเองโดยใช้ เป็นสิ่งนำการกระทำ ในเรื่องของการยอมรับนั้นจะต้องเป็นการยอมรับโดยไม่คำนึงว่าสิ่งนั้นจะก่อให้เกิด ความเจ็บปวดหรือก่อให้เกิดความคับข้องใจก็ตาม จุดมุ่งหมายที่สำคัญแห่งชีวิตมนุษย์

แนวความคิดเรื่องการยอมรับตนเองของรอลเจอร์ประกอบด้วย (Carl R. Rogers, 2520, อ้างถึงใน โสภา ชปิลมันน์, 2536)

1. การเปิดใจกว้างรับประสบการณ์ใหม่ ๆ ที่เกี่ยวข้องกับความสุขของแต่ละบุคคลต่อ ประสบการณ์ที่บุคคลนั้นได้รับโดยไม่ต้องคำนึงถึงว่าจะเป็นประสบการณ์นั้นอาจเป็นทางบวกหรือลบก็ตาม

2. ความจำเป็นในการดำรงชีวิต คือ ไม่ต่อต้านหรือขัดขวางประสบการณ์ใด ๆ ที่ผ่านเข้ามา แต่จะต้องสามารถยอมรับสิ่งที่เกิดขึ้นในแต่ละช่วงชีวิตได้ และใช้ชีวิตอยู่ด้วยความสุข การยอมรับได้ในระดับช่วยให้บุคคลนั้นสามารถที่จะเผชิญกับสิ่งใหม่ที่สำคัญกว่าอันอาจจะเกิดขึ้นได้ในอนาคต

3. ความเชื่อมั่นในตนเอง คือ มีความเชื่อในความสามารถของตนเองว่าตนเองสามารถที่จะกระทำการต่าง ๆ ได้ด้วยตนเองโดยไม่ขึ้นกับบุคคลอื่นสามารถยอมรับสภาพความเป็นจริงว่าตนเองพร้อม และเปิดใจกว้างในการยอมรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่นโดยไม่ยินยอมให้ผู้อื่นมากำหนดทางให้ตนเดิน

4. มีความเป็นอิสระ คือการมีอิสระที่จะตัดสินใจด้วยตนเองไม่ขึ้นอยู่กับผู้อื่น หรือการคาดหวัง ความช่วยเหลือจากผู้อื่นหรือจากสังคมใด ๆ มีความซื่อสัตย์ต่อตนเองอยู่ตลอดเวลา

5. มีความคิดสร้างสรรค์ คือ มีความคิดริเริ่มในสิ่งที่ดีอยู่ตลอดเวลา รู้จักการป้องกันหรือวิธีการหลีกเลี่ยง สามารถเผชิญกับสิ่งต่าง ๆ ได้

แนวคิดทฤษฎีรอลเจอร์นั้นสามารถกล่าวได้ว่า การพัฒนาคนให้ถึงความเป็นมนุษย์อย่างแท้จริง นั่นคือการพัฒนาให้ บุคคลได้ยอมรับความจริงที่จะเกิดขึ้น และการยอมรับตนเอง เป็นตัวของตัวเอง เมื่อได้รับรู้ว่าคุณค่าตนเองได้รับความสำคัญจาก บุคคลที่ตนเองสัมพันธ์ด้วยนั้นจะสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองขึ้น ซึ่งตรงกับแนวทางการพัฒนาของคูเปอร์ สมิธ (Coopersmith, 1959, อ้างถึงในโสภา ชปิลมันน์, 2536) ที่จะต้องสร้างประสบการณ์ เพื่อพัฒนาให้เด็กได้มีโอกาสได้รับ

การยอมรับจากบุคคลอื่นและยอมรับตนเอง ตลอดจนการที่บุคคลจะได้กระทำตามสิ่งที่ตนเองปรารถนา หรือตั้งเป้าหมายไว้ และประสบผลสำเร็จตามที่ตนเองได้กำหนดเป้าหมายไว้

2.5.3 แนวทางการสร้างเสริมการเห็นคุณค่าในตนเอง

การเห็นคุณค่าในตนเองเป็นสิ่งที่สามารถเรียนรู้ได้สามารถเปลี่ยนแปลงได้และพัฒนาให้เกิดขึ้นได้ จากประสบการณ์ที่บุคคลได้รับ นักจิตวิทยาได้เสนอแนวทางในการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองดังต่อไปนี้

Coopersmith (Coopersmith, 1959, อ้างถึงในโสภา ขปิลมันน์, 2536)

กล่าวว่าบุคคลสามารถ พัฒนาความรู้สึกรู้สึกมีคุณค่าในตนเองได้ด้วยวิธีการดังต่อไปนี้

1. ได้รับการนับถือ ได้รับการยอมรับ การได้รับการปฏิบัติตอบจากบุคคลที่มีความสำคัญต่อตนเอง
2. ประสบความสำเร็จตามเป้าหมาย ซึ่งทำให้บุคคลเป็นที่รู้จักอย่างแพร่หลายและมีผลต่อ สถานภาพและตำแหน่งในสังคม
3. มีการกระทำที่ได้รับการยอมรับว่าสอดคล้องตรงตามค่านิยมและความปรารถนาของตน
4. ลักษณะการตอบสนองเมื่อได้รับการประเมิน

Brooks (1992) ได้เสนอแนวทางในการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองของเด็ก

1. พัฒนาความรับผิดชอบและการให้ความช่วยเหลือต่อส่วนรวม
2. เปิดโอกาสให้คิดทางเลือกและตัดสินใจแก้ปัญหา
3. ให้การสนับสนุนกำลังใจและให้ข้อมูลย้อนกลับด้านบวก
4. เสริมสร้างวินัยในตนเองโดยการสร้างแนวปฏิบัติและคำนึงถึงผลที่จะเกิดขึ้นตามมา

5. ช่วยให้เด็กรู้สึกยอมรับความล้มเหลวหรือความผิดพลาด

Calhoun (1997) ได้เสนอวิธีการ 3 ประการ ในการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองให้ประสบความสำเร็จ ดังนี้

1. การใช้ภาษาเชิงบวก หมายถึง กระบวนการที่บุคคลให้การเสริมสภาพลักษณะของตน (Self- Image) โดยชี้ให้เห็นถึงลักษณะทางบวกของตนเอง เช่น ลักษณะบุคลิกภาพที่เป็นลักษณะเด่นหรือ บุคลิกภาพที่น่าภาคภูมิใจ

2. การยอมรับคำยกย่องชมเชย คือ เมื่อมีบุคคลโดยยกย่องชมเชย ก็แสดงการยอมรับโดยปราศจาก ท่าทีหรือคำตอบที่แสดงการถ่อมตน แต่ควรใช้ประโยคแสดงความยินดีแทน วิธีนี้จะเป็นการส่งเสริม พฤติกรรมที่เหมาะสมจะทำให้บุคคลประทับใจและมองตนเองในทางบวกมากขึ้น

3. การฝึกความกล้าแสดงออก เป็นวิธีที่จะทำให้บุคคลมีพฤติกรรมในเชิงบวก

Sasse (1978) เสนอการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองด้วยวิธีการดังนี้

1. สร้างความมั่นใจในตนเอง โดยพยายามนึกถึงความสำเร็จในอดีต

2. ระลึกถึงงานหน้าที่ของตนทำได้สำเร็จแล้วให้รางวัลสิ่งที่มีความหมายแก่ตน ซึ่งสิ่งเหล่านี้จะช่วยให้บุคคลเกิดความรู้สึกที่ดีต่องานที่ทำมากขึ้น

3. บันทึกความสำเร็จที่ได้รับ สิ่งที่ทำได้ดีเป็นเวลาติดต่อกันหลายสัปดาห์หรือเป็นช่วงเวลา

Bruno (1983) ได้กล่าวถึงวิธีการพัฒนาความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองไว้ดังนี้

1. ให้ข้อเสนอแนะ หรือข้อคิดโดยตรง ซึ่งการเสนอแนะนี้อาจจะเป็นการเสนอแนะจากผู้อื่น หรือ ตนเองแนะตนเองก็ได้วิธีการนี้เป็นการให้ข้อมูลซึ่งมีผลให้บุคคลเกิดกำลังใจและสร้างความภาคภูมิใจได้

2. สร้างความสำเร็จให้กับตนเองให้มากขึ้น การพยายามสร้างความสำเร็จเป็นแนวทางที่จะ พัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองแต่อย่างไรก็ตามการประสบความสำเร็จแต่เพียงอย่างเดียวยังไม่เพียงพอ การที่บุคคลมีความสุขกับชีวิตก็เป็นสิ่งสำคัญด้วยเช่นกัน

3. การลดความคาดหวังโดยยังสามารถคงในสิ่งที่คนต้องการและปรารถนาไว้ เป็นหนทางที่ช่วยให้บุคคลลดความสูญเสียและเศร้าโศกเสียใจน้อยลงเมื่อเกิดความผิดหวัง

4. หลีกเลี่ยงการประเมินค่าตนเอง มนุษย์นั้นเพียงแต่มีชีวิตอยู่ก็มีคุณค่าเพียงพอแล้ว จึงไม่มีคำตอบสำหรับ คำถามที่ว่า "อะไรคือคุณค่าของตนเอง?" นั่นก็หมายความว่า บุคคลควรเลิกประเมินค่าตนเอง การเห็นคุณค่าในตนเองของ บุคคลจะเพิ่มขึ้น

จากแนวคิดเกี่ยวกับการสร้างเสริมการเห็นคุณค่าในตนเองของนักจิตวิทยาที่กล่าวมาข้างต้น เห็นได้ວ່ามีความสัมพันธ์สอดคล้องกัน ซึ่งสามารถนำมาวิเคราะห์หาแนวทางในการสร้างเสริมการเห็นคุณค่าในตนเองในเพื่อให้เกิดการตระหนักรู้และปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการแสดงออก รูปแบบของกิจกรรมการฝึกอบรม ได้ดังนี้

1. จัดกิจกรรมเพื่อเสริมสร้างการแก้ปัญหาาร่วมกันโดยใช้กระบวนการกลุ่ม และใช้ปัญหาแบบ ปลายเปิดเพื่อให้โอกาสคิดหาเหตุผลอย่างอิสระและสามารถประสบความสำเร็จในการคิดแก้ปัญหา เพื่อให้เกิดความภาคภูมิใจในตนเองและ เห็นคุณค่าในตนเองได้

2. เปิดโอกาสให้แต่ละคนแสดงความคิดเห็น เป็นการสะท้อนความคิด และค่านิยมของตน เพื่อให้ เกิดการยอมรับความคิดเห็นของผู้อื่นและเข้าใจในความคิดเห็นและ ค่านิยมของผู้อื่น

3. มีการให้คาดหวังถึงวันข้างหน้าหรือตั้งเป้าหมาย เพื่อสร้างความภาคภูมิใจในตนเอง นอกจากนี้ การระลึกถึงงานที่ทำสำเร็จแล้วจะเป็นการชื่นชมตนเองและให้ กำลังใจตนเอง

5. มีการวิเคราะห์และให้ข้อมูลย้อนกลับจากการแก้ปัญหาาร่วมกันช่วยให้ เกิดการเสนอแนะ ด้วยเหตุผลทำให้เกิดการยอมรับตนเองตามสภาพตามความเป็นจริง

ทั้งนี้กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย เป็นกลุ่มวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ ซึ่งมีรูปแบบ การแสดงออกที่เฉพาะ จากการศึกษาของ พรเทพ แพรขาว (2556) พบว่าการแสดงอารมณ์ของ บุคคลกลุ่มนี้ส่วนที่แสดงอารมณ์รุนแรงนั้น เป็นการตอบสนองต่อการรับรู้ถึงความผิดปกติทางเพศ ของตนเองในระดับจิตใต้สำนึก รับรู้ถึงความแตกต่าง แปรกแยกกับคนอื่นในสังคม ให้กลไกการ ป้องกันตนเองไม่ให้ถูกดูถูก ถูกกลั่นแกล้งด้วยการแสดงออกในลักษณะก้าวร้าวรุนแรง ซึ่งจะเกิด มากในช่วงวัยรุ่น 15-20 ปี ส่งผลให้เกิดภาวะการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ และต่อต้านสังคมในที่สุด โดยงานวิจัยดังกล่าวตรงกับสภาพปัญหาที่ผู้วิจัยได้เก็บข้อมูลในเบื้องต้น

2.5.4 เทคนิคในการให้คำปรึกษาแบบรู้คิด-พฤติกรรม

สำหรับเทคนิคในการให้คำปรึกษาแบบความคิดและพฤติกรรมนั้น ดวงมณี จงรักษ์ (2559) ได้ยกตัวอย่างของเทคนิคการให้คำปรึกษาแบบความคิด-พฤติกรรมไว้ ดังนี้

1. เทคนิคทางพฤติกรรม

1.1) การสร้างจินตนาการเพื่อกระตุ้นความคิดและความรู้สึกใหม่ เช่น หลับเห็นภาพคนพูดคุยเรื่องราวที่น่าสนใจ

1.2) ทดลองแสดงพฤติกรรมใหม่โดยการใช้จินตนาการ แสดงให้เห็นว่าตนควรมีพฤติกรรมใหม่อย่างไร

1.3) หยุดความคิดด้วยการตะโกนออกมาดังๆ หรือตะโกนในใจ ทุกครั้งที่รู้ตัวว่ากำลังสร้างความคิดในทางลบ

1.4) พูดยับตนเองหลายครั้งในแต่ละวันถึงความคิดทางบวกหรือความคิดที่มีประโยชน์ต่อตนเอง เช่น “อย่ากลัวเราทำได้”

1.5) ติดข้อความ/ข้อคิดทางบวกในตำแหน่งที่เห็นชัดเจน เช่น บนผนังบนตู้เย็น ในทำนองว่า “เรามีศักยภาพ เราต้องเข้าถึงศักยภาพสักวันหนึ่ง”

1.6) ทำสมุดบันทึกเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในแต่ละวัน บันทึกความคิดและความรู้สึก หรือใช้เป็นแนวทางในการปรับปรุงความก้าวหน้า

1.7) ทดลองแสดงบทบาทใหม่เพื่อให้เยาวชนประจักษ์ในความคิดใหม่ที่สร้างขึ้น

1.8) ทดลองแสดงบทบาทสนทนาร่วมกับผู้ให้การศึกษาทั้งนี้ ผู้รับคำปรึกษาบทสนทนาที่แสดงความคิดและผู้รับการปรึกษาพูดบทสนทนาที่แสดงอารมณ์

1.9) การอ่านชีวประวัติของผู้อื่นที่ประสบความสำเร็จในการปรับตัวกับปัญหา หรือเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นคล้ายกับผู้รับการปรึกษา ซึ่งประวัติสามารถช่วยให้ผู้รับการปรึกษา ปรับความคิดได้

2. เทคนิคการชี้แนะเพื่อการค้นพบ (Guided Discovery Technique) เทคนิคนี้ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาเปลี่ยนความเชื่อและสมมติฐานในแง่ลบ ผู้ฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา แนะนำผู้รับคำปรึกษาให้ค้นพบวิธีคิดใหม่ๆ และพฤติกรรมใหม่ๆ โดยการถามคำถามเป็นชุดๆ ซึ่งเป็นข้อมูลที่มีอยู่จริงเพื่อท้าทายความเชื่อ

3. เทคนิคการซ้ำซ้อมความคิด (Cognitive Rehearsal) คือการใช้จินตนาการการจัดการกับเหตุการณ์ที่กำลังจะเกิดขึ้นเป็นสิ่งที่มีความประโยชน์ การฝึกซ้อมความคิดสามารถทำได้เพื่อให้เยาวชนได้ลองเผชิญกับเหตุการณ์ที่กำลังกังวลหรือต้องการประสบความสำเร็จ

4. เทคนิคการเสริมแรง (Reinforcement) เป็นกระบวนการให้ความช่วยเหลือที่สำคัญสำหรับผู้รับคำปรึกษาด้านพฤติกรรม เพราะเป็นเหตุการณ์เฉพาะที่ทำให้การตอบสนองเกิดขึ้นได้อีก นอกจากการเสริมแรงจากผู้ฝึกอบรมแล้วผู้รับคำปรึกษาก็สามารถเสริมแรงซึ่งกันและกันได้ ด้วยการชื่นชม การยอมรับ การสนับสนุน และการใส่ใจ จึงเป็นสิ่งที่มีความสำคัญ ถ้าผู้รับคำปรึกษายังคงได้รับประโยชน์อยู่ การเสริมแรงทางสังคมเป็นวิธีการที่ทรงพลังในการหล่อ

หลอมพฤติกรรมที่พึงปรารถนาได้ นอกจากนั้น การเสริมแรงให้แก่ตนเองก็เป็นวิธีการที่สำคัญในการช่วยเหลือผู้รับคำปรึกษาให้เกิดการเปลี่ยนแปลงได้ ผู้รับคำปรึกษาจะถูกสอนวิธีการในการเสริมแรงให้แก่ตนเองเพื่อเพิ่มพูนการควบคุมตนเองและลดการพึ่งพาผู้อื่นได้ วิธีการที่สำคัญในการช่วยเหลือผู้เข้าร่วมการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาให้เกิดการเปลี่ยนแปลงได้ ผู้รับคำปรึกษาจะถูกสอนวิธีการในการเสริมแรงให้แก่ตนเองเพื่อเพิ่มพูนการควบคุมตนเองและลดการพึ่งพาผู้อื่นได้

5. เทคนิคการเป็นตัวแบบ (Modeling) เป็นกระบวนการซึ่ง ผู้รับคำปรึกษาเรียนรู้จากการสังเกตและการเลียนแบบผู้ฝึกอบรมนำการเป็นตัวแบบด้านการแสดงบทบาท ไปใช้เป็นเครื่องมือ ซึ่งเป็นการสอนที่ทรงพลังมากที่สุดประการหนึ่ง ผู้รับคำปรึกษาก็สามารถเป็นตัวแบบสำหรับผู้รับคำปรึกษาคนอื่นได้เช่นกัน การเป็นตัวแบบเป็นเทคนิคที่นำมาใช้ในการฝึกอบรมทางด้านพฤติกรรมจำนวนมาก โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ในการฝึกอบรมด้านการฝึกทักษะ และกลุ่มการฝึกฝนทางด้านการแสดงออกที่เหมาะสม คุณลักษณะของตัวแบบที่เหมาะสมควรมีความคล้ายคลึงกับผู้รับคำปรึกษาในด้านอายุ เพศ เชื้อชาติและเจตคติเนื่องจากมีแนวโน้มที่ง่ายต่อการเลียนแบบมากกว่าต้นแบบที่แตกต่างกับผู้รับคำปรึกษา นอกจากนั้นตัวแบบจะต้องเป็นผู้ที่แสดงออกถึงความอบอุ่น และแสดงการเป็นตัวแบบต่อหน้าผู้รับคำปรึกษา ตลอดจนการให้การเสริมแรงเมื่อมีการเลียนแบบพฤติกรรมเกิดขึ้นด้วย

6. การสร้างประสบการณ์ความสำเร็จ (Success Experiences) เป็นการจัดการกับความสำเร็จ แล้วให้ข้อมูลย้อนกลับเพื่อให้เกิดความมั่นใจต่อประสบการณ์ที่สามารถประสบผลสำเร็จได้

7. การปรับโครงสร้างการรู้คิด กระบวนการรู้คิดของเยาวชนมีผลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม บ่อยครั้งที่ผู้รับคำปรึกษาแสดงความคิดที่ทำร้ายตนเอง และพูดกับตนเองเชิงลบ เมื่ออยู่ในสถานการณ์เครียด การปรับโครงสร้างความคิดเป็นกระบวนการวินิจฉัย และการแทนที่การรู้คิดเหล่านี้ในทิศทางที่เป็นจริง และเหมาะสมมากกว่าเดิม วิธีการปรับโครงสร้างความคิดเป็นหลักในการเปลี่ยนแปลงการแปลความของเยาวชนและกระบวนการคิด ซึ่งมีผลอย่างมากต่อความรู้สึกและการกระทำ

จากการศึกษาเอกสารข้างต้น ผู้ฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาได้นำเทคนิคการชี้แนะเทคนิคตัวแบบ เทคนิคการเสริมแรง ของทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบรู้คิด-พฤติกรรม มาประยุกต์ใช้ในการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาเพื่อนำไปสู่ความสำเร็จตามวัตถุประสงค์ของการฝึกอบรม

2.5.5 เทคนิคในการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง

2.5.5.1 กระบวนการ WDEP

Glasser (William Glasser, 1956, อ้างถึงใน วัชรินทร์ ทรัพย์มี, 2556, น. 250) มุ่งหวังให้ผู้รับบริการสามารถตรวจสอบตนเอง มีความรับผิดชอบเพิ่มขึ้นเป็นบุคคลที่กล้าเผชิญความจริงและประพฤติตนได้อย่างเหมาะสม โดยกระบวนการ WDEP มีดังนี้

W = Wants คือเป็นการสำรวจความต้องการของผู้เข้าร่วมการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาโดยผู้ฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาจะต้องตั้งคำถามเพื่อกระตุ้นให้ผู้เข้าร่วมการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาได้คิด และไตร่ตรองถึงสิ่งที่เขาปรารถนาที่จะเปิดเผย สิ่งที่เขาต้องการจากเขาวรรอบตัว รวมไปถึงการสำรวจตนเองในทุกแง่มุม และความจำเป็น ตลอดจนการกำหนดเป้าหมายของตนเอง (ทั้งนี้ต้องสามารถระบุเป้าหมายและความสำคัญของเป้าหมายได้)

D = Direct and Doing คือเป็นการกำหนดทิศทาง แนวทาง และการปฏิบัติ ซึ่งนำไปสู่การประเมินในขั้นตอนต่อไป ว่าสิ่งต่างๆ สามารถจะไปสู่ทิศทางที่พึงประสงค์ได้หรือไม่ โดยผู้ฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาจะเป็นกระจกสะท้อนให้ผู้รับบริการ เช่น ตั้งคำถามว่า “ในตอนนี้คุณมองเห็น อะไรในตัวคุณบ้าง” และวิเคราะห์แนวทางการกำหนดเป้าหมาย จากแนวคิดของการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความเป็นจริงนั้นจะเน้นพฤติกรรมที่เป็นปัญหาในปัจจุบันและเกี่ยวข้องกับเหตุการณ์ในอดีต ตลอดจนมุ่งที่การตระหนักรู้ของการกำหนดเป้าหมายและเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม

E = Evaluation คือเป็นการประเมินโดยผู้เข้าร่วมการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาได้ประเมินพฤติกรรมของตนเองในปัจจุบันว่ามีหวังในสิ่งที่ต้องการหรือไม่ และพฤติกรรมนั้นจะนำไปสู่พฤติกรรมที่ต้องการหรือไม่ และสามารถประเมินตนเอง (Self-Evaluation) ถึงแนวทางต่างๆ ที่เหมาะสมในการกำหนดเป้าหมาย และความเป็นไปได้ของแนวทางที่เลือกมาใช้ในให้เป้าหมายประสบความสำเร็จ

P = Planning and Action คือเป็นการวางแผน ซึ่งจะเป็นขั้นตอนที่ผู้เข้าร่วมการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาจะสามารถตัดสินใจแล้วว่าอะไรคือสิ่งที่เขาต้องการจะเปลี่ยนแปลง รวมไปถึงการวางแผนที่จะเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมต่อไป หลักสำคัญอย่างหนึ่งของแนวคิดการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง คือ เป้าหมายที่เกิดจากความต้องการและความจำเป็นที่แท้จริงซึ่งผู้กำหนดเป้าหมายจะเป็นผู้กำหนดเอง โดยสิ่งสำคัญคือการให้ข้อมูลผูกพันกับตัวเอง ก่อนจะลงมือปฏิบัติตามแผน กล่าวคือเน้นในเรื่องความรับผิดชอบต่อตนเอง

2.5.5.2 เทคนิคในการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงประกอบด้วย (วัชร ทรัพย์มี, 2556, น. 103)

1. การมีศิลปะในการตั้งคำถาม ทั้งนี้เพราะว่า การให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงใช้การตั้งคำถามมากกว่าการให้คำปรึกษาแบบอื่น ๆ ทั้งนี้ เพื่อรวบรวมข้อมูลที่เป็นโลกส่วนตัวของเยาวชน รวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับพฤติกรรมและการกระทำของเยาวชน ตลอดทั้งแนวทางในการดำเนินชีวิตของเยาวชน

2. เทคนิคในการวางแผนในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของเยาวชน

3. เทคนิคการสร้างสัมพันธภาพ (Building relationship Technique) สำหรับในการพบกันเป็นครั้งแรก ผู้ฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาจะต้องสร้างสัมพันธภาพที่ดี โดยการทักทายแสดงความเป็นมิตร มีความจริงใจ ให้เกียรติ รักษาความลับกับผู้เข้ารับการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาแสดงถึงความห่วงใยเอาใจใส่ เต็มใจที่จะพูดคุยได้ทุกเรื่อง ตลอดจนชี้ให้เห็นประโยชน์ที่จะได้รับจากการให้คำปรึกษา ทั้งนี้เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาสามารถรู้สึกไว้วางใจในการเปิดเผยข้อมูลความรู้ และให้ความร่วมมือในการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา

Glasser (William Glasser, 1956, อ้างถึงใน วัชร ทรัพย์มี, 2556, น. 251) ได้กล่าวว่าการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงและกระบวนการ WDEP มีเป้าหมายเพื่อให้บุคคลได้พิจารณาและกำหนดเป้าหมายหรือความต้องการของตน ทั้งในปัจจุบัน และในระยะยาวอย่างชัดเจนและช่วยให้พิจารณาสิ่งที่อุปสรรคขัดขวางการก้าวหน้าไปสู่เป้าหมาย หาทางเลือกและรูปแบบของพฤติกรรมใหม่ เพื่อสู่เป้าหมายหรือความต้องการนั้น พฤติกรรมที่จะทำให้บุคคลสามารถสนองความต้องการของตนได้ ซึ่งเป็นเป้าหมายของการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงประกอบไปด้วยความรับผิดชอบ (Responsibility) การพิจารณาความเป็นจริง (Reality) และความถูกต้อง (Right and wrong)

จากการศึกษาเอกสารข้างต้น ผู้ฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาได้นำเทคนิคกระบวนการ WDEP ของทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงมาประยุกต์ใช้ในการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา เพื่อให้เยาวชนความสามารถตัดสินใจ ค้นหาความต้องการด้านการเรียนด้านอาชีพของตนเอง เพื่อกำหนดเป้าหมายในชีวิตและเทคนิคการสร้างสัมพันธภาพ เพื่อให้เยาวชนสร้างสัมพันธภาพ สร้างความคุ้นเคย ไว้วางใจ ความอบอุ่น และการยอมรับซึ่งกันและกัน

2.5.6. เทคนิคที่ใช้ในกิจกรรมฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาในรูปแบบของกลุ่มสัมพันธ์

การจัดกิจกรรมให้สอดคล้องกับหลักการจัดการเรียนรู้ของกลุ่มสัมพันธ์ ซึ่ง ทิศนา แหมมณี (2545, น.152-153) ได้เสนอกิจกรรมการเรียนการสอนหรือการฝึกอบรมให้สอดคล้องกับ ทฤษฎีกลุ่มสัมพันธ์ไว้พอสรุปได้ดังนี้

1) เกม (Game) เป็นวิธีการซึ่งสามารถนำไปใช้ในการจัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ได้ดี โดยผู้ฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาสร้างสถานการณ์หรือเกมการเล่นขึ้น แล้วให้ผู้เข้าร่วมการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาลงปฏิบัติด้วยตนเองภายใต้ข้อตกลงหรือกติกาที่กำหนดไว้ ซึ่งผู้เข้าร่วมการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาก็ตัดสินใจทำอย่างใดอย่างหนึ่ง อันมีผลออกมาในรูปของการแพ้การชนะวิธีนี้จะช่วยให้ผู้เข้าร่วมการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาฝึกการแก้ปัญหาได้

2) บทบาทสมมติ (Role Playing) วิธีการที่มีรูปแบบเป็นสถานการณ์สมมติเช่นเดียวกับเกม แต่มีการกำหนดบทบาทของผู้เล่นในสถานการณ์ที่สมมติหรือจำลองขึ้นมา แล้วให้ผู้เข้าร่วมการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาสวมบทบาทนั้นและแสดงออกตามธรรมชาติ โดยอาศัยบุคลิกภาพ ประสบการณ์และความรู้สึกนึกคิดของตนเองเป็นหลัก ดังนั้นวิธีการนี้จึงมีส่วนช่วยให้ผู้เข้าร่วมการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาได้มีโอกาสศึกษาวิเคราะห์ถึงความรู้สึกและพฤติกรรมของตน และผู้อื่นเสริมสร้างให้เกิดความเข้าใจในตนเองและผู้อื่นอย่างลึกซึ้ง

3) กรณีตัวอย่าง (Case) เป็นวิธีการหนึ่งซึ่งใช้กรณี หรือเรื่องราวต่างๆ ที่เกิดขึ้นจริงๆ ดัดแปลงใช้เป็นตัวอย่างในการให้ผู้เข้าร่วมการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาได้ศึกษาวิเคราะห์และอภิปรายร่วมกันทั้งแบบกลุ่มและแบบรายบุคคล เพื่อสร้างความเข้าใจและฝึกฝนหาทางแก้ไขปัญหาที่วิธีนี้จะช่วยให้ผู้เข้าร่วมการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาได้รู้จักคิดและพิจารณาข้อมูลซึ่งกันและกัน รวมทั้งการนำเอากรณีต่างๆ ซึ่งคล้ายคลึงหรือสอดคล้องกับชีวิตจริงมาใช้ จะช่วยให้การเรียนรู้มีลักษณะใกล้เคียงกับความจริง ซึ่งมีส่วนทำให้การเรียนรู้มีความหมายสำหรับผู้เข้าร่วมการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยามากขึ้นนอกจากนั้น ยังเป็นวิธีการที่ช่วยให้ผู้เข้าร่วมการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาได้ฝึกฝนการเผชิญและแก้ปัญหาโดยไม่ต้องให้พบกับปัญหาจริง

4) สถานการณ์จำลอง (Simulation) คือการจำลองสถานการณ์เสมือนจริงเพื่อให้ผู้เข้าร่วมการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาได้นำตัวเองเข้าไปอยู่ในสถานการณ์ และได้เรียนรู้เกี่ยวกับความเป็นจริงในเรื่องนั้น วิธีนี้จะช่วยให้ผู้เข้าร่วมการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาได้มีโอกาสทดลองแสดงพฤติกรรมต่างๆ ซึ่งในสถานการณ์จริงผู้เข้าร่วมการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาอาจจะไม่กล้าแสดงเพราะอาจจะเป็นการเสี่ยงต่อผลที่จะได้รับจนเกินไป

5) ละคร (Acting or Dramatiation) เป็นวิธีการที่ผู้เข้าร่วมการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาได้ทดลองบทบาทตามบทที่เขียนหรือกำหนดไว้ให้ โดยผู้แสดงจะต้องพยายามแสดงให้สมบทบาทที่กำหนดไว้ โดยไม่นำเอาบุคลิกภาพและความรู้สึกนึกคิดของตนเองเข้าไปมีส่วนเกี่ยวข้องอันจะมีผลทำให้เกิดผลเสียต่อการแสดงบทบาทนั้นๆ วิธีการนี้เป็นวิธีการที่จะช่วยให้ผู้เข้าร่วมการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาได้เรียนรู้สาระ โดยการช่วยกันนำสาระมาแสดงให้ชัดเจน การที่ผู้เข้าร่วมการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาได้มีโอกาสได้แสดงละครร่วมกัน จะช่วยฝึกให้ผู้เข้าร่วมการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาเกิดความรับผิดชอบในการเรียนรู้ร่วมกัน ได้ฝึกการทำงานร่วมกัน

6) การอภิปรายกลุ่มย่อย (Small Group Discussion) เป็นวิธีการเปิดโอกาสให้ผู้เข้าร่วมการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาทุกคนได้มีส่วนร่วมในการแสดงออก และช่วยให้ผู้เข้าร่วมการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาได้รับรู้ข้อมูลมากขึ้น การจัดกลุ่มย่อยนั้นมีหลายแบบแตกต่างกัน ขึ้นอยู่กับวัตถุประสงค์ของผู้จัด เช่น การอภิปรายกลุ่มแบบระดมสมอง อภิปรายกลุ่มแบบกลุ่มชั้น เป็นต้น

7) กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ (Group Dynamic) เป็นกระบวนการที่ใช้กลุ่มของสมาชิกหรือผู้เข้าร่วมได้ปฏิบัติสิ่งใดสิ่งหนึ่งร่วมกันหรือแก้ปัญหาร่วมกัน เพื่อการเรียนรู้จากการกระทำหรือประสบการณ์ โดยผู้รับการฝึกอบรมจะเป็นผู้เข้าร่วมกิจกรรมด้วยตนเอง ผู้ให้การฝึกอบรมจะจัดกิจกรรมให้ผู้รับการฝึกอบรมเกิดการเข้าใจและตระหนักรู้ กิจกรรมจะมุ่งเน้นการเรียนรู้จากการกระทำ ส่งผลทางจิตใจ เช่น สร้างความรู้สึก ความสะท้อนอารมณ์ โดยการวิเคราะห์พฤติกรรมของผู้รับการฝึกอบรม ให้การติชมมีข้อดีคือทำให้ผู้รับการฝึกอบรมได้มีการฝึกทำกิจกรรมร่วมกันมีการคิดพิจารณาไตร่ตรองและเกิดการเรียนรู้ด้วยตนเอง

8) แบบฝึกหัด (Exercise) เป็นการนำทฤษฎีหรือแนวคิดตามที่ได้เรียนรู้มาทดลองปฏิบัติในท้ายสุดของการฝึกอบรม โดยการดูแลของผู้ให้การฝึกอบรม ผู้ให้การฝึกอบรมจะเป็นผู้เตรียม กิจกรรมหรือสิ่ง ที่ต้องปฏิบัติไว้ล่วงหน้าหลังจากฝึกอบรมทางทฤษฎีในช่วงแรกแล้ว อาจมีการสาธิตหรือกระทำให้ดูก่อน และให้ผู้รับการฝึกอบรมทดลองทำตาม มีข้อดีคือผู้รับการฝึกอบรมได้ฝึกปฏิบัติจริง ๆ ก่อนที่จะนำทักษะไปใช้ และได้เรียนรู้ด้วยตนเอง และเป็นเทคนิคที่จูงใจให้คนอยากเรียนรู้

จากการศึกษาเอกสารข้างต้น กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เป็นวิธีการหนึ่งที่จะทำให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมได้มีปฏิสัมพันธ์กันระหว่างการเข้ารับการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาโดยในการวิจัยในครั้งนี้ได้ใช้เทคนิคกลุ่มสัมพันธ์ในหลายรูปแบบ เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมได้ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ได้แลกเปลี่ยนความรู้ ความคิด มีการปรับตัวดีขึ้น มีการพัฒนาด้านอารมณ์ สังคม ทำให้มี

ความเป็นผู้นำในตนเอง รวมทั้งมีทัศนคติที่ดีต่อตนเองและผู้อื่น และมีสัมพันธภาพที่ดีต่อการทำ
งานร่วมกับผู้อื่นได้เป็นอย่างดี ผู้วิจัยจึงได้ใช้ เกม บทบาทสมมติ สถานการณ์จำลอง การอภิปราย
กลุ่มย่อย และการฝึกปฏิบัติ เป็นเทคนิคในการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาในครั้งนี้

2.6 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาของกลุ่มเพศทางเลือก

ผู้วิจัยได้ทำการสืบค้นข้อมูลการศึกษาวิจัยต่างๆ ในหัวข้อเกี่ยวกับการเสริมสร้าง
การแสดงออกที่เหมาะสมในกลุ่มเพศทางเลือกด้วยวิธีการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา พบว่ายังไม่มี
การศึกษาใดที่ศึกษากับกลุ่มตัวอย่างดังกล่าวในลักษณะของการใช้การฝึกอบรม ได้ศึกษางานวิจัย
ที่เกี่ยวข้องกับการฝึกอบรมที่ใช้เพื่อปรับพฤติกรรม หรือกลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ที่มีความหลากหลายทาง
เพศ ดังนี้

Rodriguez and Vaughan (2014) ได้ทำการศึกษาจุดเด่นที่สามารถพัฒนาได้
ของกลุ่มที่มีความหลากหลายทางเพศ โดยใช้จิตวิทยาเชิงบวกและการฝึกอบรม พบว่ากลุ่มบุคคล
ที่มีความหลากหลายทางเพศล้วนมีศักยภาพเชิงบวกที่พัฒนาได้อย่างโดดเด่น เช่นความสามารถ
ทางด้านการปรับตัว การประจักษ์รู้คิดค้น ความคิดสร้างสรรค์ การแสดง ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น
เป็นต้น ซึ่งตามแนวคิดทางจิตวิทยาเชิงบวกทักษะความสามารถดังกล่าวสามารถใช้เทคนิควิธีการ
ทางจิตวิทยา เพื่อพัฒนาคือการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา ทั้งนี้ศักยภาพต่างๆ ยังมีอีกหลายคนที่ไม่
สามารถแสดงออกให้เห็นหรือพัฒนาได้ ด้วยสภาพสังคมที่ยังไม่มีการยอมรับอย่างแท้จริง การกีด
กันทางเพศ หากสังคมเปิดกว้างในเรื่องนี้มากขึ้นจะสร้างการยอมรับทางเพศ และนำไปสู่การ
พัฒนาที่เต็มศักยภาพของกลุ่มคนดังกล่าวต่อไป โดยหลังการทดลองกลุ่มตัวอย่างที่เข้ารับการ
ฝึกอบรมมีคะแนนสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.1

Megan C. Lytle and David L. Shmerler (2014) ได้ศึกษากลุ่มตัวอย่าง
พนักงานในองค์กรต่างๆ ที่มีความหลากหลายทางเพศ เป็นรายบุคคล และใช้การฝึกอบรม
โดยเน้นการปฏิบัติในการปรับตัวและการทำงานในองค์กร พบว่า กลุ่มเพศทางเลือกประสบปัญหา
ในการทำงานในองค์กรอันเป็นผลมาจากการไม่ยอมรับ และการกีดกันทางเพศส่งผลต่อสุขภาพจิต
และประสิทธิภาพการทำงาน หลังจากการให้คำปรึกษาหรือผ่านการบำบัดแล้ว ได้จัดการฝึกอบรม
โดยเน้นปฏิบัติทักษะการปรับตัวตามหลักจิตวิทยาเชิงบวก พัฒนาการเข้าใจตนเอง ความเชื่อมั่น
ทางเพศวิถี นำไปสู่ความเชื่อมั่นในศักยภาพแห่งตน หลังผ่านการฝึกอบรม กลุ่มตัวอย่างสามารถ
กลับเข้าสู่องค์กร และปฏิบัติงานได้ตามปกติ ทั้งนี้หลังการทดลองมีค่าคะแนนสูงกว่าก่อนการ
ทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

พรพิมล ช่างชัย (2556) ได้ศึกษาผลของการฝึกการแสดงออกที่เหมาะสมสำหรับวัยรุ่น โดยใช้กระบวนการ MODELING โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการฝึกการแสดงออกที่เหมาะสมสำหรับวัยรุ่น โดย กระบวนการ MODELING เป็นการวิจัยเชิงทดลอง โดยใช้รูปแบบ The Pretest-post-test control group กลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3/3 และ 3/4 โรงเรียนมิ่งเมืองขอนแก่น จังหวัด ขอนแก่นที่กำลังศึกษาอยู่ในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2545 จำนวน 20 คน เป็นกลุ่มควบคุม 10 คน และ กลุ่มทดลองจำนวน 10 คน กลุ่มทดลองเข้าร่วมกิจกรรมฝึกการแสดงออกที่เหมาะสมโดยใช้กระบวนการ MODELING กลุ่มควบคุมเรียนปกติในชั้นเรียนสิ้นสุดการทดลอง และ หลังสิ้นสุดการทดลอง 2 สัปดาห์ วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติ The-Mann-Whitney U Test และ The Wilcoxon Signed-Ranks Test ผลการวิจัยพบว่า หลังสิ้นสุดการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนการแสดงออกสูงกว่าก่อนการทดลอง และสูงกว่ากลุ่มควบคุม และหลังสิ้นสุดการทดลอง 2 สัปดาห์ กลุ่มทดลองมีคะแนนการแสดงออกไม่แตกต่างจากหลังสิ้นสุดการทดลอง ในการฝึกการแสดงออกที่เหมาะสมโดยใช้กระบวนการ MODELING นักเรียนให้ความสนใจและ ให้ความร่วมมือเป็นอย่างดี ทุกคนมีการพัฒนาการแสดงออกที่เหมาะสม เนื่องจากการฝึกการแสดงออกในชีวิตประจำวัน สามารถนำไปประยุกต์ใช้ได้

วิมลรัตน์ ขวดพงษ์ (2556) ได้พัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมกลุ่มที่มีผลต่อพฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสมของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 เพื่อเปรียบเทียบผลก่อนและหลังและเปรียบเทียบผลระหว่างกลุ่มควบคุมกับกลุ่มทดลอง โดยประชากรที่ปรึกษาเป็นนักเรียนชั้น ประถมศึกษาปีที่ 5 กลุ่มละ 30 คน พบว่า กลุ่มทดลองเมื่อผ่านการใช้กิจกรรมกลุ่ม มีพฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสมสูงกว่ากลุ่มควบคุม และมีค่าคะแนนสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.1

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยเรื่อง การศึกษาและการเสริมสร้างการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นเพศที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ ดำเนินการวิจัยโดยใช้เทคนิคและวิธีการของการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) และการวิจัยแบบกึ่งทดลอง (Quasi Experiment Research) โดยแบ่งการวิจัยออกเป็น 2 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 การศึกษาลักษณะการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ

