

การศึกษาและการสร้างโปรแกรมการลดความก้าวร้าวของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3
โดยใช้กิจกรรมกลุ่ม

18 ต.ค. 2553



เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว
พฤษภาคม 2553
ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

การศึกษาและการสร้างโปรแกรมการลดความก้าวร้าวของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3
โดยใช้กิจกรรมกลุ่ม



เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว
พฤษภาคม 2553

พระบัญชา ปราบก. (2553). การศึกษาและการสร้างโปรแกรมการลดความก้าวร้าวของนักเรียนช่วง
ชั้นที่ 3 โดยใช้กิจกรรมกลุ่ม. ปริญญาโท. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ :
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. คณะกรรมการควบคุม : รองศาสตราจารย์
ชูชีพ อ่อนโคกสูง, ผู้ช่วยศาสตราจารย์อนุสรณ์ อรรถศิริ.

การวิจัยครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อ (1) เพื่อศึกษาพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนช่วงชั้นที่
3 โรงเรียนมัธยมศึกษาแห่งหนึ่ง ในกรุงเทพมหานคร (2) เพื่อเปรียบเทียบความก้าวร้าวของนักเรียน
ช่วงชั้นที่ 3 เมื่อจำแนกตามตัวแปรด้านส่วนตัว ตัวแปรด้านครอบครัว และตัวแปรด้านสังคม (3) เพื่อ
เปรียบเทียบความก้าวร้าวของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมการลดความ
ก้าวร้าว ของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โดยใช้กิจกรรมกลุ่ม ประชากรที่ศึกษาเป็นนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 ของ
โรงเรียนมัธยมศึกษาแห่งหนึ่ง ในกรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2552 จำนวน 720 คน กลุ่มตัวอย่างที่
เข้าร่วมโปรแกรมการลดความก้าวร้าวเป็นนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 ที่มีคะแนนความก้าวร้าวตั้งแต่เปอร์เซ็นต์
ไทล์ที่ 75 ขึ้นไปจำนวน 12 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยได้แก่ แบบสอบถามเพื่อการวิจัย และโปรแกรมการ
ลดความก้าวร้าว โดยใช้กิจกรรมกลุ่ม สถิติที่ใช้วิเคราะห์ข้อมูล คือ ความถี่ ร้อยละ และคะแนน
เปอร์เซ็นต์ไทล์ของคะแนนความก้าวร้าว สถิติที่ใช้ทดสอบสมมติฐาน คือ t-test for dependent
Samples และ F-test

ผลการวิจัย พบว่า

1. นักเรียนมีบุคลิกภาพต่างกัน มีสัมพันธภาพในครอบครัวต่างกัน มีสัมพันธภาพกับ
เพื่อนต่างกัน และได้รับอิทธิพลของสื่อต่างกัน มีความก้าวร้าวต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่
ระดับ .05

2. นักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมการลดความก้าวร้าวของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โดยใช้กิจกรรม
กลุ่ม มีความก้าวร้าวลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

A STUDY AND AGGRESSIVE REDUCTION PROGRAM CONSTRUCTION FOR THIRD
LEVEL STUDENTS THROUGH GROUP WORK.



Presented in Partial Fulfillment of the Requirements for the
Master of Education Degree in Guidance and Counseling Psychology
at Srinakharinwirot University

May 2010

Pha Boonsong Prarop. (2010). *A Study and Aggressive Reduction Program Construction for Third Level Students Through Group Work*. Master Thesis, M.Ed. (Guidance and Counseling). Bangkok: Graduate School, Srinakharinwirot University. Advisor Committee: Assoc. Prof. Chuchip Onkoaksung, Asst. Prof. Anusorn Atthasiri.

The purposes of this research were (1) to study aggressive behavior for Third level students , of a secondary school in Bangkok. (2) to compare aggressive behavior of Third level students were personal factors , Family factors , Social factors, and (3) to compare aggressive behavior of Third level students before and after participated in group work. The populations studied was the 720 students , at third level, of a secondary school Bangkok, education year 2009. As the samples, there were 12 students , group to participated in program to reduce aggressive were third level students, who had high-aggressive 75 percentile level involved in this program. Research instruments in this study were a) the questionnaire characteristic rating scale , and b) Program to reduce aggressive Using group work including frequency, percentage, and percentile from aggressive behavior of female juveniles Furthermore, t-test dependent samples and F-test were employed to test the hypotheses.

The results were as follow:

1. The Students with different personalities, family relationships, relationships with friends And influenced by different media all that make Aggressive difference statistically significant at .05 level.
2. The Students participating in programs to reduce aggression in third level students using group activities. Aggressive reduction of statistically significant at .01 level.

งานวิจัยนี้ได้รับทุนอุดหนุนการวิจัย

จาก

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ปริญญานิพนธ์

เรื่อง

การศึกษาและการสร้างโปรแกรมการลดความก้าวร้าวของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3

โดยใช้กิจกรรมกลุ่ม

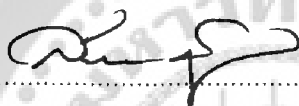
ของ

พระบุญส่ง ปรรภา

ได้รับอนุมัติจากบัณฑิตวิทยาลัยให้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร

ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว

ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ



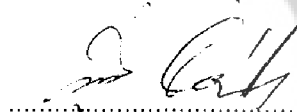
คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

(รองศาสตราจารย์ ดร. สมชาย สันติวัฒนกุล)

วันที่ 27 เดือน พฤษภาคม พ.ศ. 2553

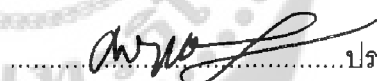
คณะกรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์

คณะกรรมการสอบปากเปล่า



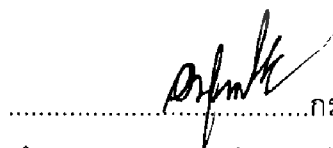
ประธาน

(รองศาสตราจารย์ชูชีพ อ่อนโคกสูง)



ประธาน

(รองศาสตราจารย์ ดร.คมเพชร จัตรศุภกุล)



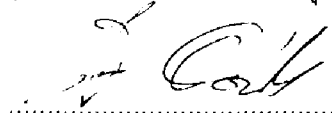
กรรมการ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์อนุสรณ์ อรรถศิริ)

22

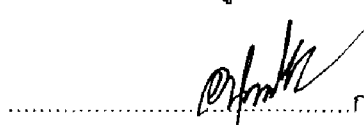
กรรมการ

(อาจารย์ ดร.มณฑิรา จารุเพ็ง)



กรรมการ

(รองศาสตราจารย์ชูชีพ อ่อนโคกสูง)



กรรมการ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์อนุสรณ์ อรรถศิริ)

ประกาศคุณูปการ

ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จได้ด้วยดี เนื่องจากผู้วิจัยได้รับความกรุณาจากรองศาสตราจารย์ชูชีพ อ่อนโคกสูง ประธานกรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์และผู้ช่วยศาสตราจารย์อนุสรณ์ อรรถศิริ กรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์ที่กรุณาให้ความรู้ คำแนะนำ ช่วยเหลือ และตรวจแก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ เพื่อให้ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สมบูรณ์ ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณไว้ ณ โอกาสนี้

ขอกราบขอบพระคุณผู้ทรงคุณวุฒิ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นันทนา วงษ์อินทร์ ดร.สกล วรเจริญศรี และ ดร. มณฑิรา จารุเพ็ง ที่กรุณาให้ความรู้ คำแนะนำ ช่วยเหลือในการตรวจสอบเครื่องมือและโปรแกรมที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้

ขอกราบขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์คมเพชร ฉัตรสุมากุล รองศาสตราจารย์ชูชีพ อ่อนโคกสูง ผู้ช่วยศาสตราจารย์อนุสรณ์ อรรถศิริ และอาจารย์ ดร. มณฑิรา จารุเพ็ง ที่กรุณาสละเวลาอันมีค่าเพื่อเป็นกรรมการสอบปากเปล่าปริญญานิพนธ์ครั้งนี้รวมทั้งให้คำแนะนำเพิ่มเติมเกี่ยวกับปริญญานิพนธ์ฉบับนี้ให้มีความถูกต้องและสมบูรณ์แบบมากยิ่งขึ้น

ขอกราบขอบพระคุณ คณาจารย์ภาควิชาจิตวิทยาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒทุกท่าน ที่ได้ประสิทธิ์ประสาทความรู้ช่วยเหลือและให้กำลังใจแก่ผู้วิจัย

ขอบพระคุณผู้อำนวยการโรงเรียนมัธยมวัดดาวคะนอง และคณะอาจารย์ในกลุ่มสาระการเรียนรู้สังคมศึกษาศาสนาและวัฒนธรรมทุกท่านที่ให้ความอนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

ขอขอบพระคุณ คุณพ่อวร คุณแม่ผล ปราบภ ผู้ให้ชีวิต โอกาสทางการศึกษา กำลังใจ ความห่วงใย และอยู่เคียงข้างผู้วิจัยเสมอมา ตลอดถึงญาติพี่น้องทุก ๆ คน

ขอบคุณ คุณอารดา พันธิ์ไธ ที่ให้ความช่วยเหลือ ให้กำลังใจ ให้ความห่วงใย และอยู่เคียงข้างผู้วิจัยเสมอมา

ขอขอบคุณเพื่อน ๆ นิสิต สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว รุ่นปี 2550 ทุกคนสำหรับกำลังใจ ความห่วงใย และการช่วยเหลือตลอดระยะเวลาที่ศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยจนปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงเป็นผลให้เกิดความเจริญทางสติปัญญาและสังคม

สุดท้ายนี้ คุณประโยชน์และคุณความดีอันเกิดจากปริญญานิพนธ์ฉบับนี้ ผู้วิจัยขอมอบแด่บิดามารดา อาจารย์และผู้อุปการคุณทุกท่านด้วยใจจริง

บุญส่ง ปราบภ

สารบัญ

บทที่	หน้า
1 บทนำ.....	1
ภูมิหลัง.....	1
ความมุ่งหมายของการวิจัย.....	3
ความสำคัญของการวิจัย.....	3
ขอบเขตของการวิจัย.....	3
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	3
ตัวแปรที่ศึกษา.....	4
นิยามศัพท์เฉพาะ.....	4
กรอบแนวคิดในการศึกษาค้นคว้า.....	7
สมมติฐานในการศึกษาค้นคว้า.....	8
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	9
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความก้าวร้าว.....	10
ความหมายของความก้าวร้าว.....	10
ประเภทของความก้าวร้าว.....	13
ลักษณะของพฤติกรรมก้าวร้าว.....	15
สาเหตุของความก้าวร้าว.....	16
ขั้นตอนของการแสดงพฤติกรรมก้าวร้าว.....	19
ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับความก้าวร้าว.....	20
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความก้าวร้าว.....	24
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับตัวแปรที่ศึกษา.....	30
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับตัวแปรด้านส่วนตัว.....	30
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับตัวแปรด้านครอบครัว.....	34
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับตัวแปรด้านสังคม.....	40
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับหลักพรหมวิหารสี่.....	48
ความหมายและองค์ประกอบของพรหมวิหารสี่.....	48
พรหมวิหารสี่กับการลดความก้าวร้าว.....	48

