

ชื่อเรื่องการค้นคว้าแบบอิสระ ผลของการฝึกทักษะทางสังคมต่อความวิตกกังวลทางสังคมของ  
เยาวชนหญิงในสถาบันพัฒนาเยาวชนสตรี จังหวัดเชียงใหม่

ผู้เขียน

นางสาวณัฐณิชา ปลอดภัย

ปริญญา

วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต (จิตวิทยาการศึกษา)

อาจารย์ที่ปรึกษาการค้นคว้าแบบอิสระ

ผู้ช่วยศาสตราจารย์พิมพ์มาศ ตาปัญญา

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการฝึกทักษะทางสังคมต่อความวิตกกังวลทางสังคมของเยาวชนหญิงในสถาบันพัฒนาเยาวชนสตรี จังหวัดเชียงใหม่ กลุ่มตัวอย่าง คือ เยาวชนที่ได้คะแนนความวิตกกังวลทางสังคม ด้านการหลบหลีกและอีควัดใจในการเข้าสังคม (SAD) สูง 24 คนแรก นำมาจัดกลุ่มคะแนนและสุ่มตัวอย่างอย่างง่าย เป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม สำหรับกลุ่มทดลองให้เข้ารับการฝึกทักษะทางสังคม ซึ่งใช้ระยะเวลา 8 ครั้ง ครั้งละ 3 ชั่วโมง เป็นเวลา 4 สัปดาห์ ส่วนกลุ่มควบคุมให้ดำเนินชีวิตตามปกติ ไม่ได้เข้ารับการฝึกทักษะทางสังคม เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบทดสอบบุคลิกภาพความวิตกกังวลทางสังคม ที่ประกอบด้วย แบบทดสอบการหลบหลีกและอีควัดใจในการเข้าสังคม (SAD) และ แบบทดสอบการกลัวการถูกประเมินทางลบ (FNE) และการฝึกทักษะทางสังคมแบบกลุ่ม การเก็บรวบรวมข้อมูลทำเป็น 2 ระยะ คือ ระยะก่อนและหลังการทดลอง สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล คือ สถิติบรรยาย t-test แบบ Dependent Sample และแบบ Independent Sample และ ANCOVA

## ผลการวิจัยพบดังนี้

1. หลังจากเข้ารับการฝึกทักษะทางสังคมเยาวชนมีค่าเฉลี่ยของคะแนนความวิตกกังวลทางสังคมที่ประกอบด้วย การหลบหลีกและอีดีอีใจในการเข้าสังคมและการกลัวการถูกประเมินทางลบต่ำกว่าก่อนเข้ารับการฝึกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

2. หลังเข้าร่วมการฝึกทักษะทางสังคม กลุ่มเยาวชนที่ได้รับการฝึกทักษะทางสังคมมีคะแนนค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลทางสังคมที่ประกอบด้วย การหลบหลีกและอีดีอีใจในการเข้าสังคมและการกลัวการถูกประเมินทางลบต่ำกว่าเยาวชนที่ไม่ได้รับการฝึกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001



ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
Copyright© by Chiang Mai University  
All rights reserved

<b>Independent Study Title</b>	Effects of Social Skill Training on Social Anxiety Among Female Youths at Young Girl Development Centre, Chiang Mai Province
<b>Author</b>	Miss Nattaneeya Plodpai
<b>Degree</b>	Master of Science (Counseling Psychology)
<b>Independent Study Advisor</b>	Assistant Professor Pimmas Tapanya

### ABSTRACT

The purpose of this experimental research is to study effectiveness of social skill training towards social anxiety of the female youth at Young Girl Development Centre, Chiang Mai. The samples are the first highest score 24 youths from ranking by score of social anxiety in point of Social Avoidance and Distress (SAD). They were matched by score and simple random sampling as the Experimental Group and Control Group. For the experimental group, they were trained on social skill for 8 times, each 3 hours, totaling 4 weeks. And for the control group, they were left to live usually without social skill. The tools applied to this research are Social Avoidance and Distress Scale (SAD) and Fear of Negative Evaluation Scale (FNE) and Group Social Development Training. The data collection is divided as pretest and posttest. Statistical technique applied to analyze is Descriptive Statistic t-test in Dependent Sample and Independent Sample Model and ANCOVA.

The results of this study are as follow:

1. After conducting group social skill training, the average score of social anxiety comprising of Social Avoidance and Distress Scale (SAD) and Fear of Negative Evaluation Scale (FNE) of the youth is lower than the pretest score significantly at level 0.001
2. After attending social skill program of the youth group, the average score of social anxiety of this group comprising of Social Avoidance and Distress Scale (SAD) and Fear of Negative Evaluation Scale (FNE) is lower than the youth who did not attend training significantly at level 0.001

All rights reserved