การศึกษาในขั้นนี้เป็นการใช้วิธีการวิจัยเชิงคุณภาพ ผนวกกับการวิจัยเชิงปริมาณ โดยมีรายละเอียดดังนี้

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1.1 กลุ่มผู้ให้ข้อมูลที่ใช้ในการศึกษาลักษณะการแสดงออกที่เหมาะสมซึ่งเก็บข้อมูลเชิงคุณภาพจากกลุ่มตัวอย่างผู้ที่เกี่ยวข้องในโรงเรียนพิบูลวิทยาลัย จังหวัดลพบุรี ปีการศึกษา 2562 จำนวน 53 คน โดยการเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) ดังนี้ ผู้บริหารโรงเรียน จำนวน 4 คน ครูฝ่ายปกครองวินัยนักเรียน จำนวน 4 คน ครูอาวุโสชาย หญิง ช่วงอายุ 41 – 60 ปี จำนวน 6 คน ครูช่วงอายุ 25 – 40 ปี จำนวน 7 คน นักเรียนชายกลุ่มเพศทางเลือก จำนวน 8 คน นักเรียนหญิงกลุ่มเพศทางเลือก จำนวน 6 คน คณะกรรมการตัวแทนนักเรียน จำนวน 8 คน ผู้ปกครองนักเรียน จำนวน 10 คน

1.2 กลุ่มเป้าหมายที่ใช้ศึกษาระดับพฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสมจากแบบประเมินการแสดงออกที่เหมาะสมได้แก่ นักเรียนที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ จากการสำรวจมีนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 – 6 ปีการศึกษา 2562 มีนักเรียนที่ยอมรับและเปิดเผยตนเองเป็นกลุ่ม ข้ามเพศ จำนวน 132 คน โดยเก็บข้อมูลจากกลุ่มเป้าหมายทั้งหมด

2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

2.1 เครื่องมือเก็บข้อมูลเชิงคุณภาพได้แก่ การสัมภาษณ์แบบกึ่งโครงสร้าง (Semi-structured or guided interviews) การสนทนากลุ่ม (Focus group discussion) และแบบตรวจสอบรายการ (Checklist)

2.2 แบบประเมินการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นเพศที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ

3. วิธีดำเนินการสร้างและหาคุณภาพเครื่องมือ

3.1 เครื่องมือ วิธีการศึกษาลักษณะพฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นเพศที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ การศึกษาการแสดงออกที่เหมาะสมของนักเรียนกลุ่มพฤติกรรมข้ามเพศ ในขั้นนี้เป็นการศึกษารวบรวมข้อมูลเพื่อกำหนดเป้าหมายเชิงพฤติกรรม และนิยามตัวแปรอิสระ ของคำว่า “การแสดงออกที่เหมาะสมของนักเรียนกลุ่มกลุ่มพฤติกรรมข้ามเพศ” โดยแบ่งเป็น 3 ขั้นตอน คือ

3.1.1 ศึกษาทฤษฎีแนวคิด และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการแสดงออกที่เหมาะสม ซึ่งได้จากการศึกษาเอกสาร (Documentation Techniques) จากนั้นนำมาวิเคราะห์ประเด็นพฤติกรรมที่กล่าวถึงในแต่ละแนวคิดหรือทฤษฎี จัดทำตารางวิเคราะห์ข้อมูลพิจารณาฐานนิยม (Mode) ที่กล่าวถึงประเด็นใดบ้าง นำมาเป็นข้อคำถามในการสัมภาษณ์และเก็บข้อมูลเชิงคุณภาพ

3.1.2 ศึกษารวบรวมข้อมูลจากกลุ่มผู้ให้ข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับกลุ่มเป้าหมายที่จะทำการศึกษา โดยพิจารณาตามเกณฑ์ คือ

- กลุ่มที่ 1 เป็นผู้กำหนดแนวนโยบายในการจัดการศึกษา
- กลุ่มที่ 2 เป็นบุคลากรที่เกี่ยวข้องกับกระบวนการดูแลช่วยเหลือนักเรียน
- กลุ่มที่ 3 เป็นครูผู้สอนและครูที่ปรึกษานักเรียนที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ
- กลุ่มที่ 4 เป็นผู้ปกครองของนักเรียนที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ
- กลุ่มที่ 5 เป็นนักเรียนที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ/ตัวแทนของนักเรียน

การศึกษารวบรวมข้อมูลใช้กระบวนการสัมภาษณ์แบบกึ่งโครงสร้าง (Semi-structured or Guided interviews) ทั้งเดี่ยว และแบบกลุ่ม การสนทนากลุ่ม (Focus Group Discussion) โดยใช้ประเด็นจากการวิเคราะห์เอกสารในขั้นตอนที่ 1 เป็นแนวทางในการสัมภาษณ์ เช่น “การแสดงออกเชิงบวกของนักเรียนที่มีพฤติกรรมข้ามเพศควรเป็นอย่างไร” “นอกจากประเด็นที่กล่าวมาการแสดงออกของนักเรียนควรมีลักษณะอย่างอื่นอีกหรือไม่ อย่างไร” จัดบันทึกสรุป และ

วิเคราะห์ในประเด็นเกี่ยวกับทัศนคติ ข้อคิดเห็นต่อพฤติกรรมการแสดงออกของนักเรียนกลุ่มกลุ่ม พฤติกรรมข้ามเพศ ในทุกๆ มิติของการแสดงออก โดยศึกษาจากกลุ่มผู้ให้ข้อมูลประกอบด้วย

ผู้บริหารโรงเรียน จำนวน 4 คน

ครูฝ่ายปกครองวินัยนักเรียน จำนวน 4 คน

ครูอาวุโสชาย หญิง ช่วงอายุ 41 – 60 ปี จำนวน 6 คน

ครูช่วงอายุ 25 – 40 ปี จำนวน 7 คน

นักเรียนชายกลุ่มข้ามเพศ จำนวน 8 คน

นักเรียนหญิงกลุ่มข้ามเพศ จำนวน 6 คน

คณะกรรมการตัวแทนนักเรียน จำนวน 8 คน

ผู้ปกครองนักเรียน จำนวน 10 คน

เมื่อได้ข้อมูลเบื้องต้นของแต่ละกลุ่มแล้วนำมาสรุปประเด็น เปรียบเทียบและเชื่อมโยงกับ ทฤษฎีแนวความคิดการแสดงออกที่เหมาะสม ในแต่ละด้านจะมีรายละเอียดหรือประเด็นย่อยๆ นำมา วิเคราะห์จัดกลุ่มโดยผู้วิจัยได้ใช้เทคนิคการวิเคราะห์โดยการจำแนกชนิดข้อมูล (Typological Analysis) คือ การจำแนกข้อมูลเป็นชนิด (Typologies) ซึ่งการวิจัยในครั้งนี้ใช้การวิเคราะห์ข้อมูล ประเภทการวิเคราะห์คำหลัก (Domain Analysis) (สุภางค์ จันทวานิช, 2553, น. 74)

3.1.3 เมื่อสามารถวิเคราะห์ประเด็นที่แสดงถึงการแสดงออกที่เหมาะสม ดำเนินการจัดทำแบบตรวจสอบรายการ (Checklist) โดยทำเป็นแบบสอบถามเพื่อยืนยันความ ถูกต้องของข้อมูล เก็บข้อมูลจากกลุ่มผู้ให้ข้อมูลในขั้นตอน 3.1.2 นำมาประมวลผล วิเคราะห์ ข้อมูล และจัดทำนิยามศัพท์ปฏิบัติการ

3.2 การสร้างแบบประเมินการแสดงออกที่เหมาะสมของนักเรียนกลุ่มพฤติกรรม ข้ามเพศ ในขั้นนี้เมื่อดำเนินการสัมภาษณ์และเก็บข้อมูลประเด็นการแสดงออกของนักเรียนกลุ่ม ดังกล่าวเรียบร้อยแล้ว การวิเคราะห์ข้อมูล สรุปประเด็นที่เกี่ยวข้องกับการแสดงออกเพื่อนิยาม ศัพท์และสร้างแบบประเมินการแสดงออกที่เหมาะสมต่อไป โดยมีขั้นตอนดังนี้

3.2.1 สร้างข้อคำถามของแบบประเมินการแสดงออกที่เหมาะสม โดยให้ สอดคล้องกับนิยามศัพท์ และจุดมุ่งหมายของงานวิจัย โดยผู้วิจัยสร้างข้อคำถามที่มีลักษณะ คำตอบเป็นมาตรวัดแบบลิเคิร์ต (Likert Scale) 5 ระดับ คือ จริงมากที่สุด ส่วนใหญ่จริง จริง บางครั้ง จริงเป็นส่วนน้อย ไม่จริงเลย และให้คะแนนจาก 5-1 โดยเรียงจาก คำตอบทางบวกมากที่สุด (Most Positive Response) ไปยังคำตอบทางลบมากที่สุด (Most Negative Response) ในกรณีเป็นคำถามข้อความทางลบการให้คะแนนจะตรงกันข้ามกับข้อความทางบวก (บุญใจ ศรี

สถิตย่นรากร, 2553) หลังจากนั้น ผู้วิจัยทำการตรวจสอบแบบสอบถามเพื่อหาความเรียบร้อยและเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาปริญญาโทเพื่อตรวจสอบความถูกต้อง จากนั้นผู้วิจัยนำไปปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำ

3.2.2 ผู้วิจัยนำแบบประเมินการแสดงออกที่เหมาะสมที่ปรับแก้ตามข้อเสนอแนะของอาจารย์ที่ปรึกษาปริญญาโท เสนอต่อผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่าน เพื่อตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Item Content Validity) ซึ่งผู้วิจัยมีเกณฑ์การคัดเลือกผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบประเมินการแสดงออกที่เหมาะสมของนักเรียนกลุ่มพฤติกรรมข้ามเพศ โดยต้องมีคุณสมบัติดังต่อไปนี้

- 1) เป็นบุคคลที่มีความรู้เกี่ยวกับการแสดงออกที่เหมาะสมของนักเรียนกลุ่มพฤติกรรมข้ามเพศ
- 2) เป็นบุคคลที่มีความรู้ทางจิตวิทยา
- 3) เป็นบุคคลที่มีความรู้เกี่ยวกับการวัดและประเมินทางจิตวิทยา

3.2.3 หลังจากผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบความเที่ยงตรงตามเนื้อหาแล้ว ผู้วิจัยนำแบบประเมินมาปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญ โดยเลือกข้อคำถามที่มีค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามและนิยามศัพท์เฉพาะ (Item-Objective Congruence Index: IOC) คัดเลือกข้อคำถามที่นำมาใช้ในแบบประเมินที่มีค่าดัชนีความสอดคล้อง ตั้งแต่ 0.6 – 1.0 และปรับปรุงตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิ จากนั้นนำเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาปริญญาโทตรวจสอบอีกครั้ง โดยแบบประเมินมีข้อคำถามผ่านเกณฑ์พิจารณาจำนวน 55 ข้อ

3.2.4 นำแบบประเมินการแสดงออกที่เหมาะสมของที่ปรับปรุงแล้ว ไปทดลองใช้ (Try out) นักเรียนกลุ่มพฤติกรรมข้ามเพศ โดยเป็นนักเรียนของโรงเรียนพิบูลวิทยาลัยที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ และไม่ใช้กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน

3.2.5 นำแบบประเมินการแสดงออกที่เหมาะสมของนักเรียนกลุ่มพฤติกรรมข้ามเพศ วิเคราะห์คุณภาพโดยพิจารณาค่าอำนาจจำแนก และความเชื่อมั่น จำนวน 51 ข้อ ที่ผ่านการทดลองแล้วไปจัดทำแบบประเมินฉบับสมบูรณ์ เพื่อนำไปใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลในการทำวิจัยต่อไป ทั้งนี้แบบประเมินการแสดงออกที่เหมาะสมของนักเรียนกลุ่มพฤติกรรมข้ามเพศ ที่ผ่านเกณฑ์คุณภาพแล้วมีค่าอำนาจจำแนกรายข้อกับคะแนนรวม (Item-Total Correlation) ตั้งแต่ 0.20-0.70 และค่าความเชื่อมั่น (Reliability) จากวิธีสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach' Alpha Coefficient: α) ได้ค่าความเชื่อมั่น 0.91 โดยแบบประเมินมีข้อคำถาม

ทั้งหมด 51 ข้อ ข้อคำถามแต่ละข้อลักษณะคำตอบเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) มี 5 ระดับ ดังนี้

จริงมากที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นสอดคล้องกับความเป็นจริงเกี่ยวกับตัวท่านมากที่สุด
ส่วนใหญ่จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นสอดคล้องกับความเป็นจริงเกี่ยวกับตัวท่านเป็นส่วนใหญ่
จริงพอประมาณ	หมายถึง	ข้อความนั้นสอดคล้องกับความเป็นจริงเกี่ยวกับตัวท่านพอประมาณ
จริงเป็นส่วนน้อย	หมายถึง	ข้อความนั้นสอดคล้องกับความเป็นจริงเกี่ยวกับตัวท่านเป็นส่วนน้อย
ไม่จริงเลย	หมายถึง	ข้อความนั้นไม่สอดคล้องกับความเป็นจริงเกี่ยวกับตัวท่านเลย

ตัวอย่างแบบประเมินการแสดงออกที่เหมาะสม

ข้อ	คำถาม	จริงมากที่สุด	ส่วนใหญ่จริง	จริงพอประมาณ	จริงเป็นส่วนน้อย	ไม่จริงเลย
1	หากข้าพเจ้าไม่เข้าใจเนื้อหาที่เรียน ข้าพเจ้าจะซักถามครูผู้สอน					
2	เมื่อต้องเรียนเนื้อหาที่ยาก ข้าพเจ้าจะตั้งใจ					
3	ข้าพเจ้าจะตั้งใจฟังและคิดตามในตอนที่ครูสอน					
4	เมื่อต้องเรียนในเนื้อหาที่ยาก ข้าพเจ้าพยายามทำความเข้าใจ แม้ต้องใช้เวลามากกว่าปกติ					

ซึ่งผู้วิจัยได้กำหนดค่าน้ำหนักคะแนน และคำอธิบายในการตอบข้อคำถามลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) แบบลิเคิร์ต (Likert's Scale) (ศิริชัย กาญจนวสี, 2547) มี 5 ระดับ ดังนี้

ตาราง 4 ตารางแสดงเกณฑ์การให้คะแนนแบบประเมินการแสดงออกที่เหมาะสม

ข้อความ	จริงมากที่สุด	ส่วนใหญ่จริง	จริงพอประมาณ	จริงเป็นส่วน น้อย	ไม่จริงเลย
ข้อความทางบวก	5	4	3	2	1
ข้อความทางลบ	1	2	3	4	5

กำหนดเกณฑ์การแปลความหมายค่าคะแนนเฉลี่ยของระดับการแสดงออกที่เหมาะสม ทั้งรายด้านและโดยรวม ดังนี้ (ศิริชัย กาญจนวลี, 2547)

คะแนนเฉลี่ย 4.51 – 5.00 หมายถึง นักเรียนมีการแสดงออกที่เหมาะสม ดีมาก

คะแนนเฉลี่ย 3.51 – 4.50 หมายถึง นักเรียนมีการแสดงออกที่เหมาะสม ดี

คะแนนเฉลี่ย 2.51 – 3.50 หมายถึง นักเรียนมีการแสดงออกที่เหมาะสมปานกลาง

คะแนนเฉลี่ย 1.51 – 2.50 หมายถึง นักเรียนมีการแสดงออกที่เหมาะสม น้อย

คะแนนเฉลี่ย 1.00 – 1.50 หมายถึง นักเรียนมีการแสดงออกที่เหมาะสมน้อยมาก

4. การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยนำแบบประเมินที่สร้างขึ้น และผ่านการตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือแล้วไปเก็บข้อมูล โดยผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลตามชั้น ตอนดังต่อไปนี้

4.1 ผู้วิจัยขอหนังสือจาก บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ถึงผู้อำนวยการโรงเรียนปิบูลวิทยาลัย เพื่อขอความอนุเคราะห์ในการเข้าเก็บรวบรวมข้อมูลและจัดฝึกอบรม

4.2 ผู้วิจัยนำ แบบประเมินที่ผ่านการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือจากผู้เชี่ยวชาญแล้ว เก็บข้อมูลกับเป้าหมายที่ทำการศึกษา นักเรียนกลุ่มพฤติกรรมข้ามเพศจำนวน 132 คน เมื่อได้แบบประเมินกลับคืนมา ดำเนินการประมวลผลคะแนนการแสดงออกที่เหมาะสมของกลุ่มเป้าหมาย

5. การจัดกระทำและการวิเคราะห์ข้อมูล

5.1 การจัดกระทำและการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ

ในการศึกษาลักษณะการแสดงออกที่เหมาะสมใช้วิธีการศึกษาเชิงคุณภาพ วิเคราะห์ข้อมูลโดยวิธีการวิเคราะห์โดยการจำแนกชนิดข้อมูล (Typological Analysis) (รัตน์ะ

บัวสนธิ์, 2551, น.198) วิเคราะห์โดยการจำแนกชนิดข้อมูล พิจารณาจากขั้นตอนของเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นอย่างต่อเนื่อง ซึ่งในกรณีที่ผู้วิจัยทำการเก็บรวบรวมข้อมูลแล้ว ผู้วิจัยเป็นผู้จัดระบบข้อมูลโดยอาศัยหลักเกณฑ์ที่ผู้วิจัยกำหนดขึ้น ซึ่งการจำแนกหรือจัดกลุ่มข้อมูลในครั้งนี้ใช้วิธีการจำแนกข้อมูลในระดับคุณภาพในลักษณะของการการวิเคราะห์คำหลัก (Domain Analysis) (รัตนะ บัวสนธิ์, 2551, น.198) หมายถึงการจำแนกจัดกลุ่มคำชุดหนึ่งให้อยู่ภายใต้คำอีกชุดหนึ่ง ซึ่งคำดังกล่าวนี้มีความหมายครอบคลุมคำชุดนั้น ๆ เพื่อวิเคราะห์สรุปลักษณะของการแสดงออกที่เหมาะสม

5.2 การจัดกระทำและวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ

ในการศึกษาระดับของการแสดงออกที่เหมาะสมของกลุ่มเป้าหมายใช้วิธีการเชิงปริมาณ เมื่อตรวจสอบความสมบูรณ์ของแบบประเมินที่รับคืนมาทั้งหมดแล้ว นำข้อมูลมาวิเคราะห์โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป วิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานจากค่าความถี่ (Frequency) ค่า ร้อยละ (Percentage) ค่าคะแนนเฉลี่ย (Mean) และ ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)

ตอนที่ 2 เปรียบเทียบการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ ก่อนและหลังเข้ารับการฝึกอบรม

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาเพื่อเปรียบเทียบการแสดงผลที่เหมาะสม โดยเป็นนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลายที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 - 6 โรงเรียนพิบูลวิทยาลัย ปีการศึกษา 2562 ที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ โดยการเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) ที่มีค่าเฉลี่ยคะแนน แบบประเมินการแสดงผลที่เหมาะสม ตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ที่ 25 ลงมา จำนวน 31 คน และมีความสมัครใจในการเข้าร่วมฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาจำนวน 20 คน

2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ในครั้งนี้คือ โปรแกรมฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาเพื่อเสริมสร้างการแสดงผลที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ

3. วิธีดำเนินการสร้างและหาคุณภาพเครื่องมือ

ผู้วิจัยได้ศึกษาเทคนิควิธีการตามทฤษฎีต่างๆ โดยการผสมผสานเทคนิคของการให้คำปรึกษา ร่วมกับกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เข้าในโปรแกรมการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาเพื่อเสริมสร้างการแสดงผลที่เหมาะสมนักเรียนกลุ่มพฤติกรรมข้ามเพศ โดยประยุกต์ใช้เทคนิคทางจิตวิทยาการให้คำปรึกษา และเทคนิคการฝึกอบรม ทฤษฎี Johari Window การเห็นคุณค่าแห่งตน และทฤษฎีตัวตน (Self-Theory) เทคนิคการให้คำปรึกษาแบบรู้ คิด พฤติกรรม เทคนิคการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง สนับสนุนให้เกิดการ ตั้งเป้าหมายและวางแผนการแก้ไขพฤติกรรม

เน้นทักษะทางสังคม การจัดการและควบคุมตนเอง รวมทั้งแนวความคิดเห็นคุณค่าในตนเอง ที่มีเป้าหมายให้บุคคลตระหนักรู้ด้วยตนเอง (Self-Awareness) ด้วยเทคนิคต่างๆ โดยมีขั้นตอนดังนี้

3.1 ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องทั้งในและต่างประเทศที่เกี่ยวข้องกับการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา รวมถึงแนวคิดและเทคนิคการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาที่สอดคล้องกับการแสดงออกที่เหมาะสม

3.2 ศึกษาเทคนิคในทฤษฎีการให้คำปรึกษาเพื่อนำมาประยุกต์ใช้ในการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาเพื่อเสริมสร้างการแสดงออกที่เหมาะสมของนักเรียนเพศทางเลือกโดยการผสมผสานเทคนิคต่างๆ ของทฤษฎีการให้คำปรึกษาให้สอดคล้องกับหัวข้อย่อยของการแสดงออกที่เหมาะสม

3.3 สร้างโปรแกรมการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาที่ใช้เวลาอบรม 2 วัน รวม 18 ชั่วโมง

3.4 ผู้วิจัยนำโปรแกรมการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาเพื่อเสริมสร้างการแสดงออกที่เหมาะสมเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาปริญญาโท ตรวจสอบรายละเอียดและความถูกต้องของเนื้อหา แล้วจึงนำเสนอต่อผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่าน พิจารณา ตรวจสอบความสอดคล้องของเนื้อหา แนวคิด เทคนิค วัตถุประสงค์ และวิธีการดำเนินการ ฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาแต่ละครั้ง (Content Validity) ซึ่งผู้วิจัยมีเกณฑ์การคัดเลือกผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบโปรแกรมการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาเพื่อเสริมสร้างการแสดงออกที่เหมาะสมว่าต้องมีคุณสมบัติครบทั้ง 2 ประการ ดังนี้

- 1) มีความรู้เกี่ยวกับการฝึกอบรม
- 2) มีความรู้ทางจิตวิทยาและการให้คำปรึกษา

3.5 นำโปรแกรมฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาเพื่อเสริมสร้างการแสดงออกที่เหมาะสมที่ปรับปรุงแก้ไขแล้วไปทดลองใช้ (Try out) กับนักเรียนกลุ่มพฤติกรรมข้ามเพศ ของโรงเรียนพิบูลวิทยาลัยที่กำลังศึกษาอยู่มัธยมศึกษาชั้นปีที่ 4-5 ปีการศึกษา 2562 ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยจำนวน 20 คน เพื่อตรวจสอบความเหมาะสมของโปรแกรมการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา จากนั้นนำมาปรับปรุง แก้ไขก่อนนำไปทดลองจริง

3.6 นำการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาเพื่อเสริมสร้างการแสดงออกที่เหมาะสมไปใช้จริงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 20 คน

กำหนดการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาเพื่อเสริมสร้างการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ

วันที่	เวลา	หัวข้อการอบรมที่	เทคนิค ทฤษฎีที่นำมาใช้	กิจกรรม
1	08.00 – 08.30 น.	ลงทะเบียน		
1	08.30 – 09.00 น.	1. ปฐมนิเทศ สร้างสัมพันธภาพ	- เทคนิคกลุ่มสัมพันธ์ เพื่อ เสริมสร้างสัมพันธภาพ	1. กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ - เกมละลายพฤติกรรม - เกม warm up กระชับมิตร 2. กิจกรรมฉันคือดอกไม้ ดอกอะไร ?
1	09.30 – 10.30 น.	2.ฉันคือใคร “Who am I”	- เทคนิคกลุ่มสัมพันธ์/ทักษะใน การศึกษาค้นคว้า (Study Skill) - เทคนิคการบรรยาย(Lecture) - ทฤษฎีตัวตนของโรเจอร์ - แนวคิด self -awareness	1. กิจกรรมQuiz Show 2. ชมวีดิทัศน์ “LGBT แบบง่ายๆ - กะเทย เกย์ เลสเบียน แยกยังไง?” 3. ไปกิจกรรมที่ 1 ฉันคือใคร/นำเสนอใบ งาน
1	10.30- 10.45 น.	พักเบรก		
1	10.45- 11.45 น.	3. เข้าใจเขาเข้าใจเรา	- การให้คำปรึกษากลุ่ม - - การให้คำปรึกษาแบบยืด ผู้รับบริการเป็นศูนย์กลาง - ทฤษฎีและเทคนิคการให้ คำปรึกษาแบบรู้คิด-พฤติกรรม (Cognitive Behavioral Therapy)	1. กิจกรรมแลกเปลี่ยนประสบการณ์ - ทักษะติดต่อสังคม และสิ่งที่สังคมปฏิบัติ ต่อตนเอง - การคิดอย่างมีเหตุผล 2. ดำเนินกิจกรรมกลุ่มย่อย 3 กลุ่ม
1	11.45 – 12.45 น.	4. ฉันในตอนนี้ “Here & Now”	- เทคนิคการสะท้อนความรู้สึก - เทคนิคการสรุปความ - แนวคิด self -awareness	-กิจกรรมโยนบอลตอบคำถาม “ตอนนี้รู้สึกอย่างไรที่สังคมมองและ ปฏิบัติต่อตนเอง” “ตั้งคำถามต่อสังคม 1 คำถาม” - ไปกิจกรรมที่ 2 มันจะดีกว่านี้?

1	12.45 – 13.45 น.	พักรับประทานอาหาร		
1	13.45 – 14.45 น.	5. การแสดงออกเชิงบวก	- กลุ่มสัมพันธ์ - เทคนิคการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเหตุผล-อารมณ์และพฤติกรรม - การแสดงบทบาทสมมติ (Role playing)	1. กิจกรรม “เธอชื่ออะไร” “เป่ายิงดูแบ่งกลุ่ม” 2. การแบ่งกลุ่มแสดงบทบาทสมมติ ตามหัวข้อสถานการณ์ที่กำหนดให้ 3 หัวข้อ โดยแสดงออกมาในเชิงบวกและเชิงลบ “เมื่อโดนครูปกครองลงโทษเรื่องผิดวินัย” “เมื่อฉันถูก Bully” “เมื่อต้องทำงานกับคนที่ไม่ชอบ” - ใบกิจกรรมที่ 3 “มองต่างมุม”
1	14.45– 15.00 น.	พักเบรก		
1	15.00 – 16.00 น.	6. ปลูกพลังบวก	- กลุ่มสัมพันธ์ - เทคนิคตัวแบบในทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบรู้คิดพฤติกรรม	1. กิจกรรม “ฉันสวยเพราะฉัน.....” 2. ชมวีดิทัศน์ “เหยียด - เพศที่สาม (LGBT)” -ใบงานที่ 4 ปลูกพลังบวก- นำเสนอชิ้นงาน
1	16.00 – 16.30 น.	สรุปกิจกรรมและนัดหมาย	- การอภิปรายกลุ่มย่อย (Small Group Discussion)	สรุปสรุปสิ่งที่ได้อย่างน้อย 3 – 5 ข้อ และให้คะแนนตนเองในวันที่ 1 ของการอบรม
2	08.00 – 08.30 น.	ลงทะเบียน		
2	08.30 – 09.00 น.	7. สร้างสัมพันธ์ภาพ	- เทคนิคกลุ่มสัมพันธ์ /ทักษะทางสังคม (Social Skill) - ทฤษฎีตัวตนของโรเจอร์	1. กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ - เกมละลายพฤติกรรม - เกม warm up กระชับมิตร 2. กิจกรรมฉันคือดอกไม้ ดอกอะไร ? (ทบทวนชื่อ)
2	09.30 – 10.30 น.	8. “My Idol”	- เทคนิคกลุ่มสัมพันธ์ - เทคนิคการบรรยาย (Lecture) - เทคนิคตัวแบบในทฤษฎีการให้	1. ชมวีดิทัศน์ “ยอมรับในตัวเอง เป็นเพศไหนก็สำเร็จได้” “LIFE STORY LGBT สีสันสังคม”

			คำปรึกษาแบบรู้คิดพฤติกรรม - ทฤษฎีตัวตนของโรเจอร์	ไม่ใช่คนประหลาด จากชายกลายเป็นสาว จนโกอินเตอร์” 2. ใบกิจกรรมที่ 5 My Idol /นำเสนอใบงาน
1	10.30- 10.40 น.	พักเบรก		
2	10.40- 11.40 น.	9.How to Success.	- การให้คำปรึกษากลุ่ม - เทคนิคในการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง กระบวนการ WDEP	1. กิจกรรมแลกเปลี่ยนประสบการณ์ - ปัญหาและอุปสรรคด้านการเรียนของตนเอง - การคิดอย่างมีเหตุผล 2. ใบกิจกรรม How to Success
2	11.40 – 12.00 น.	10. ศักยภาพของฉัน	- ทฤษฎีตัวตนของโรเจอร์ - เทคนิคการเสริมแรง	1. แบบทดสอบศักยภาพตนเอง 2. นำเสนอ ศักยภาพของฉัน
2	12.00 – 13.00น.	พักรับประทานอาหาร		
2	13.00 – 14.40 น.	11. ชีวิตไม่เสี่ยง	- กลุ่มสัมพันธ์ - เทคนิคกรณีศึกษา (Case Study) - การบรรยาย - Self awareness	1. กิจกรรม “เก้าอี้ปริศนา” 2. การให้ความรู้เรื่อง “ความปลอดภัยทางเพศ ความเสี่ยงของ LGBT” - กิจกรรมโยนบอลตอบคำถาม (ประสานองค์กรภายนอก)
2	14.40 – 15.00 น.	พักเบรก		
2	15.00 – 16.00 น.	12.ระดมพลังสมอง “Brainstorm”	- กลุ่มสัมพันธ์ - ทักษะในการทำงานกลุ่ม (Group Work Skill)	1. กิจกรรมบอลสามสีแบ่งกลุ่ม 2. ระดมสมองถึงการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่น LGBT และสิ่งที่ได้รับการฝึกอบรม - นำเสนอชิ้นงาน และให้คะแนน
2	16.00 – 16.30 น.	พิธีปิด มอบเกียรติบัตร		
รวม 16 ชั่วโมง				

4. การเก็บรวบรวมข้อมูล

4.1 ผู้วิจัยขอหนังสือจาก บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ถึง ผู้อำนวยการโรงเรียนพิบูลวิทยาลัย เพื่อขอความอนุเคราะห์ในการเข้าเก็บรวบรวมข้อมูลและจัดฝึกอบรม

4.2 ผู้วิจัยกำหนดวันในการจัดฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา แจ้งฝ่ายบริหารโรงเรียนนัดหมายกลุ่มตัวอย่าง

4.3 ผู้วิจัยนำโปรแกรมฝึกอบรมที่ผ่านการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือจากผู้เชี่ยวชาญแล้ว ดำเนินการ Try out กับผู้เข้ารับการฝึกอบรมจำนวน 20 คนที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างตรวจสอบและปรับปรุงโปรแกรมฝึกอบรม

4.4 จัดกิจกรรมฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาเพื่อเสริมสร้างการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นเพศทางเลือก

4.5 เสร็จสิ้นการฝึกอบรม ให้กลุ่มตัวอย่างและผู้เกี่ยวข้องทำแบบประเมิน Post - Test วิเคราะห์ผลคะแนนที่ได้

5. การการจัดกระทำและการวิเคราะห์ข้อมูล

เมื่อตรวจสอบความสมบูรณ์ของแบบประเมินที่รับคืนมาทั้งหมดแล้ว นำข้อมูลมาวิเคราะห์โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป การวิเคราะห์แบ่งเป็น 2 องค์ประกอบ ได้แก่

5.1 วิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปด้วยสถิติพื้นฐาน ได้แก่ ค่าความถี่ (Frequency) ค่าร้อยละ (Percentage) ค่าเฉลี่ย (Mean) และ ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)

5.2 เปรียบเทียบการแสดงออกที่เหมาะสมของกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ทดลอง ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา โดยใช้สถิติทดสอบค่าเฉลี่ยของกลุ่มเดียว (T-test for Dependent Samples)

จริยธรรมในการวิจัย

เนื่องจากการวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลองผสมผสานกับวิธีวิจัยเชิงคุณภาพที่ต้องทำการวิจัย ที่เกี่ยวข้องกับมนุษย์ ผู้วิจัยจึงตระหนักถึงการเคารพศักดิ์ศรีสิทธิและความเสมอภาคของผู้เข้าร่วมการวิจัย รวมทั้งกลุ่มเป้าหมายและประชากรที่ศึกษาเป็นเยาวชน โดยผู้วิจัยไม่ได้มองถึงประโยชน์ส่วนตนของนักวิจัยเป็นที่ตั้ง แต่หวังอย่างยิ่งว่าการศึกษาจะเกิดประโยชน์ต่อผู้เข้าร่วมการ

วิจัยมากที่สุด ผู้วิจัยไม่ได้มองผู้เข้าร่วมการวิจัยเป็นเพียงวัตถุแห่งการวิจัย หากแต่มองว่าเป็นมนุษย์ที่มีคุณค่าเท่าเทียมกัน ซึ่งผู้วิจัยได้ตระหนักจึงปรากฏอยู่ในทุกขั้นตอนของกระบวนการวิจัย ได้แก่

1. ผู้วิจัยดำเนินการขออนุญาตทำวิจัยในมนุษย์จากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ซึ่งผู้วิจัยดำเนินโครงการวิจัยตามที่กำหนดอย่างเคร่งครัด โดยได้รับรองโครงการวิจัยรหัสโครงการ SWUEC/E/G-040/2563 เมื่อวันที่ 8 เมษายน 2563 ระยะเวลา 12 เดือน

2. ผู้วิจัยขออนุญาตผู้อำนวยการโรงเรียนพิบูลวิทยาลัยซึ่งเป็นพื้นที่ในการวิจัย ในการเก็บข้อมูล และผู้วิจัยได้ชี้แจงให้ผู้เข้าร่วมการวิจัยวิจัยทราบถึงวัตถุประสงค์ และขั้นตอนของการวิจัย ซึ่งผู้เข้าร่วมการวิจัยมีอิสระในการตอบรับหรือปฏิเสธ และสามารถถอนตัวออกจากการวิจัยครั้งนี้เมื่อใดก็ได้โดยไม่ส่งผลกระทบต่อผู้เข้าร่วมวิจัย และเข้าร่วมการวิจัยมีสิทธิที่จะไม่เข้าร่วมการวิจัยได้โดยไม่ต้องแจ้งเหตุผล

3. ก่อนการเข้ารับการฝึกอบรม ผู้วิจัย แจ้งรายละเอียดต่างๆ กับผู้เข้าร่วมการวิจัย และ นำหนังสือแสดงเจตนายินยอมเข้าร่วมการวิจัยให้ผู้เข้าการวิจัยอ่านทำความเข้าใจ หลังจากนั้นผู้วิจัยขอความยินยอมจากผู้เข้าร่วมการวิจัยเป็นลายลักษณ์อักษร และรับรองว่าจะเก็บข้อมูลส่วนตัวของผู้เข้าร่วมวิจัยเป็นความลับ

4. ผู้วิจัยแจ้งผู้เข้าร่วมวิจัยว่าจะมีการบันทึกภาพนิ่ง และภาพเคลื่อนไหวระหว่างการฝึกอบรมเพื่อศึกษากระบวนการเปลี่ยนแปลงระหว่างทำการวิจัย โดยผู้วิจัยทำการขออนุญาตผู้เข้าร่วมการวิจัยก่อนการบันทึกทุกครั้ง ซึ่งผู้เข้าร่วมการวิจัยมีสิทธิปฏิเสธได้

5. ผู้วิจัยเก็บรักษาข้อมูลของผู้เข้าร่วมการวิจัยความลับและจะทำลายข้อมูลที่บันทึกไว้ทันทีเมื่อการศึกษาลิ้นสุดลง

บทที่ 4

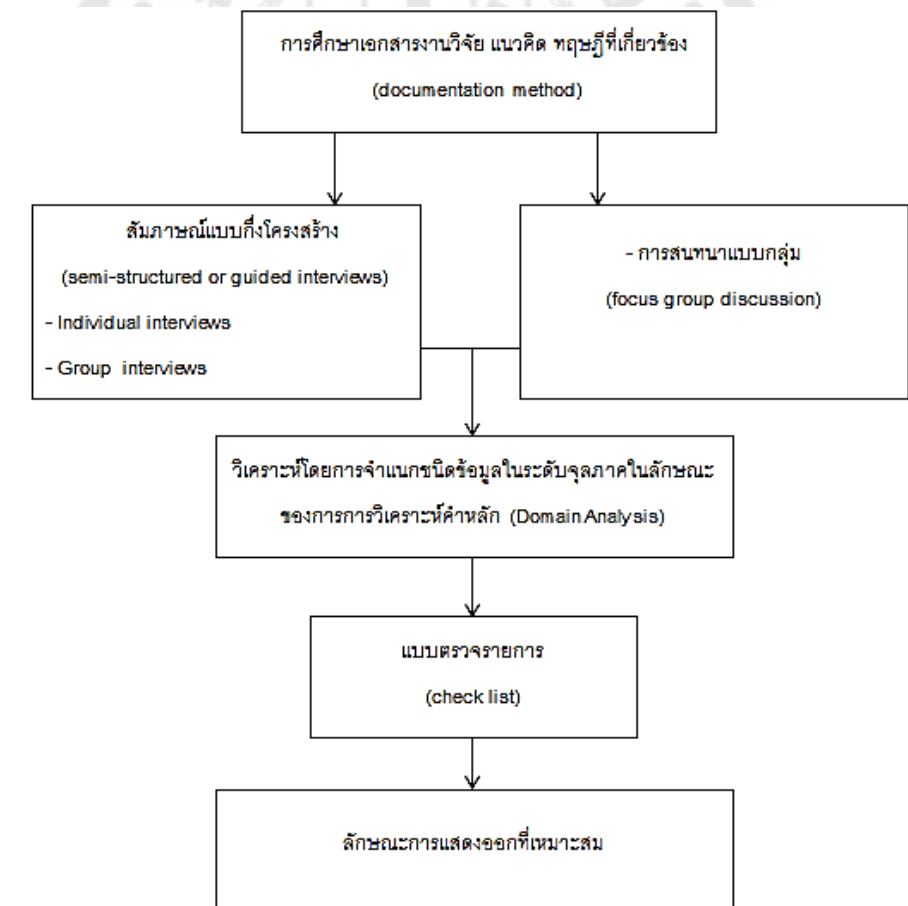
ผลการดำเนินงานวิจัย

การนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล โดยแบ่งเป็น 2 ตอนตามลำดับดังนี้

ตอนที่ 1 การศึกษาลักษณะพฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสมและระดับคะแนนการ แสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ

ตอนที่ 2 การเปรียบเทียบ ก่อนและหลังเข้าร่วมฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาเพื่อเสริมสร้างการ แสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ โดยพิจารณาระดับคะแนนเฉลี่ย (Mean) ผล การวิเคราะห์ข้อมูล

ตอนที่ 1 การศึกษาลักษณะพฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสม
การศึกษาลักษณะการแสดงออกที่เหมาะสมมีกระบวนการศึกษาดังนี้



ภาพประกอบ 2 แผนภูมิแสดงกระบวนการศึกษาการแสดงออกที่เหมาะสม

1. การศึกษาลักษณะพฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ

กระบวนการศึกษาในขั้นตอนนี้เริ่มจากการศึกษาทฤษฎีแนวคิด และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการแสดงออกที่เหมาะสม ซึ่งได้จากการศึกษาเอกสาร (Documentation Techniques) จากนั้นนำมาวิเคราะห์ประเด็นพฤติกรรมที่กล่าวถึงในแต่ละแนวคิดหรือทฤษฎี จัดทำตารางวิเคราะห์ข้อมูลพิจารณาฐานนิยม (Mode) ที่กล่าวถึงประเด็นใดมากที่สุด ดังตาราง

ตาราง 5 แสดงความถี่ของผลการประมวลเอกสาร ตำรา ที่เกี่ยวข้องกับการแสดงออกที่เหมาะสม

ผู้ให้สัมภาษณ์/แนวคิด	ลักษณะการแสดงออกที่เหมาะสม									
	1.การพูดสื่อสารเชิงบวก	2.พฤติกรรมตอบสนองทางกายเชิงบวก	3.เข้าใจตนเอง และแสดงความเป็นตัวตน	4.แสดงความเห็นอกเห็นใจ	5.การปรับตัวต่อสังคมและสิ่งแวดล้อม	6.มารยาทสังคม	7.การใช้เหตุผล รับฟังและวิจารณ์เชิงบวก	8.เข้าใจสิทธิของตนเอง เคารพสิทธิผู้อื่น	9.มีทักษะการสร้างสัมพันธ์ภาพ	จำนวนด้าน
Lazarus	/	/						/		3
Alberti & Emmons		/	/	/	/			/		5
Smaby & Tamminan	/	/	/	/		/	/			6
Shelton	/	/	/					/		4
Salter	/	/	/	/	/	/	/	/	/	9
Lange & Jakuboski	/	/	/	/				/		5
Hergie, Saunders & Dickson	/	/		/		/	/	/	/	7
ความถี่	6	7	5	5	2	3	3	6	2	

จากตาราง 5 การวิเคราะห์สามารถสรุปลักษณะพฤติกรรมของการแสดงออกที่เหมาะสมได้ว่า บุคคลควรมีทักษะการสื่อสารทั้งการพูดและภาษากายในเชิงบวกมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่นในทางสร้างสรรค์ เข้าใจตนเองและแสดงออกถึงความต้องการของตนเองได้อย่างตรงไปตรงมา มีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น รับฟังเหตุผล มีมารยาทสังคมและปรับตัวเข้ากับสังคมและคนอื่นได้อย่างไม่มีปัญหา