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
2 (ต่อ)	
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับหลักพรหมวิหารสี่.....	54
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมกลุ่ม	55
ความหมายของกิจกรรมกลุ่ม.....	55
จุดมุ่งหมายของกิจกรรมกลุ่ม.....	57
คุณค่าของกิจกรรมกลุ่ม.....	58
ขนาดของกลุ่ม.....	60
กิจกรรมที่ใช้ในกิจกรรมกลุ่ม.....	62
ลำดับขั้นของกิจกรรมกลุ่ม.....	63
เวลาและจำนวนครั้งในการเข้ากลุ่ม.....	65
อิทธิพลของกลุ่มที่มีผลต่อพฤติกรรม	66
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมกลุ่ม	68
3 วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า.....	72
การกำหนดประชากรและการสุ่มกลุ่มตัวอย่าง.....	72
การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	72
วิธีการสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	73
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	81
วิธีดำเนินการทดลอง.....	82
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	83
สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล.....	83
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	85
สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์และแปลผลข้อมูลประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	85
การเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	85
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	86

สารบัญ (ต่อ)

5 สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	93
ความมุ่งหมายของการวิจัย.....	93
สมมติฐานการวิจัย.....	93
ขอบเขตของการวิจัย.....	93
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	94
วิธีเก็บรวบรวมข้อมูล.....	94
วิธีดำเนินการทดลอง.....	94
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	95
สรุปผลการวิจัย.....	95
อภิปรายผล.....	96
ข้อเสนอแนะ.....	101
บรรณานุกรม.....	103
ภาคผนวก.....	117
ภาคผนวก ก.....	118
ภาคผนวก ข.....	191
ประวัติย่อผู้วิจัย.....	196

บัญชีตาราง

ตาราง	หน้า
1 เกณฑ์การให้คะแนนของข้อคำถาม.....	80
2 แบบแผนการทดลองใช้แบบ One Group Pretest-Protest Design.....	82
3 กำหนดการทดลองการใช้โปรแกรมการลดความก้าวร้าวของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โดยใช้กิจกรรม.....	82
4 แสดงค่าสถิติพื้นฐานตามตัวแปรข้อมูลส่วนตัว บุคลิกภาพ สัมพันธภาพ ในครอบครัว สัมพันธภาพกับเพื่อน และอิทธิพลของสื่อ.....	86
5 ค่าสถิติพื้นฐานของความก้าวร้าวของนักเรียน.....	88
6 การเปรียบเทียบความก้าวร้าวเมื่อจำแนกตามบุคลิกภาพ.....	89
7 การเปรียบเทียบความก้าวร้าวเมื่อจำแนกตามสัมพันธภาพในครอบครัว.....	89
8 การเปรียบเทียบความก้าวร้าวของนักเรียน จำแนกตามสัมพันธภาพในครอบครัว เป็นรายคู่.....	90
9 การเปรียบเทียบความก้าวร้าวเมื่อจำแนกตามสัมพันธภาพกับเพื่อน.....	90
10 การเปรียบเทียบความก้าวร้าวของนักเรียน จำแนกตามสัมพันธภาพกับเพื่อน เป็นรายคู่.....	91
11 การเปรียบเทียบความก้าวร้าวเมื่อจำแนกตามอิทธิพลของสื่อ.....	91
12 การเปรียบเทียบความก้าวร้าวของนักเรียน จำแนกตามอิทธิพลของสื่อเป็นรายคู่.....	92
13 แสดงผลการเปรียบเทียบความก้าวร้าวของนักเรียน ก่อนและหลังการเข้าร่วม โปรแกรมเพื่อลดความก้าวร้าว.....	92
14 แสดงค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อของแบบสอบถามด้านบุคลิกภาพ.....	131
15 แสดงค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อของแบบสอบถามด้านสัมพันธภาพในครอบครัว.....	131
16 แสดงค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อของแบบสอบถามด้านสัมพันธภาพกับเพื่อน.....	132
17 แสดงค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อของแบบสอบถามด้านอิทธิพลของสื่อ.....	133
18 แสดงค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อของแบบสอบถามวัดความก้าวร้าว.....	134

บทที่ 1

บทนำ

ภูมิหลัง

สภาพสังคมไทยในปัจจุบันเกิดการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ทั้งทางด้านเศรษฐกิจ สังคม การเมืองและสภาพแวดล้อม ย่อมจะส่งผลต่อการปรับตัวของเยาวชนที่เป็นวัยรุ่น เด็กที่มีการปรับตัวไม่ดีก็จะเกิดความคับข้องใจจึงก่อให้เกิดปัญหามากมายแก่เยาวชนที่เป็นวัยรุ่น โดยเฉพาะปัญหาด้านความก้าวร้าวที่เกิดขึ้นในสถานศึกษาระดับมัธยมศึกษา เช่น การทะเลาะวิวาททำร้ายร่างกายแสดงกิริยาลบหลู่ครูอาจารย์ ทำลายทรัพย์สินสมบัติของโรงเรียน การตะโกนหรือทำเสียงดังรบกวน (วรรณาช่องดารากุล. 2543 : 8) การใช้ภาษาด้อยค่าที่หยาบคาย ชมชู้ต่าหนีติเตียน กล่าวโทษผู้อื่น และการให้ภาษาท่าทางที่ไม่เหมาะสม เป็นต้น พฤติกรรมเหล่านี้จัดเป็นพฤติกรรมก้าวร้าว และมักจะเป็นตัวบ่งชี้พฤติกรรมอาชญากรรมในวัยผู้ใหญ่ได้มาก (ดวงเดือน พันธุมนาวิน. 2546 : 23; อ้างอิงจาก Yoshikawa. 1994. Psychological Bulletin.) พฤติกรรมก้าวร้าวของวัยรุ่นในโรงเรียนเป็นพฤติกรรมที่ก่อให้เกิดความเสียหายและเป็นอันตรายต่อบุคคล และทำให้เกิดปัญหาทางสังคมตามมา (สุนีย์ ธีรวิรุฬห์. 2542:1)ในปัจจุบันพบว่ามีจำนวนเด็กและเยาวชนมีการกระทำผิดเพิ่มมากขึ้น ทั้งในด้านปริมาณ วิธีการ รูปแบบ และความรุนแรงในการกระทำผิด กล่าวคือ จำนวนเด็กและเยาวชนของสถานพินิจทั่วประเทศที่กระทำผิดในปี 2545 (มกราคม-กันยายน) มีจำนวน 28,227 คน โดยเป็นเพศชาย 25,741 คน และเพศหญิง 2,486 คน ซึ่งส่วนใหญ่เป็นเด็กที่มีอายุระหว่าง 15-18 ปี จำนวน 24,962 คน และกำลังศึกษาอยู่ในระดับ ม.1-ม.3 มากที่สุด จำนวน 11,986 คน โดยส่วนใหญ่อาศัยอยู่กับบิดามารดา จำนวน 13,415 คน มีสาเหตุการกระทำผิดมาจากการคบเพื่อน จำนวน 15,160 คน (2553 : ออนไลน์) เนื่องจากวัยรุ่นเป็นวัยที่กำลังอยู่ในช่วงหัวเลี้ยวหัวต่อ และเป็นระยะที่มีการพัฒนาในด้านต่าง ๆ เช่น ด้านร่างกาย อารมณ์สังคมและสติปัญญาทำให้วัยรุ่นเกิดความตึงเครียดด้านอารมณ์ได้ง่าย และจากการศึกษาพบว่าเด็กไทยในวัยเรียนมีพฤติกรรมก้าวร้าวโดยเฉพาะเด็กก่อนวัยรุ่นและวัยรุ่นมีพฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรงที่สุด (สมพร สุธัสนีย์. 2549: 6)

ปัจจัยที่ทำให้เกิดพฤติกรรมก้าวร้าว นั้นนักจิตวิทยาได้ศึกษาทฤษฎีต่าง ๆ เช่น ทฤษฎีจิตวิเคราะห์ของฟรอยด์ (Freud. 1937) ซึ่งเน้นว่าความก้าวร้าว มีสาเหตุมาจากสัญชาตญาณ ทฤษฎีพฤติกรรมของเบอร์กowitz (Berkowitz. 1964) พบว่า ลักษณะส่วนบุคคลด้านสุขภาพร่างกาย และสุขภาพจิตมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมก้าวร้าว สอดคล้องกับคูเปอร์สมิดและคณะ (Kupersmidt et al., 2000, pp. 42-52) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะส่วนบุคคลกับพฤติกรรมก้าวร้าวของเด็กก่อนเข้าวัยเรียนในแหล่งชุมชน พบว่า ลักษณะส่วนบุคคลด้านสุขภาพร่างกายและสุขภาพจิต

มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมก้าวร้าว และทฤษฎีการเรียนรู้ความก้าวร้าวของแบนดูรา(Bandura.1976) อธิบายว่าความก้าวร้าวเกิดจากกระบวนการเรียนรู้ทางสังคมทั้งจากตัวแบบและการเรียนรู้โดยตรง (ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์.2540:44) โดยพฤติกรรมก้าวร้าว นั้นอาจมีสาเหตุจากบุคลิกภาพ (สุชา จันทรโณม.2542: 153-154) ความสัมพันธ์กับเพื่อน (วิชา มหาคุณ. 2548:20) สัมพันธภาพในครอบครัว และอิทธิพลของสื่อ (วัชร คำศรี. 2543)

เนื่องด้วยพฤติกรรมก้าวร้าวมีผลกระทบในทางลบต่อบุคคลและสังคมเป็นอย่างมากจึงมีผู้สนใจและทำการวิจัยเกี่ยวกับพฤติกรรมก้าวร้าวและแสวงหาวิถีทางแก้ไขหรือปรับพฤติกรรมก้าวร้าว ซึ่งมีอยู่หลายวิธี เช่น การเสริมแรงที่ขัดกัน การปรับสินไหม การควบคุมตนเอง การฝึกพฤติกรรม กล้าแสดงออกที่เหมาะสม (Sulzer and Mayer, 1972: 135-136; คมคาย อนุจันทร์. 2548: 3) และ ผดุง อารยะวิญญู. (2548 : 56) เสนอแนวคิดในการปรับพฤติกรรมว่า พฤติกรรมมนุษย์สามารถเปลี่ยนแปลงได้ ดังนั้น ความก้าวร้าวจึงเป็นพฤติกรรมที่สามารถปรับเปลี่ยนได้ เพื่อให้เป็นที่ยอมรับของบุคคลอื่น สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างมีความสุขและเป็นการป้องกันปัญหาที่จะเกิดขึ้นแก่สังคม ในภายหน้า

ในทางพระพุทธศาสนาพระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต.2542) อธิบายว่าหลักพรหมวิหารสี่ถือว่าเป็นคุณธรรมสำคัญยิ่งอย่างหนึ่งในบรรดาคุณธรรมสำหรับเสริมสร้างคุณภาพของบุคคลในสังคม ซึ่งคุณธรรมด้านพรหมวิหารสี่ เป็นคุณธรรมที่เกี่ยวกับการควบคุมตนเองให้ปฏิบัติต่อผู้อื่นอย่างเหมาะสม ไม่ว่าจะเป็นทางด้านกาย วาจา และใจ โดยมีเป้าหมายให้ทุกคนนำไปประพฤติปฏิบัติ และพระธรรมกิตติวงศ์ (2548:339) อธิบายถึง พรหมวิหารสี่ว่า คือการไม่ถือตัวถือตนว่าตนเด่นกว่าเขา ตัวด้อยกว่าเขาหรือตัวเสมอเขาเมื่อถูกรบกวนก็เกิดความไม่พอใจเกิดโทสะขึ้น เมื่อเกิดขึ้นแล้วหากระงับไม่ได้ก็จะทำให้แสดงพฤติกรรมต่างๆ เช่น การทะเลาะวิวาทกัน การทำร้ายร่างกาย กลั่นแกล้งกัน ฆ่ากัน อันเป็นเหตุให้ตัวเองและผู้อื่นเดือดร้อน ขาดสันติภาพ หวาดระแวงกันและกัน กำจัดได้ด้วยเมตตา คือการมีความรักความปรารถนาดีต่อกัน ดังนั้นหากประพฤติปฏิบัติตามหลักพรหมวิหารสี่แล้ว ก็ไม่น่าจะเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวหรือพฤติกรรมก้าวร้าว น่าจะลดลงได้