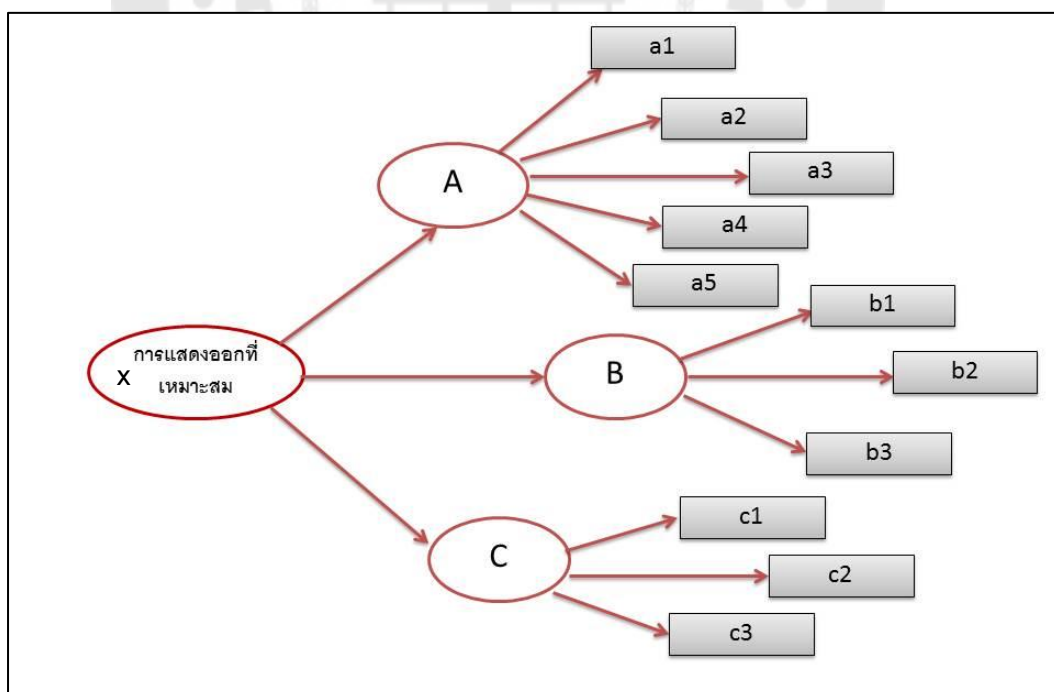
จากนั้นนำประเด็นที่ได้กำหนดเป็นแนวทางการเก็บข้อมูล ซึ่งประกอบด้วยสัมภาษณ์แบบกึ่งโครงสร้าง (Semi-structured or Guided Interviews) ทั้งเดี่ยว และแบบกลุ่ม ประกอบกับการสนทนากลุ่ม (Focus group discussion) โดยข้อคำถามที่ได้จากการวิเคราะห์แนวคิด ทฤษฎี เพื่อใช้ในการศึกษารวบรวมข้อมูลเชิงคุณภาพ มีดังนี้

1. นักเรียนที่มีพฤติกรรมข้ามเพศควรมีการแสดงออก ด้านการสื่อสาร (การพูด) เชิงบวกต่อบุคคลรอบข้างอย่างไรบ้าง
2. นักเรียนที่มีพฤติกรรมข้ามเพศควรมีการแสดงออก ด้านปฏิสัมพันธ์ (ภาษากาย) เชิงบวกต่อบุคคลรอบข้างอย่างไรบ้าง
3. รูปแบบการแสดงถึงความเป็นตัวตนตามเพศวิถีของพฤติกรรมข้ามเพศควรแสดงออกมาในรูปแบบหรือลักษณะใด
4. การแสดงออกที่แสดงให้เห็นถึงการเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศควรมีลักษณะอย่างไร
5. การปรับตัวของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ ต่อสังคมภายในโรงเรียน และสังคมภายนอกควรมีลักษณะอย่างไร
6. มารยาททางสังคมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ ควรมีลักษณะอย่างไร
7. การแสดงออกให้เห็นถึงการเข้าใจสิทธิของตนเอง ของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ ควรมีลักษณะอย่างไร
8. การแสดงออกให้เห็นถึงการเข้าใจสิทธิของผู้อื่น ของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ ควรมีลักษณะอย่างไร
9. หากแบ่งเป็นด้าน ควรมีกี่ด้านอะไรบ้าง

2. กระบวนการศึกษาและวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ

จากการศึกษาข้อมูลด้วยการสัมภาษณ์ และการสนทนากลุ่มจนผู้วิจัยได้ข้อมูลเพียงพอที่จะดำเนินการประมวลผลและวิเคราะห์ข้อมูลแล้วนั้น ผู้วิจัยได้ใช้เทคนิคการวิเคราะห์โดยการจำแนกชนิดข้อมูล (Typological Analysis) คือ การจำแนกข้อมูลเป็นชนิด (Typologies) ซึ่งการวิจัยในครั้งนี้ใช้การวิเคราะห์ข้อมูลประเภทการวิเคราะห์คำหลัก (Domain Analysis) (สุภาวงศ์ จันทวานิช, 2553, น. 74) ดังแผนภาพ

X	แทน	การแสดงออกที่เหมาะสม / ตัวแปรอิสระ
A	แทน	การแสดงออกด้านการเรียน / คำหลัก
a _n	แทน	กลุ่มคำสนับสนุนด้านการเรียน
B	แทน	การแสดงออกด้านการแสดงออกเชิงบวก ปฏิสัมพันธ์ / คำหลัก
b _n	แทน	กลุ่มคำสนับสนุนด้านการแสดงออกเชิงบวก ปฏิสัมพันธ์
C	แทน	การแสดงออกด้านการลดพฤติกรรมเสี่ยง / คำหลัก
c _n	แทน	กลุ่มคำสนับสนุนด้านการลดพฤติกรรมเสี่ยง



ภาพประกอบ 3 แผนภูมิแสดงการวิเคราะห์ข้อมูลโดยการวิเคราะห์คำหลัก

2.1 การวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อกำหนดค่าหลัก

จากการสัมภาษณ์และเก็บข้อมูลเชิงคุณภาพถึงลักษณะการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ โดยใช้คำถามการสัมภาษณ์แบบกึ่งโครงสร้าง จากคำถามข้อที่ 9 ที่ว่า “หากแบ่งเป็นด้าน ควรมีกี่ด้านอะไรบ้าง” ผู้วิจัยได้วิเคราะห์ข้อมูลความถี่ และสถิติร้อยละ เพื่อกำหนดด้านในการจำแนกและวิเคราะห์ค่าหลักที่สอดคล้องตามวิธีเชิงคุณภาพ ปรากฏผลดังตาราง (N=53)

ตาราง 6 ตารางแสดงผลการวิเคราะห์ผลการสัมภาษณ์ด้านต่างๆ ของการแสดงออกที่เหมาะสม

ด้าน/ประเด็น	จำนวน (N=53)			
	เห็นด้วย	ร้อยละ	ไม่เห็นด้วย	ร้อยละ
ด้านการเรียน	49	92.45	4	7.54
ด้านการสื่อสารและปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น	45	84.90	7	15.09
ด้านการมีวินัย	21	39.62	32	60.37
ด้านการลดพฤติกรรมเสี่ยง	43	81.13	10	18.86
ด้านภาวะผู้นำ	19	35.84	34	64.15
ด้านการปรับตัว	23	43.39	30	56.60

โดยพิจารณาผ่านเกณฑ์ร้อยละ 60 ในระดับปานกลางโดยพิจารณาแบบอิงเกณฑ์ (เยาเวดี วิบูลย์ศรี, 2549)

จากตาราง 6 การวิเคราะห์ความเห็นจากการสัมภาษณ์ในการระบุด้านต่างๆ ของการแสดงออกที่เหมาะสม พบว่า กลุ่มผู้ให้ข้อมูล เห็นด้วยกับด้านการเรียนสูงสุด ร้อยละ 92.45 รองลงมาคือด้านการสื่อสารและปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น ร้อยละ 84.90 และด้านการลดพฤติกรรมเสี่ยง ร้อยละ 81.13 ซึ่งทั้ง 3 ด้านผ่านเกณฑ์การพิจารณาร้อยละ 60 จึงกำหนดไว้เป็นด้านต่างๆ ของการแสดงออกที่เหมาะสม

โดยกำหนดให้ ด้านการเรียน (A) ด้านการสื่อสารและปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น (B) และ ด้านการลดพฤติกรรมเสี่ยง (C) เป็นค่าหลัก ที่จะใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพจากการสัมภาษณ์ในขั้นตอนต่อไป

2.2 การวิเคราะห์กลุ่มคำสนับสนุน

เมื่อสามารถกำหนดคำหลักได้แล้ว ผู้วิจัยได้ดำเนินการวิเคราะห์ผลการสัมภาษณ์ โดยวิธีการวิเคราะห์คำหลัก จากคำหรือกลุ่มคำที่สนับสนุนคำหลักนั้นๆ ซึ่งสามารถอธิบายได้ดังนี้

2.2.1 การแสดงออกด้านการเรียน

จากการสัมภาษณ์ และการสนทนากลุ่ม ได้ดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยวิธีการวิเคราะห์คำหลัก ดังตาราง

ตาราง 7 ตารางแสดงตัวอย่างการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพด้านการเรียน

คำหลัก	ประเด็น	กลุ่มคำสนับสนุน	การจัดกลุ่มข้อมูล
ด้านการเรียน A	1. การเข้าเรียน	“เรื่องโดดเรียนนี่ขอร้องเถอะเป็นแบบนี้ครูเขาก็ไม่ชอบพอแรงแล้ว”(นักเรียน)	
	a ₁	“ถึงจะเรียนไม่รู้เรื่องก็ขอให้เข้าเถอะ เช็คเวลาก็ช่วยนะ พยายามหน่อย” (ครู)	
	2. การส่งงานที่ได้รับมอบหมาย	“อยากให้เพื่อนพยายามทำ เราช่วยๆ กันได้ งานกลุ่มก็ช่วยๆ กันส่งครูเขาก็ให้คะแนน”(นักเรียน)	
	a ₂	โทรมาตลอดเช่นกัน เพื่อนคนอื่นเป็นใหม่ แม่สงสัย”(ผู้ปกครอง)	
	3. มุ่งมั่นใฝ่เรียนใฝ่รู้สิ่งใหม่ๆ	“อยากให้เขาถามนะเวลาสงสัยอะไร สังเกตเวลาเขาถามเพื่อนก็จะถาม ก็เขากล้าแสดงออก เป็นผู้กล้า”(ครู)	
ด้านการเรียน A	กระตือรือร้น	ออกมาได้ดี ผมคิดว่าควรสนับสนุน”(ผู้บริหาร)	
	a ₃		
	4. ไม่มีพฤติกรรมก่อวุ่นในชั้นเรียน	“ไม่เรียนก็อย่าชวนคนอื่นคุย เด็กพวกนี้ชอบประชด เพื่อนอยากเรียนตัวเอง ไม่อยากดันไปชวนเขาคุยเล่น แปลก”(ครู)	
	a ₄	“บางคาบนะเดิน ลุก นั่ง คุย ว่าก็ไม่ฟัง เพื่อนๆ เองก็เบื่อกัน เขาจะรู้ตัวไหม”(ครู)	
	5. ค้นหาและแสดงศักยภาพของตนเองให้โดดเด่น จนเป็นที่ยอมรับ	“เด็กกลุ่มนี้ตามความรู้สึกครูนะ เขาเก่ง เรียนรู้ไว ทำงานดี แต่ไม่รู้จะหลาย คนไปเสียเวลาอยู่กับอะไร เสียเวลาความสามารถ” (ครู)	
ด้านการเรียน A	a ₅	“เวลาที่มีกิจกรรมโรงเรียนนะ ทุกกิจกรรมมีพวกหนูหมด แปลกที่เพื่อนแบบหนูหลายคน ไม่สนใจอะไรเลย เราเลยถูกมองดูแยะ มันเป็นกลุ่มที่ใครๆ ก็รู้จักใจคะ” (นักเรียน)	

เมื่อวิเคราะห์ข้อมูลพบว่ากลุ่มผู้ให้ข้อมูลแต่ละกลุ่มมีการกล่าวถึงการแสดงออกด้านการเรียนแต่ละประเด็นดังตาราง

ตาราง 8 ตารางแสดงผลการแจกแจงความถี่ด้านการเรียน

ผู้ให้ข้อมูล/ ประเด็น	1.ผู้บริหาร	2.ครูฝ่ายปกครองวินัย	3.ครูช่วงอายุ 41-60 ปี	4.ครูช่วงอายุ 25-40 ปี	5. นักเรียนชายกลุ่มเพศ ทางเลือก	6. นักเรียนหญิงกลุ่ม เพศทางเลือก	7. ตัวแทน คณะกรรมการนักเรียน	8. ผู้ปกครองนักเรียน	รวม
1. การเข้าเรียน	/	/	/	/	/	/	/	/	8
2. การส่งงานที่ได้รับมอบหมาย	/	/	/	/	/	/	/	/	8
3. มุ่งมั่นใฝ่เรียนใฝ่รู้สิ่งใหม่ๆ กระตือรือร้น	/	/	/	/	/	/	/	/	6
4. ไม่มีพฤติกรรมก่อวินในชั้น เรียน	/	/	/	/	/	/	/	/	7
5. ค้นหา และแสดงศักยภาพ ของตนเองให้โดดเด่น จนเป็นที่ ยอมรับ	/	/	/	/	/	/	/	/	5

เครื่องหมาย / แสดงถึงการแสดงความคิดเห็นและยอมรับในประเด็นดังกล่าว โดยพิจารณาที่ตรงกันจาก 5 ใน 8 กลุ่ม หรือผ่านเกณฑ์ร้อยละ 60 ในระดับปานกลางโดยพิจารณาแบบอิงเกณฑ์ (เยาวดี วิบูลย์ศรี, 2549)

จากตาราง 8 สามารถสรุปประเด็นด้านพฤติกรรมการเรียนได้ว่า การแสดงออกของวัยรุ่นนพฤติกรรมข้ามเพศที่เห็นได้ชัดถึงบทบาทหน้าที่ของการเป็นนักเรียน ได้แก่ การเข้าเรียน การส่งงานตามที่ได้รับมอบหมาย มีความมุ่งมั่นใฝ่เรียนรู้อะไรใหม่ๆ กระตือรือร้นในการเรียน ไม่ก่อวินในชั้นเรียน รู้จักและใช้ศักยภาพของตนเองที่เป็นประโยชน์กับการเรียน

2.2.2 ประเด็นด้านการสื่อสารและปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น

จากการสัมภาษณ์ และการสนทนากลุ่ม ได้ดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยวิธีการวิเคราะห์คำหลัก ดังตาราง

ตาราง 9 ตารางแสดงตัวอย่างการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพด้านการสื่อสารและปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น

คำหลัก	ประเด็น	กลุ่มคำสนับสนุน
ด้าน	ประเด็น	การจัดกลุ่มข้อมูล
ด้านการสื่อสารและปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น B	1. ไม่พูดหยาบคาย และ ลามกส่อเรื่อ่งเพศ b ₁	“พูดกับเพื่อนนะ พูดกันดีๆ น้ำเสียงปกติก็ได้มั้ง จะไว้วายทำไมง” (เพื่อน) “ต้องรู้จักกาลเทศะด้วย”(ครู) “ตะโกนด่ากันข้ามตึกนี่ไม่ควรอย่างยิ่ง อันนี้ควรปรับ”(ครูปกครอง)
	2. มีความมั่นใจ และกล้าแสดงออกตามเพศวิถีของตน b ₂	“จะเป็นแบบไหนก็แสดงความเป็นตัวเองให้ชัดเจน ตัวเองมีความสุขไม่อึดอัด”(นักเรียน) “คนในครอบครัวถามว่าโอเคไหมที่เขาเป็นแบบนี้ แม่เองไม่ได้ซีเรียสนะ แค่อยากให้เขามีความสุข ทำในสิ่งที่ชอบ อยากเป็นอะไรก็เป็น ขอแค่อย่าเหลวไหล” (ผู้ปกครอง)
	3. เป็นแบบอย่างที่ดีของเพื่อนและ รุ่นน้อง b ₃	“ก็แค่ทำตามระเบียบนะ เสื้อผ้า หน้าผม โรงเรียนก็เข้าใจ ยึดหยุ่นให้ แต่ก็ปรับบ้างไม่ใช่ตามใจตัวเองทุกอย่าง รุ่นน้องมันจะได้เห็นแบบอย่าง” (ครู) “สัมภาษณ์เรื่องนี้สำคัญมาก พวกเขาหลายคนเป็นเด็กน่ารัก ทักทายไหว้สวัสดีเสียงดังเชียว แบบนี้ดี น้องๆเห็นก็ทำตาม” (ครู)

เมื่อวิเคราะห์ข้อมูลพบว่ากลุ่มผู้ให้ข้อมูลแต่ละกลุ่มมีการกล่าวถึงการแสดงออกด้านการมีสื่อสารปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นแต่ละประเด็นดังตาราง

ตาราง 10 ตารางแสดงผลแจกแจงความถี่ด้านการสื่อสารและปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น

ผู้ให้ข้อมูล/ ประเด็นองค์ประกอบ	1.ผู้บริหาร	2.ครูฝ่ายปกครองวินัย	3.ครูช่วงอายุ 41-60 ปี	4.ครูช่วงอายุ 25-40ปี	5. นักเรียนชายกลุ่มเพศ ทางเลือก	6. นักเรียนหญิงกลุ่มเพศ ทางเลือก	7. ตัวแทนคณะกรรมการ	8. ผู้ปกครองนักเรียน	รวม
1. มีทักษะการพูด สาร สื่อสารเชิงบวกต่อเพื่อน ครู ผู้ปกครอง	/	/	/	/	/	/	/	/	6
2. ไม่พูดหยาบคาย และ ลามกส่อเรื่องเพศ	/	/	/	/	/	/	/	/	7
3. มีความมั่นใจและกล้า แสดงออกตามเพศวิถีของตน	/	/	/	/	/	/	/	/	6
4. เป็นแบบอย่างที่ดีของ เพื่อนและ รุ่นน้อง	/	/	/	/	/	/	/	/	8

เครื่องหมาย / แสดงถึงการแสดงความคิดเห็นและยอมรับในประเด็นดังกล่าว โดยพิจารณาที่ตรงกันจาก 5 ใน 8 กลุ่ม หรือผ่านเกณฑ์ร้อยละ 60 ในระดับปานกลางโดยพิจารณาแบบอิงเกณฑ์ (เยาวดี วิบูลย์ศรี, 2549)

จากตาราง 10 สามารถสรุปประเด็นด้านการสื่อสารและปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น ได้ว่า เป็นการแสดงออกของวัยรุ่นพฤติกรรมข้ามเพศที่แสดงออกเชิงบวกกับเพื่อน ครู และผู้ปกครอง ได้แก่ การไม่พูดหยาบคาย ส่อไปทางลามกอนาจาร เปิดเผยยอมรับในเพศวิถีของตนเองเมื่อต้องติดต่อกับผู้อื่น และปฏิบัติตนเป็นแบบอย่างที่ดีแก่เพื่อน และรุ่นน้อง

2.2.3. ด้านการลดพฤติกรรมเสี่ยง

จากการสัมภาษณ์ และการสนทนากลุ่ม ได้ดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยวิธีการวิเคราะห์คำหลัก ดังตาราง

ตาราง 11 ตารางแสดงตัวอย่างการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพด้านการลดพฤติกรรมเสี่ยง

คำหลัก ด้าน	กลุ่มคำสนับสนุน	
	ประเด็น	การจัดกลุ่มข้อมูล
ด้านการลด พฤติกรรม เสี่ยง	1. สามารถควบคุม อารมณ์ได้ ไม่แสดง อารมณ์โดยไม่ คำนึงถึงผู้อื่น	“อยากให้เขามีความสามารถในการควบคุมจัดการอารมณ์ได้ ดีกว่านี้ เขาเป็นคนน่ารัก ใครๆก็เมตตา” (ครู) “ต้องใจเย็นนะเวลาคุยกับเขา ความจริงแล้วตัวเขาเองก็ควรที่จะ คิดถึงคนอื่นบ้างว่าเขาอยากคุยกับคนอารมณ์รุนแรงไหม”(ครู)
	2. ความสามารถในการ จัดการปัญหา ความเครียด	“เห็นเครียดมาก เดี่ยวเจียบไป เดี่ยวหายไป ไม่รู้เป็นไร มีใครควร ปรึกษาเพื่อน”(นักเรียน) “เวลาเครียดชอบแยกตัวค่ะ ไม่อยากยุ่งกับใคร รู้ะว่ามันไม่ถูก แต่ไม่รู้จะทำไงค่ะ เบื่อ” (นักเรียน)
	3. ลดความเสี่ยงด้าน เพศและสารเสพติด	“นักเรียนจะรู้ใหม่ว่ากลุ่มเขา เสี่ยงมากกับการติดโรคทาง เพศสัมพันธ์ เซฟตัวเองบ้างก็ดี” (ครู) “เห็นเข้คอินร้านเหล้าทุกอาทิตย์ไปจริงรีไปเล่น แต่เปิดมาวัน จันทร์ที่ไรมาสาย เหมือนคนไม่ได้หลับได้นอน “ (ครู) “ในเฟชนะเป็นเพื่อนกับครู แชรแต่เรื่องทะเลาะ ลามก เข้าใจว่า พื้นที่ส่วนตัว แต่คนอื่นเขาก็เห็นนะ เขาตัดสินได้”(ครู)

เมื่อวิเคราะห์ข้อมูลพบว่ากลุ่มผู้ให้ข้อมูลแต่ละกลุ่มมีการกล่าวถึงการแสดงออกด้านการลดพฤติกรรมเสี่ยงแต่ละประเด็นดังตาราง

ตาราง 12 ตารางแสดงผลแจกแจงความถี่ด้านการลดพฤติกรรมเสี่ยง

ผู้ให้ข้อมูล/ ประเด็นองค์ประกอบ	1.ผู้บริหาร	2.ครูฝ่ายปกครองวินัย	3.ครูช่วงอายุ 41-60 ปี	4.ครูช่วงอายุ 25-40 ปี	5. นักเรียนชายกลุ่มเพศ ทางเลือก	6. นักเรียนหญิงกลุ่มเพศ ทางเลือก	7. ตัวแทนคณะกรรมการ นักเรียน	8. ผู้ปกครองนักเรียน	รวม
1. สามารถควบคุมอารมณ์ได้ ไม่แสดงอารมณ์โดยไม่ คำนึงถึงผู้อื่น	/	/	/	/	/	/	/	/	6
2. ความสามารถในการจัดการ ปัญหาความเครียด	/	/	/	/	/	/	/	/	7
3. ลดความเสี่ยงด้านเพศ และสารเสพติด	/	/	/	/	/	/	/	/	8

เครื่องหมาย / แสดงถึงการแสดงความคิดเห็นและยอมรับในประเด็นดังกล่าว โดยพิจารณาที่ตรงกันจาก 5 ใน 8 กลุ่ม หรือผ่านเกณฑ์ร้อยละ 60 ในระดับปานกลางโดยพิจารณาแบบอิงเกณฑ์ (เยาวดี วิบูลย์ศรี, 2549)

จากตาราง 12 สามารถสรุปประเด็นด้านการลดพฤติกรรมเสี่ยง ได้ว่า การแสดงออกของวัยรุ่นกลุ่มพฤติกรรมข้ามเพศในการลดความเสี่ยง หลีกเลี่ยงสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดปัญหา ได้แก่ การควบคุมและจัดการอารมณ์ตนเอง ไม่แยกตัวออกจากสังคมเมื่อประสบปัญหา หลีกเลี่ยงการอยู่ในสถานการณ์ที่สุ่มเสี่ยงทางเพศและสารเสพติด

เมื่อดำเนินการสรุปลักษณะพฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศแล้ว ผู้วิจัยได้วิเคราะห์ข้อมูลเปรียบเทียบผลของการศึกษาเชิงคุณภาพ และการวิเคราะห์แนวคิดทฤษฎีปรากฏผลดังตาราง

ตาราง 13 ตารางแสดงผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบแนวคิดทฤษฎีกับผลการศึกษา

แนวคิด/ทฤษฎี จากการศึกษา ค้นคว้า	ความสอดคล้องกับประเด็น/คุณลักษณะที่พบจาก การศึกษาในพื้นที่วิจัย	ผลการวิเคราะห์ ความสอดคล้อง
1.การพูดสื่อสารเชิงบวก	- มีทักษะการพูดการสื่อสารเชิงบวก - ไม่พูดจาหยาบคายส่อในเรื่องเพศ	2 ประเด็น
2.พฤติกรรมตอบสนอง ภาษากายเชิงบวก		-
3.เข้าใจตนเอง และแสดงความเป็น ตัวตน	- ค้นหาและแสดงศักยภาพของตนเองให้โดดเด่นจน เป็นที่ยอมรับ - มีความมั่นใจและแสดงออกตามเพศวิถีของตนเอง	2 ประเด็น
4.แสดงความเห็นอกเห็นใจ	- สามารถควบคุมอารมณ์ได้ ไม่แสดงอารมณ์โดยไม่ คำนึงถึงผู้อื่น	1 ประเด็น
5.การปรับตัวต่อสังคมและ สิ่งแวดล้อม		-
6.มารยาทสังคม	- ไม่มีพฤติกรรมก่อกวนในชั้นเรียน	1 ประเด็น
7.การใช้เหตุผล รับฟังและวิจารณ์เชิงบวก	- สามารถควบคุมอารมณ์ได้ ไม่แสดงอารมณ์โดยไม่ คำนึงถึงผู้อื่น	1 ประเด็น
8.เข้าใจสิทธิตนเอง เคารพสิทธิผู้อื่น	- มีความรับผิดชอบต่องานหน้าที่การ - ไม่มีพฤติกรรมก่อกวนในชั้นเรียน - สามารถปฏิบัติตามกฎระเบียบของโรงเรียน เท่า เทียมกับนักเรียนคนอื่น เช่นทรงผม การแต่งกาย	3 ประเด็น
9.มีทักษะการสร้างสัมพันธภาพ	- - มุ่งมั่นใฝ่เรียนรู้สิ่งใหม่ๆ กระตือรือร้น - เป็นผู้นำทางวิชาการ - เป็นแบบอย่างที่ดีแก่เพื่อนและรุ่นน้อง - ไม่มีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศและสารเสพติด	- ประเด็นเพิ่มเติม

จากตาราง 13 เมื่อข้อมูลวิเคราะห์ทำให้สามารถสรุปได้ว่า การแสดงออกที่เหมาะสมของนักเรียนกลุ่มเพศทางเลือกที่ศึกษาในครั้งนี้ ที่สอดคล้องกับแนวคิดทฤษฎีที่ศึกษา และประเด็นในส่วนที่ศึกษาจากพื้นที่วิจัยเพิ่มเติม จึงสามารถให้ความหมายของการแสดงออกที่เหมาะสมของนักเรียนที่มีพฤติกรรมข้ามเพศได้ว่า ประกอบด้วย 3 ด้าน 11 ประเด็นย่อยจากนั้นจัดทำแบบตรวจรายการยืนยันความถูกต้องโดยเป็นกลุ่มผู้ให้ข้อมูลในขั้นตอนของแรกของการศึกษาจำนวน 53 คน (N=53)

ตาราง 14 ตารางแสดงความถี่และร้อยละแต่ละด้านของแบบตรวจรายการ

ด้าน/ประเด็น	จำนวน (N=53)			
	เห็นด้วย	ร้อยละ	ไม่เห็นด้วย	ร้อยละ
ด้านการเรียน				
- การเข้าเรียน	52	98.28	1	1.72
- การส่งงาน	48	90.72	5	9.28
- มุ่งมั่น กระตือรือร้นใฝ่เรียนรู้	47	88.83	6	11.17
- ไม่ก่อความวุ่นในชั้นเรียน	51	96.39	1	3.61
- แสดงศักยภาพให้เด่นชัด	50	94.50	3	5.50
ด้านการสื่อสารและปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น				
- ไม่พูดหยาบคาย ลามกอนาจาร	49	92.61	4	7.39
- เปิดเผยและยอมรับตนเอง	50	94.5	3	5.50
- เป็นแบบอย่างที่ดี	46	86.94	7	13.06
ด้านการลดพฤติกรรมเสี่ยง				
- ควบคุมจัดการอารมณ์ตนเอง	52	98.28	1	1.72
- ไม่แยกตัวเมื่อเกิดปัญหา	46	86.94	7	13.06
- หลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยง	47	88.83	6	11.17

จากตาราง 14 ผู้ตอบแบบตรวจสอบถามรายการเห็นด้วยในทุกด้านโดยระดับความเห็นด้วยทุกด้านสูงกว่าร้อยละ 60 หรือผ่านเกณฑ์ร้อยละ 60 ในระดับปานกลางโดยพิจารณาแบบอิงเกณฑ์

(เยาวดี วิบูลย์ศรี, 2549) จึงสามารถสรุปลักษณะการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศได้ดังนี้

การแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ (Transgender) หมายถึง การแสดงออกทางการเรียน การสื่อสารและปฏิสัมพันธ์ต่อเพื่อน ครู ผู้ปกครอง และพฤติกรรมเสี่ยงที่ก่อให้เกิดปัญหาความรุนแรง พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศและสารเสพติด การวิจัยครั้งนี้มุ่งส่งเสริมการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ 3 ด้านคือ

1. **ด้านการเรียน** หมายถึง การแสดงออกของวัยรุ่นพฤติกรรมข้ามเพศที่เห็นได้ชัดถึงบทบาทหน้าที่ของการเป็นนักเรียน ได้แก่ การเข้าเรียน การส่งงานตามที่มอบหมาย มีความมุ่งมั่นใฝ่เรียนรู้สิ่งใหม่ๆ กระตือรือร้นในการเรียน ไม่ก่อกวนในชั้นเรียน รู้จักและใช้ศักยภาพของตนเองที่เป็นประโยชน์กับการเรียน

2. **ด้านการสื่อสารและปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น** หมายถึง การแสดงออกของวัยรุ่นพฤติกรรมข้ามเพศที่แสดงออกเชิงบวกกับเพื่อน ครู และผู้ปกครอง ได้แก่ การไม่พูดหยาบคาย ส่อไปทางลามกอนาจาร เปิดเผยยอมรับในเพศวิถีของตนเองเมื่อต้องติดต่อกับผู้อื่น และปฏิบัติตนเป็นแบบอย่างที่ดีแก่เพื่อน และรุ่นน้อง

3. **ด้านการลดพฤติกรรมเสี่ยง** หมายถึง การแสดงออกของวัยรุ่นกลุ่มพฤติกรรมข้ามเพศในการลดความเสี่ยง หลีกเลี่ยงสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดปัญหา ได้แก่ การควบคุมและจัดการอารมณ์ตนเอง ไม่แยกตัวออกจากสังคมเมื่อประสบปัญหา หลีกเลี่ยงการอยู่ในสถานการณ์ที่สุ่มเสี่ยงทางเพศและสารเสพติด

3. การศึกษาพฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศจากแบบประเมิน

ตาราง 15 ระดับคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ (N=132)

คะแนนการแสดงออก ที่เหมาะสม(ด้าน)	ระดับคะแนน/จำนวนคน					μ	σ	แปลผล
	ดีมาก	ดี	ปานกลาง	น้อย	น้อยมาก			
1. ด้านการเรียนรู้	32	37	36	15	12	3.47	0.27	ปานกลาง
2. ด้านการสื่อสารและปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น	28	35	30	29	10	3.32	0.31	ปานกลาง
3. ด้านพฤติกรรมเสี่ยง	22	40	36	21	13	3.28	0.36	ปานกลาง
รวม						3.35	0.31	ปานกลาง

จากตาราง 15 พบว่านักเรียนที่มีพฤติกรรมข้ามเพศมีระดับการแสดงออกที่เหมาะสมโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.35 ($\sigma=0.31$) เมื่อพิจารณารายด้านพบว่า ด้านการเรียนรู้มีค่าเฉลี่ยสูงสุดเท่ากับ 3.47 ($\sigma=0.27$) ด้านการสื่อสารและปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.32 ($\sigma=0.31$) และด้านพฤติกรรมเสี่ยงค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.28 ($\sigma=0.36$) ตามลำดับ

ตอนที่ 2 การวิเคราะห์การแสดงผลที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ
ก่อนและหลังเข้าร่วมฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา

ตาราง 16 การตรวจสอบการแจกแจงเป็นโค้งปกติ

ก่อนทำการเปรียบเทียบการแสดงผลที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ ผู้วิจัยมีการ
ตรวจสอบการแจกแจงเป็นโค้งปกติ (Test of Normality) ด้วยสถิติ Shapiro-Wilk Test

	ระยะการฝึกอบรม	ค่า sig	การแปลผล
การแสดงผลที่เหมาะสม	ก่อนการทดลอง	.66	มีการแจกแจงปกติ
	หลังการทดลอง	.56	มีการแจกแจงปกติ

จากตาราง 16 พบว่า การแสดงผลที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ ก่อนและ
หลังการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา มีค่า sig เท่ากับ .66 และ .56 ตามลำดับ ซึ่งค่า sig. มีค่ามากกว่า
.05 ขึ้นไป แสดงว่า ค่าเฉลี่ยการแสดงผลที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ ก่อนและ
หลังการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยามีการแจกแจงเป็นโค้งปกติ ทำให้ผู้วิจัยสามารถใช้สูตรการทดสอบค่า
ที (T-test for dependent)

ตาราง 17 คะแนนเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน การแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศของกลุ่มทดลอง เปรียบเทียบก่อนการทดลองและหลังการทดลองรายด้าน (n=20)

คะแนนการแสดงออกที่ เหมาะสม(ด้าน)	ก่อนทดลอง		หลังทดลอง		df	t	p-value
	(n=20)		(n=20)				
	$\bar{x}$	SD	$\bar{x}$	SD			
1. ด้านการเรียนรู้	2.79	0.25	4.17	0.23	19	24.23*	0.00
2. ด้านการสื่อสารและ ปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น	2.65	0.30	4.25	0.16	19	20.25*	0.00
3. ด้านพฤติกรรมเสี่ยง	2.96	0.16	4.16	0.20	19	20.33*	0.00
รวม	2.80	0.24	4.19	0.12	19	21.60*	0.00

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 17 พบว่าก่อนการทดลองกลุ่มตัวอย่างมีผลคะแนนโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง โดยมีคะแนนเฉลี่ยด้านการเรียนเท่ากับ 2.76 (SD=0.25) ด้านการสื่อสารและปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น มีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 2.65 (SD=0.30) และด้านพฤติกรรมเสี่ยง มีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 2.96 (SD=0.16) โดยรวมทุกด้านก่อนการทดลองมีคะแนนเฉลี่ย 2.80 (SD=0.24)

จากตาราง 17 พบว่าหลังการทดลองกลุ่มตัวอย่างมีผลคะแนนโดยรวมอยู่ในระดับดี มีคะแนนเฉลี่ยด้านการเรียนเท่ากับ 4.17 (SD=0.23) ด้านการสื่อสารและปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น มีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 4.25 (SD=0.16) และด้านพฤติกรรมเสี่ยง มีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 4.16 (SD=0.20) โดยรวมทุกด้านก่อนการทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 4.19 (SD=0.12)

จากตาราง 17 พบว่า คะแนนการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศของกลุ่มทดลองด้านการเรียนก่อนเข้ารับการฝึกอบรม มีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 2.79 (SD=0.25) หลังเข้ารับการฝึกอบรม มีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 4.17 (SD=0.23) ด้านการสื่อสารและปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น ก่อนเข้ารับการฝึกอบรม มีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 2.65 (SD=0.30) หลังเข้ารับการฝึกอบรม มีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 4.25 (SD=0.16) และด้านพฤติกรรมเสี่ยงก่อนเข้ารับการฝึกอบรมมี

คะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 2.96 (SD=0.16) หลังเข้ารับการฝึกอบรม มีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 4.16 (SD=0.20)

ในภาพรวมทั้ง 3 ด้านก่อนการทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 2.80 (SD=0.24) หลังการทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 4.19 (SD=0.12) มีค่าเฉลี่ยเพิ่มขึ้น 1.39 โดยรวมหลังการทดลอง คะแนนการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศของ ทั้งรายด้านและโดยภาพรวม สูงกว่าก่อนเข้ารับการฝึกอบรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($p < .05$) แสดงให้เห็นว่าการฝึกอบรมฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาเพื่อเสริมสร้างการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศช่วยพัฒนาความสามารถในการแสดงออกที่เหมาะสมให้ดีขึ้นได้



บทที่ 5

สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการศึกษาและเสริมสร้างการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศโดยการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา โดยผู้วิจัยได้สรุปผลการวิจัย การอภิปรายผล และข้อเสนอแนะดังนี้

ความมุ่งหมายของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาลักษณะการแสดงออกที่เหมาะสมของนักเรียนกลุ่มข้ามเพศ
2. เพื่อเปรียบเทียบการการแสดงออกอย่างเหมาะสมของนักเรียนกลุ่มข้ามเพศ ก่อนและหลังเข้ารับการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา

สมมติฐานการวิจัย

นักเรียนกลุ่มพฤติกรรมข้ามเพศมีการแสดงออกที่เหมาะสมสูงขึ้นหลังเข้าการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา

วิธีดำเนินการวิจัย

ดำเนินการวิจัยเรื่อง การศึกษาและเสริมสร้างการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นเพศที่มีพฤติกรรมข้ามเพศนี้ ดำเนินการวิจัยโดยใช้ลักษณะรูปแบบการวิจัยเชิงคุณภาพ และการวิจัยแบบกึ่งทดลอง (Quasi Experiment Research) โดยใช้รูปแบบการทดลองที่มีกลุ่มทดลองหนึ่งกลุ่ม วัดตัวแปรตามก่อนและหลังการทดลอง เปรียบเทียบคะแนนก่อนและหลังการทดลอง

กลุ่มผู้ให้ข้อมูลที่ใช้ศึกษาการแสดงออกที่เหมาะสมเป็นผู้เกี่ยวข้องกับนักเรียนที่มีพฤติกรรมข้ามเพศที่ในพื้นที่วิจัยของโรงเรียนพิบูลวิทยาลัยปีการศึกษา 2562 ได้จากการเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) ประกอบด้วยผู้บริหาร ครู ผู้ปกครอง และนักเรียนจำนวน 53 คน

กลุ่มเป้าหมายที่ทำแบบประเมินการแสดงออกที่เหมาะสม เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 – 6 โรงเรียนพิบูลวิทยาลัย จังหวัดลพบุรี ปีการศึกษา 2562 และมีพฤติกรรมข้ามเพศ จำนวน 132 คน กลุ่มตัวอย่างที่สมัครใจเข้าร่วมโครงการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาเพื่อเสริมสร้างการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ เป็นอาสาสมัครที่คัดเลือกที่ได้จากการเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) ที่มีค่าเฉลี่ยจากคะแนนแบบประเมินการแสดงออกที่เหมาะสม ตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ที่ 25 ลงมา และมีความสมัครใจในการเข้าร่วมฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาจำนวน 20 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ผู้วิจัยสร้างเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลและสร้างการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาเพื่อเสริมสร้างการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ ดังนี้

1. เครื่องมือที่ใช้ศึกษาการแสดงออกที่เหมาะสมของนักเรียนกลุ่มพฤติกรรมข้ามเพศ ในขั้นนี้เป็นการศึกษารวบรวมข้อมูลเพื่อกำหนดเป้าหมายเชิงพฤติกรรม และนิยามตัวแปรอิสระ ของคำว่า “การแสดงออกที่เหมาะสมของนักเรียนกลุ่มพฤติกรรมข้ามเพศ” โดยศึกษากับกลุ่มผู้ให้ข้อมูลซึ่งเป็นผู้ที่เกี่ยวข้องกับกลุ่มเป้าหมายที่ทำการศึกษา โดยใช้กระบวนการสัมภาษณ์แบบกึ่งโครงสร้าง (Semi-structured or Guided Interviews) ทั้งเดี่ยว และแบบกลุ่ม การสนทนากลุ่ม (Focus group Discussion) และแบบตรวจสอบรายการ (Checklist) ดำเนินการบันทึกสรุป และวิเคราะห์ให้ประเด็นเกี่ยวกับทัศนคติ ข้อคิดเห็นต่อพฤติกรรมการแสดงออกของนักเรียนกลุ่มพฤติกรรมข้ามเพศ ในทุกๆ มิติของการแสดงออก

2. แบบประเมินการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ โดยผู้วิจัยนำแบบประเมินที่สร้างขึ้นผ่านการตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา (Content Validity) จากผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 ท่านและได้ปรับปรุงตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิ จากนั้นนำเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาปริญญาโทตรวจสอบอีกครั้งก่อนนำไปทดลองใช้ (Try out) กับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 30 คน นำข้อมูลที่ได้มาหาค่าความเชื่อมั่นของแบบประเมินทั้งฉบับ โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟา ของครอนบาค (Cronbach's alpha Coefficient) ได้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา เท่ากับ 0.91 มีค่าอำนาจจำแนกรายข้ออยู่ระหว่าง 0.20-0.70

3. โปรแกรมฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาเพื่อเสริมสร้างการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ โดยใช้คุณลักษณะการแสดงออกที่เหมาะสมที่ได้จากการศึกษา จำนวน 3 ด้าน 11 องค์ประกอบ และนำเทคนิคทางจิตวิทยาการให้คำปรึกษาและเทคนิคการฝึกอบรมมาใช้ในการออกแบบโปรแกรม โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อพัฒนาการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ

การวิเคราะห์ข้อมูล

ตอนที่ 1 การศึกษาลักษณะการแสดงออกที่เหมาะสม

1. การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ

ในการศึกษาลักษณะการแสดงออกที่เหมาะสมใช้วิธีการศึกษาเชิงคุณภาพ วิเคราะห์ข้อมูล โดยวิธีการวิเคราะห์โดยการจำแนกชนิดข้อมูล (Typological Analysis) (รัตนะ บัวสนธิ์, 2551, น.198) การวิเคราะห์โดยการจำแนกชนิดข้อมูล หมายถึงขั้นตอนของเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นอย่างต่อเนื่อง ซึ่งในกรณีนี้ที่ผู้วิจัยทำการเก็บรวบรวมข้อมูลแล้ว ผู้วิจัยเป็นผู้จัดระบบข้อมูล

โดยอาศัยหลักเกณฑ์ ที่ผู้วิจัยกำหนดขึ้น ซึ่งการจำแนกหรือจัดกลุ่มข้อมูลในครั้งนี้ใช้วิธีการจำแนกข้อมูลในระดับคุณภาพในลักษณะของการการวิเคราะห์ค่าหลัก (Domain Analysis) (รัตนะ บัณฑิต, 2551, น.198) หมายถึงการจำแนกจัดกลุ่มคำพูดหนึ่งให้อยู่ภายใต้คำอีกชุดหนึ่ง ซึ่งคำดังกล่าวนี้มีความหมายครอบคลุมคำชุดนั้น ๆ เพื่อวิเคราะห์สรุปลักษณะของการแสดงออกที่เหมาะสม และจัดทำแบบตรวจสอบรายการ (Checklist) วิเคราะห์ค่าสถิติร้อยละแบบอิงเกณฑ์โดยเลือกด้านที่มีคะแนนเห็นด้วยที่ร้อยละ 60 ขึ้นไป (เยาวดี วิบูลย์ศรี, 2549)

2. การจัดกระทำและวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ

ในการศึกษาระดับของการแสดงออกที่เหมาะสมของกลุ่มเป้าหมายใช้วิธีการเชิงปริมาณ เมื่อตรวจสอบความสมบูรณ์ของแบบประเมินที่รับคืนมาทั้งหมดแล้ว นำข้อมูลมาวิเคราะห์โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป วิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานจากค่าความถี่ (Frequency) ค่าร้อยละ (Percentage) ค่าคะแนนเฉลี่ย (Mean) และ ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)

ตอนที่ 2 การเปรียบเทียบการแสดงออกที่เหมาะสมก่อนเข้ารับการฝึกอบรม และ หลังเข้ารับการฝึกอบรม

1. วิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปด้วยสถิติพื้นฐาน ได้แก่ ค่าความถี่ (Frequency) ค่าร้อยละ (Percentage) ค่าคะแนนเฉลี่ย (Mean) และ ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)
2. เปรียบเทียบการแสดงออกที่เหมาะสมของกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ทดลอง ก่อนและหลังการเข้าร่วมการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา โดยใช้สถิติทดสอบค่าเฉลี่ยของตัวอย่างกลุ่มเดียว (T-test for Dependent Samples)

สรุปผลการวิจัย

ตอนที่ 1 การศึกษาลักษณะการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ

จากการศึกษาลักษณะการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ ด้วยวิธีการเชิงคุณภาพ ผนวกกับการวิจัยเชิงปริมาณสามารถสรุปได้ว่าลักษณะการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศนั้นมี 3 ด้านคือ ด้านการเรียนรู้ ด้านการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น และด้านการลดพฤติกรรมเสี่ยง ซึ่งการศึกษาระดับของการแสดงออกที่เหมาะสมในกลุ่มเป้าหมายจำนวน 132 คน พบว่านักเรียนที่มีพฤติกรรมข้ามเพศมีระดับการแสดงออกที่เหมาะสมภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.35 ($\sigma=0.27$) เมื่อพิจารณารายด้านพบว่า ด้านการเรียนรู้มีค่าเฉลี่ยสูงสุดเท่ากับ 3.47 ($\sigma=0.31$) ด้านการสื่อสารและปฏิสัมพันธ์กับ

ผู้อื่น ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.32 ($\sigma=0.36$) และด้านพฤติกรรมเสี่ยงค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.28 ($\sigma=0.31$) ตามลำดับ

ตอนที่ 2 การเปรียบเทียบการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ ก่อนและหลังเข้ารับการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา

จากการศึกษาพบว่า คะแนนการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศของกลุ่มทดลองด้านการเรียนก่อนเข้ารับการฝึกอบรมมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 2.79 ($SD=0.25$) หลังเข้ารับการฝึกอบรม มีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 4.17 ($SD=0.23$) ด้านการสื่อสารและปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น ก่อนเข้ารับการฝึกอบรม มีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 2.65 ($SD=0.30$) หลังเข้ารับการฝึกอบรม มีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 4.25 ($SD=0.16$) และด้านพฤติกรรมเสี่ยงก่อนเข้ารับการฝึกอบรมมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 2.96 ($SD=0.16$) หลังเข้ารับการฝึกอบรมมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 4.16 ($SD=0.20$)

ในภาพรวมทั้ง 3 ด้านก่อนการทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 2.80 ($SD=0.24$) หลังการทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 4.19 ($SD=0.12$) มีค่าเฉลี่ยเพิ่มขึ้น 1.39 โดยรวมหลังการทดลองคะแนนการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศของ ทั้งรายด้านและโดยภาพรวมสูงกว่าก่อนเข้ารับการฝึกอบรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($p < .05$) โดยแสดงให้เห็นว่า การฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาเพื่อเสริมสร้างการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศช่วยพัฒนาความสามารถในการแสดงออกที่เหมาะสมให้ดีขึ้นได้

การอภิปรายผล

การวิจัยในครั้งนี้ เป็นการศึกษาและเสริมสร้างการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศโดยการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา ผู้วิจัย ขออภิปรายผลตามความมุ่งหมายของการวิจัย ดังนี้

1. การศึกษาลักษณะการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ

1.1 การศึกษาการแสดงออกของนักเรียนวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ ด้วยวิธีการเชิงคุณภาพ ด้วยการศึกษาแนวคิด ทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง เพื่อใช้เป็นแนวทางในการศึกษารวบรวมข้อมูลด้วยวิธีการสัมภาษณ์แบบกึ่งโครงสร้าง (Semi-structured or Guided Interviews) ทั้งเดี่ยวและแบบกลุ่ม การสนากลุ่ม (Focus group Discussion) การตอบแบบตรวจสอบรายการ (Checklist) โดยในการศึกษานี้ได้กำหนดกลุ่มเป้าหมายประกอบด้วย ผู้บริหาร คณะครู นักเรียนกลุ่มความหลากหลายทางเพศ (LGBT) กลุ่มเพื่อนนักเรียน และผู้ปกครอง และได้นำข้อมูลมาประมวลผลสรุปลักษณะพฤติกรรมที่บ่งชี้ถึงการแสดงออกที่เหมาะสมของนักเรียนที่มี

พฤติกรรมข้ามเพศจำนวน 3 ด้าน ประกอบด้วย ด้านการเรียน ด้านการสื่อสารและปฏิสัมพันธ์กับคนรอบข้าง และด้านการลดพฤติกรรมเสี่ยง โดยด้านการเรียนเป็นด้านที่เป็นความคาดหวังปกติของทั้งครูผู้สอน และผู้ปกครองซึ่งสอดคล้องไปในทิศทางเดียวกัน จากตารางวิเคราะห์ความถี่ของกลุ่มผู้ให้ข้อมูลจะพบว่าด้านการเรียนมีการจำแนกประเด็นมากที่สุด 5 ประเด็นย่อย ซึ่งมากกว่าด้านอื่นๆ

สำหรับด้านการสื่อสารและการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นนั้น เป็นด้านที่สอดคล้องกับการศึกษาหลักการแนวคิด ทฤษฎีที่เกี่ยวกับการแสดงออกมากที่สุด 4 ประเด็น ซึ่งแนวคิดเกี่ยวกับการแสดงออกที่เหมาะสมมักกล่าวถึงการสื่อสารการมีปฏิสัมพันธ์เป็นหลักตามที่ Alberti and Emmons (1986) ที่กล่าวถึงการแสดงออกที่เหมาะสมว่ามีลักษณะที่เกี่ยวกับปฏิสัมพันธ์เชิงบวก คือ เป็นการแสดงออกมาอย่างจริงใจ ตรงไปตรงมา ไม่เป็นการทำร้ายผู้อื่น บางครั้งไม่ต้องใช้คำพูดในการสื่อสาร เช่น การใช้สายตา น้ำเสียง ท่าทาง การวางตัว และสอดคล้องกับแนวคิดของ Shelter (1977) ที่กล่าวว่า บุคคลควรพูดเกี่ยวกับตนเอง (Talk about Yourself) เมื่อบุคคลทำสิ่งใดที่มีคุณค่าและน่าสนใจ บุคคลนั้นสามารถที่จะพูดหรือเล่าให้บุคคลอื่นทราบได้ โดยไม่พูดโอ้อวดหรือผูกขาดการสนทนาเพียงผู้เดียว แต่สามารถที่จะเล่าความสำเร็จของตนได้เมื่อถึงเวลาอันเหมาะสม. การพูดทักทายปราศรัย (Make Greeting Talk) บุคคลสามารถที่จะแสดงความเป็นมิตรกับบุคคลที่ต้องการรู้จัก และแสดงความยินดีที่ได้พบเขาด้วยความยิ้มแย้มแจ่มใส สามารถกล่าวว่า “ สวัสดิ์ค่ะ ดีใจที่ได้พบคุณอีก ” มากกว่าที่จะกล่าวเพียงว่า “ สวัสดิ์ ” หรือพยักหน้าอย่างเดียว และยังสอดคล้องกับแนวคิดของ Shelton (Shelton, 1977, อ้างถึงในหุติยรัตน์ รื่นเรือง, 2540) ที่ได้กล่าวถึงลักษณะการแสดงออกที่เหมาะสมว่าบุคคลสามารถที่จะแสดงการรักษาสีทิมิของตนเองโดยปราศจากการละเมิดสิทธิของผู้อื่น และ บุคคลมีความรู้สึกมั่นใจในการที่ยืนขึ้นเพื่อสิทธิของตนเองโดยปราศจากความวิตกกังวล ซึ่งแสดงถึงการเห็นอกเห็นใจผู้อื่นและการแสดงออกตามสิทธิทางเพศวิถีของตนเอง

สำหรับด้านการลดพฤติกรรมเสี่ยงจากการศึกษาถึงแม้ไม่สอดคล้องกับแนวคิด ทฤษฎีที่ได้วิเคราะห์ในการะบวนการศึกษาเอกสาร แต่สอดคล้องกับสถานการณ์ของสภาพปัญหาของกลุ่มบุคคลที่มีความหลากหลายทางเพศ นั่นคือความเสี่ยงโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ จากการรายงานของศูนย์อำนวยการบริหารจัดการปัญหาเอดส์แห่งชาติ (2561, น.1) ได้พบว่าประเทศไทย กำลังเผชิญกับการเพิ่มขึ้นของผู้ติดเชื้อเอชไอวีและโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์อื่นๆ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในกลุ่มเยาวชน ซึ่งร้อยละ 70 ของผู้ติดเชื้อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ต่างๆ เกิดขึ้นในกลุ่มอายุนี้อ และที่สำคัญกลุ่มชายรักชายจะมีภาวะเสี่ยงสูงสุด

1.2 ผลการศึกษาระดับการแสดงออกที่เหมาะสมของกลุ่มเป้าหมาย โดยแบบประเมินการแสดงออก พบว่านักเรียนที่มีพฤติกรรมข้ามเพศมีระดับการแสดงออกที่เหมาะสมภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.35 (SD=3.07) เมื่อพิจารณารายด้านพบว่า ด้านการเรียนรู้มีค่าเฉลี่ยสูงสุดเท่ากับ 3.47 (SD=3.18) ด้านการสื่อสารและปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.32 (SD=2.91) และด้านการลดพฤติกรรมเสี่ยงค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.28 (SD=3.13) ตามลำดับ ทั้งนี้แม้คะแนนรวมและคะแนนรายด้านจะอยู่ในระดับปานกลาง หากพิจารณาด้านที่มีคะแนนเฉลี่ยน้อยที่สุดนั่นคือด้านการลดพฤติกรรมเสี่ยง ทั้งด้านการจัดการปัญหา การควบคุมอารมณ์ เรื่องเพศและสารเสพติด ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยที่ศึกษาสภาพปัญหาของกลุ่มที่มีความหลากหลายทางเพศ ตรงกับการศึกษาของพรเทพ แพรขาว (2556) ที่ศึกษาระดับความสุข และศึกษาถึงปัจจัยการเกิดปัญหาสุขภาพจิตกลุ่มกะเทย เกย์ พบว่าการแสดงอารมณ์ของบุคคลกลุ่มนี้ส่วนที่แสดงอารมณ์รุนแรงนั้น เป็นการตอบสนองต่อการรับรู้ถึงความผิดปกติทางเพศของตนเองในระดับจิตใต้สำนึก รับรู้ถึงความแตกต่าง แยกแยะกับคนอื่นในสังคม ให้กลไกการป้องกันตนเองไม่ให้ถูกดูถูก ถูกกลั่นแกล้งด้วยการแสดงออกในลักษณะก้าวร้าวรุนแรง

ในด้านของการลดพฤติกรรมเสี่ยงเรื่องเพศนั้นกลุ่มชายรักชาย และกลุ่มที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ เป็นกลุ่มที่มีความเสี่ยงโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์สูงสุดสอดคล้องกับการรายงานสถานการณ์โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ของกองควบคุมโรคกรุงเทพมหานคร (ศูนย์อำนวยการบริหารจัดการปัญหาเอดส์แห่งชาติ, 2561) ที่พบการติดเชื้อรายใหม่เป็นเด็กและเยาวชนอายุน้อยลง และเป็นกลุ่มชายรักชาย สอดคล้องกับรายงานของกรมควบคุมโรคกระทรวงสาธารณสุข (มณฑลวิสันติอุปโภคบริโภค, 2562) ที่พบว่าเยาวชนชายมีเพศสัมพันธ์กับชายและสาวประเภทสองประมาณ 1 ใน 10 ติดเชื้อเอชไอวีและมีอัตราอุบัติการณ์ ประมาณร้อยละ 5 ซึ่งอุบัติการณ์ของโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์อยู่ในระดับสูงมาก (ประมาณร้อยละ 20-40 ต่อปี) และความเสี่ยงเรื่องเพศสัมพันธ์มักเป็นผลมาจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การใช้สารเสพติด และการเที่ยวสถานบันเทิงในเวลากลางคืน ซึ่งตรงตามประเด็นในด้านการลดพฤติกรรมเสี่ยงที่ทำการศึกษา ดังนั้นผลจากการประเมินด้านการลดพฤติกรรมเสี่ยงของกลุ่มเป้าหมายจึงสอดคล้องกับผลการศึกษาที่ระบุว่า กลุ่มที่มีความหลากหลายทางเพศและกลุ่มข้ามเพศเป็นกลุ่มที่มีภาวะเสี่ยงสูงด้านโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ และจำเป็นต้องได้รับการเสริมสร้างแนวทางในการป้องกันตนเองและแสดงออกในการลดพฤติกรรมเสี่ยง

จากผลการศึกษาลักษณะและระดับของการแสดงออกที่เหมาะสมในวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศจึงสามารถสะท้อนให้เห็นถึงสภาพปัญหาที่สมควรได้รับการช่วยเหลือ ส่งเสริม และพัฒนาการแสดงออกที่เหมาะสมให้กับกลุ่มวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศต่อไป

2. ผลการเสริมสร้างการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศโดยการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา

ผลการวิจัยพบว่า คะแนนเฉลี่ยการแสดงออกที่เหมาะสมของกลุ่มตัวอย่างก่อนการเข้ารับการฝึกอบรมเท่ากับ 2.80 (SD=0.24) และหลังเข้ารับการฝึกอบรมเท่ากับ 4.19 (SD=0.12) เมื่อเปรียบเทียบความแตกต่างทางสถิติพบว่าหลังเข้าร่วมรับการฝึกอบรมกลุ่มตัวอย่างมีคะแนนเฉลี่ยการแสดงออกที่เหมาะสม สูงกว่าก่อนเข้ารับการฝึกอบรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงให้เห็นว่าการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาเพื่อเสริมสร้างการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ ช่วยพัฒนาการแสดงออกที่เหมาะสมของกลุ่มตัวอย่างได้ดีขึ้นซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานการวิจัย

ทั้งนี้อาจเป็นเพราะปัจจัยกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ที่มีความหลากหลายทางเพศ (LGBT) โดยทั้งหมดอยู่ในกลุ่มที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ (Transgender) โดยเป็นนักเรียนที่มีพฤติกรรม ทศนคติ ความคิด ประสบการณ์ชีวิตใกล้เคียงกัน ซึ่งเป็นปัจจัยพื้นฐาน เริ่มต้นก่อนการนำไปสู่กระบวนการกลุ่มตามที่ ชูชัย สมितिไกร (2556) ได้กล่าวว่า ลักษณะต่างๆ ของแต่ละบุคคลที่รวมเข้ากันเป็นกลุ่ม ซึ่งเป็นลักษณะเฉพาะตัวของบุคคล เช่น ระดับเชาว์ปัญญา ทศนคติ ความเชื่อ ความคิดเห็น เป็นต้น ประกอบกับความใกล้เคียงของอาสาสมัครกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษานั้น เป็นปัจจัยที่อาจส่งอิทธิพลต่อความคลาดเคลื่อนในผลวิจัย ดังนั้น กลุ่มตัวอย่างอาสาสมัครมีปัจจัยส่วนบุคคลใกล้เคียงกัน ในงานวิจัยนี้ เป็นนักเรียนกลุ่มข้ามเพศ (Transgender) และเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 – 6 ที่มีปัจจัยทั้งเพศ อายุ ทศนคติ ใกล้เคียงกันจึงเป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมของผู้เข้ารับการฝึกอบรมหลังการทดลอง

จุดมุ่งหมายของการฝึกอบรมนี้สอดคล้องกับ ทฤษฎีตัวตน (Self Theory) ของ Carl R. Rogers (Carl R. Rogers, 2520, อ้างถึงใน โสภา ขปัดมันน์, 2536) ที่กล่าวว่าบุคคลจำเป็นต้องเข้าใจและเชื่อมโยง ตัวตนตามที่มองเห็น (Self-Concept) ตัวตนตามที่เป็นจริง (Real Self) และ ตัวตนตามอุดมคติ (Idea Self) ทั้งสามส่วนให้สอดคล้องตรงกัน อันจะนำไปสู่ การยอมรับตนเอง ยอมรับผู้อื่น และภาวะการมีคุณค่า เกิดความตระหนักรู้ (Self-Awareness) ผู้

เป้าหมายการเสริมสร้างพฤติกรรม ตามทฤษฎี “จุดยืนของชีวิต” (Life Position) ของ Joseph Luft and Harry Ingham (Joseph Luft and Harry Ingham, 1969, อ้างถึงใน ปรีชา วิหคโต, 2545, น. 6-7) ที่กล่าวว่า บุคคลมีความคิดเชื่อมโยงระหว่างการรับรู้ตนเองและรับรู้ผู้อื่น การแสดงออกของบุคคลก็จะเป็นไปตามความคิดที่ตนเปรียบเทียบไว้การเปรียบเทียบการแสดงออกในลักษณะต่างๆ เหล่านี้ทำให้เกิดเป็นเจตคติส่วนตนและแนวโน้มที่จะแสดงออกพฤติกรรมเมื่อมีโอกาส ดังนั้น การที่บุคคลรู้จักและเข้าใจตนเอง รวมทั้งความรู้สึกนึกคิดที่บุคคลมีต่อตนเอง และผู้อื่นจะสะท้อนให้เห็นจากการเชื่อมโยงความคิดระหว่างเรากับบุคคลอื่น ออกมาในรูปแบบพฤติกรรมที่ตนเองและผู้อื่นพึงพอใจ

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ประยุกต์ทฤษฎีและเทคนิคต่างๆ ในการให้คำปรึกษามาใช้ในฝึกการอบรมเชิงจิตวิทยาเพื่อเสริมสร้างการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศทั้ง 3 ด้าน โดยในการพบกันครั้งแรก ผู้วิจัยได้สร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้เข้ารับการฝึกอบรมเพื่อสร้างความไว้วางใจ ความอบอุ่น และการยอมรับในตัวผู้วิจัย พร้อมทั้งชี้แจงวัตถุประสงค์ในการอบรมเพื่อความเข้าใจที่ถูกต้องและเพื่อให้ทราบถึงประโยชน์ของการอบรม มีการนัดหมายวันเวลาและสถานที่ในการฝึกอบรม ผู้วิจัยพบว่าผู้เข้ารับการฝึกอบรมมีความกระตือรือร้น สนใจ และให้ความร่วมมือในการเข้าร่วมการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา ตลอดจนมีการซักถามถึงประเด็นต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง ซึ่งเป็นสัญญาณที่ดีในการเริ่มต้นดำเนินการวิจัย

ในขั้นตอนของการดำเนินการฝึกอบรมแต่ละครั้ง ผู้วิจัยเลือกใช้ทฤษฎีและเทคนิคต่างๆ ในการให้คำปรึกษามาประยุกต์ใช้ในการฝึกอบรมเพื่อก่อให้เกิดประสิทธิภาพ และได้สร้างเป็นโปรแกรมฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา โดยได้ผ่านการตรวจทานและเห็นชอบจากคณะกรรมการผู้ควบคุมปริญญาโทฯ ตลอดจนผู้เชี่ยวชาญเพื่อประโยชน์ของผู้เข้ารับการอบรม โดยการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยามีทั้งหมด 12 ครั้ง โดยในแต่ละด้านได้ประยุกต์ใช้ เทคนิค ทฤษฎี ต่างๆ ประกอบด้วย เทคนิค WDEP ตามทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง เทคนิคตัวแบบ (Modeling) การเสริมแรงทางบวก ตามทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบรู้คิด พฤติกรรม เทคนิคการฟัง การตั้งคำถาม การยอมรับอย่างไม่มีเงื่อนไข การสะท้อนความรู้สึก ตามทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง ตลอดจนเทคนิคกลุ่มสัมพันธ์เช่น การแสดงบทบาทสมมุติ ทัศนศึกษา การอภิปรายกลุ่ม และในขั้นตอนสุดท้ายของการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา ซึ่งผู้วิจัยให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมได้ร่วมกันอภิปรายเกี่ยวกับเนื้อหาของการฝึกอบรม ผ่านกิจกรรมระดมสมอง (Brainstorm) ตลอดจนแสดงความรู้สึกและความคิดเห็นต่างๆ เพื่อเป็นการทบทวนและแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน ทั้งยังเป็นการแสดงออกอย่างสร้างสรรค์ในการนำเสนอ

ข้อเสนอแนะต่างๆ ที่เป็นประโยชน์ ในแต่ละครั้งผู้วิจัยจะทำการนัดหมาย วัน เวลา และสถานที่ในการฝึกอบรมครั้งต่อไป

ในการฝึกอบรมผู้วิจัยพบว่านอกเหนือจากปัจจัยพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่างที่เข้ารับการฝึกอบรมแล้ว การที่วัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศหลังเข้ารับการฝึกอบรมมีค่าเฉลี่ยการแสดงออกที่เหมาะสมเพิ่มขึ้น เป็นเพราะได้มีโอกาสเรียนรู้ และเพิ่มพูนประสบการณ์ พัฒนาทักษะจากกระบวนการในการฝึกอบรมต่างจากที่เคยประสบในชีวิตประจำวัน อีกทั้งบางคนไม่เคยมีประสบการณ์ในการฝึกอบรมเกี่ยวกับการการแสดงออกที่เหมาะสมหรือกระบวนการพัฒนาเสริมสร้างอื่นใดมาก่อน โดยการแสดงออกในชีวิตประจำวันเป็นไปโดยอัตโนมัติ หลายครั้งผ่านการยั้งคิด หรือคำนึงถึงผลที่จะตามมา แต่เมื่อได้มีโอกาสได้การฝึกอบรมเพื่อพัฒนาเสริมสร้างและแลกเปลี่ยนในครั้งนี้ ทำให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมมีความกระตือรือร้น สนใจ ตั้งใจ วางแผนการปรับพฤติกรรมและให้ความร่วมมือเป็นอย่างดี จนสามารถบรรลุวัตถุประสงค์ของการเสริมสร้างการแสดงออกที่เหมาะสมได้ โดยการเสริมสร้างการแสดงออกที่เหมาะสมในแต่ละด้าน ผู้วิจัยได้ทำการสรุปผล ดังนี้

2.1 ผลของการเสริมสร้างการแสดงออกที่เหมาะสมด้านการเรียน โดยใช้เทคนิคกระบวนการ WDEP ตามทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง โดยผู้วิจัยสะท้อนปัญหาทางด้านการเรียน ปัจจัยที่ส่งผลต่อการประสบความสำเร็จด้านการเรียน ให้กับผู้เข้ารับการฝึกอบรมร่วมกันอภิปรายสรุปได้ว่าการแสดงออกลักษณะใดบ้างที่ส่งผลต่อความสำเร็จด้านการเรียน โดยผู้เข้ารับการฝึกอบรมสามารถกำหนดเป้าหมายทางการเรียนที่ตนเองต้องการได้ อธิบายวิธีการต่างๆ ที่จะทำให้อบรมตามเป้าหมาย รวมทั้งประเมินแนวทางที่เหมาะสมกับตนเอง ตลอดจนสามารถวางแผนการเรียน ปรับพฤติกรรมการแสดงออกสู่เป้าหมายที่ตั้งไว้ได้ สอดคล้องกับจุดมุ่งหมายของกระบวนการ WDEP ของ Glasser (William Glasser, 1956, อ้างถึงใน วัชรินทร์พรมมี, 2556, น. 251) ที่ได้กล่าวว่าการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงและกระบวนการ WDEP มีเป้าหมายเพื่อให้บุคคลได้พิจารณาและกำหนดเป้าหมายหรือความ ต้องการของตน ทั้งในปัจจุบัน และในระยะยาวอย่างชัดเจนและช่วยให้พิจารณาสิ่งที่เป็นอุปสรรคขัดขวางการก้าวหน้าเพื่อไปสู่เป้าหมาย หาทางเลือกและรูปแบบของพฤติกรรมใหม่ เพื่อสู่เป้าหมายหรือความต้องการนั้น

2.2 ผลของการเสริมสร้างการแสดงออกที่เหมาะสมด้านการสื่อสารและมีปฏิสัมพันธ์กับคนรอบข้างโดยใช้เทคนิคการฟัง การตั้งคำถาม ในทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง (Client-Centered) และเทคนิคการชี้แนะเพื่อค้นพบ การเสริมสร้างพลังบวก

และการเสริมแรง ตามทฤษฎีให้คำปรึกษาแบบรู้คิด พฤติกรรม ในช่วงของการวิเคราะห์และสำรวจ ปัญหาผ่านกระบวนการให้คำปรึกษากลุ่ม ซึ่งเมื่อผู้เข้ารับการฝึกอบรมสามารถระบุปัญหาของการแสดงออกด้านการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นได้แล้ว ผู้วิจัยได้ใช้เทคนิคการแสดงบทบาทสมมติ (Role Playing) ตามแนวคิดกลุ่มสัมพันธ์ โดยกำหนดบทบาทสมมติ 3 สถานการณ์ ให้แต่ละกลุ่มได้แสดงบทบาทสมมติ มีเป้าหมายเพื่อเป็นการจำลองสถานการณ์ และให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมได้สำรวจ ทบทวนตนเอง ตามที่ ทิศนา แคมมณี (2545, น.152-153) ได้กล่าวว่า การให้ผู้เข้าร่วมการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาสมบทบาทนั้นและแสดงออกตามธรรมชาติ โดยอาศัยบุคลิกภาพ ประสบการณ์และความรู้สึกนึกคิดของตนเองเป็นหลัก ซึ่งเทคนิคการแสดงบทบาทสมมตินี้เป็นเทคนิคสำคัญที่ใช้ในการปรับและเสริมสร้างพฤติกรรมอันพึงประสงค์ สอดคล้องกับเทคนิคทางพฤติกรรม ตามทฤษฎีให้คำปรึกษาแบบรู้คิด พฤติกรรม (ดวงมณี จงรักษ์, 2559) ที่กล่าวว่า การทดลองแสดงบทบาทใหม่ มุ่งหวังเพื่อให้เยาวชนควรมีความคิด ทักษะ และพฤติกรรมใหม่ อย่างไรก็ตาม วิธีวิธีนี้นี้จึงมีส่วนช่วยให้ผู้เข้าร่วมการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาได้มีโอกาสศึกษาวิเคราะห์ถึงความรู้สึกและพฤติกรรมของตนและผู้อื่นอันจะก่อให้เกิดความเข้าใจในตนเองและผู้อื่นอย่างลึกซึ้ง โดยเมื่อแต่ละกลุ่มได้แสดงบทบาทสมมติต่อสถานการณ์ทั้งด้านบวกและด้านลบแล้ว ผู้เข้ารับการฝึกอบรมได้ร่วมกันอภิปรายว่าหากตนเองต้องพบกับสถานการณ์ดังกล่าวจะเลือกปฏิบัติอย่างไร ช่วยให้เกิดการเรียนรู้ เข้าใจสถานการณ์ และเลือกแสดงออกได้อย่างเหมาะสม

2.3 ด้านการลดพฤติกรรมเสี่ยงโดยใช้เทคนิคกรณีศึกษา (Case Study) เทคนิคการบรรยาย ตามแนวคิดกลุ่มสัมพันธ์ และเทคนิคตัวแบบ (Modeling) ตามทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบรู้คิด พฤติกรรม ซึ่งจะยกตัวอย่างกรณีศึกษาต่างๆ ที่เกี่ยวกับภาวะเสี่ยงของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศได้แก่ โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ สารเสพติด ปัญหาการจัดการอารมณ์ โดยนำมาจากผลการวิจัยศึกษา และสื่อออนไลน์ ประกอบการบรรยายให้ความรู้ เกมตอบคำถาม เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมได้ตระหนักรู้และจะได้วางแผนในการปรับพฤติกรรมตนเองไม่ให้อยู่ในภาวะความเสี่ยง สอดคล้องกับจุดมุ่งหมายของเทคนิคกรณีศึกษาตามแนวคิดกลุ่มสัมพันธ์ที่กล่าวว่า เทคนิคกรณีศึกษามุ่งส่งเสริมให้เกิดสร้างความเข้าใจและฝึกฝนทางแก้ไขปัญหานั้น วิธีวิธีนี้จะช่วยให้ผู้เข้าร่วมการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาได้รู้จักคิดและพิจารณาข้อมูลซึ่งกันและกัน รวมทั้งการนำเสนอกรณีต่างๆ ซึ่งคล้ายคลึงกับชีวิตจริงมาใช้ จะช่วยให้การเรียนรู้มีลักษณะใกล้เคียงกับความจริง (ทิศนา แคมมณี, 2545) รวมทั้งผู้วิจัยได้ใช้เทคนิค ตัวแบบ (Modeling) ตามทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบรู้คิด พฤติกรรม ผ่านกิจกรรม My Idol โดยมุ่งหวังให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมเรียนรู้ประสบการณ์จากบุคคลต้นแบบ (Role Model) สอดคล้องกับที่ ทิศนา แคมมณี (2545, น.152-

153) ได้กล่าวว่าการเป็นตัวแทน (Modeling) เป็นเทคนิคที่นำมาใช้ในการฝึกอบรมทางด้านพฤติกรรมจำนวนมาก โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ในการฝึกอบรมด้านการฝึกทักษะการแสดงออกและการปรับพฤติกรรม ซึ่งเทคนิคการเป็นตัวแทนนี้ถือเป็นเทคนิคสำคัญที่ช่วยเสริมสร้างการแสดงออกที่เหมาะสม สอดคล้องกับ ดวงมณี จงรักษ์ (2559) ที่กล่าวว่า การเป็นตัวแทนใช้เป็นเครื่องมือซึ่งเป็นการสอนที่ทรงพลังมากที่สุดประการหนึ่งผู้รับคำปรึกษาก็สามารถเป็นตัวแทนสำหรับผู้รับคำปรึกษาคนอื่นได้เช่นกัน การเป็นตัวแทนเป็นเทคนิคที่นำมาใช้ในการฝึกอบรมทางด้านพฤติกรรมจำนวนมาก โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ในการฝึกอบรมด้านการฝึกทักษะ และกลุ่มการฝึกฝนทางด้านการแสดงออกที่เหมาะสม ซึ่งผลจากการให้เทคนิค และทฤษฎีต่างๆ ดังกล่าวสะท้อนให้เห็นได้จากผู้เข้ารับการฝึกอบรมสามารถกำหนดพฤติกรรมตนเอง หลีกเลี่ยงความเสี่ยงด้านต่างๆ วางแผนและเลือกแนวทางในการพัฒนาตนเองได้อย่างเหมาะสม

กล่าวโดยสรุปได้ว่าการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาเพื่อเสริมสร้างการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ ที่ผู้วิจัยได้พัฒนาขึ้นสามารถเสริมสร้างการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศให้สูงขึ้นได้ ซึ่งการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาที่พัฒนาขึ้นนี้ได้ประยุกต์ทฤษฎี เทคนิค วิธีการทางจิตวิทยา ประกอบกับกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ โดยใช้กับกลุ่มตัวอย่างที่มีความเฉพาะ มุ่งหวังให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมได้เข้าใจตนเอง เข้าใจผู้อื่น เกิดการตระหนักรู้ วางแผนและปรับพฤติกรรมของตนเองให้เหมาะสม นำไปสู่การสร้างการรับรู้ใหม่ให้เกิดขึ้นกับผู้อื่นและสังคม สอดคล้องกับผลงานวิจัยของ สอดคล้องกับ งานวิจัยของ วิมลรัตน์ ขวตพงษ์ (2556) ที่ได้พัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมกลุ่มที่มีผลต่อพฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสมของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 เพื่อเปรียบเทียบผลก่อนและหลังและเปรียบเทียบผลระหว่างกลุ่มควบคุมกับกลุ่มทดลอง โดยประชากรที่ศึกษาเป็นนักเรียนชั้น ประถมศึกษาปีที่ 5 กลุ่มละ 30 คน พบว่า กลุ่มทดลองเมื่อผ่านการใช้กิจกรรมกลุ่ม มีพฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสมสูงกว่ากลุ่มควบคุม และมีค่าคะแนนสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.1 สอดคล้องกับงานวิจัยของ Rodriguez and Vaughan (2014) ได้ทำการศึกษาจุดเด่นที่สามารถพัฒนาได้ของกลุ่มที่มีความหลากหลายทางเพศ โดยใช้จิตวิทยาเชิงบวกและการฝึกอบรม พบว่า กลุ่มบุคคลที่มีความหลากหลายทางเพศล้วนมีศักยภาพเชิงบวกที่พัฒนาได้อย่างโดดเด่นทั้งนี้หลังการทดลองมีค่าคะแนนสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.1 และ สอดคล้องกับงานวิจัยของ Megan C. Lytle (2014) ได้ศึกษากลุ่มตัวอย่างพนักงานในองค์กรต่างๆ ที่มีความหลากหลายทางเพศ เป็นรายบุคคล และใช้การฝึกอบรมโดยเน้นการปฏิบัติในการปรับตัวและการทำงานในองค์กร พบว่า กลุ่มตัวอย่างประสบปัญหาในการทำงานในองค์กรอันเป็น

ผลมาจากการไม่ยอมรับ และการกีดกันทางเพศส่งผลต่อสุขภาพจิต และประสิทธิภาพการทำงาน หลังจากการให้คำปรึกษาหรือผ่านการบำบัดแล้ว ได้จัดการฝึกอบรมโดยเน้นปฏิบัติทักษะการปรับตัวตามหลักจิตวิทยาเชิงบวก การเข้าใจในตนเอง ความเชื่อมั่นทางเพศวิถี นำไปสู่ความเชื่อมั่นในศักยภาพแห่งตน หลังผ่านการฝึกอบรม กลุ่มตัวอย่างสามารถกลับเข้าสู่องค์กร และปฏิบัติงานได้ตามปกติ ทั้งนี้หลังการทดลองมีค่าคะแนนสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

ผลการวิจัยในครั้งนี้ สามารถนำไปประยุกต์ใช้ได้ดังนี้

1.1 การฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาเพื่อเสริมสร้างการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ สามารถนำการฝึกอบรมไปฝึกอบรมให้กับนักเรียนกลุ่มตัวอย่างที่มีตัวอย่างเช่นเดียวกันนี้ได้ แต่ก่อนการนำไปใช้ควรศึกษาทำความเข้าใจเกี่ยวกับแนวคิด ขั้นตอน และเทคนิควิธีการต่างๆ จากผู้เชี่ยวชาญก่อนนำไปใช้

1.2 ผู้ที่นำโปรแกรมการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างพฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ ไปใช้ควรมีความรู้เกี่ยวกับลักษณะเฉพาะของกลุ่ม LGBT มีทักษะของการให้คำปรึกษา และมีทักษะประสบการณ์เกี่ยวกับการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา

1.3 เนื่องจากการวิจัยในครั้งนี้เป็นการศึกษาในพื้นที่วิจัยที่มีความเฉพาะทั้งกลุ่มตัวอย่าง และบริบทของสภาพแวดล้อม ดังนั้นก่อนการนำแบบประเมินและโปรแกรมฝึกอบรมไปใช้ ควรพิจารณาเปรียบเทียบความใกล้เคียงของบริบทดังกล่าว

2. ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

2.1 จากการวิจัยในครั้งนี้กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาเป็นกลุ่มตัวอย่างเฉพาะที่มีความเปราะบางด้านจริยธรรมในมนุษย์ ดังนั้นหากต้องการศึกษาในกลุ่มตัวอย่างเดียวกัน จำเป็นต้องพิจารณาข้อกำหนดทั้งด้านจริยธรรม และกฎหมาย พ.ร.บ.คุ้มครองเด็ก และ พ.ร.บ. ความเท่าเทียมทางเพศ เพื่อป้องกันปัญหาที่จะเกิดขึ้น

2.2 การแสดงออกที่เหมาะสมของแต่ละบริบทพื้นที่วิจัยอาจมีความแตกต่างกัน ผู้วิจัยควรศึกษาอย่างรอบด้าน

2.3 สำหรับการวิจัยในครั้งต่อไปโปรแกรมการฝึกอบรมและแบบประเมินพฤติกรรมแสดงออกที่เหมาะสมควรได้รับการพัฒนาตามบริบทของพื้นที่วิจัยและกลุ่มตัวอย่าง

2.4 การประเมินพฤติกรรมการแสดงออกควรให้ผู้เกี่ยวข้องกับกลุ่มตัวอย่างร่วมประเมินด้วย และควรมีการประเมินติดตามผลความคงทนของการแสดงออกที่เหมาะสมหลังการฝึกอบรม ระยะ 3 เดือน 6 เดือน หรือก่อนสิ้นปีการศึกษา พร้อมทั้งติดตามผลการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมแสดงออกที่ประสบความสำเร็จและไม่ประสบความสำเร็จ เพื่อสังเคราะห์ปัญหาและพัฒนาโปรแกรมการฝึกอบรมต่อไป

2.5 ผู้สนใจศึกษาค้นคว้าในพื้นที่วิจัยที่มีกลุ่มตัวอย่างเดียวกับการศึกษาในครั้งนี้ ควรจัดกิจกรรมการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา หรือกิจกรรมที่เสริมสร้างศักยภาพที่หลากหลาย เพื่อสร้างการรับรู้ใหม่ของสังคมที่มีต่อกลุ่ม LGBT



บรรณานุกรม

- Alberti & Emmons, M. L. (1986). Review of Your Perfect Right: A Guide to Assertive Behavior. *Contemporary Psychology: A Journal of Reviews*, 16(9), 612-612.
- Bolin, C., Wirtz. (2011). *The Global HIV Epidemics among Men Who Have Sex with Men* Directions in Development: World Bank.
- Bower, S. A., & Bower, G.H. . (1976). *Asserting Yourself*. Philippines: Addison Wesley Publishing Company.
- Branden, N. (1981). *The Psychology of Self-Esteem*. NewYork: : Bantam Book's Inc.
- Brooks, R. B. (1992). "Self-Esteem During the School Years," *Pediatric Clinics of North America*, 39(3), 537-551.
- Bruno, F. J. (1983). *Adjustment and Personal Growth : Seven Pathway*. NewYork: John Wiley & Sons.
- Calhoum, G. J. a. W. C. M. (1997). "Self Concept and Self-Esteem : Another Perspective.". *Psychology in the School*, 14, 318-332.
- Hargie Owen Suanders & Dickson. (1994). *Social Skills in Interpersonal Communication*. London: Routledge.
- Lawrence, D. (1987). *Enhancing Self-Esteem in the Classroom*. London: Paul Chapman Publishing.
- Lazarus. (1986). *Behavior Therapy in Group : Basic Approaches to Group Psychotherapy and GroupCounseling*. Illinois: Charles C. Thomas.
- Lytle, M. C., และ Shmerler, D. L. (2014). *Working With LGBT Individuals: Incorporating Positive Psychology Into Training and Practice :Psychology of Sexual Orientation and Gender Diversity American Psychological Association 2014* (1): University of Rochester Medical enter.
- McCrosky Richmond & Stewart. (1983). "Educational Aspiration and Self-Esteem in Returning and Traditional Community College Students. *Journal of College Student* (Reardon, B. and P. Griffing)(24), 144-147
- Rodriguez, E. M., และ Vaughan, M. D. (2014). *LGBT Strengths: Incorporating Positive*

- Psychology Into Theory, Research, Training, and Practice. *Psychology of Sexual Orientation and Gender Diversity*, 1(4), New York City College of Technology.
- Sasse, C. R. (1978). *Person to Person*. Peoria, Illinois: Benefit Publishing.
- Shelter, J. L. (1977). Assertive Training : Cosumer Beware. *The Personnel and Guidance Journal*, 5, 465-468.
- Wolpe. (1982). *The Practice of Behavior Therapy*. New York Pergamon.
- กฤตยา อาชวนิจกุล. (2554). เพศวิถีที่กำลังเปลี่ยนไปในสังคมไทย. วารสารประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล, 15(1), 43-65.
- กิติพัฒน์ นนทบุรี. (2554). การวิจัยเชิงคุณภาพในสวัสดิการสังคม: แนวคิดและวิธีการวิจัย. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- คมเพชร ฉัตรศุภกุล. (2546). กิจกรรมกลุ่มในโรงเรียน: กรุงเทพฯ : ศูนย์หนังสือสมศ.
- โครงการพัฒนาแห่งสหประชาชาติ. (2560). การรับรองเพศสถานะตามกฎหมายในประเทศไทย: การทบทวนกฎหมายและนโยบาย. Retrieved 18 มีนาคม 2561, from UNDP & APT สืบค้นจาก [https://www.undp.org/content/dam/rbap/docs/Research%20&%20Publications/hiv_aids/2018-Legal-Gender-Recognition-in-Thailand%20\(Thai\).pdf](https://www.undp.org/content/dam/rbap/docs/Research%20&%20Publications/hiv_aids/2018-Legal-Gender-Recognition-in-Thailand%20(Thai).pdf)
- จงปิติ วุฒิสรรพ์. (2561). บทบาทของนรีแพทย์ในการดูแลหญิงข้ามเพศ. Retrieved 7 มีนาคม 2562 สืบค้นจาก <http://www.med.cmu.ac.th>
- จันทร์ฉาย พิทักษ์ศิริกุล. (2532). ผลของการจัดโปรแกรมการฝึกการกล้าแสดงออกต่อความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3. (วิทยานิพนธ์ ศศ.ม). จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, กรุงเทพฯ.
- จิตติมา กุลประเสริฐรัตน์. (2561). ทศนคติของสังคมต่อการแสดงออกของบุคคลกลุ่มเพศทางเลือก. Retrieved 7 มีนาคม 2562 สืบค้นจาก <https://www.thaipost.net/main/detail/21760>
- ชูชัย สมितिไกร. (2556). การฝึกอบรมบุคลากรในองค์กร (พิมพ์ครั้งที่ 8, [ฉบับปรับปรุง.]): กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ดวงมณี จงรักษ์. (2559). ทฤษฎีการให้การปรึกษาและจิตบำบัดเบื้องต้น. กรุงเทพฯ: สมาคมส่งเสริมเทคโนโลยี (ไทย-ญี่ปุ่น).
- ถวิล ธาราโกชน. (2543). พฤติกรรมมนุษย์กับการพัฒนาตน: กรุงเทพฯ : อักษราพิพัฒน์ ผู้จัดจำหน่าย.