ผู้วิจัยในฐานะสอนอยู่ในโรงเรียนมัธยมศึกษาแห่งหนึ่ง ในกรุงเทพมหานคร สังเกตพบว่านักเรียนมีพฤติกรรมที่เป็นปัญหาหลายประการ จึงสัมภาษณ์ อาจารย์ฝ่ายปกครอง อาจารย์กลุ่มสาระสังคมศึกษาศาสนาและวัฒนธรรม และอาจารย์ฝ่ายวิชาการ จำนวน 6 คน เกี่ยวกับปัญหาความประพฤติของนักเรียนพบว่า ความประพฤติที่มีปัญหามากที่สุด ของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 ได้แก่ ก่อกวนเพื่อนในเวลาเรียน การพูดล้อล่อด้อยของเพื่อน การทะเลาะ การด่าทอพ่อแม่ แกล้งกัน การชกต่อยกัน การขว้างปาสิ่งของหรือทำลายสิ่งของให้ได้รับความเสียหาย พูดคำหยาบ ซึ่งการกระทำดังกล่าวนำไปสู่พฤติกรรมก้าวร้าวได้ ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาพฤติกรรมก้าวร้าวและพัฒนา

โปรแกรมการลดความก้าวร้าวของนักเรียนตามหลักพรหมวิหารสี่ เพื่อลดความก้าวร้าวของนักเรียน และเป็นแนวทางแก่นักแนะแนวและผู้ที่เกี่ยวข้องนำไปพัฒนาโปรแกรมการลดความก้าวร้าว เพื่อลดความก้าวร้าวและพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์อื่น ๆ ของนักเรียนให้เป็นพฤติกรรมที่พึงปรารถนาต่อไป

ความมุ่งหมายของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนมัธยมศึกษาแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร
2. เพื่อเปรียบเทียบความก้าวร้าวของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 เมื่อจำแนกตามตัวแปรด้านส่วนตัว ตัวแปรด้านครอบครัว และตัวแปรด้านสังคม
3. เพื่อเปรียบเทียบความก้าวร้าวของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมการลดความก้าวร้าวของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โดยใช้กิจกรรมกลุ่ม

ความสำคัญของการวิจัย

ผลของการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ทำให้ทราบถึงผลของการใช้พรหมวิหารสี่ โดยผ่านกิจกรรมกลุ่ม และได้รูปแบบของการใช้หลักพรหมวิหารสี่ ในการลดความก้าวร้าวของนักเรียน เพื่อเป็นประโยชน์ให้ผู้ที่เกี่ยวข้องนำไปใช้เป็นแนวทางในการลดความก้าวร้าวของนักเรียนต่อไป

ขอบเขตของการวิจัย

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ตอนที่ 1 การศึกษาความก้าวร้าวของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3

แหล่งข้อมูลที่ใช้ในการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาความก้าวร้าวครั้งนี้ เป็นนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 ของโรงเรียนมัธยมศึกษาแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2552 จำนวน 720 คน

ตอนที่ 2 การทดลองใช้โปรแกรมการลดความก้าวร้าว โดยใช้กิจกรรมกลุ่ม

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยเป็นนักเรียน ของโรงเรียนมัธยมศึกษาแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2552 ที่มีคะแนนความก้าวร้าวตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 75 ขึ้นไป จำนวน 180 คน

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ เป็นนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 ของโรงเรียนมัธยมศึกษาแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2552 จำนวน 12 คน ซึ่งสุ่มอย่างง่ายจากประชากรที่สมัครใจเข้าร่วมโปรแกรมการลดความก้าวร้าวโดยใช้กิจกรรมกลุ่ม

ตัวแปรที่ศึกษา

ตอนที่ 1 การศึกษาความก้าวร้าวของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 มีดังนี้

1. ตัวแปรอิสระ ได้แก่

1.1. ตัวแปรด้านส่วนตัว

1.1.1 บุคลิกภาพ

1.1.2 ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

1.2 ตัวแปรด้านครอบครัว

1.2.1 สถานภาพของครอบครัว

1.2.2 สัมพันธภาพในครอบครัว

1.3 ตัวแปรด้านสังคม

1.3.1 สัมพันธภาพกับเพื่อน

1.3.2 อิทธิพลของสื่อ

2. ตัวแปรตาม ได้แก่ ความก้าวร้าว

ตอนที่ 2 การลดความก้าวร้าว โดยใช้กิจกรรมกลุ่ม ได้แก่

1. ตัวแปรอิสระ ได้แก่ โปรแกรมการลดความก้าวร้าวของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โดยใช้กิจกรรมกลุ่ม

2. ตัวแปรตาม ได้แก่ ความก้าวร้าว

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. ความก้าวร้าว (aggressive) หมายถึง พฤติกรรมที่นักเรียนแสดงออกกับผู้อื่นทั้งทางกายและทางวาจาที่สามารถสังเกตได้ ซึ่งพฤติกรรมดังกล่าวนั้นทำให้ผู้อื่นเกิดความรู้สึกอับอาย เกิดความเสียหาย รู้สึกไม่พอใจหรือไม่สบายใจ ดังรายละเอียดต่อไปนี้

1.1 ความก้าวร้าวทางกาย หมายถึง การกระทำของนักเรียนที่ทำให้บุคคลอื่นได้รับความเสียหาย บาดเจ็บทางร่างกาย ได้แก่ ชกต่อย ตี ใช้มือทุบเพื่อน แกล้งเพื่อน ผลัก และ ขว้างปา หรือทำลายสิ่งของให้ได้รับความเสียหาย

1.2 ความก้าวร้าวทางวาจา หมายถึง การพูดหรือใช้วาจาที่ทำให้บุคคลอื่นได้รับความอับอาย ไม่พอใจหรือไม่สบายใจ ได้แก่ ต้าด้วยถ้อยคำที่หยาบคาย พูดเยาะเย้ย ล้อเลียนปมด้อยผู้อื่น พูดชมชู้ ตะโกนเมื่อโกรธ ทำเสียงดังรบกวน ตะหวาด และล้อชื่อพ่อแม่ผู้อื่น

2. ตัวแปรด้านส่วนตัว ได้แก่

2.1 บุคลิกภาพ หมายถึง ลักษณะเฉพาะหรือพฤติกรรมโดยรวมของนักเรียนที่แสดงออกมาหรือตอบสนองต่อสถานการณ์ต่าง ๆ ในชีวิตประจำวันซึ่งทำให้นักเรียนนั้นมีบุคลิกภาพที่แตกต่างจากบุคคลอื่นและเป็นพฤติกรรมที่สามารถสังเกตได้ แบ่งออกเป็น 2 แบบ ได้แก่

- 1 บุคลิกภาพแบบเก็บตัว เป็นลักษณะนิสัยของนักเรียนที่มีชอบอยู่คนเดียว ไม่ชอบเข้าสังคม เชื้อมั่นในความคิดของตนเอง
2. บุคลิกภาพแบบแสดงตัว เป็นลักษณะนิสัยของนักเรียนที่ชอบสมาคมอยู่กับเพื่อนฝูง มีน้ำใจ สนใจสิ่งแวดล้อมรอบตัว

2.2 ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน หมายถึง คะแนนเฉลี่ยสะสมของนักเรียนแต่ละคน จากการสอบประจำภาคต้น ปีการศึกษา 2552 แบ่งเป็น 3 ระดับ

2.2.1 ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง หมายถึง กลุ่มตัวอย่างที่ได้คะแนนเฉลี่ยอยู่ระหว่าง 3.00 ขึ้นไป

2.2.2 ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนปานกลาง หมายถึง กลุ่มตัวอย่างที่ได้คะแนนเฉลี่ยอยู่ระหว่าง 2.00 – 2.99

2.2.3 ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ หมายถึง กลุ่มตัวอย่างที่ได้คะแนนเฉลี่ยอยู่ระหว่าง 2.00 ลงมา

3. ตัวแปรด้านสังคม ได้แก่

3.1 สถานภาพของครอบครัว หมายถึง การอยู่ร่วมกันของชายหญิง ในรูปของสามี ภรรยา มีหน้าที่ให้กำเนิดบุตรและเลี้ยงดูบุตร เพื่อให้สามารถดำรงชีพอยู่ในสังคมได้ สมาชิกในครอบครัวมีการแสดงออกทางพฤติกรรมต่อกันและกัน ในรูปของการปฏิบัติตามสถานภาพและบทบาทอันเป็นหน้าที่ของสมาชิก ได้แก่ บิดามารดาอยู่ร่วมกัน บิดามารดาแยกกันอยู่ และบิดาหรือมารดาถึงแก่กรรม

3.2 สัมพันธภาพในครอบครัว หมายถึง ลักษณะความเอาใจใส่ ความผูกพัน ใกล้ชิด ความไว้วางใจ การเข้าใจความรู้สึก การสนับสนุนส่งเสริม การให้ความช่วยเหลือ การตัดสินใจ การประกอบกิจกรรมต่าง ๆ ที่บุคคลปฏิบัติต่อสมาชิกคนอื่น ๆ ในครอบครัว

4. ตัวแปรด้านสังคม ได้แก่

4.1 สัมพันธภาพกับเพื่อน หมายถึง การปฏิบัติตนต่อกันของนักเรียนและเพื่อนทั้งทางด้านส่วนตัวและด้านการเรียน ทั้งในและนอกห้องเรียน เพื่อทำให้เกิดความสัมพันธ์ที่ดีต่อกันได้แก่ การช่วยเหลือพึ่งพาอาศัยกัน การแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกัน การสนทนาในเรื่องส่วนตัว ความห่วงใยใกล้ชิด ความสนิทสนมกัน ทำกิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกันด้วยความรักและสามัคคี และมีน้ำใจต่อกัน

4.2 อิทธิพลของสื่อ หมายถึง การกระทำหรือการแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวทางกายและทางวาจาของนักเรียนที่เลียนแบบสื่อ ที่เกี่ยวกับพฤติกรรมก้าวร้าว ซึ่งนำเสนอทางโทรทัศน์ ภาพยนตร์ ดีวีดี เกมคอมพิวเตอร์ อินเทอร์เน็ต หรือหนังสือการ์ตูน

5. โปรแกรมการลดความก้าวร้าว ของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โดยใช้กิจกรรมกลุ่ม หมายถึง กิจกรรมที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเพื่อให้ผู้เรียนมีปฏิสัมพันธ์กัน มีการร่วมมือกันในการแก้ปัญหาหรือกระทำสิ่งหนึ่งสิ่งใดร่วมกัน และผู้เรียนแต่ละคนจะเรียนรู้สิ่งต่าง ๆ ด้วยตนเอง เทคนิคที่ใช้ในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มการลดความก้าวร้าว ซึ่งมีขั้นตอนดังนี้

1. ขั้นการมีส่วนร่วม (Participation Involvement Stage) เป็นขั้นที่นักเรียนเข้ามามีส่วนร่วมในฐานะสมาชิกคนหนึ่งของกลุ่ม เพื่อลงมือปฏิบัติกิจกรรม ในการคิดค้นแสวงหาวิธีลดความก้าวร้าว

2. ขั้นวิเคราะห์ (Analysis Stage) เป็นขั้นที่นักเรียนร่วมกัน วิเคราะห์ประสบการณ์การเรียนรู้ทันทีหลังจากที่ลงมือกระทำกิจกรรมซึ่งจะช่วยให้นักเรียนมีความรู้อย่างกว้างขวางสามารถประเมินความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในกลุ่ม และช่วยให้ผู้เรียนเข้าใจตนเองและผู้อื่นได้ดีขึ้น

3. ขั้นสรุปและประยุกต์หลักการ (Generalization and Application Stage) เป็นขั้นที่นักเรียนรวบรวมแนวคิดที่ตนค้นพบ และแลกเปลี่ยนแนวความคิดกับผู้อื่น สรุปเป็นหลักการของตนเอง แล้วนำไปประยุกต์ใช้ในการลดความก้าวร้าว

4. ขั้นประเมินผล (Evaluation Stage) นักเรียนสามารถประเมินผลการเรียนรู้วิธีลดความก้าวร้าวของตนเอง และของกลุ่มจากการอภิปราย ให้ข้อเสนอแนะและติชมร่วมกับสมาชิกคนอื่น ๆ ในกลุ่ม

6. หลักธรรมที่จะทำให้ลดความก้าวร้าวคือพรหมวิหาร 4 ประการ ได้แก่

6.1 เมตตา หมายถึง ความรัก ความปรารถนาดี น้อมนำประโยชน์ไปให้เขา ต้องการเห็นบุคคลอื่นดำรงชีวิตอยู่อย่างเป็นปกติสุขซึ่งอาจแสดงออกได้ด้วยการช่วยเหลือทางกาย ได้แก่ รู้จักให้อภัย ไม่ทำร้ายร่างกายเพื่อน ไม่ทบตีหรือแกล้งเพื่อนให้ได้รับความเจ็บปวด ทางวาจา ได้แก่ โดยการพูดปลอบใจ พูดให้กำลังใจบุคคลอื่นเมื่อบุคคลอื่นประสบปัญหา พูดกับเพื่อนด้วยวาจาที่ไพเราะ ไม่ดูต่ำเมื่อเห็นเพื่อนทำผิด รู้จักขอบคุณ และขอโทษเมื่อทำผิด

6.2 กรุณา หมายถึง ความสงสาร ไม่นิ่งดูตายเมื่อเพื่อนมีความทุกข์ ต้องการช่วยเหลือบุคคลอื่นให้พ้นจากความทุกข์ซึ่งอาจแสดงออกได้ด้วยการช่วยเหลือทางกาย ได้แก่ ช่วยเหลือเพื่อนเมื่อเพื่อนมีปัญหาด้านการเรียนหรือปัญหาส่วนตัว ให้เพื่อนยืมอุปกรณ์การเรียน ช่วยเหลือทางวาจา ได้แก่ โดยการตักเตือนหรือชี้แจงให้เกิดความรู้สึกที่เหมาะสม ช่วยปลอบใจเพื่อนยามมีเรื่องไม่สบายใจ ช่วยแสดงความคิดเห็นเพื่อหาทางออกให้กับปัญหาที่เกิดขึ้น

6.3 มุทิตา หมายถึง ความเบิกบาน ไม่มีความอิจฉาริษยาเพื่อน พลอดยยินดีเมื่อเพื่อนมีความสุข หรือเห็นเพื่อนประสบความสำเร็จ ก็ยินดีไปกับบุคคลนั้นด้วยอย่างจริงใจ ได้แก่ การแสดงความยินดีโดยการปรบมือให้เกียรติ การจับมือแสดงความยินดี การลุกขึ้นยืนต้อนรับเมื่อเพื่อนมีความสุข ความยินดีและชมเชยเมื่อเพื่อนประสบความสำเร็จในการเรียนหรือการทำงาน

6.4 อุเบกขา หมายถึง การวางตนเองกลาง มีจิตเรียบตรงเที่ยงธรรมดุจตราขึง ไม่เอนเอียงด้วยรักและชัง ตามหลักความถูกต้อง ยุติธรรม ไม่ลำเอียงต่อผู้ใดผู้หนึ่ง ให้การช่วยเหลือเพื่อนในกรณีที่สามารถช่วยเหลือได้ และเมื่อช่วยเหลือแล้วตนเองไม่เป็นทุกข์เดือดร้อนตามไปด้วย 7.

นักเรียน หมายถึง นักเรียนชายและหญิงช่วงชั้นที่ 3 คือ ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ถึงมัธยมศึกษาปีที่ 3 อายุประมาณ 12-15 โรงเรียนมัธยมศึกษาแห่งหนึ่ง ในกรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2552

กรอบแนวคิดในการวิจัย

ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้กิจกรรมกลุ่ม โดยใช้หลักพรหมวิหารสี่เป็นสาระเพื่อลดความก้าวร้าวของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 แบ่งเป็น 2 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 การศึกษาความก้าวร้าวของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3

ตัวแปรอิสระ

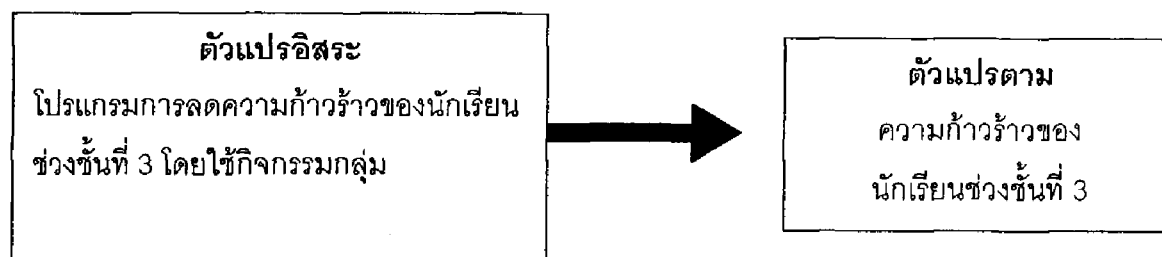
1. ตัวแปรด้านส่วนตัว
 - 1.1 ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน
 - 1.2 บุคลิกภาพ
2. ตัวแปรด้านครอบครัว
 - 2.1 สถานภาพของครอบครัว
 - 2.2 สัมพันธภาพในครอบครัว
3. ตัวแปรด้านสังคม
 - 3.1 สัมพันธภาพกับเพื่อน
 - 3.2 อิทธิพลของสื่อ



ตัวแปรตาม

ความก้าวร้าวของ
นักเรียนช่วงชั้นที่ 3

ตอนที่ 2 การลดความก้าวร้าว โปรแกรมการลดความก้าวร้าวของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3
โดยใช้กิจกรรมกลุ่ม



สมมติฐานในการวิจัย

1. ความก้าวร้าวของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อจำแนกตามตัวแปรด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว และด้านสังคม
2. หลังจากเข้าร่วมโปรแกรมการลดความก้าวร้าวของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โดยใช้กิจกรรมกลุ่ม ความก้าวร้าวของนักเรียนลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ .05

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และได้นำเสนอตามหัวข้อต่อไปนี้

1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความก้าวร้าว
 - 1.1 ความหมายของความก้าวร้าว
 - 1.2 ประเภทของความก้าวร้าว
 - 1.3 ลักษณะของพฤติกรรมก้าวร้าว
 - 1.4 สาเหตุของพฤติกรรมก้าวร้าว
 - 1.5 ขั้นตอนของการแสดงความก้าวร้าว
 - 1.6 ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับความก้าวร้าว
 - 1.7 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความก้าวร้าว
2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับตัวแปรที่ศึกษา
 - 2.1 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับตัวแปรด้านส่วนตัว
 - 2.1.1 บุคลิกภาพ
 - 2.1.2 ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน
 - 2.2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับตัวแปรด้านครอบครัว
 - 2.2.1 สถานภาพของครอบครัว
 - 2.2.2 สัมพันธภาพในครอบครัว
 - 2.3 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับตัวแปรด้านสังคม
 - 2.3.1 สัมพันธภาพกับเพื่อน
 - 2.3.2 อิทธิพลของสื่อ
3. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับหลักพรหมวิหารสี่
 - 3.1 ความหมายและองค์ประกอบของพรหมวิหารสี่
 - 3.2 พรหมวิหารสี่กับการลดความก้าวร้าว
 - 3.3 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับหลักพรหมวิหารสี่
4. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมกลุ่ม
 - 4.1 ความหมายของกิจกรรมกลุ่ม
 - 4.2 จุดมุ่งหมายของกิจกรรมกลุ่ม

- 4.3 คุณค่าของกิจกรรมกลุ่ม
- 4.4 ขนาดของกลุ่ม
- 4.5 กิจกรรมที่ใช้ในกิจกรรมกลุ่ม
- 4.6 ลำดับขั้นของกิจกรรมกลุ่ม
- 4.7 เวลาและจำนวนครั้งในการเข้ากลุ่ม
- 4.8 อิทธิพลของกลุ่มที่มีผลต่อพฤติกรรม
- 4.9 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมกลุ่ม

1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความก้าวร้าว

1.1 ความหมายของความก้าวร้าว

ความก้าวร้าว (Aggression) หมายถึง ความพยายามโดยบุคคลหนึ่งที่จะก่อให้เกิดความเจ็บปวดหรือบาดเจ็บในบุคคลอื่น ซึ่งอาจเป็นทางร่างกายและทางจิตใจ โดยความก้าวร้าวทางวาจา เช่น การพูดกระแนะกระแหน การพูดกระทบกระเทียบเปรียบเปรย การสบประมาท การด่าว่าด้วยคำหยาบคาย และความก้าวร้าวทางร่างกาย เช่น การชกต่อยการทำร้ายร่างกายบุคคลอื่น ให้ได้รับบาดเจ็บ การทำลายสิ่งของ เป็นต้น โยธิน คันสนยุทธ (2533:259)

สมพร สุทัศนีย์ (2540:3-4) ได้ให้ความหมายไว้ว่า พฤติกรรมก้าวร้าวหมายถึง พฤติกรรมที่ทำให้ผู้อื่นไม่พึงพอใจ หรือเจ็บป่วยทางกาย และ/หรือจิตใจ ตลอดจนถึงพฤติกรรมที่ทำให้สิ่งของเสียหาย และเป็นพฤติกรรมที่มีการติดต่อสัมพันธ์กับผู้อื่นทั้งทางตรงและทางอ้อม พฤติกรรมก้าวร้าวดังกล่าวเป็นพฤติกรรมทางกายวาจาที่มีระดับความรุนแรงต่างกัน