- ทิตินา แหมมณี. (2545). กลุ่มสัมพันธ์ : เพื่อการทำงานและการจัดการเรียนการสอน: กรุงเทพฯ : ศูนย์หนังสือแห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ผู้จัดจำหน่าย.
- ทุดิยรัตน์ รื่นเรือง. (2540). ผลของการใช้โปรแกรมการฝึกพฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสมสำหรับ นักศึกษาพยาบาล. (วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลศึกษา). จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- เทพ สงวนกิตติพันธ์. (2543). การแสดงออกที่เหมาะสม (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์แห่ง จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ธเนศวร กาญจธีรานนท์. (2012). ถึงเวลาที่รัฐธรรมนูญไทย จะเพิ่มพื้นที่ให้แก่กลุ่มบุคคลที่มีความ หลากหลายทางเพศ(LGBT) ศูนย์วิจัยโรคเอดส์ สภากาชาดไทย. Retrieved 20 มีนาคม 2561 สืบค้นจาก <http://juneyeetinkkw2.blogspot.com>
- บุญใจ ศรีสถิตยัณนากร. (2553). ระเบียบวิธีการวิจัยทางพยาบาลศาสตร์. กรุงเทพฯ: ยูแอตไอ อินเตอร์ มีเดีย จำกัด.
- บุษบา อัจฉาภา. (2559). การศึกษาและเสริมสร้างความเป็นผู้นำในตนเองของเยาวชนโดยการ ฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา. วิทยานิพนธ์ (กศ.ม. (การวิจัยและพัฒนาศักยภาพมนุษย์)) -- มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, 2559.
- ปรีชา วิหคโต. (2545). ทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมนิยม :ประมวลสาระชุดวิชาทฤษฎีและ แนวปฏิบัติในการให้คำปรึกษา. นนทบุรี: บัณฑิตศึกษา สาขาวิชาการศึกษามหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- พรเทพ แพรขาว. (2556). ความสุขของกระเทย เกย์ไทย. วารสารสมาคมพยาบาลฯ สาขาภาค ตะวันออกเฉียงเหนือ, 31(1).
- พรพิมล ช่วงชัย. (2556). ผลของการฝึกการแสดงออกที่เหมาะสมสำหรับวัยรุ่นโดยใช้กระบวนการ MODELING. (วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (สาขาวิชาการแนะแนวและให้คำปรึกษา)). บัณฑิต วิทยาลัย มหาวิทยาลัยขอนแก่น, ขอนแก่น.
- พรรณราย ทรัพย์ประภา. (2524). การฝึกพฤติกรรมในการแสดงออก. วารสารแนะแนว, 9-10.
- พัฒนา สุขประเสริฐ. (2540). กลยุทธ์ในการฝึกอบรม: กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- พิมลพรรณ อิศรภักดี. (2558). ต่างวัยต่างทัศนะต่อความหลากหลายทางเพศในสังคมไทย. ความ หลากหลายทางประชากรและสังคมในประเทศไทย ณ ปี 2558 เอกสารทางวิชาการ/ สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล(ลำดับที่ 447), 45-59.

พีรดา ภูมิสวัสดิ์. (2555). LGBT สิทธิมนุษยชน และการดำเนินงานด้านานสตรีและครอบครัวสำนักส่งเสริมความเสมอภาคชายหญิง. สืบค้นจาก

<http://km.moi.go.th/km/gender/gender12.pdf>

เพ็ญศรี ชุนใช้. (2544). การแสดงออกที่เหมาะสมสำหรับพยาบาลและผู้บริหารการพยาบาล.

ขอนแก่น: ภาควิชาการศึกษา วิจัยและบริหารการพยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์

มหาวิทยาลัยขอนแก่น.

ภัทราภรณ์ จีงเลิศศิริ. (2557). สังคมไทยยอมรับความหลากหลายทางเพศจริงหรือ?สถาบันวิจัย

ประชากรและสังคมมหาวิทยาลัยมหิดล. Retrieved 18 มีนาคม 2561 สืบค้นจาก

<http://www.newsletter.ipsr.mahidol.ac.th/index.php/2012-11-08-03-49-15/mnu-vol35-no1/99-popdev-vol35-no1/237-sexual-diversity.html>

มณฑินี วสันตอุโปภากร. (2562). การศึกษาแบบติดตามด้านการติดเชื้อเอชไอวี โรคติดต่อทาง

เพศสัมพันธ์ และการปฏิบัติการ

ด้านการป้องกันต่างๆ ในกลุ่มเยาวชนชายมีเพศสัมพันธ์กับชายในประเทศไทย. กองโรคเอดส์และ

โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์, กรุงเทพฯ.

ยงยุทธ เกษสาคร. (2551). การพัฒนาบุคคลและการฝึกอบรม = *Personnel development and training* (พิมพ์ครั้งที่ 1, ฉบับปรับปรุงตามหลักสูตรสภามหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร.): ม.

ป.ท. : ม.ป.พ.

เยาวดี วิบูลย์ศรี. (2549). การวัดผลและการสร้างแบบทดสอบผลสัมฤทธิ์. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์

มหาวิทยาลัย.

รัตนะ บัวสนธิ์. (2551). การวิจัยเชิงคุณภาพทางการศึกษา. กรุงเทพฯ: คำสมัย.

รัตนะ บัวสนธิ์. (2551). การวิจัยเชิงคุณภาพ. กรุงเทพมหานคร: คำสมัย.

เรียม ศรีทอง. (2542). พฤติกรรมมนุษย์กับการพัฒนาตน = *Human behavior and self*

development : ศาสตร์แห่งการพัฒนาชีวิต: กรุงเทพฯ : เวิร์ดเวฟ เอ็ดดูเคชั่น.

วัชรวิทย์ ทรัพย์มี. (2556). ทฤษฎีให้บริการปรึกษา. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์

มหาวิทยาลัย.

วิจิตร อวาทกุล. (2540). การฝึกอบรม = *The management of training* (พิมพ์ครั้งที่ 2.): กรุงเทพฯ :

ศูนย์หนังสือจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จัดจำหน่าย.

วินัย ชุ่มชื่น. (2554). บทบาทของผู้บริหารโรงเรียน ผู้ปกครอง ครู เพื่อนและปัจจัยภูมิหลังที่ส่งผลต่อ

การถูกละเมิดสิทธิมนุษยชนของนักเรียนที่มีอัตลักษณ์เป็นเพศที่สามใน โรงเรียนมัธยมศึกษา

- เขตจังหวัดราชบุรี. มหาวิทยาลัยราชภัฏหมู่บ้านจอมบึง, ราชบุรี.
- วิมลรัตน์ ชวดพงษ์. (2556). ผลของกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อการแสดงออกที่เหมาะสมของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนมารดาบุญเลิศ จังหวัดนครราชสีมา. (ปริญญานิพนธ์ ค.ม. (จิตวิทยาการศึกษา)). มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา., นครราชสีมา.
- ศิริชัย กาญจนวสี. (2547). การเลือกใช้สถิติที่เหมาะสมสำหรับงานวิจัย. กรุงเทพฯ: บุญศิริการพิมพ์.
- ศูนย์อำนวยการบริหารจัดการปัญหาเอดส์แห่งชาติ. (2561). วิเคราะห์สถานการณ์และปัจจัยที่มีผลต่อการติดเชื้อเอชไอวีของกลุ่มเยาวชนในประเทศไทย. 1, 2.
- สกล วรเจริญศรี. (2550). การศึกษาทักษะชีวิตและการสร้างโมเดลกลุ่มฝึกอบรมเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนวัยรุ่น. ปริญญานิพนธ์ (กศ.ด. (จิตวิทยาการให้คำปรึกษา)) -- มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, 2550.
- สถาบันวิจัยประชากรและสังคมมหาวิทยาลัยมหิดล. (2559). “ชายรักชาย” ในประเทศไทย คือใคร มีเท่าไร ใครรู้บ้าง ? จดหมายข่าวประชากรและการพัฒนา, 36(6), 1-3.
- สมโภชน์ เขียวสุภาสิต. (2562). ทฤษฎีและเทคนิคการปรับพฤติกรรม = *Theories and techniques in behavior modification* (พิมพ์ครั้งที่ 4..): กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สรวิจ แสงวิเชียร. (2557). ศัพท์ใหม่ทางการแพทย์ ภาควิชากายวิภาคศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล.
- สุภัททา ปิ่นทะแพทย์. (2550). พฤติกรรมมนุษย์กับการพัฒนาตน: กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา.
- สุภางค์ จันทวานิช. (2553). การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุมาลี สวดยสะอาด. (2554). เพศศึกษา. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุริยเดว ทรีปาตี. (2557). เพศที่สามครองพิธีกร เน้นประพจน์ดีเป็นตัวอย่าง. Retrieved 6 มีนาคม 2561, from ไทยโพสต์ สืบค้นจาก <https://www.thaihealth.or.th/Content/26459-เพศที่สามครองพิธีกร%20เน้นประพจน์ดีเป็นตัวอย่าง.html>
- โสภา ชีปลมณ. (2536). บุคลิกภาพและการพัฒนาการ : แนวโน้มสู่พฤติกรรมปกติและการมีพฤติกรรมเบี่ยงเบนของเด็กและเยาวชน. กรุงเทพฯ: โอ.เอส.พริ้นติ้ง.
- หลักการยอกยาศรตา. (2552). หจก.ไอดีส์ สแควร์, กรุงเทพมหานคร.
- หลุย จำปาเทศ. (2552). จิตวิทยาสัมพันธ์ = *Encountering psychology* (พิมพ์ครั้งที่ 7..): กรุงเทพฯ

: ภาควิชาจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
องค์กรเพื่อการศึกษาวิทยาศาสตร์และวัฒนธรรมแห่งสหประชาชาติ. (2562). แนวปฏิบัติสากลทาง
วิชาการเรื่องเพศวิถีศึกษา. In.



ภาคผนวก





รายชื่อผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือ

รองศาสตราจารย์ ดร.มณฑิรา จารุเพ็ง

ภาควิชาการวิจัยและพัฒนาศักยภาพมนุษย์ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เฉลิมชัย หาญกล้า

ภาควิชาจิตวิทยาและการแนะแนว คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี ลพบุรี

อาจารย์ ดร.ภัสสร เลาสวัสดิกุล

ภาควิชาจิตวิทยาและการแนะแนว คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี ลพบุรี



ภาคผนวก ข

แบบประเมินการแสดงผลที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ

แบบประเมินการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ

คำชี้แจง : โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน ☐ ให้ตรงกับความเป็นจริง

ตอนที่ 1 : ข้อมูลทั่วไป

เพศสภาพ(gender) ☐ ชาย ☐ หญิง

เพศวิถี(sexuality) ☐ lesbian (เลสเบี้ยน) ☐ gay (เกย์)

☐ bisexual (ไบเซ็กชวล) ☐ trans(พฤติกรรมข้ามเพศ)

ระดับการศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ☐ 4 ☐ 5 ☐ 6 อายุ.....ปี

แผนการเรียน ☐ วิทยาศาสตร์ ☐ ภาษา – คำนวณ ☐ ภาษา ☐ ไทย – สังคม

ตอนที่ 2 : การแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ

คำชี้แจง : 1. แบบประเมินนี้ไม่มีคำตอบถูกหรือผิด คำตอบจะถือเป็นความลับ และไม่มีผลเกี่ยวข้องกับใดๆ กับผู้ให้ข้อมูล

2. โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างเพียงหนึ่งช่อง ตามความจริงและตรงกับระดับและ

พฤติกรรมการแสดงออกของผู้ให้ข้อมูล โดย

จริงมากที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นสอดคล้องกับความเป็นจริงเกี่ยวกับตัวท่านมากที่สุด
ส่วนใหญ่จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นสอดคล้องกับความเป็นจริงเกี่ยวกับตัวท่านเป็นส่วนใหญ่
จริงพอประมาณ	หมายถึง	ข้อความนั้นสอดคล้องกับความเป็นจริงเกี่ยวกับตัวท่านพอประมาณ
จริงเป็นส่วนน้อย	หมายถึง	ข้อความนั้นสอดคล้องกับความเป็นจริงเกี่ยวกับตัวท่านเป็นส่วนน้อย
ไม่จริงเลย	หมายถึง	ข้อความนั้นไม่สอดคล้องกับความเป็นจริงเกี่ยวกับตัวท่านเลย

ข้อ	คำถาม	จริงมากที่สุด	ส่วนใหญ่จริง	จริงพอประมาณ	จริงเป็นส่วนน้อย	ไม่จริงเลย
1	หากข้าพเจ้าไม่เข้าใจเนื้อหาที่เรียน ข้าพเจ้าจะซักถามครูผู้สอน					
2	เมื่อต้องเรียนเนื้อหาที่ยาก ข้าพเจ้าจะ ตั้งใจ					
3	ข้าพเจ้าจะตั้งใจฟังและคิดตามในขณะที่ ครูสอน					
4	เมื่อต้องเรียนในเนื้อหาที่ยาก ข้าพเจ้า พยายามทำความเข้าใจแม้ต้องใช้เวลา นานกว่าปกติ					
5	ข้าพเจ้ามีความพร้อมที่จะเรียนรู้สิ่งใหม่ๆ จากครูผู้สอน					
6	ถึงข้าพเจ้าจะเหนื่อย หรือง่วงนอนมากแค่ไหนก็ตาม ข้าพเจ้าก็จะเข้าเรียนสม่ำเสมอ ทุกคาบเรียน					
7	เมื่อเพื่อนชวนหนีเรียน ข้าพเจ้าจะปฏิเสธ เพราะหน้าที่ของข้าพเจ้าคือการเรียน					
8	ข้าพเจ้าจะไม่พูดคุย ส่งเสียงไววายใน คาบเรียน					

ข้อ	คำถาม	จริงมากที่สุด	ส่วนใหญ่จริง	จริงพอประมาณ	จริงเป็นส่วนใหญ่	ไม่จริงเลย
9	ข้าพเจ้าชอบหยอกล้อ คุณเล่นในขณะครูกำลังสอน					
10	เมื่อรู้สึกเบื่อหน่ายในวิชาที่เรียน ข้าพเจ้ามักหนีเรียน					
11	หากข้าพเจ้าสงสัย หรือต้องการทราบเรื่องใด ข้าพเจ้าจะสืบค้นจากแหล่งข้อมูลด้วยตนเองก่อน					
12	ข้าพเจ้าจะส่งงานที่ได้รับมอบหมายครบทุกครั้งโดยไม่ต้องให้ครูติดตามทวงถาม					
13	ข้าพเจ้าเลือกที่จะนั่งฟังครูและสนใจเนื้อหาในชั้นเรียน แม้ในขณะที่เพื่อนรอบข้างคุย เล่น ส่งเสียงดัง					
14	ข้าพเจ้าไม่สนใจ ไม่เคยเข้าร่วมกิจกรรมที่ทางโรงเรียนจัดขึ้น					
15	ข้าพเจ้ารู้ว่าตัวเองมีความสนใจ และถนัดด้านไหนในการเรียน					
16	ข้าพเจ้ารู้ว่าจะใช้ความสามารถของตนเองด้านไหน เพื่อเป็นประโยชน์กับกิจกรรมที่โรงเรียนจัดขึ้น					

ข้อ	คำถาม	จริงมากที่สุด	ส่วนใหญ่จริง	จริงพอประมาณ	จริงเป็นส่วนน้อย	ไม่จริงเลย
17	ข้าพเจ้าเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆที่ทางโรงเรียนได้จัดขึ้น					
18	ข้าพเจ้าเข้าเรียนก่อนเวลา					
19	ข้าพเจ้ามีความพร้อมที่จะเรียนรู้ในทุกคาบเรียน					
20	ข้าพเจ้ายอมรับคำวิพากษ์วิจารณ์จากผู้อื่นเมื่อพูดถึงพฤติกรรม การแสดงออกของตนเอง					
21	ข้าพเจ้าพูดคำหยาบใส่คนรอบข้างอยู่เสมอเมื่อรู้สึกหงุดหงิด					
22	ข้าพเจ้าเปิดเผยและแสดงออกตามวิถีเพศของข้าพเจ้า					
23	เมื่อมีความขัดแย้งเกิดขึ้นข้าพเจ้าจะยอมรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น					
24	ข้าพเจ้ามักพูดด้วยเหตุผล เมื่อเกิดปัญหาในการทำงานร่วมกับผู้อื่น					
25	ข้าพเจ้ามักจะพูดคุย สื่อสารด้วยถ้อยคำหยาบคาย อยู่เสมอ					

ข้อ	คำถาม	จริงมากที่สุด	ส่วนใหญ่จริง	จริงพอประมาณ	จริงเป็นส่วนใหญ่	ไม่จริงเลย
26	ข้าพเจ้ามักพูดทะเลาะเรื่องเพศกับเพื่อนและผู้อื่น					
27	ข้าพเจ้าสื่อสารกับคนรอบข้างด้วยคำพูดที่สุภาพ นุ่มนวล					
28	ข้าพเจ้าเปิดเผยและแสดงออกตามวิถีเพศของข้าพเจ้าเมื่ออยู่กับกลุ่มเพื่อน					
29	ข้าพเจ้าจะไหว้ ทักทาย ทำความเคารพพ่อแม่ ครู หรือผู้มีอาวุโสกว่า					
30	ข้าพเจ้าแต่งกายถูกต้องตามระเบียบของโรงเรียนเพื่อเป็นแบบอย่างที่ดีแก่ผู้อื่น					
31	ข้าพเจ้าพร้อมที่จะปฏิบัติตนเป็นตัวอย่างที่ดีของสังคมตามเพศวิถีของตนเอง					
32	ข้าพเจ้าแต่งกายผิดระเบียบโดยไม่สนใจว่าจะเป็นแบบอย่างที่ดีหรือไม่ดีแก่ผู้อื่น					
33	ข้าพเจ้าเปิดเผยและแสดงออกตามวิถีเพศของข้าพเจ้าเมื่อพูดคุยกับพ่อแม่ผู้ปกครอง					

ข้อ	คำถาม	จริงมาก ที่สุด	ส่วน ใหญ่จริง	จริง พอประมาณ	จริงเป็น ส่วน น้อย	ไม่จริง เลย
34	ข้าพเจ้าพยายามปฏิบัติตนให้เหมาะสมตาม วิถีทางเพศเพื่อเป็นตัวอย่างที่ดีกับสังคม					
35	เมื่อเพื่อนตำหนิข้าพเจ้า ข้าพเจ้าจะตอบ โต้โดยทันทีเพราะไม่สามารถควบคุม อารมณ์ตนเองได้					
36	เมื่อเจอสถานการณ์ที่มีความเสี่ยงต่อการ ยุ่งเกี่ยวกับสารเสพติด ข้าพเจ้าจะ หลีกเลี่ยง					
37	เมื่อข้าพเจ้าเครียด ข้าพเจ้าชอบแยกตัวอยู่ คนเดียว					
38	หากเพื่อนหรือคนรอบข้างพูดจาไม่ดีกับ ข้าพเจ้า ข้าพเจ้าสามารถควบคุมอารมณ์ ได้ และจะไม่ตอบโต้เพื่อไม่ให้เกิดปัญหา ความขัดแย้ง					
39	หากข้าพเจ้าเข้าไปอยู่ในสถานการณ์ที่ เสี่ยงต่อเรื่องเพศ ข้าพเจ้าเลือกที่จะ หลีกเลี่ยง และไม่เข้าไปยุ่งเกี่ยวกับ สถานการณ์นั้น					
40	ในพื้นที่ออนไลน์เช่น เฟซบุ๊ก ข้าพเจ้ามักโพส ไลค์ หรือแชร์ เรื่องราวเกี่ยวกับเรื่องเพศ					

ข้อ	คำถาม	จริงมากที่สุด	ส่วนใหญ่จริง	จริงพอประมาณ	จริงเป็นส่วนน้อย	ไม่จริงเลย
41	ข้าพเจ้ามักปฏิเสธเมื่อถูกเชิญชวนไปเที่ยวสถานบันเทิง เวลากลางคืน					
42	ข้าพเจ้าไม่แสดงพฤติกรรมทางเพศที่ไม่เหมาะสม เช่นการกอดจูบในที่สาธารณะ					
43	ข้าพเจ้าไม่สนใจภาพยั่วทางเพศ เช่นการกอดจูบ การปลุกเร้าอารมณ์ ตามสื่อ หรืออินเทอร์เน็ต					
44	เมื่อมีความทุกข์ข้าพเจ้าจะหาเพื่อนพูดคุยเป็นที่ปรึกษา					
45	เมื่อมีเพื่อนให้ลองยาเสพติด ข้าพเจ้าจะปฏิเสธ และพยายามออกห่างจากเพื่อนคนนั้น					
46	เมื่อเห็นผู้ปกครอง หรือเพื่อนดื่มสุรา ข้าพเจ้าก็ไม่คิดที่จะทดลองดื่ม					
47	เมื่อมีความเครียด หรือประสบปัญหา ข้าพเจ้ามักแสดงออกด้วยอาการขาดสมาธิ					
48	ข้าพเจ้าสามารถควบคุมและจัดการอารมณ์เมื่ออยู่ในสถานการณ์ที่ยั่วต่อการแสดงอารมณ์ที่รุนแรง					

ข้อ	คำถาม	จริงมาก ที่สุด	ส่วน ใหญ่จริง	จริง พอประมาณ	จริงเป็น ส่วน น้อย	ไม่จริง เลย
49	เมื่อมีปัญหากับผู้อื่น ข้าพเจ้าเลือกที่จะ แสดงออกของอารมณ์อย่างรุนแรงตามที่ ตนเองรู้สึก					
50	ข้าพเจ้ามักแสดงออกให้ผู้อื่นเห็นว่าตนเอง สามารถควบคุมและจัดการอารมณ์ได้เป็น อย่างดีแม้อยู่ในสถานการณ์ที่ตึงเครียด					
51	เมื่อขัดแย้งกับผู้อื่นฉันสามารถแก้ สถานการณ์นั้นด้วยเหตุผล					

ภาคผนวก ค

ค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับนิยามศัพท์ปฏิบัติการ
ของแบบประเมินการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ

**ตารางค่าดัชนีความสอดคล้องของแบบประเมินการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มี
พฤติกรรมข้ามเพศ**

ข้อที่	คะแนนความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ			ผลรวม	IOC	ผลการ พิจารณา
	คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 3			
1	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
2	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
3	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
4	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
5	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
6	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
7	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
8	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
9	1	1	0	2	.67	ผ่านเกณฑ์
10	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
11	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
12	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
13	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
14	1	1	0	2	.67	ผ่านเกณฑ์
15	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
16	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
17	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
18	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
19	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
20	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
21	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์

ข้อที่	คะแนนความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ			ผลรวม	IOC	ผลการพิจารณา
	คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 3			
22	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
23	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
24	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
25	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
26	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
27	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
28	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
29	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
30	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
31	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
32	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
33	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
34	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
35	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
36	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
37	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
38	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
39	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
40	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
41	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
42	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
43	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
44	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์

ข้อที่	คะแนนความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ			ผลรวม	IOC	ผลการพิจารณา
	คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 3			
45	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
46	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
47	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
48	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
49	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
50	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
51	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์

ค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) อยู่ระหว่าง 0.60 – 1.00 คะแนน

ภาคผนวก ง
คำอำนาจำแนกรายข้อ
ของแบบประเมินการแสดงผลออกที่เหมะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ



**ตารางค่าอำนาจจำแนกและค่าความเชื่อมั่นของแบบประเมินการแสดงออกที่เหมาะสม
ของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ**

ข้อ	ค่าอำนาจจำแนก	ข้อ	ค่าอำนาจจำแนก	ข้อ	ค่าอำนาจจำแนก
1	0.63	21	0.32	41	0.42
2	0.43	22	0.25	42	0.37
3	0.54	23	0.40	43	0.48
4	0.52	24	0.54	44	0.31
5	0.23	25	0.39	45	0.25
6	0.67	26	0.42	46	0.39
7	0.52	27	0.45	47	0.27
8	0.53	28	0.30	48	0.36
9	0.24	29	0.44	49	0.25
10	0.44	30	0.40	50	0.33
11	0.42	31	0.66	51	0.30
12	0.48	32	0.21		
13	0.39	33	0.36		
14	0.21	34	0.28		
15	0.33	35	0.42		
16	0.34	36	0.43		
17	0.39	37	0.35		
18	0.47	38	0.64		
19	0.58	39	0.45		
20	0.46	40	0.52		

ผู้วิจัยคัดเลือกข้อคำถามที่มีค่าอำนาจจำแนกรายข้อตั้งแต่ 0.20-0.70 จำนวน 51 ข้อค่าความ
เชื่อมั่นของแบบประเมินการแสดงออกที่เหมาะสม เท่ากับ 0.91

ภาคผนวก จ

โครงการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาเพื่อเสริมสร้างการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่น
ที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ

**กำหนดการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาเพื่อเสริมสร้างการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่น
ที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ**

วันที่	เวลา	หัวข้อการอบรมที่	เทคนิค ทฤษฎีที่นำมาใช้	กิจกรรม
1	08.00 – 08.30 น.	ลงทะเบียน		
1	08.30 – 09.00 น.	1. ปฐมนิเทศ สร้างสัมพันธภาพ	- เทคนิคกลุ่มสัมพันธ์ เพื่อ เสริมสร้างสัมพันธภาพ	1. กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ - เกมละลายพฤติกรรม - เกม warm up กระชับมิตร 2. กิจกรรมฉันคือดอกไม้ ดอก อะไร ?
1	09.30 – 10.30 น.	2.ฉันคือใคร “Who am I”	- เทคนิคกลุ่มสัมพันธ์/ทักษะใน การศึกษาค้นคว้า (Study Skill) - เทคนิคการบรรยาย(Lecture) - ทฤษฎีตัวตนของโรเจอร์ - แนวคิด self-awareness	1. กิจกรรมQuiz Show 2. ชมวิดีโอทัศน์ “LGBT แบบง่ายๆ - กะเทย เกย์ เลสเบี้ยน แยกยังไง?” 3. ไปกิจกรรมที่ 1 ฉันคือใคร/นำเสนอ ใบงาน
1	10.30- 10.45 น.	พักเบรก		
1	10.45- 11.45 น.	3. เข้าใจเขาเข้าใจเรา	- การให้คำปรึกษากลุ่ม - - การให้คำปรึกษาแบบยืด ผู้รับบริการเป็นศูนย์กลาง - ทฤษฎีและเทคนิคการให้คำปรึกษา แบบรู้คิด-พฤติกรรม (Cognitive Behavioral Therapy)	1. กิจกรรมแลกเปลี่ยนประสบการณ์ - ทศนคติต่อสังคม และสิ่งที่สังคม ปฏิบัติต่อตนเอง - การคิดอย่างมีเหตุผล 2. ดำเนินกิจกรรมกลุ่มย่อย 3 กลุ่ม

วันที่	เวลา	หัวข้อการอบรมที่	เทคนิค ทฤษฎีที่นำมาใช้	กิจกรรม
1	11.45 – 12.45 น.	4. ฉันในตอนนี้ “Here & Now”	- เทคนิคการสะท้อนความรู้สึก - เทคนิคการสรุปความ - แนวคิด Self -Awareness	- กิจกรรมโยนบอลตอบคำถาม “ตอนนี้รู้สึกอย่างไรที่สังคมมอง และปฏิบัติต่อตนเอง” “ตั้งคำถามต่อสังคม 1 คำถาม” - ไปกิจกรรมที่ 2 มันจะดีกว่านี้?
1	12.45 – 13.45น.	พักรับประทานอาหาร		
1	13.45 – 14.45 น.	5. การแสดงออกเชิงบวก	- กลุ่มสัมพันธ์ - เทคนิคการให้คำปรึกษาในกลุ่ม แบบเหตุผล-อารมณ์และ พฤติกรรม - การแสดงบทบาทสมมติ (Role Playing)	1. กิจกรรม “เธอชื่ออะไร” “เป่ายิ่ชูปแบ่งกลุ่ม” 2. การแบ่งกลุ่มแสดงบทบาท สมมติ ตามหัวข้อสถานการณ์ที่ กำหนดให้ 3 หัวข้อ โดยแสดง ออกมาในเชิงบวกและเชิงลบ “เมื่อโดนครูปกครองลงโทษเรื่อง ผิดวินัย” “เมื่อฉันถูก Bully” “เมื่อต้องทำงานกับคนที่ไม่ชอบ” - ไปกิจกรรมที่ 3 “มองต่างมุม”
1	14.45– 15.00 น.	พักเบรก		
1	15.00 – 16.00 น.	6. ปลุกพลังบวก	- กลุ่มสัมพันธ์ - เทคนิคตัวแบบในทฤษฎีการให้ คำปรึกษาแบบรู้คิดพฤติกรรม	1. กิจกรรม “ฉันสวยเพราะฉัน.....” 2. ชมวีดีทัศน์ “เหยียด - เพศที่สาม (LGBT)” -ไปงานที่ 4 ปลุกพลังบวก- นำเสนอชิ้นงาน

วันที่	เวลา	หัวข้อการอบรมที่	เทคนิค ทฤษฎีที่นำมาใช้	กิจกรรม
1	16.00 – 16.30 น.	สรุปกิจกรรมและนัดหมาย	- การอภิปรายกลุ่มย่อย (Small Group Discussion)	สรุปสรุปสิ่งที่ได้อย่างน้อย 3 – 5 ข้อ และให้คะแนนตนเองในวันที่ 1 ของการอบรม
2	08.00 – 08.30 น.	ลงทะเบียน		
2	08.30 – 09.00 น.	7. สร้างสัมพันธภาพ	- เทคนิคกลุ่มสัมพันธ์ /ทักษะทางสังคม (Social Skill) - ทฤษฎีตัวตนของโรเจอร์	1. กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ - เกมละลายพฤติกรรม - เกม warm up กระชับมิตร 2. กิจกรรมจับคู่ดอกไม้ออกอะไร ? (ทบทวนชื่อ)
2	09.30 – 10.30 น.	8. “My Idol”	- เทคนิคกลุ่มสัมพันธ์ - เทคนิคการบรรยาย (Lecture) - เทคนิคตัวแบบในทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบรู้คิด - ทฤษฎีตัวตนของโรเจอร์	1. ชมวิดีโอทัศน์ “ยอมรับในตัวเอง เป็นเพศไหนก็สำเร็จได้” “LIFE STORY LGBT สีสันสังคม ไม่ใช่คนประหลาด จากชายกลายเป็นสาว จนเกอินเตอร์” 2. ไปกิจกรรมที่ 5 My Idol / นำเสนอไปงาน
1	10.30- 10.40 น.	พักเบรก		

วันที่	เวลา	หัวข้อการอบรมที่	เทคนิค ทฤษฎีที่นำมาใช้	กิจกรรม
2	10.40- 11.40 น.	9.How to Success.	- การให้คำปรึกษากลุ่ม - เทคนิคในการให้คำปรึกษา แบบเผชิญความจริง กระบวนการ WDEP	1. กิจกรรมแลกเปลี่ยนประสบการณ์ - ปัญหาและอุปสรรคด้านการเรียน ของตนเอง - การคิดอย่างมีเหตุผล 2. ไปกิจกรรม How to Success
2	11.40 – 12.00 น.	10. ศักยภาพของฉัน	- ทฤษฎีตัวตนของโรเจอร์ - เทคนิคการเสริมแรง	1. แบบทดสอบศักยภาพตนเอง 2. นำเสนอ ศักยภาพของฉัน
2	12.00 – 13.00น.	พักรับประทานอาหาร		
2	13.00 – 14.40 น.	11. ชีวิตไม่เลียด	- กลุ่มสัมพันธ์ - เทคนิคกรณีศึกษา (Case Study) - การบรรยาย - Self- Awareness	1. กิจกรรม “เก้าอี้ปริศนา” 2. การให้ความรู้เรื่อง “ความปลอดภัยทางเพศ ความเสี่ยงของ LGBT” - กิจกรรมโยนบอลตอบคำถาม (ประสานองค์กรภายนอก)
2	14.40 – 15.00 น.	พักเบรก		

วันที่	เวลา	หัวข้อการอบรมที่	เทคนิค ทฤษฎีที่นำมาใช้	กิจกรรม
2	15.00 – 16.00 น.	12.ระดมพลังสมอง “Brainstorm”	- กลุ่มสัมพันธ์ - ทักษะในการทำงานกลุ่ม (Group Work Skill)	1. กิจกรรมบอลลูนสามสีแบ่งกลุ่ม 2. ระดมสมองถึงการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่น LGBT และสิ่งที่ได้รับการฝึกอบรม - นำเสนอชิ้นงาน และให้คะแนน
2	16.00 – 16.30 น.	พิธีปิด มอบเกียรติบัตร		
รวม 16 ชั่วโมง				

การฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาเพื่อเสริมสร้างการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มี

พฤติกรรมข้ามเพศ

ครั้งที่ 1

เรื่อง การปฐมนิเทศและสร้างสัมพันธภาพ

เวลา 30 นาที

วัตถุประสงค์

1. สร้างความคุ้นเคย สร้างความไว้วางใจ สร้างความอบอุ่น และการยอมรับระหว่างผู้วิจัยและผู้เข้ารับการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา
2. เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์ของการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาในแต่ละหัวข้อเพื่อเสริมสร้างการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ
3. เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมได้วิเคราะห์ ประเมินคุณค่าของตนเอง

อุปกรณ์

- PowerPoint ประกอบการฝึกอบรม เรื่อง แนะนำตัวและชี้แจงวัตถุประสงค์
- ฟลิปชาร์ต และปากกาสี

แนวคิดสำคัญ

การปฐมนิเทศเป็นกระบวนการแรกที่มีความสำคัญต่อการสร้างสัมพันธภาพอันดีระหว่างผู้รับการฝึกอบรมกับผู้วิจัย เป็นการสร้างความประทับใจแรก (First Impression) ให้เกิดกับผู้เข้ารับการฝึกอบรม มีการชี้แจงวัตถุประสงค์ ความมุ่งหมาย และกระบวนการฝึกอบรมให้รับทราบและเข้าใจตรงกัน

การสร้างสัมพันธภาพ (Building Relationship Technique) สำหรับในการพบกันเป็นครั้งแรก ผู้ฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาจะต้องสร้างสัมพันธภาพที่ดี โดยการทักทายแสดงความเป็นมิตร มีความจริงใจให้เกียรติ รักษาความลับกับผู้เข้ารับการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาแสดงถึงความห่วงใยเอาใจใส่ เต็มใจที่จะพูดคุยได้ทุกเรื่อง ตลอดจนชี้ให้เห็นประโยชน์ที่จะได้รับจากการให้คำปรึกษา ทั้งนี้

เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาสามารถรู้สึกไว้วางใจในการเปิดเผยข้อมูลความรู้ และให้ความร่วมมือในการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา

แนวคิดเรื่องตัวตน (The Self) ของ คาร์ล อาร์รอกเจอร์ (โสภา ชปิลมันน์, 2536) เชื่อว่า “ตัวตน” เป็นศูนย์กลางของบุคลิกภาพ ที่เป็นส่วนของการรับรู้ และค่านิยมเกี่ยวกับตัวเรา ตัวตนพัฒนามาจากการที่อินทรีย์มีปฏิสัมพันธ์กับสภาพแวดล้อม เป็นประสบการณ์เฉพาะตน ในการพัฒนาตัวตนของบุคคลนั้น บุคคลจะพบว่า มีบางส่วนที่คล้ายและบางส่วนที่แตกต่างไปจากผู้อื่น ตัวตนเป็นส่วนที่ทำให้พฤติกรรมของบุคคลมีความคงเส้นคงวา (Consistency) และประสบการณ์ใดที่ช่วยยืนยันความคิดรวบยอดของตน (Self-Concept) ที่บุคคลมีอยู่ บุคคลจะรับรู้ และผสมผสานประสบการณ์นั้นเข้ามาสู่ตนเองได้อย่างไม่มีความคับข้องใจ แต่ประสบการณ์ที่ทำให้บุคคลรู้สึกว่าอัตมโนทัศน์ที่มีอยู่เบี่ยงเบนไปจะทำให้บุคคลเกิดความคับข้องใจที่จะยอมรับประสบการณ์นั้น ความคิดรวบยอดของตนเป็นสิ่งที่มีการเปลี่ยนแปลงตลอดเวลา เพราะบุคคลจะต้องอยู่ในโลกแห่งความเปลี่ยนแปลงโดยมีตัวเอง (Self) เป็นศูนย์กลางในการแสดงพฤติกรรม

เทคนิคสำคัญ

ผู้วิจัยประยุกต์ใช้เทคนิคกลุ่มสัมพันธ์เพื่อเสริมสร้างทักษะที่สำคัญ ได้แก่

1. เกม (Game) เป็นวิธีการหนึ่งซึ่งสามารถนำไปใช้ในการสอนกลุ่มสัมพันธ์ได้ดี โดยผู้ฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาสรางสถานการณ์หรือเกมการเล่นขึ้น แล้วให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาลงเล่นด้วยตนเองภายใต้ข้อตกลงหรือกติกาบางอย่างที่กำหนดไว้ ซึ่งผู้เข้ารับการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาก็ตัดสินใจทำอย่างใดอย่างหนึ่ง อันมีผลออกมาในรูปของการแพ้การชนะวิธีนี้จะช่วยให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาฝึกการแก้ปัญหาและเอาชนะอุปสรรคต่างๆ

2. การรับฟังอย่างมีประสิทธิภาพ (Intensive Listening) และสร้างบรรยากาศที่อบอุ่นจริงจังการยอมรับฟังในเรื่องราวและความเป็นบุคคลของผู้รับการปรึกษาโดยไม่มีเงื่อนไข โดยไม่ตัดสิน

วิธีดำเนินการ

ในการฝึกอบรมในครั้งนี้ผู้วิจัยดำเนินการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาเพื่อเสริมสร้างการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ โดยประยุกต์ให้เทคนิค ทฤษฎีตัวตนของรอเจอร์ เทคนิคการสร้างสัมพันธภาพ โดยมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

ขั้นเริ่มต้น

ผู้วิจัยแนะนำตนเอง ชี้แจงวัตถุประสงค์และกระบวนการในการฝึกอบรมครั้งนี้

ขั้นตอนการ

1. กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ เกมละลายพฤติกรรม “warm up กระชับมิตร” โดยให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมทั้งหมดเข้าแถวเป็นวงกลมแบบอิสระ ไม่กำหนดตำแหน่ง ภายในเวลา 10 วินาที โดยใช้สัญญาณจากการนับเลข ผู้วิจัยเป็นส่วนหนึ่งของวงกลมและกิจกรรมนี้โดยยืนอยู่กับที่ เมื่อให้สัญญาณและทุกคนเข้าที่เสร็จแล้ว ให้เริ่มคำสั่งแรกว่า “จงเข้าแถวตามลำดับความสูง” สูงมากอยู่ขวามือของผู้วิจัย สูงน้อยอยู่ซ้ายมือของผู้วิจัย ให้รวบรวมสมาธิ 5 วินาที แล้วเริ่มจับเวลา 10 วินาที เมื่อเสร็จสิ้นให้ปรบมือสับจังหวะพร้อมกัน ตรวจสอบความถูกต้อง คำสั่งที่สอง “จงเข้าแถวตามลำดับจากสวย” สวยมากไปหาสวยน้อย โดยให้สัญญาณเหมือนคำสั่งแรกแต่นับเวลาเหลือ 7 วินาที และคำสั่งที่สาม “จงเข้าแถวตามน้ำหนักผอมมากไปหาผอมน้อย” จับเวลา 5 วินาที เมื่อเรียงเสร็จให้แต่ละคนเขย่งน้ำหนัก เสร็จแล้วให้นั่งประจำที่เป็นวงกลม