ยุพิน กองธรรม (2542:30) ได้ให้ความหมายไว้ว่า พฤติกรรมก้าวร้าวคือลักษณะของการกระทำ ที่ต้องการแสดงอำนาจเหนือบุคคลอื่น เพื่อปลดปล่อยความเครียด ความคับข้องใจ หรือความรู้สึกที่ไม่ดีต่าง ๆ ซึ่งมีผลทำให้ผู้อื่นได้รับความเดือดร้อนทั้งทางร่างกาย จิตใจ และทรัพย์สิน

สุพล ชัดเชื้อ (2545:20) ได้ให้ความหมายของพฤติกรรมก้าวร้าวไว้ว่า ความก้าวร้าวเป็นการกระทำที่ก่อให้เกิดปัญหาต่อสังคมโดยรวม เป็นการกระทำที่ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อนทั้งทางร่างกาย ความรู้สึก ทั้งยังเป็นการทำให้ผู้อื่นเสียหาย ซึ่งการกระทำนี้จะออกมาในลักษณะของการตอบสนองหรือการปลดปล่อยความเครียด ความคับข้องใจ ความโกรธ และความรู้สึกที่ไม่ดี ต่าง ๆ

คมคาย อนุจันทร์ (2545:22) ได้ให้ความหมายพฤติกรรมก้าวร้าวไว้ว่าพฤติกรรมก้าวร้าว เป็นคุณสมบัติอย่างหนึ่งของบุคคล ที่จะแสดงการกระทำในลักษณะที่รุนแรงผิดปกติ เพื่อตอบสนองหรือปลดปล่อยความเครียด ความคับข้องใจ ความโกรธ และความรู้สึกที่ไม่ดีต่าง ๆ ซึ่งการกระทำนั้นจะก่อให้เกิดผลเสียทั้งแก่ตนเองและผู้อื่นได้

พัชรินทร์ เปรมสมาน (2544:12) กล่าวว่า พฤติกรรมก้าวร้าวเป็นคุณสมบัติอย่างหนึ่งของบุคคล ที่แสดงอาการกระทำในลักษณะที่ผิดปกติ เพื่อตอบสนองหรือปลดปล่อยความเครียดความคับข้องใจ ความโกรธ ซึ่งการกระทำนั้น ก่อให้เกิดผลเสียต่อตนเองและผู้อื่นได้

นุชนาฏ หงส์ไกรเลิศ (2543:28) ได้สรุปความหมายของพฤติกรรมก้าวร้าวว่า คือ การแสดงออกทั้งทางร่างกายและทางวาจา อันแสดงถึงความรุนแรงเกินกว่าปกติ และสิ่งที่แสดงออกมานั้น จะทำให้ผู้อื่นได้รับความไม่พอใจหรือเดือดร้อน

ปราณี จันทน์หอม (2541:9) กล่าวว่า ความก้าวร้าว หมายถึง การกระทำที่มีความรุนแรงกว่าปกติ มีผลทำให้ผู้อื่นหรือตนเองเจ็บปวด เกิดความเสียหาย ทั้งที่เจตนาและไม่เจตนา การแสดงออกของความก้าวร้าวมีได้หลายทาง คือ

1. ทางวาจา หรือคำพูด เช่น การพูดคำ พุดกรรโชก ช่มชู้ เป็นต้น
2. ทางกายการกระทำของร่างกาย เช่น การต่อสู้ ชกต่อย การตีรันฟันแทง การข่มขืน เป็นต้น
3. การกระทำให้เกิดความสูญเสียทรัพย์สินสมบัติ เช่น การทำลายข้าวของให้เสียหาย ทบตีข้าวของให้แตก จุดไฟเผา วางระเบิด
4. การนินทาว่าร้าย เพื่อให้เกิดความอาย และเสียชื่อเสียง

รจนาภา แก้ว (2541:25) ได้สรุปความหมายของพฤติกรรมก้าวร้าวเอาไว้ว่าหมายถึง พฤติกรรมที่บุคคล ๑ คนแสดงออกมาในลักษณะที่รุนแรงต่อบุคคลอื่นหรือสิ่งของในลักษณะต่าง ๆ ที่ไม่เหมาะสม การแสดงออกมีทั้งทางกาย และ/หรือทางวาจา เพื่อปลดปล่อยความเครียดความคับข้องใจ และทำให้ผู้อื่นได้รับความไม่พอใจ เจ็บปวดหรือเสียหาย ดังนั้น พฤติกรรมก้าวร้าวจึงเป็นพฤติกรรมที่ก่อให้เกิดปัญหาต่อสังคมโดยรวม

พัฒนัสวรรค์ เชื้อแก้ว (2541:59) ได้ให้ความหมายของพฤติกรรมก้าวร้าวไว้ว่า พฤติกรรมก้าวร้าวเป็นการกระทำที่ก่อให้เกิดปัญหาต่อสังคมโดยรวม เป็นการกระทำที่ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อนทั้งด้านร่างกายและจิตใจ และทำให้ผู้อื่นเสียหาย แม้ว่าพฤติกรรมก้าวร้าวที่แสดงการกระทำในลักษณะที่รุนแรง เพื่อตอบสนองหรือปลดปล่อยความเครียด ความคับข้องใจ ดังนั้น พฤติกรรมก้าวร้าวจึงเป็นพฤติกรรมที่ก่อให้เกิดปัญหาต่อสังคม หากเกิดกับนักเรียนอาจจะทำให้นักเรียนเสียอนาคตได้ จึงสมควรที่ผู้เกี่ยวข้อง เช่น ครูผู้สอน ครูแนะแนว จะต้องหาวิธีลดพฤติกรรมก้าวร้าวและส่งเสริมนักเรียนให้มีพฤติกรรมที่สร้างสรรค์ขึ้น

เบอร์รีโควิทซ์ (สุวรรณา อินธิ 2541:6 ; อ้างอิงจาก Berkowitz, 1964:3) ได้ให้ความหมายของความก้าวร้าวไว้ว่า ความก้าวร้าวหมายถึงการกระทำที่รุนแรงผิดปกติ เช่น เขียนกระดากแรง ๆ นิ่งแรง ๆ กระแทกหน้าต่าหรือบานประตู แรง ๆ เป็นพฤติกรรมที่ก่อให้เกิดความ

เสียหาย มีความมุ่งหมายที่จะทำร้ายหรือทำลายบางสิ่งบางอย่าง และยังคงกล่าวอีกว่า (แสงสุริย์ ลำอานกุล 2539:125 ; อ้างอิงจาก Berkowitz, 1974) พฤติกรรมก้าวร้าว ความหมายถึงพฤติกรรมที่ทำอันตรายต่อบุคคลอื่น โดยมีเจตนาทำร้ายเท่านั้นตามความหมายนี้ การทำงานของแพทย์จึงไม่อยู่ในข่ายของพฤติกรรมก้าวร้าว เพราะแพทย์ไม่มีเจตนา ฆ่าคน แต่มีเจตนาช่วยชีวิตคน

๔ บัสส์ (พรทิพย์ ทรัพย์สิน 2541:17; อ้างอิงจาก Buss, 1961:1-7) อธิบายความหมายของความก้าวร้าวว่า ความก้าวร้าวเป็นการตอบสนองต่อสิ่งที่มากระตุ้น ในรูปแบบของการกระทำอย่างทันทีโดยมีเจตนาจะทำให้ผู้อื่นเจ็บปวด

๕ สุนันทา เขียวนิล (2541: 41) กล่าวว่า ความก้าวร้าว คือ การกระทำที่แสดงออกโดยมีเจตนาทำร้ายผู้อื่นหรือทำลายข้าวของ อาจแสดงออกทางกายหรือวาจาก็ได้

๖ สุณีย์ ธีรวิทย์ (2542: 33) ได้ให้ความหมายว่า ความก้าวร้าวเป็นพฤติกรรมที่แสดงออกมาทางร่างกายหรือวาจาที่แสดงออกมาในรูปของการข่มขู่ กดขี่ แข่งขัน การทำลายข้าวของ การทำร้ายร่างกาย อันนำไปสู่การใช้กำลังที่รุนแรง

๗ เฟชบาซ (สัมฤทธิ์ แก้วพูลศรี 2543:12; อ้างอิงจาก Feshbach, 1959:257) ให้ความหมายไว้ว่า ความก้าวร้าวเป็นการระบายอารมณ์ที่ตึงเครียด ซึ่งสอดคล้องกับ สตอร์ (Story, 1984:37) ที่ได้กล่าวไว้ว่า มนุษย์มีความจำเป็นที่จะต้องระบายความก้าวร้าวของตนเหมือนกับการระบายแรงขับทางเพศ และความก้าวร้าวเป็นความต้องการภายในของมนุษย์เช่นเดียวกับการต้องการทางเพศและความหิว

๘ เอเวอร์ริล (สุขุมลย์ คำหวาน 2543:21; อ้างอิงจาก Averill, 1982) ให้ความหมายไว้ว่าความก้าวร้าวคือ การตอบสนองที่ตั้งใจจะก่อให้เกิดบุคคลได้รับความเจ็บปวดหรือไม่สบายใจ

๙ สุชา จันทรโสม (2545 : 97) อธิบายว่า ความก้าวร้าวจัดเป็นพฤติกรรมอย่างหนึ่งของคนที่ขาดความสุข อาจแสดงออกทางร่างกายหรือทางวาจาก็ได้ เช่น การทำลายข้าวของ การทำร้ายร่างกาย การดูต่ำ การพูดคำหยาบ เป็นต้น การก้าวร้าวเป็นพฤติกรรมที่เด็กเรียนรู้จากสังคมที่เด็กใช้ป้องกันตนเองจากการรุกรานของผู้อื่น เช่น เมื่อถูกพ่อแม่ดู เด็กมักจะโต้เถียงเมื่อถูกเพื่อนล้อเลียนมักจะชกต่อย เป็นต้น นอกจากนี้ ยังเป็นวิธีเรียกร้องความสนใจจากเพื่อน ๆ อีกด้วย เพื่อให้เพื่อนๆ เกรงกลัว ความก้าวร้าวนี้สังคมมักจะติเตียน ทำให้พวกก้าวร้าวมีพฤติกรรมต่อต้านสังคม

๑๐ แคปแลน และ ซาด็อก (จารีรัตน์ หอมสนั่น 2542:8; อ้างอิงจาก Kaplan & Sadock, 1991) ให้ความหมายของความก้าวร้าวไว้ว่า เป็นพฤติกรรมที่มีจุดหมายในการทำร้าย หรือทำให้ผู้อื่นได้รับบาดเจ็บมีทั้งการกระทำทางกายและวาจา

๑๑ แบนดูรา (Bandura. 1976: 305). ได้อภิปรายเกี่ยวกับความก้าวร้าว สรุปได้ว่า พฤติกรรมที่เป็นอันตรายต่อสังคมถือว่าก้าวร้าว ซึ่งพิจารณาตัดสินว่าพฤติกรรมใดเป็นความก้าวร้าว

หรือไม่นั้นต้องอาศัยองค์ประกอบหลายอย่างในการพิจารณาตัดสิน เช่น เจตนา รูปแบบของ พฤติกรรม ความรุนแรงของการกระทำ รวมทั้งบทบาท สถานภาพ ค่านิยมของผู้ถูกกระทำ เป็นต้น

→ พรอยด์ (1998:316) กล่าวว่า พฤติกรรมก้าวร้าว เป็นสัญชาตญาณของความตาย หรือ แรงขับชนิดปฐมภูมิหรือติดตัวมาแต่กำเนิด พฤติกรรมก้าวร้าว เป็นสัญชาตญาณของการ ทำลาย สู่ภายนอก เมื่อบุคคลสะสมความก้าวร้าวไว้ เขาก็จะพยายามแสดงความก้าวร้าวในรูปแบบ ต่าง ๆ เช่น การแสดงท่าทางที่ไม่เป็นมิตรกับผู้อื่น การข่มเหง รังแก ต่อต้านและไม่ให้ความร่วมมือ ในการทำกิจกรรมต่าง ๆ หรืออาจแสดงออกในรูปของการทำลายหรือทำร้ายตัวเอง

จากเอกสารและงานวิจัยข้างต้น พอจะสรุปได้ว่า พฤติกรรมก้าวร้าวเป็นการกระทำที่ ก่อให้เกิดปัญหาต่อสังคม โดยส่วนรวม เป็นการกระทำที่รุนแรงผิดปกติ ซึ่งทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน ทั้งทาง กาย และจิตใจ โดยการกระทำนี้จะออกมาในลักษณะของการตอบสนองต่อสิ่งมากระตุ้น ในรูปแบบของการกระทำทันทีเพื่อปลดปล่อยหรือระบาย ความไม่สมหวัง ความเครียด ความคับข้องใจ ความโกรธ และความรู้สึกที่ไม่ดีต่าง ๆ โดยมีเจตนาจะทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน

1.2 ประเภทของความก้าวร้าว

ได้มีการจำแนกประเภทของความก้าวร้าว ออกเป็นหลายประเภท โดยวิธีการและ กฎเกณฑ์ที่แตกต่างกันออกไป

→ สุลล ชัดเชื้อ (2535:21) ได้จำแนกประเภทของความก้าวร้าวไว้พอสรุปความได้ว่า ความก้าวร้าวแบ่งออกเป็น 2 ชนิด คือ

1. ความก้าวร้าวทางกาย (Physical Aggression) เป็นความก้าวร้าวที่แสดงออก โดยการใช้อวัยวะทางกาย เช่น แขน ขา หรือ อวัยวะทางกายรวมกับอาวุธ เช่น มีด ปืน เพื่อทำให้ ผู้อื่นได้รับความเจ็บปวด

2. ความก้าวร้าวทางวาจา (Verbal Aggression) เป็นการตอบสนองต่อสิ่งที่มา กระตุ้นโดยใช้ถ้อยคำที่ทำให้ผู้อื่นได้รับความเจ็บปวด ซึ่งจำแนกออกเป็น 2 ลักษณะ คือ

2.1 การปฏิเสธ ในการปฏิเสธมักจะแสดงท่าทางประกอบด้วย เช่น หลบหน้า แสดงท่าทางรังเกียจ ไม่ยอมเข้ากลุ่ม ส่วนคำพูดที่ใช้ในการปฏิเสธ ได้แก่ การพูดตรง ๆ เช่น ออกไป เดี๋ยวนี้ หรือการพูดให้ร้าย เช่น ฉันไม่ชอบคุณ ร่วมกับการแสดงอารมณ์เพื่อทำลายความรู้สึกของคน อื่น

2.2 การบังคับ การพูดบังคับ เป็นลักษณะของการทำให้ผู้อื่นได้รับความเจ็บปวด สำหรับการบังคับนี้บุคคลเรียนรู้การบังคับจากการสังเกต หรือการเลียนแบบจากการกระทำของบุคคล อื่น เช่น บิดา มารดา ครู หรือผู้ปกครอง เป็นต้น

→ ฉัตรไชย เสลา (2542:20) ได้แบ่งประเภทของพฤติกรรมก้าวร้าวออกเป็น 2 แบบ คือ

1. ความก้าวร้าวทางร่างกาย ได้แก่

- 1.1 ทำร้ายร่างกายตนเอง หรือผู้อื่น
- 1.2 เอาของเพื่อนมาทำ หรือใช้โดยเพื่อนไม่อนุญาต ก้าวทำลิดหรือผู้อื่น
- 1.3 ทำลายสิ่งของ (ทำให้ของเสียหาย)
- 1.4 ตีกัน ทำร้ายร่างกายซึ่งกันและกัน
- 1.5 แย่งของกัน
- 1.6 ยึดถือทุกอย่างที่เป็นของตน หวงแหน

2. ความก้าวร้าวทางวาจา ได้แก่

- 2.1 ว่ากล่าว ช่มชู้ พูดก่อกวนผู้อื่น
- 2.2 ได้เถียง ต้ากัน
- 2.3 พูดทำพนัน พูดโอ้อวด

Berkowitz (ปราณี จันทรหอม 2541:8; อ้างอิงจาก Berkowitz 1965:302) แบ่งความก้าวร้าวออกเป็น 2 ชนิด ได้แก่

1. ความก้าวร้าวที่เป็นเครื่องมือไปสู่เป้าหมาย (Instrumental Aggression) เป็นพฤติกรรมที่ไม่มีเจตนาร้ายที่จะให้บุคคลหรือสิ่งของเสียหาย บุคคลจะแสดงพฤติกรรมเพื่อผลบางอย่าง เช่น เพื่อระบายความคับข้องใจ เพื่อรางวัล หรือเพื่อเรียกร้องความสนใจ พฤติกรรมชนิดนี้จะเปลี่ยนไปตามสภาพการจัดสิ่งแวดล้อมของรางวัลและการลงโทษ

2. พฤติกรรมก้าวร้าวที่เกิดจากความโกรธ (Angry-Aggression หรือ Hostility Aggression) เป็นพฤติกรรมที่ต้องการให้บุคคลอื่นหรือสิ่งของได้รับอันตราย หรือ เสียหาย

ประสาร ทิพย์ธารา (2541: 63) ได้ให้ความเห็นเกี่ยวกับความก้าวร้าวว่าเป็นการปรับตัวประเภทต่อสู้ที่ไม่คำนึงถึงอุปสรรคที่ขวางกั้น หรือไม่คำนึงถึงว่าสังคมจะยอมรับหรือไม่บางทีก็เป็นการประชดประชันสังคมใช้พลังกำลังที่มีอยู่ทุ่มเทเพื่อเอาชนะอุปสรรคที่ขวางกั้นความก้าวร้าวแบ่งออกเป็น 2 ประเภท คือ

1. ความก้าวร้าวทางกาย (Physical Aggression) ได้แก่ การทะเลาะ ชกต่อย อาละวาด ลักขโมย บางคนโกรธใครแล้วก็ชกต่อย ทำร้ายร่างกายหรือทำร้ายลับหลัง บุคคลที่มีพฤติกรรมก้าวร้าว นับว่าเป็นภัยสังคมอย่างยิ่ง ในฐานะที่เป็นบุคคลอันธพาลป่าเถื่อน เด็กที่มีนิสัยอันธพาล มักมีสาเหตุ มาจากความไม่สมหวังทางจิตใจ ถูกพ่อ แม่ทิ้งขว้าง ขาดความอบอุ่น เอาชนะอุปสรรคไม่ได้

2. ความก้าวร้าวทางวาจา (Verbal Aggression) เป็นพฤติกรรมเช่นเดียวกับความก้าวร้าวทางกาย แต่ไม่รุนแรงมากนัก เป็นเพียงการวิพากษ์วิจารณ์อย่างรุนแรง ใช้วาจา

หยาบคายขาดคุณสมบัติผู้ชอบตั้งวงนินทาชาวบ้าน นำข้อบกพร่องของผู้อื่นมาวิจารณ์เป็นเรื่องขบขัน

เซียร์ (สมพร สุทัศน์ย์, 2549: 8-9; อ้างอิงจาก Sears, 1969) ได้กล่าวถึงพฤติกรรมก้าวร้าวกับการอบรมเลี้ยงดูไว้ ดังนี้ พฤติกรรมก้าวร้าวเป็นพฤติกรรมที่นำไปสู่เป้าหมายหรือเกิดแรงจูงใจที่มีอยู่ในตัวคนและเกิดจากประสบการณ์การเห็นตัวแบบและการได้รับแรงเสริมและการอธิบายพฤติกรรมก้าวร้าว นั้น ต้องอธิบายในลักษณะที่เผชิญหน้ากัน ในกระบวนการอบรมเลี้ยงดูนั้น เด็กต้องเผชิญหน้ากับพ่อแม่ การอบรมที่ไม่เหมาะสมจะขัดขวางมิให้เด็กไปสู่เป้าหมายเด็กก็จะเกิดความขัดข้องใจและได้ตอบสนองความคับข้องใจอย่างรุนแรง และหากเด็กได้รับการลงโทษพฤติกรรมดังกล่าว เด็กก็จะเห็นตัวแบบที่ก้าวร้าว การพัฒนาพฤติกรรมก้าวร้าวของเด็กวัย (6-12 ปี) เกิดจากแรงจูงใจ และการเรียนรู้ในครอบครัวเป็นส่วนใหญ่ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับพัฒนาการของเด็ก เช่น ความสามารถในการเลียนแบบและองค์ประกอบทางสังคม ซึ่งเซียร์ พบว่า การอบรมเลี้ยงดูจะแปรผันไปตามเพศและอายุของเด็ก สภาพเศรษฐกิจและสังคม ตลอดจนการศึกษาของพ่อแม่ เช่น พ่อแม่ที่การศึกษาต่ำมักจะขาดความรู้ในการอบรมเลี้ยงดู ขาดการควบคุมพฤติกรรมก้าวร้าวอย่างเหมาะสม

จากเอกสารและงานวิจัยข้างต้น พอจะสรุปได้ว่า ความก้าวร้าวมี 2 ประเภท คือ พฤติกรรมก้าวร้าวทางกาย และพฤติกรรมก้าวร้าวทางวาจา โดยพฤติกรรมก้าวร้าวทั้ง 2 ประเภท สามารถแยกเป็นประเภทที่มุ่งจะแสดงความโกรธ หรือระบายความคับข้องใจ และประเภทที่มุ่งจะแสดงให้ถึงสิ่งที่ต้องการ โดยบางพวกอาจแสดงออกมาให้ทุกสถานการณ์ แต่บางพวกจะแสดงตามสถานการณ์

1.3 ลักษณะของพฤติกรรมก้าวร้าว

อนเนกกุล กริแสง (2547: 52-53) ได้แบ่งความก้าวร้าวออกเป็น 2 ลักษณะ ดังนี้ คือ

1. ความก้าวร้าวโดยตรง (Direct Aggression) หมายถึง การแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวต่อบุคคลหรือสิ่งที่เป็นเหตุให้เกิดความคับข้องใจ ซึ่งอาจจะทำได้โดยการทุบตี ต่ำว่า ทำร้าย ฯลฯ เด็กเล็ก ๆ และเด็กที่มาจากครอบครัวของชนชั้นต่ำจะแสดงอาการก้าวร้าวโดยตรงมากกว่าเด็กอื่น
2. ความก้าวร้าวทางอ้อม (Displaced Aggression) ในบางครั้งคนเราก็ไม่สามารถแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวโดยตรงได้ จึงต้องหันไปแสดงการก้าวร้าวทางอ้อมแทน เช่น ถูกแม่ดุว่าพ่อลืมนมก็หันไปเตะสุนัข เอาไม้ฟาดต้นไม้ใบหญ้า เป็นต้นบางทีก็โกรธคนๆ หนึ่งแต่ไม่ถึงกับกล้าว่าต่อหน้าจึงใช้วิธีนินทา ในบางครั้งก็แสดงออกโดยการมีอคติต่อคนบางกลุ่ม หรือหันไปทำร้ายบุคคลหรือสิ่งของที่ไม่ได้มีส่วนเกี่ยวข้องกับการเกิดความคับข้องใจเลย เราเรียกคนหรือสิ่งของที่ได้รับการกระทำโดยตนเองไม่รู้ ไม่เห็นด้วยว่า แพะรับบาป (Scapegoal)