2. กิจกรรมฉันคือดอกไม้ ดอกอะไร ? เป็นกิจกรรมที่เน้นให้เกิดการสำรวจและประเมินตนเอง รวมทั้งรู้จักและเข้าใจผู้อื่น โดยกำหนดคำถามว่า “ให้บอกว่าตนเองคือดอกไม้อะไร พร้อมสโลแกนสั้นๆ” เช่น “สวย หวาน แต่หนามคม ฉันคือดอก กุหลาบ” โดยให้เวลา ในการคิด 1 นาที เมื่อทุกคนพร้อมให้ชูมือแล้วร้อง “เฮ” พร้อมกัน เริ่มแนะนำทีละคน เมื่อแต่ละคนพูดจบให้ปรบมือ แนะนำจนครบทุกคน และสุ่มถามสมาชิกถึงชื่อของดอกไม้ที่แทนผู้เข้ารับการฝึกอบรมทุกคน

ขั้นสรุป

1. ผู้วิจัยถามผู้เข้ารับการฝึกอบรมว่า “เราได้อะไรบ้างจากกิจกรรม” เมื่อมีคนตอบให้ยืนขึ้นตอบสั้นๆ และถามคนที่ตอบว่า “อยากฟังคำตอบของใคร” ตามลำดับจนครบทุกคน

2. แจกปากกาสีให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมเขียนสิ่งที่ได้จากการฝึกอบรมครั้งที่ 1 บนฟลิปชาร์ตที่ติดไว้ให้

การประเมินผล

1. ผู้วิจัยสังเกตจากความใส่ใจ ความกระตือรือร้นในการร่วมการฝึกอบรม ความกล้าแสดงออก เปิดเผยตนเอง และยอมรับสมาชิกคนอื่นๆ
2. การตอบคำถามเกี่ยวกับเรื่องความเข้าใจในเป้าหมายของการฝึกอบรม และประเมินฟลิปชาร์ตสรุปผล



การฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาเพื่อเสริมสร้างการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มี

พฤติกรรมข้ามเพศ

ครั้งที่ 2

เรื่อง ฉันคือใคร “Who am I”

เวลา 60 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมมีความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับความหลากหลายทางเพศในสังคมปัจจุบัน
2. เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมสามารถอธิบายลักษณะของความหลากหลายทางเพศได้
3. เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมรู้จักและเข้าใจเพศวิถีของตนเอง
4. เพื่อเสริมสร้างทักษะการทำงานกลุ่ม

อุปกรณ์

- PowerPoint ประกอบการฝึกอบรม เรื่องความหลากหลายทางเพศ
- วิดีทัศน์ LGBT กะเทย เกย์ เลสเบี้ยน แยกยังไง?
- ฟลิปชาร์ท และปากกาสี

แนวคิดสำคัญ

กลุ่มบุคคลข้ามเพศ กลุ่มรักร่วมเพศ เพศที่สาม และ กลุ่มความหลากหลายทางเพศ ล้วนมีความหมายอยู่ในกลุ่มเพศเดียวกัน ซึ่งคำที่ใช้ในระดับสากลคือ กลุ่มความหลากหลายทางเพศ (LGBT) โดยมีความหมายคือ กลุ่มคนที่มีรูปแบบการแสดงออก รสนิยม และอัตลักษณ์ทางเพศ และพฤติกรรมทางเพศ (Sexuality) ตามความต้องการของตนเองได้อย่างหลากหลายโดยไม่เป็นไปตาม ลักษณะของเพศสภาพ (Gender) ของตนเอง หรือพื้นฐานแนวคิดของสังคมกำหนด (Mindset) ซึ่งประกอบไปด้วย ว่า เลสเบี้ยน เกย์ ไบแซกซวล คนข้ามเพศ

แนวคิด การตระหนักรู้ (Self-Awareness) คือการรับรู้ของสิ่งใดสิ่งหนึ่งโดยที่มีความรู้สึกตัว รับรู้และเข้าใจคุณลักษณะ ความรู้สึก แรงจูงใจ สาเหตุ ความต้องการ Self-Awareness

เป็นหัวใจสำคัญของการมีความสัมพันธ์ที่ดี การตระหนักรู้สิ่งที่เกิดขึ้นภายในเป็นสิ่งที่ทำให้เรารู้ว่าเกิดอะไรขึ้นภายในตัวเองได้ ซึ่งความสามารถในการตรวจจับสภาพอารมณ์และความคิดของตัวเองในขณะหนึ่งสู่ขณะหนึ่งเป็นหัวใจสำคัญในการมีชีวิตที่ดีขึ้น มีความสงบมากขึ้นกับการดูแลบริหารความคิด อารมณ์ และพฤติกรรม

แนวคิดเรื่องตัวตน (Self) ของบุคคล คาล อาร์ รोजอร์กล่าวว่า ตัวตนนั้นจะเริ่มพัฒนาเมื่อบุคคล มีปฏิกริยาสัมพันธ์ กับสิ่งแวดล้อม รอบตัวเขา เขาจะรับรู้ ความจริงของสภาพแวดล้อม และนำเอาประสบการณ์ต่าง มาให้ ความหมายต่อการรับรู้เรียกว่า ประสบการณ์แห่งตนเอง (Self-Experience) ปฏิสัมพันธ์ระหว่างตนเอง กับบุคคลที่สำคัญที่อยู่ในสิ่งแวดล้อมของเขา จะนำไปสู่การพัฒนา อัตมโนทัศน์ (Self-Concept) เพราะทำให้บุคคลรู้สึกถึง ความเป็นเอกลักษณ์ของตนเอง(โสภา ซปีลมันน์, 2536)

เทคนิคสำคัญ

ผู้วิจัยประยุกต์ใช้เทคนิคในทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบการรู้คิด-พฤติกรรม ได้แก่ เทคนิคการชี้แนะเพื่อการค้นพบ (Guided Discovery Technique) เทคนิคการเสริมแรง (Reinforcement) เทคนิคการเป็นตัวแบบ (Modeling)

1. เทคนิคการชี้แนะเพื่อการค้นพบ (Guided Discovery Technique) ช่วยให้เยาวชนเปลี่ยนความเชื่อในแง่ลบ และแนะนำให้ค้นพบวิธีคิดใหม่ๆ และพฤติกรรมใหม่ๆ โดยการถามคำถามเป็นชุดๆ ซึ่งเป็นข้อมูลที่มีอยู่จริง เพื่อท้าทายความเชื่อ ตลอดจนให้ความรู้ใหม่ที่ถูกต้องแก่ผู้เข้ารับการฝึกอบรม

2. เทคนิคการเสริมแรง (Reinforcement) เป็นเทคนิคที่ให้การชื่นชม การยอมรับการสนับสนุน และการใส่ใจ การเสริมแรงจะบ่งบอกถึงการเปลี่ยนแปลงทางบวกในการนำการเรียนรู้ไปใช้ปฏิบัติในชีวิตประจำวัน และทำให้บุคคลผู้ได้รับการเสริมแรงมองเห็นว่าการเปลี่ยนแปลงเป็นสิ่งที่เป็นไปได้ การรายงานความสำเร็จ ไม่ว่าจะอยู่ในระดับมากหรือน้อยแค่ไหนก็ตาม เป็นสิ่งที่มีความสำคัญเป็นอย่างยิ่งต่อการปรับปรุงตนเอง การเสริมแรงและการสนับสนุนจึงเป็นสิ่งที่มีความสำคัญ

3. เทคนิคการเป็นตัวแบบ (Modeling) เป็นเทคนิคที่ให้เยาวชนได้เรียนรู้จากการสังเกตและการเลียนแบบ และให้การเสริมแรงเมื่อมีการเลียนแบบพฤติกรรมเกิดขึ้นด้วย

วิธีดำเนินการ

ในการฝึกอบรมในครั้งนี้ผู้วิจัยดำเนินการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาเพื่อเสริมสร้างการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ โดยประยุกต์ให้เทคนิค ทฤษฎีตัวตนของรอลเฟิร์ส ทฤษฎีและเทคนิคการให้คำปรึกษาแบบรู้คิด-พฤติกรรม (Cognitive Behavioral Therapy) เทคนิคการชี้แนะเพื่อการค้นพบ เทคนิคการเสริมแรง และเทคนิคการเป็นต้นแบบ โดยมีเป้าหมายเพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาได้เข้าใจ ตระหนักรู้และยอมรับตนเอง ยอมรับและเข้าใจผู้อื่นและสังคม โดยมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

ขั้นเริ่มต้น

ผู้วิจัยทบทวนวัตถุประสงค์การฝึกอบรมที่ผ่านมา ผู้วิจัยใช้กิจกรรม QUIZ SHOW โดยให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมจับฉลากคนละ 1 ฉลาก โดยในฉลากจะมีตัวเลขข้ออยู่ 10 ตัวเลข ซึ่งจะมีผู้ที่ได้คำถามและต้องตอบจำนวน 10 คน ส่วนคนที่เหลือจะเป็นผู้ให้คะแนน เมื่อจับฉลากครบทุกคน ให้คนที่ได้คำถามข้อที่ 1 ออกมาด้านแล้วอ่านคำถาม 2 ครั้งให้ผู้รับการฝึกอบรมตอบ จากนั้นเมื่อตอบคำถามจบให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมคนอื่นชูป้ายคะแนน ซึ่งจะมีอยู่ 3 คะแนนคือ 8 9 และ 10 คะแนน ซึ่งคำถามจะเน้นความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับกลุ่ม LGBT เพื่อเป็นการสำรวจความเข้าใจและความรู้ รวมทั้งสร้างความพร้อมในการนำเข้าสู่ขั้นตอนการต่อไป

ขั้นดำเนินการ

1. ผู้วิจัยทบทวนคำถามเกี่ยวกับพื้นฐานความเข้าใจเกี่ยวกับกลุ่ม LGBT ว่าคืออะไร มีอะไรบ้าง และลักษณะอะไรที่แสดงว่าบุคคลนั้นเป็น LGBT ให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมร่วมกันตอบ

2. ผู้วิจัยนำวีดิทัศน์ “ LGBT แบบง่ายๆ กะเทย เกย์ เลสเบี้ยน แยกกันยังไง ” ให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมได้ชม เพื่อให้เกิดความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับความหลากหลายทางเพศในปัจจุบัน

3. หลังจากชมคลิปวีดิทัศน์เสร็จ ผู้วิจัยให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาได้นั่งทบทวนและทำความเข้าใจกับตนเองตนเอง 3 นาที หลังจากนั้นผู้วิจัยได้แจกใบงานที่ 1 “ฉันคือใคร” พร้อมปากกาให้กับผู้เข้ารับ การฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาทุกคนเพื่อทำใบงาน โดยชี้แจงจุดประสงค์ของใบงาน และขั้นตอนการทำ ให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมได้สอบถามข้อสงสัย โดยใบ

งานนี้จะให้ผู้เข้าร่วมการฝึกอบรมวาดรูปตนเอง โดยตั้งชื่อตนเองเป็นดอกไม้ตามกิจกรรมที่ 1 และระบุว่าตนเองเป็นดอกไม้ประเภทไหน L/G/B/T พร้อมทั้งอธิบายลักษณะของความหลากหลายทางเพศของตนเอง ลักษณะเด่น ข้อดี บุคลิกภาพ ความภาคภูมิใจ ให้เวลา 10 นาที

4. หลังจากนั้นผู้วิจัยขออาสาจากผู้เข้าร่วมการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา ออกมานำเสนอใบงานของตนเอง อภิปราย ความคิดของตนเอง เพื่อแลกเปลี่ยนความคิดเห็น ความเหมือนและความแตกต่างของสิ่งที่ผู้เข้าร่วมการฝึกอบรมแต่ละคนได้เขียนกับสิ่งที่ตัวแทนนำเสนอ ให้คะแนนใบงานโดยให้จับคู่แลกเปลี่ยนกันให้คะแนนและนำไปติดไว้ในห้องฝึกอบรมเป็นใบกิจกรรมครั้งที่ 1

ขั้นสรุป

1. ผู้วิจัยถามผู้เข้าร่วมการฝึกอบรมว่า เราได้อะไรบ้างจากกิจกรรม เมื่อมีคนตอบให้ยื้นขึ้นตอบสั้นๆ และถามคนที่ตอบว่า อยากฟังคำตอบของใคร ตามลำดับให้ตัวแทนตอบจำนวน 10 คน

2. ผู้วิจัยเปิดโอกาสให้ผู้เข้าร่วมการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาได้ซักถามข้อสงสัยและนัดเวลา

การประเมินผล

1. ผู้วิจัยสังเกตจากความใส่ใจ ความกระตือรือร้นในการร่วมกิจกรรม ความกล้าแสดงออก เปิดเผยตนเอง และยอมรับสมาชิกคนอื่นๆ

2. การตอบคำถามและคะแนนจากใบงาน

ใบกิจกรรมที่ 1 ฉันคือใคร

ฉันคือดอก.....

คำชี้แจง จงวาดรูปของตนเองและอธิบายว่าตนเองอยู่กลุ่มไหนของความหลากหลายทางเพศ

ลักษณะเด่น ข้อดี บุคลิกลักษณะ ความภาคภูมิใจ ให้เวลา 10 นาที พร้อมนำเสนอ

คำถามที่ใช้ในการจัดกิจกรรม

1. คุณคิดว่า LGBT คืออะไร
2. เกย์ ในความเข้าใจของคุณมีลักษณะอย่างไร
3. จงอธิบายความแตกต่างระหว่าง ทอม กับ เลสเบี้ยน
4. คุณรู้สึกอย่างไรเมื่อมีคนเรียกคุณว่า “ตุ๊ด”
5. ตามความเข้าใจของคุณ กลุ่ม Trans คืออะไร
6. คุณคิดเห็นอย่างไรกับการมีอยู่ของ พระภิกษุสงฆ์ที่เป็น Transgender
7. คุณคิดว่า กลุ่ม LGBT มีความแตกต่างจากคนทั่วไปหรือไม่ เพราะอะไร
8. หากแม่ของคุณมาพูดกับคุณว่า “เป็นผู้ชายภรรยา มีหลานให้แม่ได้ไหม” คุณจะตอบว่าอย่างไร
9. หากคุณได้เป็นรัฐมนตรีมีอำนาจในการกำหนดนโยบายเกี่ยวกับ LGBT คุณจะกำหนดนโยบายอย่างไร
10. หากคุณเป็นตัวแทนของกลุ่ม LGBT คุณอยากจะบอกอะไรกับสังคม

การฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาเพื่อเสริมสร้างการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มี

พฤติกรรมข้ามเพศ

ครั้งที่ 3

เรื่อง เข้าใจเขา เข้าใจเรา

เวลา 60 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์เกี่ยวกับทัศนคติ และปัญหาของกลุ่ม LGBT ในสังคมโรงเรียนมัธยมปลาย
2. เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมรับทราบปัญหา และสะท้อนปัญหา อารมณ์ความรู้สึกจากกระบวนการกลุ่ม
3. เพื่อเสริมสร้างความเข้าใจที่ถูกต้องระหว่างกลุ่ม LGBT และสังคมในโรงเรียน

อุปกรณ์

- ฟลิปชาร์ต และปากกาสี

แนวคิดสำคัญ

กลุ่มบุคคลข้ามเพศ กลุ่มรักร่วมเพศ เพศที่สาม และ กลุ่มความหลากหลายทางเพศ ล้วนมีความหมายอยู่ในกลุ่มเพศเดียวกัน ซึ่งคำที่ใช้ในระดับสากลคือ กลุ่มความหลากหลายทางเพศ (LGBT) โดยมีความหมายคือ กลุ่มคนที่มีรูปแบบการแสดงออก รสนิยม และอัตลักษณ์ทางเพศ และพฤติกรรมทางเพศ (Sexuality) ตามความต้องการของตนเองได้อย่างหลากหลายโดยไม่เป็นไปตาม ลักษณะของเพศสภาพ (Gender) ของตนเอง หรือพื้นฐานแนวคิดของสังคมกำหนด (Mindset) ซึ่งประกอบไปด้วย ว่า เลสเบี้ยน เกย์ ไบเซ็กชวล และ คนข้ามเพศ

แนวคิด Self-Awareness คือการตระหนักรู้หรือรับรู้ของสิ่งใดสิ่งหนึ่งโดยที่มึความรู้สึกตัวรับรู้และเข้าใจคุณลักษณะ ความรู้สึก แรงจูงใจ สาเหตุ ความต้องการ Self-Awareness เป็นหัวใจสำคัญของการมีความสัมพันธ์ที่ดี การตระหนักรู้สิ่งที่เกิดขึ้นภายในเป็นสิ่งที่ทำให้เรารู้ว่าเกิด

อะไรขึ้นภายในตัวเองได้ ซึ่งความสามารถในการตรวจจับสภาพอารมณ์และความคิดของตัวเองในขณะหนึ่งสู่ขณะหนึ่งเป็นหัวใจสำคัญในการมีชีวิตที่ดีขึ้น มีความสงบมากขึ้นกับการดูแลบริหารความคิด อารมณ์ และพฤติกรรม

ทฤษฎียึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง (Client-Centered) เป็นแนวทางหนึ่งของการสร้างสัมพันธภาพของบุคคล โดยการช่วยเหลือที่ผ่านสัมพันธภาพกับผู้ให้คำปรึกษาที่ให้ความเอาใจใส่ เข้าใจและมีความจริงใจ เป็นสัมพันธภาพกับผู้ให้คำปรึกษาที่มีความสอดคล้องระหว่างพฤติกรรมการแสดงออกกับความรู้สึกและความคิดภายใน มีการยอมรับ เอาใจเขามาใส่ใจเรา ไม่เน้นการใช้เทคนิคที่ตายตัว ผู้ให้คำปรึกษาจะใช้เจตคติในการเอื้อต่อการเปลี่ยนแปลงบุคลิกภาพ โดยผู้ให้คำปรึกษาควรมีคุณลักษณะของสัมพันธภาพการให้คำปรึกษา ที่จะนำไปสู่การสร้างบรรยากาศทางจิตวิทยาอย่างเหมาะสม การติดต่อกันทางจิตใจ บุคคลสองคนมีสัมพันธภาพต่อกันและมีผลกระทบซึ่งกันและกัน (โสภา ชปิลมันน์, 2536)

เทคนิคสำคัญ

ผู้วิจัยประยุกต์ใช้เทคนิคในทฤษฎีการให้คำปรึกษา Client-Centered โดยมุ่งเน้นให้ผู้รับการปรึกษาค้นพบ เข้าใจ และยอมรับตนเอง หาทางที่จะพัฒนาปรับปรุงตนเองให้เข้ากับความเป็จริง เข้าใจตนเองว่าอะไรคืออุปสรรคของความเจริญงอกงามของตน และรับรู้ถึงสิ่งที่ทำให้รับรู้ตนเองผิดไปจากความเป็นจริง โดยเทคนิคที่ใช้ประกอบด้วย

1. การรับฟังอย่างมีประสิทธิภาพ (Intensive Listening)และสร้างบรรยากาศที่อบอุ่นจริงใจ
2. การยอมรับฟังในเรื่องราวและความเป็นบุคคลของผู้รับการปรึกษาโดยไม่มีเงื่อนไข (Unconditional Positive Regard)
3. การสะท้อนความรู้สึก (Reflection of feeling)
4. การทำให้เกิดความเข้าใจที่กระจ่างชัด (Clarifying)
5. การสนับสนุน (Supportive)

วิธีดำเนินการ

ในการฝึกอบรมในครั้งนี้ผู้วิจัยดำเนินการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาเพื่อเสริมสร้างการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ โดยประยุกต์ให้เทคนิค Client-Centered โดยมุ่งเน้นให้ผู้รับการปรึกษา ค้นพบ เข้าใจ และยอมรับตนเอง หาทางที่จะพัฒนาปรับปรุงตนเองให้เข้ากับความเป็นจริง เข้าใจตนเองว่าอะไรคืออุปสรรคของความเจริญงอกงามของตน และรับรู้ถึงสิ่งที่ทำให้รับรู้ตนเองผิดไปจากความเป็นจริง

ขั้นเริ่มต้น

1. ผู้วิจัยทบทวนความรู้เรื่อง LGBT ในการอบรมครั้งที่ผ่านมา ผู้วิจัยนำผู้เข้ารับการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาเชิงจิตวิทยาทำกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ เล่นเกม “ลมเพลมพัด และเกม“ฝั่งแตกวัง”เพื่อกระตุ้นให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยามีความสนุกสนานเตรียมความพร้อมสู่การเรียนรู้ต่อไป
2. เมื่อเสร็จสิ้นกิจกรรมกำหนดให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมกลับไปนั่งเก้าอี้ โดยหามนั่งเก้าอี้เดิมของตนเอง จากนั้นให้แบ่งกลุ่มตามสี 3 กลุ่มจากกระดาษสีที่ติดอยู่ใต้เก้าอี้ของทุกคน เมื่อแบ่งกลุ่มได้แล้วให้จัดเก้าอี้เป็นวงกลม 3 วง

ขั้นดำเนินการ

1. ผู้วิจัยแจ้งถึงกิจกรรมต่อไปว่าเป็นกิจกรรมอภิปรายกลุ่ม โดยแต่ละกลุ่มจะมีผู้นำกลุ่มกลุ่มละ 1 คน(ผู้วิจัยและวิทยากรภายนอก2คน) จัดกิจกรรมภายใน 30 นาที โดยชี้แจงกับผู้นำกลุ่มถึงประเด็น ข้อคำถามและเทคนิคที่ใช้ ประกอบไปด้วย การใช้คำถามปลายเปิด (Open-ended Questions) ให้สมาชิกได้พูดอย่างอิสระ ด้วยคำถาม ตลอดระยะเวลาที่เรียนอยู่ในสังคมโรงเรียน เราในฐานะที่เป็น Transgender เคยได้รับการปฏิบัติที่ไม่ดีอย่างไรบ้าง ให้สมาชิกได้พูดอย่างอิสระ ให้สมาชิกคนอื่นเป็นผู้ฟังที่ดี หรือถ้าใครเคยพบกับเหตุการณ์เดียวกันหรือใกล้เคียงก็สามารถพูดอภิปรายได้ ผู้นำกลุ่มจะเน้นการสะท้อนความรู้สึก(Reflection of feeling) ทบทวนเหตุการณ์ การให้กำลังใจซึ่งกันและกัน (Supportive) เพื่อให้สมาชิกทุกคนเข้าใจปัญหาของคนอื่น และเข้าใจปัญหาของตนเองจนเกิดความ การทำให้เกิดความเข้าใจที่กระจ่างชัด (Clarifying) และคำถามว่า ผู้เข้ารับการฝึกอบรมคิดว่าปัญหาที่เจอหรือความอึดอัดในสังคมนั้นเกิดขึ้นจากอะไร

2. เมื่อครบเวลา 30 นาที ผู้วิจัยมอบหมายงานกลุ่มคือกิจกรรมสรุปปัญหา ประสพการณ์ที่สมาชิกกลุ่มตนเองได้พบเจอ ให้แต่ละกลุ่มระดมความคิด อภิปรายและร่วมกันสรุป ลงกระดาษฟลิปชาร์ต โดยแจกปากกาสี ให้ทุกกลุ่ม ให้เวลา 10 นาที

3. นำเสนอที่ละกลุ่ม ให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมร่วมกันอภิปราย เกี่ยวกับ ประสพการณ์ที่สมาชิกได้เจอ ทั้งเรื่องดีและเรื่องไม่ดี และทางออกของปัญหานั้นทำอย่างไร

ขั้นสรุป

1. ผู้วิจัยถามผู้เข้ารับการฝึกอบรมว่า เราได้อะไรบ้างจากกิจกรรม เมื่อมีคนตอบ ให้ยืนขึ้นตอบสั้นๆ และถามคนที่ตอบว่า อยากฟังคำตอบของใคร ตามลำดับให้ตัวแทนตอบจํารวน 10 คน

2. ผู้วิจัยเปิดโอกาสให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาได้ซักถามข้อสงสัยและ นัดเวลา

การประเมินผล

1. ผู้วิจัยสังเกตจากความใส่ใจ ความกระตือรือร้นในการร่วมกิจกรรมครั้งที่ 3 ความกล้าแสดงออก เปิดเผยตนเอง และยอมรับสมาชิกคนอื่นๆ

2. การตอบคำถามและคะแนนจากการทำงานกลุ่มและนำเสนอ

การฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาเพื่อเสริมสร้างการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มี

พฤติกรรมข้ามเพศ

ครั้งที่ 4

เรื่อง ฉันทัน ในตอนนี้ Here & Now

เวลา 60 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมรับทราบปัญหา และสะท้อนปัญหา อารมณ์ความรู้สึกจากกระบวนการกลุ่ม
2. เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมได้วางแผนการพัฒนาปรับปรุงตนเอง

อุปกรณ์

- ลูกบอลไหมพรม ขนาด 15 เซนติเมตร
- กระดาษสีขนาด 10*10 เซนติเมตร จำนวน 20 แผ่น
- ฟลิปชาร์ต และปากกาสี

แนวคิดสำคัญ

การตั้งคำถาม เป็นการให้ผู้รับคำปรึกษาได้เล่าเรื่องราวที่ต้องการปรึกษารวมทั้งความรู้สึกนึกคิดตลอดจนความเชื่อของผู้รับคำปรึกษา โดยมีวัตถุประสงค์ เพื่อให้โอกาสผู้รับคำปรึกษาได้บอกถึงความรู้สึกและเรื่องราวต่างๆ ที่ต้องการจะปรึกษา เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาได้สำรวจและคิดคำนึงเรื่องราวของตนเองเพื่อเข้าใจตัวเองมากขึ้นเพื่อให้ได้ข้อมูล แนวทางแก้ไขปัญหาและแผนการปฏิบัติตามแนวทางดังกล่าว (ดวงมณี จงรักษ์, 2559)

เทคนิคสำคัญ

ผู้วิจัยใช้เทคนิคการตั้งคำถาม การสะท้อนอารมณ์ความรู้สึก เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมได้สำรวจและทบทวนตนเอง นำไปสู่การปรับทัศนคติ และเสริมสร้างการแสดงออกที่เหมาะสม การพูดกับตนเองถือเป็นกลวิธีที่ใช้ในการสำรวจและวางแผนพฤติกรรมการแสดงออกตามความเป็นจริง

วิธีดำเนินการ

ในการฝึกอบรมในกิจกรรมนี้ผู้วิจัยดำเนินการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาเพื่อเสริมสร้างการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศได้ดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้

ขั้นเริ่มต้น

ผู้วิจัยทบทวนกิจกรรมครั้งที่ผ่านมาโดยนำเสนอประเด็นจากการอภิปรายกลุ่มทั้ง 3 กลุ่ม ในกิจกรรม “เข้าใจเขา เข้าใจเรา” ให้เห็นทัศนคติ ความคิดเห็นและประสบการณ์ที่แตกต่างของผู้เข้ารับการฝึกอบรมได้ประสบมา

ขั้นดำเนินการ

1. ผู้วิจัยใช้กิจกรรม โยนบอลตอบคำถาม โดยเลือกคำถามจากการอภิปรายกลุ่มในกิจกรรมที่ผ่านมา กลุ่มละ 1 ข้อ ให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมตอบ โดยการโยนลูกบอลใหม่พร้อมให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมคนแรกพอบตอบคำถามให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมคนแรกโยนบอลให้ใครก็ได้ 1 คน แล้วตอบคำถามเดิมจนครบ 5 คนต่อ 1 คำถาม

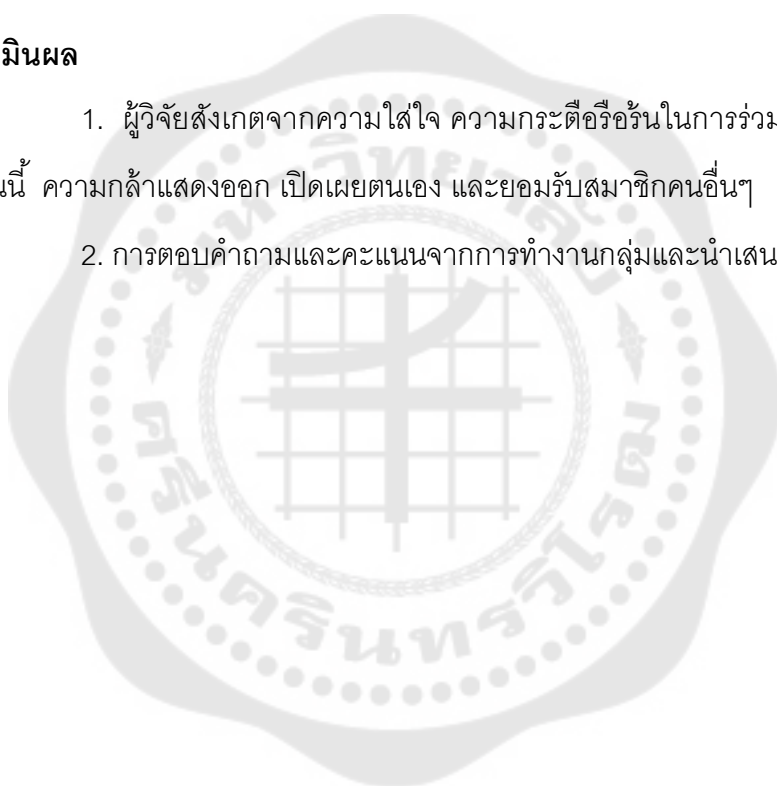
2. ผู้วิจัยสรุปเบื้องต้นให้เห็นว่า ปัญหาของกลุ่ม LGBT ล้วนมาจากทัศนคติของสังคมที่มีต่อการแสดงออกและพฤติกรรมของกลุ่ม LGBT ผู้วิจัยตั้งคำถามว่า มันจะดีกว่านี้แน่ถ้าฉัน..... โดยแจกกระดาษให้นักเรียนทุกคนเขียน และใช้เวลา 2 นาที นำเสนอทีละคนเสร็จแล้วนำไปติดในฟลิปชาร์ตกิจกรรม ฉันท่อนนี้

ขั้นสรุป

1. ผู้วิจัยถามผู้เข้ารับการฝึกอบรมว่า เราได้ะไรบ้างจากกิจกรรม เมื่อมีคนตอบให้ยืนขึ้นตอบสั้นๆ และถามคนที่ตอบว่า อยากฟังคำตอบของใคร ตามลำดับให้ตัวแทนตอบจำนวน 10 คน
2. ผู้วิจัยเปิดโอกาสให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาได้ซักถามข้อสงสัยและนัดเวลา

การประเมินผล

1. ผู้วิจัยสังเกตจากความใส่ใจ ความกระตือรือร้นในการร่วมการฝึกอบรม เรื่องฉันในตอนนี้ ความกล้าแสดงออก เปิดเผยตนเอง และยอมรับสมาชิกคนอื่นๆ
2. การตอบคำถามและคะแนนจากการทำงานกลุ่มและนำเสนอ



การฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาเพื่อเสริมสร้างการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มี

พฤติกรรมข้ามเพศ

ครั้งที่ 5

เรื่อง I can do “ฉันรู้ ฉันทำได้”

เวลา 60 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมทราบถึงการแสดงออกเชิงบวกและเชิงลบของตนเองที่ปฏิบัติต่อผู้อื่น
2. เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมรู้วิธีและทดลองปฏิบัติการแสดงออกเชิงบวก
3. เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมมีพฤติกรรมแสดงออกที่เหมาะสม และสร้างสรรค์ได้

อุปกรณ์

- ใบหัวข้อสถานการณ์
- ใบกิจกรรม มองต่างมุม

แนวคิดสำคัญ

การแสดงออกที่เหมาะสม (Assertiveness Behavior) คือ การแสดงออกตามสิทธิ ความต้องการ และความเป็นตัวตนของตนเอง เป็นความสามารถที่จะสื่อสารความรู้สึก ความคิดเห็น ความเชื่อและความต้องการต่าง ๆ ในลักษณะที่ตรงไปตรงมา จริงใจและเหมาะสม ตระหนักรู้โดยไม่ล่วงเกินสิทธิของบุคคลอื่นเคารพต่อกฎ กติกาของสังคมโดยรวม และการแสดงออกที่เหมาะสมยังช่วยส่งเสริมให้ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลเป็นไปในทางพึงพอใจทั้งสองฝ่าย ลดปัญหา และเป็นที่ยอมรับของสังคม

เทคนิคสำคัญ

ผู้วิจัยใช้เทคนิค บทบาทสมมติ (Role Playing) คือเป็นการจำลองสถานการณ์ที่กำหนดให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรม แสดงบทบาทตามที่สมมติขึ้นเทียบเคียงกับสภาพที่เป็นจริง ตาม

ลักษณะที่ผู้แสดงบทบาทเข้าใจ เพื่อให้ผู้ดูเกิดความรู้ ความเข้าใจในสิ่งที่เกิดขึ้น หลักสำคัญของการสอนแบบนี้คือ ผู้วิจัยจะสร้างปัญหาให้ผู้เรียนได้คิดและให้ผู้เรียนแก้ปัญหาให้ได้ด้วยตนเอง ด้วยการแสดงที่ทำให้ได้ด้วยตัวเอง ด้วยการแสดงที่ทำให้ผู้ดูเห็นจริง วิธีการแสดงบทบาทสมมติจึงนับว่าเป็นวิธีการฝึกการแก้ปัญหาและการตัดสินใจวิธีหนึ่ง เพราะในสถานการณ์ที่สมมติขึ้นมาและบทบาทที่สมมติขึ้นมาให้คล้ายคลึงกับสิ่งที่ป็นจริงนั้น มักจะมีปัญหาและข้อขัดแย้งต่าง ๆ แฝงมาด้วย การที่ให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมได้เลือกที่จะแสดงบทบาทต่าง ๆ โดยไม่ต้องใครหรือเตรียมตัวมาก่อนนั้น ผู้แสดงจะต้องแสดงไปตามธรรมชาติโดยที่ไม่รู้ว่าผู้แสดงคนอื่นจะมีปฏิกิริยาตอบโต้อย่างไรนั้น นับว่าเป็นการช่วยฝึกให้ผู้แสดงได้เรียนรู้ที่จะปรับพฤติกรรมและหาทางแก้ปัญหาตัดสินใจอย่างธรรมชาติ

วิธีดำเนินการ

ในการฝึกอบรมในกิจกรรมนี้ผู้วิจัยดำเนินการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาเพื่อเสริมสร้างการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศได้ดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้

ขั้นเริ่มต้น

ทบทวนความรู้ที่ได้จากกิจกรรมที่ผ่านมาจากนั้นผู้วิจัยใช้กิจกรรม เธอชื่ออะไร เพื่อสร้างเตรียมความพร้อมแก่ผู้เข้ารับการฝึกอบรม จากนั้นใช้กิจกรรม เป้ายิงจับแบ่งกลุ่ม แบ่งสมาชิกออกเป็นสามกลุ่มเท่า ๆ กัน

ขั้นดำเนินการ

1. ผู้วิจัยให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมนั่งเป็นกลุ่มของตัวเอง คัดเลือกหัวหน้ากลุ่ม จับฉลากเลือกหัวข้อสถานการณ์ กำหนดให้
2. ผู้วิจัยแจกเอกสารใบงานมองต่างมุม ให้กลุ่มละ 1 ชุด อธิบายกระบวนการขั้นตอนที่สมาชิกในกลุ่มต้องทำ กำหนดเวลาเตรียมการ 15 นาที นัดหมายรวมกันเพื่อชมการแสดง และร่วมกันอภิปราย
3. ขั้นตอนการแสดง กำหนดเวลากลุ่มละไม่เกิน 7 นาที โดยก่อนการแสดงอาจมีการจัดฉากการแสดงให้ดูสมจริง ฉากการแสดงอาจเป็นฉากง่าย ๆ หรืออาจจะจัดให้ดู

สวยงาม แต่ไม่ควรจะใช้เวลามาก และคำนึงถึงความประหยัดด้วย เมื่อพร้อมแล้ว ผู้วิจัยให้เริ่มการแสดง และสังเกตการแสดงอย่างใกล้ชิด ไม่ควรมีการขัดการแสดงกลางคัน นอกจากกรณีที่มีปัญหาเมื่อการแสดงออกนอกทาง ผู้วิจัยอาจจำเป็นต้องให้คำแนะนำบ้าง เมื่อการแสดงดำเนินไปพอสมควรแล้วหากไม่จบตามกำหนดเวลา ผู้วิจัยสามารถตัดบท ยุติการแสดง ไม่ควรให้การแสดงยืดยาวจะทำให้ผู้ชมเกิดความเบื่อหน่ายการตัดบทควรทำเมื่อเห็นว่าการแสดงได้ให้ข้อมูลแก่กลุ่มเพียงพอที่จะนำมาวิเคราะห์และอภิปรายเพื่อให้เกิดการเรียนรู้ตรงตามวัตถุประสงค์ เมื่อจบการแสดงแต่ละกลุ่มให้กลุ่มมีที่เป็นผู้ชมให้คะแนน

4. ขั้นการวิเคราะห์อภิปรายผลการแสดง ผู้วิจัยเริ่มการสัมภาษณ์ความรู้สึกและความคิดของผู้แสดงและของผู้ชม จดบันทึกไว้บนฟลิปชาร์ตต่อ เพื่อช่วยให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมเห็นประเด็นในการอภิปรายและสรุป ต่อจากนั้น จึงให้ทุกคนร่วมกันอภิปราย แสดงความคิดเห็น และสรุปประเด็นการเรียนรู้ การอภิปรายเน้นและอภิปรายในเรื่องของพฤติกรรมที่ผู้สวบบทบาทแสดงออก และความรู้สึกที่เป็นเหตุผลักดันให้เกิดการแสดงพฤติกรรมนั้นออกมา การซักถาม มุ่งประเด็นไปที่ว่าผู้แสดงได้แสดงพฤติกรรมอะไรบ้าง ทำไมจึงแสดงพฤติกรรมเช่นนั้น และพฤติกรรมนั้นก่อให้เกิดผลอะไรตามมา แต่ละกลุ่มบันทึกสิ่งที่ได้ลงใบกิจกรรม

ขั้นสรุป

1. ผู้วิจัยถามผู้เข้ารับการฝึกอบรมว่า “เราได้อะไรบ้างจากกิจกรรม” เมื่อมีคนตอบให้เขียนขึ้นตอบสั้นๆ และถามคนที่ตอบว่า “อยากฟังคำตอบของใคร” ตามลำดับให้ตัวแทนตอบจำนวน 10 คน

2. ผู้วิจัยเปิดโอกาสให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาได้ซักถามข้อสงสัยและนัดเวลา

การประเมินผล

1. ผู้วิจัยสังเกตจากความใส่ใจ ความกระตือรือร้นในการร่วมกิจกรรม ความกล้าแสดงออก เปิดเผยตนเอง และยอมรับสมาชิกคนอื่น ๆ

2. การตอบคำถามและคะแนนจากการทำงานกลุ่มและนำเสนอ

การฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาเพื่อเสริมสร้างการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มี

พฤติกรรมข้ามเพศ

ครั้งที่ 6

เรื่อง ปลุกพลังบวก

เวลา 60 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมทราบปัญหาของ นักเรียนที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ (Transgender) ที่ต้องเจอในสังคม
2. เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมสามารถวางแผนและจัดการอารมณ์ความรู้สึกของตนเอง เมื่อต้องเจอกับสถานการณ์ปัญหาได้
3. เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมมีพฤติกรรมแสดงออกที่เหมาะสม และสร้างสรรค์ได้

อุปกรณ์

- วิดีทัศน์ เหยียดเพศที่ 3 LGBT
- ใบกิจกรรม ปลุกพลังบวก

แนวคิดสำคัญ

การเรียนรู้ของมนุษย์ส่วนมาก เป็นการเรียนรู้โดยการสังเกต (Observational Learning) หรือการเลียนแบบจากตัวแบบ (Modeling) สำหรับตัวแบบไม่จำเป็นต้องเป็น ตัวแบบที่มีชีวิตเท่านั้น แต่อาจจะ เป็นตัวแบบ สัญลักษณ์ เช่น ตัวแบบที่เห็นในโทรทัศน์ ภาพยนตร์ เกมส์ คอมพิวเตอร์ หรืออาจจะ เป็น รูปภาพ การ์ตูน หนังสือ นอกจากนี้ คำบอกเล่า ด้วยคำพูดหรือข้อมูล ที่เขียนเป็นลายลักษณ์- อักษรก็เป็นตัวแบบได้

เทคนิคสำคัญ

การเสนอตัวแบบ (Modeling Procedure) การเสนอตัวแบบเป็นเทคนิคที่สามารถใช้ปรับพฤติกรรมทางอารมณ์ทาง สังคม หรือทักษะทางกาย ซึ่งนับว่าเป็นเทคนิคที่ใช้ได้อย่างกว้างขวาง และเป็นธรรมชาติ ซึ่ง ตัวแบบนี้ให้ประโยชน์ 3 ด้านคือ ช่วยให้ผู้เรียนเรียนรู้พฤติกรรมใหม่ ช่วยให้พฤติกรรมที่เรียนรู้มาแล้วได้มีโอกาสแสดงออก และมีผลให้เกิดการระงับพฤติกรรมบางอย่าง การเสนอตัวแบบทำให้เด็กเกิดการสังเกตและทำตามแบบอย่าง เช่น สังเกตตัวแบบจริง ตัวแบบจากภาพยนตร์ จากรูปภาพ ฯลฯ การเสนอตัวแบบจะมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของเด็กมาก

วิธีดำเนินการ

ในการฝึกอบรมในกิจกรรมนี้ผู้วิจัยดำเนินการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาเพื่อเสริมสร้างการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศได้ดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้

ขั้นเริ่มต้น

1. ทบทวนความรู้ที่ได้จากกิจกรรมที่ผ่านมา จากนั้น ผู้วิจัยนำผู้เข้ารับการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาทากิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ “กิจกรรมเกมวัดดวง และกิจกรรมเกมวิวาร์เหาะ” เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยากระชับกระเฉง ผ่อนคลาย หายเครียด เตรียมความพร้อมสู่การเรียนรู้ต่อไป
2. ผู้วิจัยกล่าวถึง “พลังบวก” เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมเชิง จิตวิทยาเข้าใจและเตรียมพร้อมในการฝึกอบรมในครั้งนี้

ขั้นดำเนินการ

1. ผู้วิจัยเริ่มต้นด้วยคำถามนำทางว่า การเป็นกลุ่ม ข้ามเพศ หรือ Transgender นั้น เคยต้องเจอกับการดูถูก การปฏิบัติที่ไม่ดีอย่างไรบ้าง แล้วเราจัดการตอบสนองต่อสถานการณ์นั้นได้ดีแค่ไหน อย่างไร ผู้วิจัยตั้งคำถามเพื่อ กระตุ้นให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาได้สำรวจตนเองเพื่อสร้างการฝึกการมองโลกในแง่ดี พัฒนาการแสดงออกต่อผู้อื่นอย่างเหมาะสม สร้างสรรค์ ผู้วิจัยให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมเชิง จิตวิทยาได้นั่งสมาธิเพื่อทบทวนชีวิตทบทวนคำถามที่ผู้วิจัยถามไป 5 นาที

2. หลังจากนั้นผู้วิจัยได้แจกกิจกรรมใบงาน “ฉันจัดการได้” พร้อมปากกา ให้กับ ผู้ เข้ารับการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาทุกคน เพื่อเขียน ประสบการณ์หรือเหตุการณ์การถูก การ ปฏิบัติที่ไม่ดีอย่างไรบ้าง แล้วเราได้ตอบสนองอย่างไร ดีหรือไม่ดี ถ้าแก้ไขได้ หรือต้องเจออีก เราจะ จัดการอย่างไร ให้เวลา 10 นาที

3. เมื่อทุกคนเขียนเสร็จ ผู้วิจัยขออาสาเพื่อบอกเล่าในสิ่งที่เขียน ให้เพื่อนๆ ฟัง 2 คน หลังจากนั้นผู้วิจัยให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาจับคู่เพื่อแลกเปลี่ยนปัญหาที่ ตน พบ และเพื่อเรียนรู้วิธีแก้ไขปัญหามาจากเพื่อนๆ และเพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา ได้ เข้าใจถึงการคิดเชิงบวก และการแสดงออกเชิงบวกมีผลดีต่อเราอย่างไร

4. ผู้วิจัยกล่าวว่า กลุ่ม LGBT ในสังคมปัจจุบันเปิดกว้างและยอมรับในการ แสดงออกของคนกลุ่มนี้มากขึ้น แต่ก็ยังคงมีหลายประเด็นที่สังคมยังไม่เข้าใจ และการแสดงออก ของคนกลุ่มนี้ต่อเหตุการณ์เหล่านั้นก็ยิ่งทำให้สังคมมองติดลบเพิ่มขึ้น และเปิด ทัศนคติเหยียด เพศที่ 3 LGBT เมื่อดูจบให้นักเรียนร่วมกันอภิปรายว่า เหตุการณ์นี้เคยเกิดขึ้นกับใครบ้าง เราผ่าน มันมาได้อย่างไร ใช้พลังบวก แสดงออกเชิงบวกอย่างไร เพื่อเป็นแนวทางในการปรับทัศนคติและ พฤติกรรมต่อไป

ขั้นสรุป

1. ผู้วิจัยถามผู้เข้ารับการฝึกอบรมว่า เราได้อะไรบ้างจากกิจกรรม เมื่อมีคน ตอบให้ยืนขึ้นตอบสั้นๆ และถามคนที่ตอบว่า อยากฟังคำตอบของใคร ตามลำดับให้ตัวแทนตอบ จำนวน 10 คน

2. ผู้วิจัยเปิดโอกาสให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาได้ซักถามข้อสงสัยและ นัดเวลา

การประเมินผล

1. ผู้วิจัยสังเกตจากความใส่ใจ ความกระตือรือร้นในการร่วมกิจกรรม ความกล้า แสดงออก เปิดเผยตนเอง และยอมรับสมาชิกคนอื่นๆ

2. การตอบคำถามและคำแนะนำจากการทำงานกลุ่มและนำเสนอ

ใบกิจกรรม จัดการได้

คำชี้แจง ให้นักเรียนทบทวนประสบการณ์ของตนเองการถูก การปฏิบัติที่ไม่ดีอย่างไรบ้าง แล้ว
เราได้ตอบสนองอย่างไร ดีหรือไม่ดี ถ้าแก้ไขได้

ประสบการณ์ของฉัน

.....