เบอร์โควิทซ์ (สมพร สุทัศน์ย์, 2549:2) แบ่งพฤติกรรมก้าวร้าวออกเป็น 2 ลักษณะ ได้แก่

1. พฤติกรรมก้าวร้าวที่เป็นเครื่องมือไปสู่เป้าหมาย (Instrumental Aggression)

เป็นพฤติกรรมที่ไม่มีเจตนาร้าย แม้จะทำให้บุคคลหรือสิ่งของเสียหาย บุคคลจะแสดงพฤติกรรมเพื่อผลบางอย่าง เช่น เพื่อระบายความคับข้องใจ เพื่อรางวัลหรือเพื่อเรียกร้องความสนใจ พฤติกรรมชนิดนี้จะเปลี่ยนไปตามสภาพการจัดสิ่งแวดล้อมของรางวัลและการลงโทษ

2. พฤติกรรมก้าวร้าวที่เกิดจากความโกรธ (Angry-Aggression) หรือ Hostility Aggression) เป็นพฤติกรรมที่ต้องการให้บุคคลอื่นหรือสิ่งของได้รับอันตราย ตัวกำหนดพฤติกรรมก้าวร้าวชนิดนี้คือ การได้รับโทษในอดีต และการถูกทำลายศักดิ์ศรีในปัจจุบัน

อัลเบอร์ตี และเอ็มมอนส์ (สูนีย์ อีร์วิฟฟ์. 2542: 35; อ้างอิงจาก Alberti & Emmons. 1978. Your Perfect Right. 21-24) ได้แบ่งพฤติกรรมก้าวร้าวออกเป็น 2 ลักษณะ คือ

1. พฤติกรรมก้าวร้าวโดยทั่ว ๆ ไป (General Aggression) หมายถึง ลักษณะที่บุคคลแสดงความก้าวร้าวต่อผู้อื่นในทุกๆ สถานการณ์อันเนื่องมาจากบุคคลเหล่านี้มีความมั่นใจในตนเองเกินไป จะพูดกับใครมักจะออกคำสั่งและพูดดูถูกความคิดของผู้อื่น ดังนั้นบุคคลเหล่านี้มักจะเกิดความขัดแย้งกับกลุ่มอยู่เสมอ จึงทำให้มีเพื่อนน้อยมาก และบุคคลเหล่านี้ต้องการความรักและการยอมรับจากผู้อื่นมาก แต่เขามักจะไม่รู้ว่าจะทำอย่างไร เพื่อที่จะมีพฤติกรรมที่เหมาะสม

2. พฤติกรรมก้าวร้าวตามสถานการณ์ (Situation Aggressiveness) หมายถึง ลักษณะที่บุคคลแสดงความก้าวร้าวต่อผู้อื่นตามสถานการณ์ และต้องการปรับปรุงพฤติกรรมของตนเองใหม่ตามที่ได้มีผู้เสนอแนะไว้

จากการศึกษาเกี่ยวกับลักษณะของพฤติกรรมก้าวร้าว พอสรุปได้ว่า พฤติกรรมก้าวร้าวเป็นการแสดงออกของบุคคลที่แสดงพฤติกรรมรุนแรงกว่าปกติ เพื่อตอบสนองหรือปลดปล่อยความเครียด ความคับข้องใจ ความโกรธ ซึ่งจะก่อให้เกิดผลเสียแก่ตนเองและผู้อื่น

๑.4 สาเหตุของความก้าวร้าว

ความก้าวร้าวเกิดขึ้นด้วยปัจจัยหลายอย่าง โดยเฉพาะอย่างยิ่งเกิดจากด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว และด้านสังคม ที่สืบเนื่องมาจากพันธุกรรม การเจริญเติบโตทางเศรษฐกิจและการเพิ่มจำนวนประชากรอย่างรวดเร็ว เป็นสิ่งที่ก่อให้เกิดปัญหาทางสุขภาพจิตและการปรับตัว และที่สำคัญคือ การขาดความอบอุ่นในครอบครัว ทำให้เด็กมีพฤติกรรมเบี่ยงเบนสุขภาพจิต และกายที่ทรุดโทรม ปรับตัวลำบาก ทำให้เกิดความคับข้องใจ ซึ่งเป็นผลให้บุคคลแสดงออกมาในลักษณะของความก้าวร้าว (หทัย ชิตานนท์ 2547:57-60 และ ชีรวัดน์ นิจนตร 2546:1-6)

ทฤษฎีสัญชาตญาณที่เกี่ยวกับความก้าวร้าว (Instinct Theories of Aggression) ได้ให้แนวคิด ว่าการที่บุคคลแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวขึ้นขึ้นอยู่กับสาระสำคัญ 2 ประการ คือ

1) ตัวกำหนดพฤติกรรมที่เกิดจากการเรียนรู้ อันเนื่องมาจากการที่บุคคลแสดงพฤติกรรมนั้นจนเป็นนิสัย และกลายเป็นบุคลิกภาพไปในที่สุด

2) แรงจูงใจในการแสดงพฤติกรรมอันได้แก่ ความต้องการพื้นฐานของมนุษย์และแรงจูงใจ ซึ่งเป็นตัวกระตุ้นและควบคุมแนวทางพฤติกรรมของบุคคล (พรณี ชูทัย 2523:2-20) และได้มีผู้แสดงสาเหตุของพฤติกรรมก้าวร้าวเอาไว้หลายท่าน เช่น คมคาย อนุจันทร์ (2538:20) ได้กล่าวสาเหตุของพฤติกรรมก้าวร้าวไว้สรุปความได้ว่า พฤติกรรมก้าวร้าวเกิดขึ้นจากหลายสาเหตุ คือ จากพันธุกรรมและโครโมโซมที่ผิดปกติ จากการควบคุมพฤติกรรมก้าวร้าวมากเกินไป หรือจากการที่บุคคล ไม่สามารถควบคุมพฤติกรรมก้าวร้าวของตนเองได้ จากความคับข้องใจ หรือสถานการณ์ที่มากระตุ้นให้แสดงพฤติกรรมก้าวร้าว จากการเรียนรู้ จากการศึกษาของแพทย์ที่ผ่าตัดสมองของชาย ผู้หนึ่งชื่อวิทแมน (Whitman) ผู้เป็นอาชญากรฆ่าบุคคลในครอบครัวแล้วเขียนบันทึกไว้ก่อนฆ่าตัวตาย แพทย์ได้พบก้อนเนื้อออกขนาดใหญ่ในสมอง ซึ่งทำให้แพทย์เชื่อว่าเป็นสาเหตุที่ทำให้เขามีการกระทำที่โหดร้าย และจากการที่ฟลินน์และคนอื่นๆ (Wocrcchel and Cooper, 1979:321; citing Flynn and other.n.d) ได้ทำการทดลองฝังเข็มอิเล็กโทรด (Electrode) เข้าที่สมองของสัตว์และพบว่าทำให้สัตว์ดุร้ายขึ้น ในการวิจัยเชื่อว่าพันธุกรรมหรือโครโมโซมเพศที่ผิดปกติทำให้เกิดการกระทำที่ก้าวร้าว

วรลักษณ์ อีราโมกษ์ (2536:36-37) กล่าวว่า สาเหตุของความก้าวร้าวอาจเป็นปัจจัยทางชีวภาพ เช่น ระดับของสติปัญญา หรือฮอร์โมนต่าง ๆ ที่ทำให้มีพฤติกรรมก้าวร้าวได้ และปัจจัยทางจิตสังคม เช่น การเรียนรู้พฤติกรรมจากต้นแบบ หรือการลอกเลียนแบบพฤติกรรม การอบรมเลี้ยงดู การทำให้เด็กเกิดหงุดหงิด โมโห โกรธรุนแรง หรือเกิดความคับข้องใจสะสมไว้ในตัวเรื่อย ๆ และความแออัดของสังคม โกลด์สไตน์ (Goldstien, 1975:130)

รจนา กาแก้ว 2541:26) ได้สรุปองค์ประกอบที่สำคัญเกี่ยวกับความก้าวร้าวตามแนวคิดของ นิวแมน (Newman) ดังนี้

1. อุปนิสัยของคนที่มีความก้าวร้าวอยู่แล้ว มักขาดสติยั้งคิดที่จะควบคุมการกระทำของตนเอง ทำให้เป็นคนหุนหันพลันแล่น มีจริยธรรมต่ำ ไม่มีเป้าหมายแน่นอนในชีวิตชอบอ้างเหตุผลเข้าข้างตนเองและกล่าวโทษผู้อื่นอยู่เสมอ ๆ

2. สิ่งแวดล้อมของบุคคลที่มีความก้าวร้าว เป็นสิ่งแวดล้อมที่อำนวยความสะดวกให้กระทำความก้าวร้าวอยู่เสมอ ๆ เช่น มีพ่อแม่ผู้ปกครองที่เป็นแม่แบบที่ก้าวร้าวแก่เด็ก

แลงก์ และจาคูโบวสกี (สุวรรณา อินอิวิ 2541:7-8 ; อ้างอิงจาก Lange & Jakubowski, 1978:28-34) ได้สรุปว่า ความก้าวร้าวมีสาเหตุ 5 ประการ คือ

1. ความได้อำนาจหรือถูกข่มขู่ เมื่อบุคคลรู้สึกถูกข่มขู่หรือถูกโจมตีจากบุคคลอื่น มีความรู้สึกที่ไม่มีอำนาจควบคุมสถานการณ์นั้น ๆ ได้ บุคคลก็อาจแสดงพฤติกรรม ก้าวร้าวออกมา

2. ความไม่กล้าแสดงออกในครั้งก่อน ๆ เมื่อบุคคลไม่กล้าแสดงออกนาน ๆ โดยปล่อยให้สิทธิและความรู้สึกของตนเองถูกละเมิด ทำให้ต้องเก็บสะสมความโกรธ ความเจ็บปวดไว้

เมื่อถึงจุดหนึ่งที่ทนไม่ได้ ก็ยอมแสดงความก้าวร้าวออกมา บุคคลมีพฤติกรรมก้าวร้าวก็เพื่อใช้เป็นแนวทางป้องกันตัวเองที่จะกลายเป็นบุคคลไม่กล้าแสดงออก หรือบุคคลไม่กล้าแสดงออกต่อผู้ที่มีอำนาจเหนือกว่าทำให้ต้องเก็บกดแล้วหาทางไประบายความก้าวร้าวกับบุคคลที่อ่อนแอกว่า นอกจากนี้ความเชื่อผิด ๆ ของบุคคลที่ว่าผู้อื่นไม่มีสิทธิ์กระทำได้เช่นเดียวกัน ถ้าหากมีผู้อื่นมาใช้สิทธิ์นั้นกับตนเอง บุคคลที่มีความเชื่อผิด ๆ เหล่านี้ ก็มีแนวโน้มที่จะตอบสนองออกไปด้วยความก้าวร้าว