.....

.....

ความรู้สึกกับเหตุการณ์นั้น ณ ตอนนั้น

.....

.....

.....

จัดการมันอย่างไร

.....

.....

.....

ได้อะไรจากเหตุการณ์นั้น

.....

.....

.....

การฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาเพื่อเสริมสร้างการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มี

พฤติกรรมข้ามเพศ

ครั้งที่ 7

เรื่อง สร้างสัมพันธภาพ

เวลา 30 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้สมาชิกที่เข้าร่วมการฝึกอบรมสร้างความคุ้นเคย สร้างความไว้วางใจ สร้างความอบอุ่น และการยอมรับระหว่างผู้วิจัยและผู้เข้ารับการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา
2. เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมตื่นตัวและมีความพร้อมในการทำกิจกรรมอื่นๆต่อไป

อุปกรณ์

- ฟลิปชาร์ต และปากกาสี

แนวคิดสำคัญ

การสร้างสัมพันธภาพ (Building Relationship Technique) สำหรับในการพบกันเป็นครั้งแรก ผู้ฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาจะต้องสร้างสัมพันธภาพที่ดี โดยการทักทายแสดงความเป็นมิตร มีความจริงใจ ให้เกียรติ รักษาความลับกับผู้เข้ารับการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาแสดงถึงความห่วงใย เอาใจใส่ เต็มใจที่จะพูดคุยได้ทุกเรื่อง ตลอดจนชี้ให้เห็นประโยชน์ที่จะได้รับจากการให้คำปรึกษา ทั้งนี้เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาสามารถรู้สึกไว้วางใจในการเปิดเผยข้อมูลความรู้ และให้ความร่วมมือในการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา (ทศนา แหมมณี, 2545)

เทคนิคสำคัญ

เกม (Game) เป็นวิธีการหนึ่งซึ่งสามารถนำไปใช้ในการสอนกลุ่มสัมพันธ์ได้ดี โดยผู้ฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาสร้างสถานการณ์หรือเกมการเล่นขึ้น แล้วให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาลงเล่นด้วยตนเองภายใต้ข้อตกลงหรือกติกาบางอย่างที่กำหนดไว้ ซึ่งผู้เข้ารับการ

ฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาก็ดีตัดสินใจทำอย่างใดอย่างหนึ่ง อันมีผลออกมาในรูปของการแพ้การชนะวิธีนี้ จะช่วยให้ผู้เข้าร่วมการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาฝึกการแก้ปัญหาและเอาชนะอุปสรรคต่างๆ

วิธีดำเนินการ

ในการฝึกอบรมในครั้งนี้ผู้วิจัยดำเนินการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาเพื่อเสริมสร้างการ แสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ โดยประยุกต์ให้เทคนิค ทฤษฎีตัวตนของรอเจอร์ ทฤษฎีและเทคนิคการให้คำปรึกษาแบบรู้คิด-พฤติกรรม (Cognitive Behavioral Therapy) เทคนิคการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเหตุผล-อารมณ์และพฤติกรรม เทคนิคในการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงกระบวนการ WDEP และเทคนิคการสร้างสัมพันธภาพ โดยมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

ขั้นเริ่มต้น

1. ผู้วิจัยแนะนำตนเอง ชี้แจงวัตถุประสงค์และกระบวนการในการฝึกอบรมในวันนี้

ขั้นดำเนินการ

1. ผู้วิจัยนำผู้เข้ารับการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาทำ กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ กิจกรรมเกม เป่ายี่งอ วิวัฒนาการ และกิจกรรมเกมตารางระเบิด ทำให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาเชิงจิตวิทยา สนุกสนาน กระฉับกระเฉง ตื่นตัว ผ่อนคลาย เตรียมความพร้อมสู่การเรียนรู้ต่อไป
2. ทบทวนกิจกรรมอันคือดอกไม้ ดอกอะไร ? เป็นกิจกรรมที่เน้นให้เกิดการสำรวจและประเมินตนเอง รวมทั้งรู้จักและเข้าใจผู้อื่น โดยกำหนดคำถามว่า ให้บอกว่าตนเองคือดอกไม้ อะไร พร้อมสโลแกนสั้นๆ” เช่น “สวย หวาน แต่หนามคม ฉันคือดอกไม้ กุหลาบ โดยใช้เวลา ในการคิด 1 นาที เมื่อทุกคนพร้อมให้ชูมือแล้วร้อง เฮ พร้อมกัน เริ่มแนะนำทีละคน เมื่อแต่ละคนพูดจบ ให้ปรบมือ แนะนำจนครบทุกคน และสุ่มถามสมาชิกถึงชื่อของดอกไม้ที่แทนผู้เข้ารับการฝึกอบรมทุกคน

ขั้นสรุป

1. ผู้วิจัยถามผู้เข้ารับการฝึกอบรมว่า เราได้อะไรบ้างจากกิจกรรม เมื่อมีคนตอบให้เขียนขึ้นตอบสั้นๆ และถามคนที่ตอบว่า อยากฟังคำตอบของใคร ตามลำดับจนครบทุกคน

การประเมินผล

1. ผู้วิจัยสังเกตจากความใส่ใจ ความกระตือรือร้นในการร่วมกิจกรรม ความกล้าแสดงออก เปิดเผยตนเอง และยอมรับสมาชิกคนอื่นๆ
2. การตอบคำถามและประเมินฟลิปชาร์ตสรุปผล



การฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาเพื่อเสริมสร้างการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มี

พฤติกรรมข้ามเพศ

ครั้งที่ 8

เรื่อง My Idol

เวลา 60 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยามีความรู้ความเข้าใจ การเป็นแบบอย่างที่ดีกับตนเองและผู้อื่น นำไปสู่การแสดงออกที่เหมาะสม
2. เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาตระหนักรู้และสามารถพัฒนาตนเองให้สามารถแสดงออกอย่างเหมาะสมได้

อุปกรณ์

- PowerPoint ประกอบการฝึกอบรมเรื่อง MY IDOL
- วีดิทัศน์ “LIFE STORY LGBT สีสันสังคมไม่ใช่คนประหลาด จากชายกลายเป็นสาว จนโกอินเตอร์”
- ใบกิจกรรม ฉันเป็น IDOL

แนวคิดสำคัญ

การเรียนรู้ของมนุษย์ส่วนมาก เป็นการเรียนรู้โดยการสังเกต (Observational Learning) หรือการเลียนแบบจากตัวแบบ (Modeling) สำหรับตัวแบบไม่จำเป็นต้องเป็น ตัวแบบที่มีชีวิตเท่านั้น แต่อาจจะ เป็นตัวแบบ สัญลักษณ์ เช่น ตัวแบบที่เห็นในโทรทัศน์ ภาพยนตร์ เกมส์ คอมพิวเตอร์ หรืออาจจะ เป็น รูปภาพ การ์ตูน หนังสือ นอกจากนี้ คำบอกเล่า ด้วยคำพูดหรือข้อมูลที่เขียนเป็นลายลักษณ์-อักษรก็เป็นตัวแบบได้

เทคนิคสำคัญ

ผู้วิจัยใช้กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์และเทคนิคในทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบการรู้คิด-พฤติกรรม ได้แก่ เทคนิคการชี้แนะเพื่อการค้นพบ (Guided Discovery Technique) และเทคนิค

การเป็นตัวแบบ (Modeling) เทคนิคการชี้แนะเพื่อการค้นพบ (Guided Discovery Technique) ช่วยให้เยาวชนเปลี่ยน ความเชื่อในแง่ลบ และแนะให้ค้นพบวิธีคิดใหม่ๆ และพฤติกรรมใหม่ๆ โดยการถามคำถามเป็นชุดๆ ซึ่งเป็นข้อมูลที่มีอยู่จริง เพื่อท้าทายความเชื่อ และเทคนิคการเป็นตัวแบบ (Modeling) เป็นเทคนิคที่ให้เยาวชน ได้เรียนรู้จากการสังเกตและการเลียนแบบ และให้การเสริมแรงเมื่อมีการเลียนแบบพฤติกรรมเกิดขึ้นด้วย

วิธีดำเนินการ

ในการฝึกอบรมในครั้งนี้ผู้วิจัยดำเนินการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาเพื่อเสริมสร้างการ แสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ โดยมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

ขั้นเริ่มต้น

1. ผู้วิจัยทบทวนสิ่งที่ได้จากการฝึกอบรมวันที่ผ่านมา จากนั้นผู้วิจัย ชี้แจง วัตถุประสงค์และกระบวนการในการฝึกอบรมในวันนี้เพื่อให้มีจุดมุ่งหมายและความเข้าใจตรงกัน

ขั้นดำเนินการ

1. ผู้วิจัยถามคำถามเพื่อให้เกิดการคิดทบทวนกับผู้เข้ารับการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา ว่า “เชื่อมั่นว่าทุกคนล้วนมีแนวทางในการดำเนินชีวิตไปสู่ความสำเร็จ วิธีที่ง่ายที่สุดคือการดูจาก คนที่ประสบความสำเร็จหรือตัวแบบ และนำมาปรับใช้ อยากทราบว่าแต่ละคนมี Idol เป็นใครกัน บ้าง และให้เหตุผล โดยสุ่มถามคนแรกและให้คนแรกที่ตอบเลือกคนถัดๆไป จนครบทุกคน

2. เมื่อตอบครบทุกคน ผู้วิจัยกล่าวสรุปว่า บางคนก็มีตัวแบบด้านการเรียน ตัวแบบด้านความสวย ตัวแบบด้านความสำเร็จ อยากรู้ใหม่ว่าคนที่ประสบความสำเร็จได้ และเป็น LGBT เขาทำอย่างไร และเปิดวีดีทัศน์ “วีดีทัศน์ “LIFE STORY LGBT สีสันสังคมไม่ใช่คน ประหลาด จากชายกลายเป็นสาว จนโกอินเตอร์” ให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมได้เห็นแบบอย่างและ แนวทางของคน queerness ที่ประสบความสำเร็จในชีวิต

3. ผู้วิจัยจัดผู้เข้ารับการฝึกอบรมเป็นสามกลุ่ม แจกกระดาษและปากกาสี โดยให้ โจทย์ว่า “ช่วยกันระดมสมอง ยกตัวอย่าง IDOL ที่เป็น LGBT ที่ตนเองรู้จักมา 1 คน พร้อมทั้งวาด รูปประกอบ และเขียนอธิบายในหัวข้อต่างๆ คือ /ประวัติคร่าวๆ/ อาชีพความสามารถ /เหตุผลที่

เลือก/ เป็น IDOL ในด้านไหน /และสามารถเอามาเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิตได้อย่างไรบ้าง ให้เวลา 15 นาที เตรียมนำเสนอ

4. เมื่อหมดเวลา จับฉลากลำดับการนำเสนอ เมื่อแต่ละกลุ่มนำเสนอเสร็จ ให้สมาชิกอีกสองกลุ่มเป็นผู้ประเมินและให้คะแนน จนครบ 3 กลุ่ม ผู้วิจัยสรุปประเด็นสำคัญ และโยงถึงตัวผู้เข้ารับการฝึกอบรมว่า “เราเองก็เป็น LGBT เราก็สามารถเป็นแบบอย่างให้กับคนอื่น ๆ ได้เช่นกัน” พร้อมแจกใบกิจกรรม ฉันทัน IDOL คนละ 1 แผ่น อธิบายคำชี้แจง โดยให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรม วาดรูปตนเอง และสำรวจศักยภาพของตนเองว่า เราสามารถเป็น IDOL ให้คนอื่นได้ในเรื่องใดอย่างไรบ้าง ให้เวลา 10 นาที

5. ผู้วิจัยสุ่มนำเสนอจำนวน 5 คน โดยให้สมาชิกร่วมกันอภิปราย การเป็น IDOL ในระดับโรงเรียน ต่อเพื่อน ต่อรุ่นน้อง และระดับสังคมโดยรวม ว่าแต่ละคนมีรูปแบบการแสดงออกอย่างไร และเราสามารถนำมาปฏิบัติได้จริงหรือไม่

ขั้นสรุป

1. ผู้วิจัยถามผู้เข้ารับการฝึกอบรมว่า เราได้อะไรบ้างจากกิจกรรม เมื่อมีคนตอบให้ยืนขึ้นตอบสั้นๆ และถามคนที่ตอบว่า อยากฟังคำตอบของใคร ตามลำดับจนครบทุกคน
2. ผู้วิจัยเปิดโอกาสให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาได้ซักถามข้อสงสัยและนัดเวลา

การประเมินผล

1. ผู้วิจัยสังเกตจากความใส่ใจ ความกระตือรือร้นในการร่วมกิจกรรม ความกล้าแสดงออก เปิดเผยตนเอง และยอมรับสมาชิกคนอื่นๆ
2. การตอบคำถามและประเมินฟลิปชาร์ตสรุปผล

ใบกิจกรรม จันเป็น IDOL

คำชี้แจง ให้นักเรียนวาดรูปตนเองและเขียนแผนผังความคิดอธิบายว่า ตัวเองมีศักยภาพด้านใด และสามารถเป็นแบบอย่างให้กับผู้อื่นได้อย่างไร ใน 3 ระดับคือ แบบอย่างต่อเพื่อน แบบอย่างต่อรุ่นน้อง และแบบอย่างต่อสังคม

IDOL เรื่อง.....

แบบอย่างต่อรุ่นน้อง

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

แบบอย่างต่อเพื่อน

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

แบบอย่างต่อสังคม

.....

.....

.....

.....

.....

การฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาเพื่อเสริมสร้างการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มี

พฤติกรรมข้ามเพศ

ครั้งที่ 9

เรื่อง How to Success

เวลา 60 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาสามารถวิเคราะห์ปัญหาด้านการเรียนของตนเอง

2. เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาสามารถแสดงออกทางด้านการเรียนและศักยภาพของตนเองได้อย่างสร้างสรรค์

อุปกรณ์

- PowerPoint ประกอบการฝึกอบรม เรื่อง How to Success
- ฟลิปชาร์ต และปากกาสี

แนวคิดสำคัญ

การพัฒนาตนเองหรือ Self Development หมายถึง การที่บุคคลมีความต้องการเปลี่ยนแปลงภาพของตนเองไปสู่สิ่งใหม่ ๆ บุคคลเป็นผู้ต้องรับผิดชอบในการเลือกสิ่งที่ตนเองต้องการเรียนรู้และเปลี่ยนแปลง บุคคลเป็นผู้กำหนดว่าตนเองการเรียนรู้เมื่อไหร่ และมีวิธีการเรียนรู้อย่างไรหรืออาจกล่าวได้ว่าบุคคลมีความอิสระในการเรียนรู้และเลือกสิ่งที่ต้องการเรียนรู้ด้วยตนเอง

เทคนิคสำคัญ

ผู้วิจัยใช้กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์และเทคนิคในทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบการรู้คิด-พฤติกรรม ได้แก่ เทคนิคการชี้แนะเพื่อการค้นพบ (Guided Discovery Technique) และเทคนิคการเป็นตัวอย่าง (Modeling) เทคนิคการชี้แนะเพื่อการค้นพบ (Guided Discovery Technique) ช่วยให้ผู้เรียนเปลี่ยน ความเชื่อในแง่ลบ และแนะนำให้ค้นพบวิธีคิดใหม่ๆ และพฤติกรรมใหม่ๆ

โดยการถามคำถามเป็นชุดๆ ซึ่งเป็นข้อมูลที่มีอยู่จริง เพื่อท้าทายความเชื่อ และเทคนิคการเป็นตัวแบบ (Modeling) เป็นเทคนิคที่ให้เยาวชน ได้เรียนรู้จากการสังเกตและการเลียนแบบ และให้การเสริมแรงเมื่อมีการเลียนแบบพฤติกรรมเกิดขึ้นด้วย

วิธีดำเนินการ

ในการฝึกอบรมในครั้งนี้ผู้วิจัยดำเนินการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาเพื่อเสริมสร้างการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ โดยมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

ขั้นเริ่มต้น

ทบทวนความรู้จากการฝึกอบรมเรื่อง My Idol จากนั้นผู้วิจัยนำผู้เข้ารับการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาทำกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ เล่นเกม นับ จับ หยิบ เพื่อกระตุ้นให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยามีความสนุกสนานเตรียมความพร้อมสู่การเรียนรู้ต่อไป

ขั้นดำเนินการ

1. ผู้วิจัยถามนำเสนอประเด็นปัญหาด้านการเรียนที่เกิดกับ นักเรียน LGBT ในโรงเรียน ประกอบด้วย นักเรียนมักเข้าสาย ไม่สนใจงานที่มอบหมาย ก่อความเสี่ยงดังในชั้นเรียน ผลการเรียนไม่ผ่าน ไม่ร่วมงานกิจกรรมของโรงเรียน โดยตั้งคำถามกับนักเรียนที่ละประเด็นว่า นักเรียนมีความคิดเห็นอย่างไรกับสิ่งที่สังคมบอกกับเราว่า..... ให้นักเรียนร่วมกันอภิปรายว่าจริง / ไม่จริง ด้วยเหตุและผล

2. เมื่อตอบครบคำถาม ผู้วิจัยกล่าวสรุปว่า บางคนอาจเคยทำพฤติกรรมข้างต้น ซึ่งเป็นสิ่งขัดขวางความสำเร็จทั้งการเรียนและชีวิต มีอะไรอีกบ้างที่เราหรือเพื่อนๆเคยทำแล้วทำให้เราไม่ประสบความสำเร็จ และจะมีแนวทางพัฒนาตนเองอย่างไร ให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมได้ทบทวนตนเองและวางแผนแนวทางของตนที่จะทำให้ประสบความสำเร็จในชีวิต

3. ผู้วิจัยจัดผู้เข้ารับการฝึกอบรมเป็นสามกลุ่ม แจกกระดาษและปากกาสี โดยให้โจทย์ว่า ช่วยกันระดมสมอง ทำใบกิจกรรม How to success ให้เวลา 15 นาที เตรียมนำเสนอ

4. เมื่อหมดเวลา จับฉลากลำดับการนำเสนอ เมื่อแต่ละกลุ่มนำเสนอเสร็จ ให้สมาชิกอีกสองกลุ่มเป็นผู้ประเมินและให้คะแนน จนครบ 3 กลุ่ม ผู้วิจัยสรุปประเด็นสำคัญ และโยงถึงตัวผู้เข้ารับการฝึกอบรมว่า การแสดงออกต่างๆ พฤติกรรมการเรียนของเราจะสามารถบอกได้

ว่าเราจะประสบความสำเร็จหรือไม่ ให้ช่วยกันสรุปถึงการแสดงออกสู่ความสำเร็จ และจดบันทึกสรุปลง ฟลิปชาร์ตสรุปกิจกรรม เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมมีความคิดรวบยอด และสรุปแนวทางของตนเองได้

ขั้นสรุป

1. ผู้วิจัยถามผู้เข้ารับการฝึกอบรมว่า เราได้อะไรบ้างจากกิจกรรม เมื่อมีคนตอบให้เขียนขึ้นตอบสั้นๆ และถามคนที่ตอบว่า อยากฟังคำตอบของใคร ตามลำดับจนครบทุกคน
2. ผู้วิจัยเปิดโอกาสให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาได้ซักถามข้อสงสัยและนัดเวลา

การประเมินผล

1. ผู้วิจัยสังเกตจากความใส่ใจ ความกระตือรือร้นในการร่วมกิจกรรม ความกล้าแสดงออก เปิดเผยตนเอง และยอมรับสมาชิกคนอื่นๆ
2. การตอบคำถามและประเมินฟลิปชาร์ตสรุปผล

ใบกิจกรรม How to success

คำชี้แจง ให้นักเรียนระดมความคิดเกี่ยวกับเส้นทางสู่ความสำเร็จตามหัวข้อและรูปแบบต่อไปนี้

แสดงออกอย่างไรให้**SUCCESS**

แสดงออกอย่างไรถึง**ล้มเหลว**

ความ
สำเร็จ

ความ
ล้มเหลว

การฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาเพื่อเสริมสร้างการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มี

พฤติกรรมข้ามเพศ

ครั้งที่ 10

เรื่อง ศักยภาพของฉัน

เวลา 30 นาที

วัตถุประสงค์

เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมได้ทราบถึงศักยภาพด้านการเรียนและด้านอาชีพของตนเอง

อุปกรณ์

แบบประเมินศักยภาพของกรมการจัดหางาน

แนวคิดสำคัญ

ศักยภาพหมายถึง ความสามารถ ความพร้อม หรือคุณสมบัติที่แฝงอยู่ในตัวบุคคลใดบุคคลหนึ่ง ซึ่งสามารถทำให้ปรากฏเห็นได้ด้วยการพัฒนา ส่งเสริม กระตุ้นจากภายนอก อันเป็นความพึงพอใจของบุคคล

เทคนิคสำคัญ

ผู้วิจัยใช้เทคนิคการชี้แนะเพื่อการค้นพบ (Guided Discovery Technique) และเทคนิคการเป็นตัวแบบ (Modeling) เทคนิคการชี้แนะเพื่อการค้นพบ (Guided Discovery Technique) ช่วยให้เยาวชนเปลี่ยน ความเชื่อในแง่ลบ และแนะนำให้ค้นพบวิธีคิดใหม่ๆ และพฤติกรรมใหม่ๆ โดยการถามคำถามเป็นชุดๆ ซึ่งเป็นข้อมูลที่มีอยู่จริง เพื่อท้าทายความเชื่อและยืนยันตัวตนของผู้เข้ารับการฝึกอบรม

วิธีดำเนินการ

ในการฝึกอบรมในกิจกรรมนี้ผู้วิจัยดำเนินการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาเพื่อเสริมสร้างการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศได้ดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้

ขั้นเริ่มต้น

ทบทวนความรู้จากกิจกรรม How to success จากนั้นผู้วิจัยให้นักเรียนบอกถึง ศักยภาพ ความถนัด หรือความสนใจ ของตนเองมาคนละ 1 ด้าน จนครบทุกคน และจัดบันทึกไว้ในแบบทดสอบ

ขั้นดำเนินการ

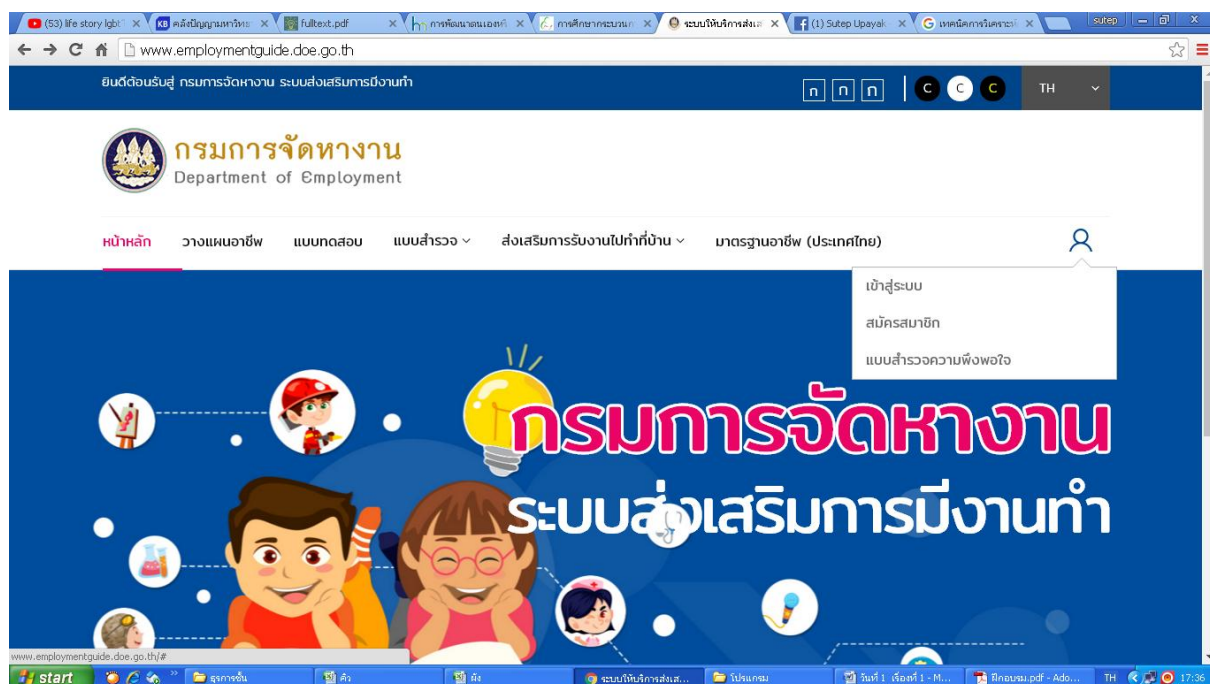
1. ผู้วิจัยให้ผู้รับการฝึกอบรมทำแบบประเมินศักยภาพของตนเองว่ามีศักยภาพด้านไหนและเหมาะกับอาชีพอะไร
2. วิเคราะห์และสรุปผลการทำแบบประเมินเปรียบเทียบกับศักยภาพที่ตัวผู้เข้ารับการฝึกอบรมเขียนไว้ข้างต้นว่าตรงหรือไม่เพื่อเป็นการยืนยันตัวตน

ขั้นสรุป

1. ผู้วิจัยถามผู้เข้ารับการฝึกอบรมว่า เราได้อะไรบ้างจากกิจกรรม เมื่อมีคนตอบให้ยืนขึ้นตอบสั้นๆ และถามคนที่ตอบว่า อยากฟังคำตอบของใคร ตามลำดับให้ตัวแทนตอบจำนวน 10 คน
2. ผู้วิจัยเปิดโอกาสให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาได้ซักถามข้อสงสัยและนัดเวลา

การประเมินผล

1. ผู้วิจัยสังเกตจากความใส่ใจ ความกระตือรือร้นในการร่วมกิจกรรม ความกล้าแสดงออก เปิดเผยตนเอง และยอมรับสมาชิกคนอื่นๆ
2. การตอบคำถามและคะแนนจากการทำงานกลุ่มและนำเสนอ



(กรมการจัดหางาน , 2561)

การฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาเพื่อเสริมสร้างการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มี

พฤติกรรมข้ามเพศ

ครั้งที่ 11

เรื่อง ชีวิตไม่เสี่ยง

เวลา 1 ชั่วโมง 30 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมทราบถึงพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศและด้านอื่นๆ
2. เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมมีการแสดงออกอย่างเหมาะสมหลีกเลี่ยงความเสี่ยงทางเพศและด้านอื่นๆ

อุปกรณ์

1. วีดิทัศน์ HIV / เอดส์ รู้จักป้องกัน...รู้ทันโรค | พบหมอมหิดล [by Mahidol Channel]
2. อุปกรณ์สื่อกิจกรรมเพศศึกษา

แนวคิดสำคัญ

กลุ่มรักร่วมเพศเป็นกลุ่มที่มีโอกาสเสี่ยงสูงในการติดเชื้อทางเพศสัมพันธ์ ได้สูงกว่ากลุ่มคนทั่วไป การให้ความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับเรื่องเพศ พฤติกรรมการแสดงออกทางเพศ ตลอดจนหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยงทางเพศ เป็นสิ่งสำคัญที่กลุ่ม LGBT จำเป็นต้องรู้และปฏิบัติให้ถูกต้อง (วารสารพยาบาลทหารบก, 2557)

เทคนิคสำคัญ

ผู้วิจัยใช้กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์และเทคนิคในทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบการรู้คิด - พฤติกรรม ได้แก่ เทคนิคการชี้แนะเพื่อการค้นพบ (Guided Discovery Technique) และเทคนิคการเป็นตัวแทน (Modeling) เทคนิคการชี้แนะเพื่อการค้นพบ (Guided Discovery Technique) ช่วยให้เยาวชนเปลี่ยน ความเชื่อในแง่ลบ และแนะนำให้ค้นพบวิธีคิดใหม่ๆ และพฤติกรรมใหม่ๆ

โดยการถามคำถามเป็นชุดๆ ซึ่งเป็นข้อมูลที่มีอยู่จริง เพื่อท้าทายความเชื่อ และเทคนิคการเป็นตัวแบบ (Modeling) เป็นเทคนิคที่ให้เยาวชน ได้เรียนรู้จากการสังเกตและการเลียนแบบ และให้การเสริมแรงเมื่อมีการเลียนแบบพฤติกรรมเกิดขึ้นด้วย

วิธีดำเนินการ

ในการฝึกอบรมในกิจกรรมนี้ผู้วิจัยดำเนินการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาเพื่อเสริมสร้างการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศได้ดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้

ขั้นเริ่มต้น

ผู้วิจัยกิจกรรมนำผู้เข้ารับการฝึกอบรมเล่นเกม ใ้คำระเบิดเวลา โดยช่วยกันใบ้คำให้ตัวแทนเป็นคนตอบจำนวน 10 ข้อ ซึ่งคำที่ใช้ใบ้จะเป็นคำเกี่ยวกับเรื่องเพศ และความเสี่ยงต่างๆ เช่น ถูยางอนามัย กัญชา ซึมเศร้า เป็นต้น

ขั้นดำเนินการ

1. ผู้วิจัยให้ข้อมูลสถิติ และตัวอย่างภาพจากสื่อออนไลน์เกี่ยวกับประเด็นในสังคมต่างๆของกลุ่ม LGBT กับภาวะเสี่ยงทางเพศ เช่น กรณีพีทเลือดบวก กรณีกลุ่มLGBTนัดมีเพศสัมพันธ์ในที่สาธารณะ เป็นต้น ว่านักเรียนมีความคิดเห็นอย่างไร
2. ผู้วิจัยนำวิดีโอ HIV / เอดส์ รู้จักป้องกัน...รู้ทันโรค | พบหมอมหิดล [by Mahidol Channel] เปิดให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมดู เมื่อดูจบสอบถามว่าผู้เข้ารับการฝึกอบรมมีใครบ้างที่รู้สึกว่าคุณมีความเสี่ยงดังกล่าว และเพราะอะไร เพื่อให้เกิดการตระหนักรู้ถึงปัญหาทางเพศ
3. ผู้วิจัยเชิญวิทยากรภายนอกจาก องค์กร PINKMONKEY เพื่อความหลากหลายทางเพศ มาให้ความรู้เรื่องความปลอดภัยทางเพศของกลุ่ม LGBT และความเสี่ยงอื่นๆของกลุ่ม LGBT
4. ผู้วิจัยแบ่งกลุ่มย่อยสองกลุ่ม ทำกิจกรรมระดมสมอง โดยกำหนดหัวข้อ ความเสี่ยงของ LGBT เพศ ยา ภาวะทางอารมณ์ ให้แต่ละกลุ่มระดมความคิดในสามประเด็น คือ ตัวอย่างปัญหา การแสดงออกใดที่นำไปสู่ความเสี่ยง และการแสดงออกอย่างไรที่จะลดความเสี่ยง

เสียง ให้เวลา 15 นาที เพื่อให้เกิดการร่วมกันระดมความคิดวิเคราะห์ปัญหาและหาแนวทางการแก้ปัญหา วิธีป้องกันอย่างสร้างสรรค์

5. ผู้วิจัยจับฉลาก นำเสนอที่ละกลุ่ม ร่วมกันอภิปรายสรุปประเด็นสำคัญจนครบทั้งสองกลุ่ม ให้สมาชิกทั้งสองกลุ่มประเมินผลคะแนนของกลุ่มเพื่อน

ขั้นสรุป

1. ผู้วิจัยถามผู้เข้ารับการฝึกอบรมว่า เราได้อะไรบ้างจากกิจกรรม เมื่อมีคนตอบให้ยืนขึ้นตอบสั้นๆ และถามคนที่ตอบว่า อยากฟังคำตอบของใคร ตามลำดับให้ตัวแทนตอบจำนวน 10 คน

2. ผู้วิจัยเปิดโอกาสให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาได้ซักถามข้อสงสัยและนัดเวลา

การประเมินผล

1. ผู้วิจัยสังเกตจากความใส่ใจ ความกระตือรือร้นในการร่วมกิจกรรม ความกล้าแสดงออก เปิดเผยตนเอง และยอมรับสมาชิกคนอื่นๆ

2. การตอบคำถามและคะแนนจากการทำงานกลุ่มและนำเสนอ

การฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาเพื่อเสริมสร้างการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มี

พฤติกรรมข้ามเพศ

ครั้งที่ 12

เรื่อง ระดมสมอง

เวลา 1 ชั่วโมง

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมได้ใช้กระบวนการกลุ่มในการทำงานร่วมกัน
2. เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมสามารถสรุปแนวทางการแสดงออกที่เหมาะสมของตนเองได้

อุปกรณ์

ฟลิปชาร์ต ปากกาสี

แนวคิดสำคัญ

การแสดงออกที่เหมาะสม (Assertiveness Behavior) คือ การแสดงออกตามสิทธิ ความต้องการ และความเป็นตัวตนของตนเอง เป็นความสามารถที่จะสื่อสารความรู้สึก ความคิดเห็น ความเชื่อและความต้องการต่าง ๆ ในลักษณะที่ตรงไปตรงมา จริงใจและเหมาะสม ตระหนักรู้โดยไม่ล่วงเกินสิทธิของบุคคลอื่นเคารพต่อกฎ กติกาของสังคมโดยรวม และการแสดงออกที่เหมาะสมยังช่วยส่งเสริมให้ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลเป็นไปในทางพึงพอใจทั้งสองฝ่าย ลดปัญหา และเป็นที่ยอมรับของสังคม

เทคนิคสำคัญ

ผู้วิจัยใช้กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์และเทคนิคในทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบการรู้คิด-พฤติกรรม ได้แก่ เทคนิคการชี้แนะเพื่อการค้นพบ (Guided Discovery Technique) และเทคนิคการเป็นตัวอย่าง (Modeling) เทคนิคการชี้แนะเพื่อการค้นพบ (Guided Discovery Technique) ช่วยให้เยาวชนเปลี่ยน ความเชื่อในแง่ลบ และแนะนำให้ค้นพบวิธีคิดใหม่ๆ และพฤติกรรมใหม่ๆ

โดยการถามคำถามเป็นชุดๆ ซึ่งเป็นข้อมูลที่มีอยู่จริง เพื่อท้าทายความเชื่อ และเทคนิคการเป็นตัวแบบ (Modeling) เป็นเทคนิคที่ให้เยาวชน ได้เรียนรู้จากการสังเกตและการเลียนแบบ และให้การเสริมแรงเมื่อมีการเลียนแบบพฤติกรรมเกิดขึ้นด้วย

วิธีดำเนินการ

ในการฝึกอบรมในกิจกรรมนี้ผู้วิจัยดำเนินการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาเพื่อเสริมสร้างการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศได้ดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้

ขั้นเริ่มต้น

ผู้วิจัยทบทวนความรู้จากการฝึกอบรมในทุกครั้ง ผู้วิจัยทำกิจกรรม ทบทวนข้อดอกไม้ จะได้ไม่ลืมกัน เพื่อเป็นการเตรียมความพร้อมผู้เข้ารับการฝึกอบรมก่อนเข้าสู่เนื้อหาสุดท้าย

ขั้นดำเนินการ

1. ผู้วิจัยสอบถามว่าตลอดการฝึกอบรมสองวันที่ผ่านมา ได้รับความรู้ ได้ข้อมูลใหม่ๆ อะไรบ้าง โดยให้ตอบคนละ 1 ข้อ ห้ามซ้ำกันจนครบ
2. ผู้วิจัยกล่าวว่า กิจกรรมสุดท้ายที่จะทำต่อไปนี้เป็น การสรุปทบทวนความรู้ทั้งหมด โดยแบ่งกลุ่มเป็นสามกลุ่ม แจกกระดาษฟลิปชาร์ตและปากกาสี โดยกำหนดหัวข้อว่า จงช่วยกันสรุปรูปแบบของการแสดงออกที่ไม่เหมาะสม และการแสดงออกที่เหมาะสม ในสามด้านคือ ด้านปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น ด้านการเรียนรู้ และด้านการลดพฤติกรรมเสี่ยง กำหนดเวลา 15 นาที โดยผู้วิจัยเดินสังเกตการณ์และร่วมกิจกรรมตามกลุ่มต่างๆ เพื่อให้คำแนะนำ
3. ผู้วิจัยจับฉลาก นำเสนอที่ละกลุ่ม ร่วมกันอภิปรายสรุปประเด็นสำคัญจนครบทั้งสองกลุ่ม ให้สมาชิกทั้งสองกลุ่มประเมินผลคะแนนของกลุ่มเพื่อน

ขั้นสรุป

1. ผู้วิจัยถามผู้เข้ารับการฝึกอบรมว่า ได้รับอะไรจากการฝึกอบรม ให้แต่ละคนได้ตอบ และวางแผนว่าหลังจากนี้จะมีแผนการพัฒนาการแสดงออกอย่างไร

2. ผู้วิจัยเปิดโอกาสให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาได้ซักถามข้อสงสัยและ
นัดหมายพิธีปิดการอบรม และซ้อมการมอบเกียรติบัตร

การประเมินผล

1. ผู้วิจัยสังเกตจากความใส่ใจ ความกระตือรือร้นในการร่วมกิจกรรม ความกล้า
แสดงออก เปิดเผยตนเอง และยอมรับสมาชิกคนอื่นๆ
2. การตอบคำถามและคะแนนจากการทำงานกลุ่มและนำเสนอ



ภาคผนวก ซ

ค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับนิยามศัพท์ปฏิบัติการ
ของโปรแกรมฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาเพื่อเสริมสร้างการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่
มีพฤติกรรมข้ามเพศ

ตารางค่าดัชนีความสอดคล้องของ

โปรแกรมฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาเพื่อเสริมสร้างการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ

หัวข้อ	คะแนนความคิดเห็นของ ผู้เชี่ยวชาญ			ผลรวม	IOC	ผลการ พิจารณา
	คนที่1	คนที่2	คนที่3			
กิจกรรมที่ 1: การปฐมนิเทศ สร้างสัมพันธภาพ						
วัตถุประสงค์สอดคล้องกับนิยามศัพท์	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
อุปกรณ์	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
แนวคิดสำคัญ	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
เทคนิคสำคัญ	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
วิธีดำเนินการ	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
- ขั้นเริ่มต้น	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
- ขั้นตอนการดำเนินการ	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
- ขั้นสรุป	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
การประเมินผล	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
กิจกรรมที่ 2: ฉันคือใคร “Who am I”						
วัตถุประสงค์สอดคล้องกับนิยามศัพท์	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
อุปกรณ์	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
แนวคิดสำคัญ	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
เทคนิคสำคัญ	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
วิธีดำเนินการ	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
- ขั้นเริ่มต้น	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
- ขั้นตอนการดำเนินการ	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
- ขั้นสรุป	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
การประเมินผล	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์

หัวข้อ	คะแนนความคิดเห็นของ ผู้เชี่ยวชาญ			ผลรวม	IOC	ผลการ พิจารณา
	คนที่1	คนที่2	คนที่3			
กิจกรรมที่ 3 เข้าใจเขา เข้าใจเรา						
วัตถุประสงค์สอดคล้องกับนิยามศัพท์	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
อุปกรณ์	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
แนวคิดสำคัญ	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
เทคนิคสำคัญ	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
วิธีดำเนินการ	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
- ขั้นเริ่มต้น	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
- ขั้นดำเนินการ	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
- ขั้นสรุป	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
การประเมินผล	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
กิจกรรมที่ 4: ฉัน ในตอนนี้ Here & Now						
วัตถุประสงค์สอดคล้องกับนิยามศัพท์	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
อุปกรณ์	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
แนวคิดสำคัญ	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
เทคนิคสำคัญ	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
วิธีดำเนินการ	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
- ขั้นเริ่มต้น	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
- ขั้นดำเนินการ	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
- ขั้นสรุป	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
การประเมินผล	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์

หัวข้อ	คะแนนความคิดเห็นของ ผู้เชี่ยวชาญ			ผลรวม	IOC	ผลการ พิจารณา
	คนที่1	คนที่2	คนที่3			
กิจกรรมที่ 5: I can do “ฉันรู้ ฉันทำได้”						
วัตถุประสงค์สอดคล้องกับนิยามศัพท์	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
อุปกรณ์	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
แนวคิดสำคัญ	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
เทคนิคสำคัญ	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
วิธีดำเนินการ	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
- ขั้นเริ่มต้น	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
- ขั้นดำเนินการ	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
- ขั้นสรุป	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
การประเมินผล	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
กิจกรรมที่ 6: ปลูกพลังบวก						
วัตถุประสงค์สอดคล้องกับนิยามศัพท์	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
อุปกรณ์	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
แนวคิดสำคัญ	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
เทคนิคสำคัญ	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
วิธีดำเนินการ	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
- ขั้นเริ่มต้น	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
- ขั้นดำเนินการ	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
- ขั้นสรุป	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
การประเมินผล	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์

หัวข้อ	คะแนนความคิดเห็นของ ผู้เชี่ยวชาญ			ผลรวม	IOC	ผลการ พิจารณา
	คนที่1	คนที่2	คนที่3			
กิจกรรมที่ 7: สร้างสัมพันธภาพ						
วัตถุประสงค์สอดคล้องกับนิยามศัพท์	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
อุปกรณ์	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
แนวคิดสำคัญ	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
เทคนิคสำคัญ	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
วิธีดำเนินการ	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
- ขั้นเริ่มต้น	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
- ขั้นดำเนินการ	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
- ขั้นสรุป	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
การประเมินผล	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
กิจกรรมที่ 8: My Idol						
วัตถุประสงค์สอดคล้องกับนิยามศัพท์	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
อุปกรณ์	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
แนวคิดสำคัญ	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
เทคนิคสำคัญ	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
วิธีดำเนินการ	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
- ขั้นเริ่มต้น	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
- ขั้นดำเนินการ	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
- ขั้นสรุป	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
การประเมินผล	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์

หัวข้อ	คะแนนความคิดเห็นของ ผู้เชี่ยวชาญ			ผลรวม	IOC	ผลการ พิจารณา
	คนที่1	คนที่2	คนที่3			
กิจกรรมที่ 9: How to success						
วัตถุประสงค์สอดคล้องกับนิยามศัพท์	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
อุปกรณ์	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
แนวคิดสำคัญ	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
เทคนิคสำคัญ	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
วิธีดำเนินการ	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
- ขั้นเริ่มต้น	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
- ขั้นตอนการ	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
- ขั้นสรุป	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
การประเมินผล	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
กิจกรรมที่ 10: ศักยภาพของฉัน						
วัตถุประสงค์สอดคล้องกับนิยามศัพท์	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
อุปกรณ์	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
แนวคิดสำคัญ	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
เทคนิคสำคัญ	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
วิธีดำเนินการ	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
- ขั้นเริ่มต้น	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
- ขั้นตอนการ	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
- ขั้นสรุป	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
การประเมินผล	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์

หัวข้อ	คะแนนความคิดเห็นของ ผู้เชี่ยวชาญ			ผลรวม	IOC	ผลการ พิจารณา
	คนที่1	คนที่2	คนที่3			
กิจกรรมที่ 11: ชีวิตไม่เสี่ยง						
วัตถุประสงค์สอดคล้องกับนิยามศัพท์	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
อุปกรณ์	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
แนวคิดสำคัญ	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
เทคนิคสำคัญ	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
วิธีดำเนินการ	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
- ขั้นเริ่มต้น	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
- ขั้นตอนการดำเนินการ	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
- ขั้นสรุป	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
การประเมินผล	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
กิจกรรมที่ 11: ระดมสมอง						
วัตถุประสงค์สอดคล้องกับนิยามศัพท์	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
อุปกรณ์	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
แนวคิดสำคัญ	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
เทคนิคสำคัญ	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
วิธีดำเนินการ	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
- ขั้นเริ่มต้น	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
- ขั้นตอนการดำเนินการ	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
- ขั้นสรุป	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์
การประเมินผล	1	1	1	3	1.0	ผ่านเกณฑ์

ค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) อยู่ระหว่าง 0.60 – 1.00 คะแนน

ภาคผนวก ฅ

ผลการจัดฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา



ครั้งที่ 1	เรื่อง ปฐมนิเทศสร้างสัมพันธภาพ	เวลา 30 นาที
วัตถุประสงค์ 1. สร้างความคุ้นเคย สร้างความไว้วางใจ สร้างความอบอุ่น และการยอมรับระหว่างผู้วิจัยและผู้เข้ารับการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา 2. เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์ของการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาในแต่ละหัวข้อเพื่อเสริมสร้างการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ 3. เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมได้วิเคราะห์ ประเมินคุณค่าของตนเอง		
เทคนิค - เทคนิคกลุ่มสัมพันธ์ เพื่อเสริมสร้างสัมพันธภาพ - การประเมินตนเองเพื่อสำรวจ ตัวตนที่ตนเองมองเห็น(self-concept)	กิจกรรม 1. กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ /เกมละลายพฤติกรรม worm up กระชับมิตร /กิจกรรมฉันคือดอกไม้ ดอกอะไร 2. การบรรยายความรู้	
ผลการจัดกิจกรรม 1. กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ ผู้เข้ารับการฝึกอบรมได้ทำความคุ้นเคยกันจากการทำกิจกรรมเกมละลายพฤติกรรม worm up กระชับมิตร เป็นกิจกรรมที่สร้างภาวะผู้นำ จากการที่มีตัวแทนสมาชิกมาเป็นผู้จัดลำดับในแต่ละครั้ง ผลัดเปลี่ยนกันไป กล้าปฏิบัติกิจกรรมร่วมกิจกรรมอย่างสนุกสนาน 2. กิจกรรมฉันคือดอกไม้ช่วยให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมสำรวจตัวตนที่ตนเองมองเห็น โดยสามารถระบุตัวเองว่ามีข้อดี ข้อเสียอย่างไร ผ่านกิจกรรม เช่น “เป็นดอกไม้สีอะไร เพราะสวย หวาน หอม พุดเพราะใครๆก็ชอบ” “เป็นดอกบัวค่ะ เพราะเป็นคนอดทนสูง น้ำหนักก็ไม่ตาย”		
ครั้งที่ 2	เรื่อง ฉันคือใคร Who am I	เวลา 60 นาที
วัตถุประสงค์ 1. เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมมีความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับความหลากหลายทางเพศในสังคมปัจจุบัน 2. เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมสามารถอธิบายลักษณะของความหลากหลายทางเพศได้ 3. เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมรู้จักและเข้าใจเพศวิถีของตนเอง 4. เพื่อเสริมสร้างทักษะการทำงานกลุ่ม		
เทคนิค 1. เทคนิคการชี้แนะเพื่อการค้นพบ 2. เทคนิคการเสริมแรง 3. เทคนิคการเป็นตัวแบบ	กิจกรรม 1. กิจกรรมQuiz Show 2. ชมวีดีทัศน์ “LGBT แบบง่ายๆ - เกเทย เกย์ เลสเบี้ยน แยกยังไง?” 3. ใบกิจกรรมที่ 1 ฉันคือใคร/นำเสนอใบงาน	

ผลการจัดกิจกรรม ผู้เข้ารับการฝึกอบรมสามารถ ตอบคำถามตามที่กำหนดไว้ได้ครบทุกข้อ หลังจากการชมวีดิทัศน์ “LGBT แบบง่าย ๆ - กะเทย เกย์ เลสเบี้ยน แยกยังไง?” สามารถระบุเพศสภาพและเพศวิถีของตนเองได้ ตามใบกิจกรรมที่ 1 เช่น “ตัวเองเป็นดอกเดซี่ เพศกำเนิดเป็นผู้ชาย จิตใจเป็นผู้หญิง ความชอบเป็นผู้หญิง มีบุคลิกลักษณะเป็นคนมั่นใจ ภูมิใจที่ได้เกิดมา ทำอะไรก็ได้โดยไม่เดือดร้อนใคร”		
ครั้งที่ 3	เรื่อง เข้าใจเขาเข้าใจเรา	เวลา 60 นาที
วัตถุประสงค์ 1. เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์เกี่ยวกับทัศนคติ และปัญหาของกลุ่ม LGBT ในสังคมโรงเรียนมัธยมปลาย 2. เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมรับทราบปัญหา และสะท้อนปัญหา อารมณ์ความรู้สึกจากกระบวนการกลุ่ม 3. เพื่อเสริมสร้างความเข้าใจที่ถูกต้องระหว่างกลุ่ม LGBT และสังคมในโรงเรียน		
เทคนิค 1. การรับฟังอย่างมีประสิทธิภาพ และสร้างบรรยากาศที่อบอุ่นจริงใจ 2. การยอมรับฟังในเรื่องราวและความเป็นบุคคลของผู้รับการปรึกษาโดยไม่มีเงื่อนไข 3. การสะท้อนความรู้สึก 4. การทำให้เกิดความเข้าใจที่กระจ่างชัด 5. การสนับสนุน		กิจกรรม 1. กิจกรรมแลกเปลี่ยนประสบการณ์ - ทัศนคติต่อสังคม และสิ่งที่สังคมปฏิบัติต่อตนเอง - การคิดอย่างมีเหตุผล 2. ดำเนินกิจกรรมกลุ่มย่อย 3 กลุ่ม
ผลการจัดกิจกรรม ผู้เข้ารับการฝึกอบรม รับรู้และเข้าใจผู้อื่น จากกิจกรรมให้คำปรึกษากลุ่ม บรรยากาศแต่ละกลุ่มเป็นการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ปัญหาที่ตนเองได้พบ เป็นผู้ฟังที่ดี การให้กำลังใจเห็นอกเห็นใจกัน ช่วยเหลือกัน เช่น นักเรียน1: การใช้ชีวิตในโรงเรียนนี้่ะ โดยรวมก็ดี แต่มันมีบางอย่างที่ไม่ดี หลายครั้งเราโดนครูว่าเรื่องเรียน เรื่องผม เรื่องโน่นนี่นั่น เหมือนเราโดนจับผิดอยู่คนเดียว ผู้วิจัย: เราารู้สึกว่าเราโดนจับผิดอยู่คนเดียว(สะท้อนความรู้สึก) มีเพื่อนคนไหนที่เคยเจอความรู้สึกนี้ เหตุการณ์แบบนี้บ้างไหม(การทำให้เกิดความกระจ่างชัด/การสนับสนุน) นักเรียน2: ครูที่นี้ก็โอเคนะ มีแค่ครูบางคนเท่านั้นแหละคะ ที่รู้สึกว่ามันแย่ ผู้วิจัย: อะไรทำให้เรารู้สึกแบบนั้น(การทำให้เกิดความกระจ่างชัด)		

ผู้วิจัย: เราคิดว่าอะไรบ้างที่ทำให้สังคม หรือคนรอบข้างมองเราในแง่ลบ (คำถามปลายเปิด) นักเรียน1: อืม ถ้าจะให้หนูตอบตรงๆ ก็คงเป็นเรื่องที่คนอื่นมองเรา ภาพพจน์เราในสายตาหลายคนมองไม่ดี มองว่าเป็นกระเทยแล้วต้อง วิดว้าย ต่อต้านเรา เราก็ต่อต้านเขา นักเรียน2: ก็อย่างที่เราบอกแหละค่ะ คนหนึ่งทำไม่ดี คนอื่นก็เสียหมด ผู้วิจัย: เราคิดว่าที่คนอื่นมองกลุ่มเราไม่ดี แอนตี้เราเกิดจากคนที่ทำให้ภาพพจน์เราเสีย มีเหตุผลอื่นอีกไหม(สะท้อนความเพื่อให้เกิดความกระจ่างชัด) ผู้วิจัย: หากจะทำให้สังคม มองเราและปฏิบัติกับเราดีขึ้น เราควรทำอะไร (คำถามปลายเปิด) นักเรียน: เราก็ต้องทำตัวให้ดีขึ้นค่ะ ผู้วิจัย: ทำตัวให้ดีขึ้น ทำอย่างไร (ทำให้กระจ่างชัด) นักเรียน: สำหรับหนูคิดว่า เราต้องตั้งใจเรียนค่ะ สำคัญมาก เพื่อตัวเราอนาคตเราด้วย กับครูต่อให้เขาแอนตี้เรา เราก็ไม่จำเป็นต้องทำไม่ดีใส่เขาอะ		
ครั้งที่ 4	เรื่อง จันในตอนนี้	เวลา 60 นาที
วัตถุประสงค์ 1. เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมรับทราบปัญหา และสะท้อนปัญหา อารมณ์ความรู้สึกจากกระบวนการกลุ่ม 2. เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมได้วางแผนการพัฒนาปรับปรุงตนเอง		
เทคนิค 1. เทคนิคการสะท้อนความรู้สึก 2. เทคนิคการสรุปความ 3. แนวคิด self -awareness		กิจกรรม 1. กิจกรรมโยนบอลตอบคำถาม “ตอนนี้รู้สึกอย่างไรที่สังคมมองและปฏิบัติต่อตนเอง” “ตั้งคำถามต่อสังคม 1 คำถาม” 2. ในกิจกรรมที่ 2 มันจะดีกว่านี้?
ผลการจัดกิจกรรม ผู้เข้ารับการฝึกอบรมร่วมกิจกรรมโยนบอลตอบคำถามอย่างสนุกสนาน ตอบคำถามถูกต้องทุกข้อ สำหรับคำถาม “ตอนนี้รู้สึกอย่างไรที่สังคมมองและปฏิบัติต่อตนเอง” คำตอบส่วนใหญ่เห็นว่า รู้สึกไม่สบายใจ และอยากให้สังคมโรงเรียนเป็นสังคมของความเสมอภาค ยอมรับกัน สำหรับการตั้งคำถามคนละ 1 คำถาม มีคำถามดังตัวอย่าง - อยากให้เราทำอะไร - สังคมต้องการอะไรคะ - เหมาะสมเป็นอย่างไรคะ - ทุกอย่างดี แต่หนูไม่ใช่อะไร คำถามว่า มันจะดีกว่านี้แน่ถ้าฉัน..... พบประเด็นดังนี้		

- มันจะดีกว่านี้ถ้าฉันทำตัวดีกว่าที่เป็นอยู่ - มันจะดีกว่านี้ถ้าฉันไม่เครียด - มันจะดีกว่านี้ถ้าทุกคนเปิดใจ - มันจะดีกว่านี้ถ้าฉันไม่ติด 0 - มันจะดีกว่านี้ถ้าที่บ้านเข้าใจ - มันจะดีกว่านี้ถ้าเราทำตัวน่ารัก จากการตั้งคำถามทั้งหมดมีเป้าหมายเพื่อให้ผู้เข้าอบรมได้ทบทวนปัญหา และประสบการณ์ เมื่อตั้งคำถามให้ช่วยกันระดมความคิดในการตอบ เป็นการสะท้อนความรู้สึกให้กับผู้เข้าอบรม เพื่อให้เกิดความตระหนักรู้ถึงปัญหาและวางแผนแก้ไขพัฒนาต่อไป		
ครั้งที่ 5	เรื่อง I can do “ฉันรู้ ฉันทำได้”	เวลา 60 นาที
วัตถุประสงค์ 1. เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมทราบถึงการแสดงออกเชิงบวกและเชิงลบของตนเองที่ปฏิบัติต่อผู้อื่น 2. เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมรู้วิธีและทดลองปฏิบัติการแสดงออกเชิงบวก 3. เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมมีพฤติกรรมแสดงออกที่เหมาะสม และสร้างสรรค์ได้		
เทคนิค 1. กลุ่มสัมพันธ์ 2. เทคนิคการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเหตุผล-อารมณ์และพฤติกรรม 3. การแสดงบทบาทสมมติ (Role Playing)		กิจกรรม 1. กิจกรรม “เธอชื่ออะไร” “เป่ายิงฉุบแบ่งกลุ่ม” 2. การแบ่งกลุ่มแสดงบทบาทสมมติ ตามหัวข้อสถานการณ์ที่กำหนดให้ 3 หัวข้อ โดยแสดงออกมาในเชิงบวกและเชิงลบ “เมื่อโดนครูปกครองลงโทษเรื่องผิดวินัย” “เมื่อฉันถูก Bully” “เมื่อต้องทำงานกับคนที่ไม่ชอบ” - ใบกิจกรรมที่ 3 “มองต่างมุม”
ผลการจัดกิจกรรม กิจกรรม เป่ายิงฉุบแบ่งกลุ่ม ผู้เข้าอบรมร่วมกิจกรรมด้วยความสนุกสนาน แบ่งกลุ่มได้ 3 กลุ่ม มีการจับฉลากเพื่อเลือกโจทย์การแสดงบทบาทสมมติ ใน 3 เรื่อง การแสดงบทบาทสมมติแต่ละกลุ่มแสดงได้ดี สื่อถึงพฤติกรรมแสดงออกตามโจทย์ที่กำหนดให้ มีการร่วมกันอภิปรายอย่างกว้างขวางแต่ละกลุ่ม ดังตัวอย่าง 1. กิจกรรม “เธอชื่ออะไร” “เป่ายิงฉุบแบ่งกลุ่ม” 2. การแบ่งกลุ่มแสดงบทบาทสมมติ ตามหัวข้อสถานการณ์ที่กำหนดให้ 3 หัวข้อ โดยแสดงออกมาในเชิงบวกและเชิงลบ “เมื่อโดนครูปกครองลงโทษเรื่องผิดวินัย”		

พฤติกรรมเชิงลบ : ได้ตอบด้วยถ้อยคำรุนแรง ชักสีหน้า(มีการแสดงท่าทางประกอบ) แสดงปฏิริยาไม่สุภาพ ไม่ปฏิบัติตามที่อาจารย์ลงโทษ ผลของพฤติกรรม : โดนตัดคะแนนความประพฤติ โดนเรียกผู้ปกครอง เดือดร้อนครูที่ปรึกษา เป็นที่เพ่งเล็งของฝ่ายปกครอง พฤติกรรมเชิงบวก : รับฟังและพร้อมปฏิบัติตามระเบียบ แสดงพฤติกรรมอ่อนน้อม(มีการแสดงท่าทางประกอบ) อธิบายด้วยเหตุและผล ผลของพฤติกรรม : ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมให้ถูกระเบียบของโรงเรียน ไม่เดือดร้อนผู้ปกครองและครูที่ปรึกษา เป็นเด็กน่ารัก ไม่เป็นที่เพ่งเล็ง		
ครั้งที่ 6	เรื่อง ปลุกพลังบวก	เวลา 60 นาที
วัตถุประสงค์ 1. เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมทราบปัญหาของ นักเรียนที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ (Transgender) ที่ต้องเจอในสังคม 2. เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมสามารถวางแผนและจัดการอารมณ์ความรู้สึกของตนเองเมื่อต้องเจอกับสถานการณ์ปัญหาได้ 3. เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมมีพฤติกรรมแสดงออกที่เหมาะสม และสร้างสรรค์ได้		
เทคนิค 1. กลุ่มสัมพันธ์ 2. เทคนิคตัวแบบในทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบรู้คิด พฤติกรรม		กิจกรรม 1. กิจกรรม “ฉันสวยเพราะฉัน.....” 2. ชมวีดิทัศน์ “เหยียด - เพศที่สาม(LGBT)” -ใบงานที่ 4 ปลุกพลังบวก- นำเสนอชิ้นงาน
ผลการจัดกิจกรรม ผู้เข้ารับการฝึกอบรมสามารถวิเคราะห์และสรุปปัญหาของกลุ่ม LGBT ได้ว่า ที่สังคมไม่ยอมรับ หรือที่เราไม่สามารถมีความสุขได้มักเกิดจากการแสดงออกของเรา ที่ทำให้สังคมรับรู้ ดังนั้นถ้าเราแสดงออกเชิงบวก สังคมก็จะมองเราเชิงบวก ทุกอย่างเริ่มที่ตนเองก่อน จากการทำใบกิจกรรม ฉันจัดการได้ แสดงให้เห็นว่าผู้เข้ารับการฝึกอบรม สามารถวิเคราะห์สาเหตุของพฤติกรรมตนเองได้ เช่น ประสบการณ์ของฉัน : โดนผู้ชายที่ไม่รู้จักล้อเลียน หยาดคาย ความรู้สึกกับเหตุการณ์นั้น ตอนนั้น : เสียใจมากที่โดนกระทำแบบนั้น เราผิดอะไร ไม่รู้จักกันซะหน่อย ฉันจัดการมันอย่างไร : แอบร้องไห้ แต่ก็อย่างว่าแหละ ไม่เกิดประโยชน์ ต้องมูฟออนค่ะ ชีวิตเราต้องเลือกค่ะว่าจะสู้หรือทุกข์ ได้อะไรจากเหตุการณ์นั้น : ได้เรียนรู้ว่าเราต้องเข้มแข็ง เราต้องนึกถึงตัวเองเป็นหลัก เราเปลี่ยนสิ่งรอบตัวไม่ได้ แต่เราเปลี่ยนตัวเองได้		

ครั้งที่ 7	เรื่อง การสร้างสัมพันธภาพ	เวลา 30 นาที
วัตถุประสงค์ 1. สร้างความคุ้นเคย สร้างความไว้วางใจ สร้างความอบอุ่น และการยอมรับระหว่างผู้วิจัยและผู้เข้ารับการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา 2. เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์ของการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาในแต่ละหัวข้อเพื่อเสริมสร้างการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ 3. เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมได้วิเคราะห์ ประเมินคุณค่าของตนเอง		
เทคนิค - เทคนิคกลุ่มสัมพันธ์ เพื่อเสริมสร้างสัมพันธภาพ - การประเมินตนเองเพื่อสำรวจ ตัวตนที่ตนเองมองเห็น (Self-Concept)	กิจกรรม 1. เกมละลายพฤติกรรม เกม ตารางระเบิด 2. กิจกรรมฉันคือดอกไม้ ดอกอะไร ? (ทบทวนชื่อ) 3. ทบทวนความรู้ในการฝึกอบรมที่ผ่านมา	
ผลการจัดกิจกรรม 1. กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ ผู้เข้ารับการฝึกอบรมได้ทำความคุ้นเคยกันจากการทำกิจกรรมเกมละลายพฤติกรรม ตารางระเบิด เป็นกิจกรรมที่ช่วยให้เกิดการตื่นตัว ผู้เข้ารับการฝึกอบรมร่วมกิจกรรมอย่างสนุกสนานเป็นการเตรียมความพร้อม 2. ทบทวนความรู้จากกิจกรรมในวันที่ 1 ผู้เข้ารับการฝึกอบรมสามารถตอบความรู้ และสิ่งที่ได้จากกิจกรรมคนละ 1 ข้อ ทุกคน		
ครั้งที่ 8	เรื่อง My Idol	เวลา 60 นาที
วัตถุประสงค์ 1. เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยามีความรู้ความเข้าใจ การเป็นแบบอย่างที่ดีกับตนเองและผู้อื่น นำไปสู่การแสดงออกที่เหมาะสม 2. เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาตระหนักรู้และสามารถพัฒนาตนเองให้สามารถแสดงออกอย่างเหมาะสมได้		
เทคนิค - เทคนิคการชี้แนะเพื่อการค้นพบ (Guided Discovery Technique) - เทคนิคการเป็นตัวแบบ (Modeling)	กิจกรรม 1. ชมวีดิทัศน์ “ยอมรับในตัวเอง เป็นเพศไหนก็สำเร็จได้”“LIFE STORY LGBT สีสันสังคม ไม่ใช่คนประหลาด จากชายกลายเป็นสาว จนโกอินเตอร์” 2. ใบกิจกรรมที่ 5 My Idol /นำเสนอใบงาน	
ผลการจัดกิจกรรม หลังจากดูวีดิทัศน์ ผู้เข้ารับการฝึกอบรมสามารถบอกตัวแบบในการดำเนินชีวิตของตนเองสู่ความสำเร็จได้โดยผู้เข้ารับการฝึกอบรมได้คัดเลือกครูลูกกอล์ฟเป็นตัวอย่างของคนประสบความสำเร็จเรื่อง การใช้ชีวิตและการเรียน		

ในด้านการใช้ชีวิตได้ข้อสรุปว่า ครูลูกกอล์ฟ เป็นคนที่สู้ชีวิต แม้ครอบครัวจะรับไม่ได้กับลูกที่เป็น LGBT ถูกต่อว่าอย่างรุนแรงจากคนในครอบครัวซึ่งบั่นทอนกำลังใจ ครูลูกกอล์ฟก็ทำงานเลี้ยงดูคนในครอบครัวเป็นความภูมิใจของพ่อได้ ด้านการเรียนครูลูกกอล์ฟเป็นคนที่มีความขยัน วิ่งเข้าหาโอกาสได้ทุนการศึกษา และผู้เข้าฝึกอบรมได้ทำใบงาน ฉันเป็น idol ได้วิเคราะห์ศักยภาพตนเองและจากการสอบถามเพื่อน เช่น “แบบอย่างต่อรุ่นน้อง ฉันมีความสามารถด้านการรำ เป็นครู เป็นแบบให้น้องๆ ห้องนาฏศิลป์ได้” “แบบอย่างต่อสังคม ฉันเป็นพิธีกร ชอบทำงานจิตอาสา ช่วยงานโรงเรียนตลอด นี่แหละสิ่งที่เป็นแบบอย่างได้”		
ครั้งที่ 9	เรื่อง How to Success	เวลา 30 นาที
วัตถุประสงค์ 1. เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาสามารถวิเคราะห์ปัญหาการเรียนของตนเอง 2. เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาสามารถแสดงออกทางด้านการเรียนและศักยภาพของตนเองได้อย่างสร้างสรรค์		
เทคนิค - การให้คำปรึกษากลุ่ม - เทคนิคในการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง กระบวนการ WDEP		กิจกรรม 1. กิจกรรมแลกเปลี่ยนประสบการณ์ - ปัญหาและอุปสรรคด้านการเรียนของตนเอง - การคิดอย่างมีเหตุผล 2. ใ้กิจกรรม how to success
ผลการจัดกิจกรรม ผู้เข้ารับการฝึกอบรมสามารถแลกเปลี่ยนประสบการณ์ด้านการเรียน ทั้งปัญหาที่เกิดขึ้นจากการทำงานกับเพื่อน เช่น “เวลาแบ่งกลุ่มนะ ไม่อยากเอาเพื่อนอยู่กลุ่มหรืออยากทำคนเดียว” ผู้เข้ารับการฝึกอบรมอีกคนก็ได้บอกว่า “แต่เราทำคนเดียวไม่ได้ไง เราต้องปรับตัวเข้าหาคนอื่นบ้าง” แสดงถึงความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น มองทุกอย่างตามความจริง มีการวางแผนสู่ความสำเร็จตามกระบวนการ WDEP ตามไปกิจกรรม How to success และกิจกรรมกลุ่ม Want วิเคราะห์เป้าหมายและความต้องการ “อยากได้เกรดดีๆ จะได้เข้ามหาวิทยาลัยที่อยากเรียนได้” “ถ้าเราไม่แสดงน้ำใจให้เพื่อน เราก็จะไม่มีเพื่อน” “เป็นที่ยอมรับของทุกคน” Direct and Doing ค้นหาแนวทางในการบรรลุเป้าหมาย(ใบงาน) “ตั้งใจเรียนในคาบ ไม่พูดล้อเล่นแซวครู” “ไม่นินทาเพื่อน จะได้มีคนคบ” “ต้องร่วมกิจกรรมของโรงเรียน ออกงานบ่อยๆเป็นที่รู้จัก จะลงประธานคณะสี” Evaluation ประเมินพฤติกรรมที่ขัดขวางความสำเร็จ(ใบงาน) “หนีเรียน” “หลับในคาบ” “หนีแม่เที่ยว” Planning and Action วางแผนและลงมือปฏิบัติ “ในเทอมหน้าขึ้น ม.5 จะต้องตั้งใจเรียน ไม่เที่ยว ไม่หนี หลับในคาบ” “คงต้องไปขอโทษนางแหละ(เพื่อนผู้หญิง) เราก็ไม่โง่เกินไป จะจบ ม.6 แล้ว อยากเป็นเพื่อนกัน”		

ครั้งที่ 10		เรื่อง My Idol	เวลา 60 นาที
วัตถุประสงค์			
เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมได้ทราบถึงศักยภาพด้านการเรียนและด้านอาชีพของตนเอง			
เทคนิค		กิจกรรม	
- ทฤษฎีตัวตนของโรเจอร์ - เทคนิคการเสริมแรง		1. แบบทดสอบศักยภาพตนเอง 2. นำเสนอ ศักยภาพของฉัน	
ผลการจัดกิจกรรม			
ผู้เข้ารับการฝึกอบรมได้เข้าทำแบบประเมินบุคลิกภาพตามอาชีพแบบออนไลน์ ได้กลุ่ม บุคลิกภาพแบบศิลปิน (Artistic) จำนวน 7 คน บุคลิกภาพแบบจริงจัง (Realistic) 2 คน บุคลิกภาพแบบบริการสังคม และชอบสมาคม (Social) 8 คน บุคลิกภาพแบบกล้าคิดกล้าทำ (Enterprising) 3 คน สอดคล้องกับความคาดหวังของนักเรียน และสนใจของนักเรียนจำนวน 14 คน			
ครั้งที่ 11		เรื่อง ชีวิตไม่เสี่ยง	เวลา 90 นาที
วัตถุประสงค์			
1. เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมทราบถึงพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศและด้านอื่นๆ 2. เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมมีการแสดงออกอย่างเหมาะสมหลีกเลี่ยงความเสี่ยงทางเพศและด้านอื่นๆ			
เทคนิค		กิจกรรม	
- กลุ่มสัมพันธ์ - เทคนิคกรณีศึกษา (Case Study) - การบรรยาย		1. กิจกรรม “เก้าอี้ปริศนา” 2. การให้ความรู้เรื่อง “ความปลอดภัยทางเพศ ความเสี่ยงของ LGBT” - กิจกรรมโยนบอลตอบคำถาม (ประสานองค์กรภายนอก)	
ผลการจัดกิจกรรม			
วิทยากรจากภายนอกองค์กร PINKMONKEY ให้ความรู้เรื่องความปลอดภัยทางเพศ และความเสี่ยงLGBT ให้ความรู้และแนวทางการหลีกเลี่ยงความเสี่ยงในสามด้านคือ ด้านโรคติดต่อทางเพศ ด้านสารเสพติดและด้านอารมณ์ ใช้การบรรยายประกอบการเล่นเกมตอบคำถาม ผู้เข้ารับการฝึกอบรมสามารถสรุปแนวทางในการป้องกันตนเองได้ เช่น “การเที่ยวกลางคืนไม่ผิด แต่ต้องกลับตามเวลา ไม่ออกบ่อย ไม่กินจนเมาขาดสติ” “โรคเอดส์เป็นโรคที่น่ากลัว หลบปัดอันตรายของประเทศ เราต้องไม่มั่วเพศ และต้องป้องกัน” “เวลาเราเครียดต้องหากิจกรรมทำเช่น เดินห้าง ไปหาอะไรกินไม่งั้นเราอาจบ้าได้ค่ะ” ผู้เข้ารับการฝึกอบรมสามารถนำเสนอข้อสรุป แนวทางในการป้องกันตนเองจากความเสี่ยงต่างๆได้			

ครั้งที่ 12	เรื่อง ระดมพลังสมอง “Brainstorm”	เวลา 60 นาที
วัตถุประสงค์		
เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมได้ทราบถึงศักยภาพด้านการเรียนและด้านอาชีพของตนเอง		
เทคนิค	กิจกรรม	
- กลุ่มสัมพันธ์	1. เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมได้ใช้กระบวนการกลุ่มในการทำงานร่วมกัน	
- ทักษะในการทำงานกลุ่ม (Group Work Skill)	2. เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมสามารถสรุปแนวทางการแสดงออกที่เหมาะสมของตนเองได้	
ผลการจัดกิจกรรม		
กิจกรรมระดมความคิดผู้เข้ารับการฝึกอบรมได้แบ่งกลุ่ม 3 กลุ่มสรุปความรู้ที่ได้จากกิจกรรม สิ่งที่ต้องนำไปปรับใช้กับตนเองเพื่อให้เป็นผู้ที่แสดงออกที่เหมาะสมทั้งทางด้านการเรียน การมีปฏิสัมพันธ์กับคนรอบข้าง และด้านการลดพฤติกรรมเสี่ยงต่าง		
แต่ละกลุ่มนำเสนอข้อสรุปของกลุ่มตนเองผ่านชิ้นงานแผนผังความคิด ประเมินผลให้คะแนน และมอบเกียรติบัตร		

ภาคผนวก ญ

เครื่องมือเก็บข้อมูลเชิงคุณภาพ



แบบสัมภาษณ์เพื่อการวิจัย

เรื่อง การศึกษาและเสริมสร้างการส่งออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ

โดยการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา

.....
ผู้วิจัย นายสุเทพ คุ้มยศ

หลักสูตรการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชา การวิจัยและพัฒนาศักยภาพมนุษย์

ชื่อผู้ให้สัมภาษณ์.....

สถานะผู้ให้สัมภาษณ์(นักเรียน ครู ผู้บริหาร ฯลฯ).....

วันเดือนปี ที่สัมภาษณ์.....

เริ่มสัมภาษณ์เวลา.....น. จบการสัมภาษณ์เวลา.....น.

ตอนที่ 1 แนวประเด็นคำถามเกี่ยวกับการส่งออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ

1. นักเรียนที่มีพฤติกรรมข้ามเพศควรมีการส่งออก ด้านการสื่อสาร (การพูด) เชิงบวกต่อบุคคลรอบข้างอย่างไรบ้าง

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2. นักเรียนที่มีพฤติกรรมข้ามเพศควรมีการแสดงออก ด้านปฏิสัมพันธ์ (ภาษากาย) เชิงบวกต่อบุคคลรอบข้างอย่างไรบ้าง

.....

.....

.....

.....

.....

.....

3. รูปแบบการแสดงถึงความเป็นตัวตนตามเพศวิถีของพฤติกรรมข้ามเพศ ควรแสดงออกมาในรูปแบบหรือลักษณะใด

.....

.....

.....

.....

.....

.....

4. การแสดงออกที่แสดงให้เห็นถึงการเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศควรมีลักษณะอย่างไร

.....

.....

.....

.....

.....

.....

5. การปรับตัวของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ ต่อสังคมภายในโรงเรียน และสังคมภายนอกควรมีลักษณะอย่างไร

.....

.....

.....

.....

.....

6. มารยาททางสังคมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ ควรมีลักษณะอย่างไร

.....

.....

.....

7. การแสดงออกให้เห็นถึงการเข้าใจสิทธิของตนเอง ของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ ควรมีลักษณะอย่างไร

.....

.....

.....

การแสดงออกให้เห็นถึงการเข้าใจสิทธิของผู้อื่น ของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ ควรมีลักษณะอย่างไร

.....

.....

.....

8. พฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นข้ามเพศ ที่ควรปฏิบัติด้านอื่นควรเป็นอย่างไร
(หากมีประเด็นใดเพิ่มเติมสามารถระบุได้ในข้อนี้)

ด้านการเรียน

.....

.....

.....

ด้านการลดพฤติกรรมเสี่ยง

.....

.....

.....

ด้านอื่นๆ ระบุ

.....

.....

.....

ด้านอื่นๆ ระบุ

.....

.....

.....

แบบตรวจสอบรายการเพื่อยืนยันข้อมูล
เรื่อง การศึกษาและเสริมสร้างการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ
โดยการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา

ผู้วิจัย นายสุเทพ อุทัยค์

หลักสูตรการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชา การวิจัยและพัฒนาศักยภาพมนุษย์

ชื่อผู้ให้ข้อมูล.....

สถานะผู้ให้สัมภาษณ์(นักเรียน ครู ผู้บริหาร ฯลฯ).....

วันเดือนปี ที่ให้ข้อมูล.....

อายุ.....ปี

คำชี้แจง ทำเครื่องหมาย / ในช่อง ☐ ในประเด็นที่บ่งชี้ถึงพฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นข้ามเพศ หรือหากมีพฤติกรรมใดนอกเหนือจากตัวบ่งชี้ที่กำหนดไว้กรุณาเขียนในช่องระบุ.....

คำนิยาม วัยรุ่นข้ามเพศ หมายถึงกลุ่มนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายที่แสดงออกพฤติกรรมทางเพศไม่ตรงกับเพศสภาพของตนเอง เช่นนักเรียนชายแสดงพฤติกรรมแบบนักเรียนหญิง

ตอนที่ 1 แนวประเด็นคำถามเกี่ยวกับการแสดงออกที่เหมาะสมของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมข้ามเพศ

(แบบตรวจสอบรายการ Checklist)

1. การพูดและการแสดงออกเชิงบวก

☐ มีทักษะการปฏิเสธ ☐ แสดงความรู้สึกอย่างตรงไปตรงมา ☐ แสดงออกอย่างมั่นใจ

- ☐ ไม่มีพฤติกรรมก้าวร้าว
 ☐ เห็นอกเห็นใจผู้อื่น
 ☐ แสดงออกอย่างอิสระ
☐ เคารพและให้เกียรติผู้อื่น
 ☐ อื่นๆ ระบุ

2. การปรับตัว

- ☐ พฤติกรรมเป็นมิตร
 ☐ แสดงออกในศักยภาพให้สังคมยอมรับ
 ☐ ไม่แปลกแยก
☐ รับฟังความคิดเห็น
 ☐ เข้าใจเหตุผล
 ☐ รับผิดชอบต่อบทบาทหน้าที่
☐ มีมารยาททางสังคม
 ☐ ปฏิบัติตามกฎระเบียบได้
☐ อื่นๆ ระบุ.....

3. ด้านการเรียนรู้

- ☐ มุ่งมั่นในการเรียน
 ☐ ไม่ก่อวินาศกรรม
 ☐ มีศักยภาพทางวิชาการ
☐ เป็นผู้นำทางวิชาการ
 ☐ อื่นๆ ระบุ.....

4. พฤติกรรมการแสดงออกด้านอื่นๆ

.....

.....

ประวัติผู้เขียน

ชื่อ-สกุล	สุเทพ อู่พยัคฆ์
วัน เดือน ปี เกิด	18 เมษายน 2528
สถานที่เกิด	ลพบุรี
วุฒิการศึกษา	ศาสตรบัณฑิต มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี ลพบุรี
ที่อยู่ปัจจุบัน	บ้านเลขที่ 45 หมู่ 11 ต.ตะลุง อ.เมือง จ.ลพบุรี งานแนะแนว โรงเรียนพินวลวิทยาลย์ อ.เมือง จ.ลพบุรี