3. ได้รับประสบการณ์ทางอารมณ์ในอดีตที่ต้องแสดงความก้าวร้าว เพราะความพ่ายแพ้ตนเอง และประสบการณ์ในอดีตนี้ยังไม่ได้รับการแก้ไข เมื่อมีเหตุการณ์ในปัจจุบันที่คล้ายคลึงกับในอดีต บุคคลนั้นจึงมีแนวโน้มที่จะตอบสนองออกไปดังเช่นที่ได้เคยกระทำไปแล้ว

4. ความเชื่อเกี่ยวกับความก้าวร้าว คือ บุคคลมีความเชื่อว่า การแสดงความก้าวร้าวเป็นวิธีเดียวที่ใช้ได้ตอบบุคคลอื่น เพื่อให้ได้สิ่งที่ต้องการ

5. บุคคลได้รับการเสริมแรงทางบวกจากทางบ้านหรือชุมชน เมื่อแสดงพฤติกรรมก้าวร้าว นอกจากนี้การที่บุคคลขาดการเรียนรู้ทักษะเพื่อแสดงออกอย่างเหมาะสมเมื่ออยู่ใสถานการณ์เฉพาะบางอย่าง อาจทำให้บุคคลแสดงความก้าวร้าวได้

นอกจากนี้ เพนเนอร์ (รจนา กาแก้ว 2441:26 ; อ้างอิงจาก Pener, 1979:122-123) ยังเห็นว่าสื่อมวลชนแขนงต่าง ๆ เช่น หนังสือพิมพ์ ภาพยนตร์ ละคร และที่สำคัญที่สุดคือ โทรทัศน์ ก็มีอิทธิพลต่อความก้าวร้าวของเด็ก ปราณีย์ จันทรหอม (2541:2) ได้สรุปไว้ว่าครอบครัวเป็นสถาบันที่มีอิทธิพลมากที่สุด ที่จะทำให้เด็กมีปัญหาคือ บทบาท และท่าทีของพ่อแม่ หรือผู้ปกครองที่อบรมเลี้ยงดู นุชนาฏ หงส์ไกรเลิศ (2539:33) ได้สรุปไว้ว่า ความก้าวร้าวเกิดจากสาเหตุ 2 ประการ คือ 1) เกิดจากตัวบุคคลเอง 2) เกิดจากสิ่งแวดล้อม

วรรณา ช่องดารากุล (2543: 10 – 11) ได้สรุปสาเหตุของความก้าวร้าวของวัยรุ่นในมุมมองที่ต่างออกไป ดังนี้

1. เข้าใจว่าตนเองขาดความรัก ความอบอุ่นของครอบครัว บิดา มารดาขาดความยุติธรรม ถูกกล่าวหาว่าตกเดือนด้วยคำพูดหยาบคาย ถูกลงโทษอย่างรุนแรงเกินสมควร
2. ถูกขัดขวางความต้องการที่จะให้เป็นที่ยอมรับ ไม่ได้รับอิสระในการตัดสินใจหรือถูกห้ามไม่ให้ทำในสิ่งที่ตนคิดว่าตนทำได้
3. ความผิดหวัง ความกังวลเกี่ยวกับฐานะทางบ้าน ปมด้อย การทำงานผิดพลาด หรือความเปลี่ยนแปลงของร่างกาย
4. เรียกร้องความสนใจ ความรัก จากพ่อแม่ ผู้ปกครอง ครู และเพื่อน
5. ต้องการให้ตนเองเป็นที่ยอมรับของผู้อื่น

สมพร สัทศนี (2546: 45) ได้กล่าวถึงความก้าวร้าวของเด็กว่า มีสาเหตุมาจากปัจจัยต่างๆ ดังนี้

1. เป็นเด็กที่พ่อแม่ไม่ต้องการและเกลียดชัง ถูกทอดทิ้งจนทำให้เด็กรู้สึกเหงาโดดเดี่ยวและน้อยเนื้อต่ำใจ จนในที่สุดก็เกิดความรู้สึกเคียดแค้นชิงชัง
2. เป็นเด็กที่ถูกกลั่นแกล้งหรือโดนรังแกมาก่อน
3. ขาดความรักความอบอุ่นจากพ่อแม่และคนข้างเคียง
4. พ่อแม่ เข้มงวดกวดขันเจ้าอารมณ์ ใช้อำนาจข่มขู่เด็กมากเกินไปทำให้เด็กกลัวและเก็บอารมณ์นั้นไว้
5. เป็นเด็กที่มาจากครอบครัวที่พ่อแม่พี่น้องแตกสามัคคี
6. ครูชอบใช้อำนาจเกินเหตุกับเด็ก
7. ครูไม่ยุติธรรมกับเด็ก
8. เกิดจากการรบกวนหรือการต่อสู้อยู่
9. เกิดจากลักษณะนิสัยทางการทำลาย
10. เกิดจากความไม่แน่ใจในเรื่องต่าง ๆ เข้าใจเรื่องราวที่ไม่แจ่มชัด จึงเกิดความคับข้องใจซึ่งนำไปสู่ความก้าวร้าว
11. เด็กมีนิสัยขี้ขลาด ไม่ใช่นักสู้
12. มีปมด้อย เพื่อสร้างสิ่งต่างๆ เพื่อปมเด่น
13. พ่อ แม่ รักตามใจ และส่งเสริมให้มีพฤติกรรมก้าวร้าวแก่ผู้อื่น

จากเอกสารข้างต้นนี้ สรุปได้ว่า พฤติกรรมก้าวร้าวเกิดขึ้นได้จากหลายสาเหตุ เช่น จากพันธุกรรมหรือโครโมโซมที่ผิดปกติ การอบรมเลี้ยงดู สัมพันธภาพในครอบครัว การเลียนแบบเพื่อน การเรียนรู้หรือประสบการณ์ในอดีต สิ่งแวดล้อม สถานการณ์ที่จะมากระตุ้นให้เกิดความก้าวร้าว เช่น สื่อชนิดต่าง ๆ เป็นต้น

1.5 ขั้นตอนของการแสดงพฤติกรรมก้าวร้าว

แลงส์ และจาคูโบวสกี (สุทธิพงษ์ ทองยิ่ง. 2536: 35 – 36; อ้างอิงจาก Lange and Jakubowski. 1978. Responsible Assertive Behavior: Cognitive Behavior Procedures for Trainers. 67 – 68) ได้เสนอขั้นตอนการแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวของบุคคลตามแนวคิดของโจนส์ (Jones) และแบนเนต (Banet) ดังนี้

1. ขั้นคุกคาม (Treat Stage) เป็นขั้นตอนเริ่มต้น คือ บุคคลรู้สึกว่าตนเองถูกข่มขู่ คุกคามทางด้านร่างกาย หรือจิตใจภายนอก ซึ่งอาจเป็นบุคคลหรือสิ่งของก็ได้ ทำให้เขาไม่สามารถบรรลุสิ่งที่ต้องการ ก็จะนำไปสู่ขั้นที่ 2

2. ขั้นประเมินอันตราย (Assessment of Danger) ขั้นนี้บุคคลจะประเมินอันตรายที่อาจเกิดขึ้นกับตนเองอย่างทันทีทันใด

3. ขั้นประเมินพลังกำลัง (Assessment of Power) ขั้นนี้จะตามติดขั้นที่ 2 อย่างรวดเร็ว คือ บุคคลจะประเมินอำนาจทั้งของตนเองและของผู้อื่นในสถานการณ์ที่เกิดขึ้น ถ้าเขาประเมินว่าตนเองมีอำนาจควบคุมเพียงพอ หรือถ้าเห็นว่าการคุกคามนั้นเป็นเรื่องเล็กน้อยไม่สำคัญ บุคคลจะมีความโกรธเกิดขึ้นและหาวิธีป้องกันตนเอง ซึ่งนำไปสู่ขั้นตอนสุดท้าย คือ

4. ขั้นแสดงความโกรธ (Anger Stage) ในขั้นนี้มีบุคคลเกิดความโกรธขึ้นมาแล้ว อาจแสดงออกด้วยความโกรธ โดยถ้าหากว่า (1) บุคคลนั้นไม่มีทักษะการพูดเพื่อควบคุมสถานการณ์ได้อย่างเหมาะสม (2) ปลดปล่อยระดับความโกรธเกิดขึ้น (3) มีความเชื่อว่าความก้าวร้าวเป็นวิธีการเดียวที่จะดำเนินการกับผู้อื่นได้ และ (4) บุคคลคิดมากเกินไปกับการกระทำผิดของผู้อื่น ซึ่งอาจเป็นความไม่ยุติธรรมของผู้อื่นในสถานการณ์ดังที่เรียดนั้น ในอีกแง่หนึ่งถ้า ความรู้สึกโกรธกลายเป็นสิ่งที่คุกคามบุคคลนั้นอย่างรุนแรง หรือถ้าบุคคลนั้นรับรู้ว่าการแสดงความโกรธออกไป ทำให้เกิดอันตรายกับตนเองเป็นอย่างมาก เขาก็จะหันเหความโกรธเข้าสู่ตนเอง โดยอาจเก็บความรู้สึกและมีพฤติกรรมไม่กล้าแสดงออก แต่ก็อาจจะระเบิดออกมาอย่างก้าวร้าวในที่สุด ขั้นตอนต่าง ๆ นี้จะเกิดขึ้นต่อเนื่องกันไปอย่างรวดเร็วมาก จนบุคคลอาจแสดงความก้าวร้าวโดยทันทีเมื่อมีเหตุการณ์มากระตุ้น

1.6 ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับความก้าวร้าว

มีนักจิตวิทยาหลายท่านที่สนใจเกี่ยวกับความก้าวร้าว ซึ่งแต่ละท่านมีแนวคิดที่ต่างกันอย่างออกไป จึงเกิดเป็นทฤษฎีเกี่ยวกับความก้าวร้าวหลายทฤษฎี ดังต่อไปนี้

1) ทฤษฎีความก้าวร้าวที่เกี่ยวกับสิ่งแวดล้อม ได้แก่ ทฤษฎีที่เชื่อว่าความก้าวร้าวมาจากความคับข้องใจ ทฤษฎีสัญญาณความก้าวร้าว และทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม

1.1 ทฤษฎีความก้าวร้าวที่มาจากความคับข้องใจ (Frustration Aggression Theory) ทฤษฎีนี้มาจากความเชื่อของดอลลาร์ด และมิลเลอร์ ที่เชื่อว่าความก้าวร้าวของบุคคลมีสาเหตุมาจากความคับข้องใจ ทั้งนี้เนื่องมาจากการที่บุคคลไม่สามารถบรรลุเป้าหมายและการที่บุคคลมีความคับข้องใจสะสมอยู่ตลอดเวลา ก็จะทำให้บุคคลนั้นเกิดความก้าวร้าวในที่สุด (เพชรสุดา เพชรใส 2545:12) ด้วยเหตุนี้ครูจึงควรหาทางระบายความคับข้องใจของเด็กไปในทางที่เหมาะสม โดยหางานให้เด็กทำอยู่เสมอ และให้เด็กใช้กำลังไปในทางที่เป็นประโยชน์ เช่น ในทางกีฬา และกิจกรรมต่าง ๆ ที่ใช้กล้ามเนื้อรวมทั้งควรหาโอกาสให้ได้ระบายความก้าวร้าวออกมาทางศิลปะ ดนตรี การปั้น การแกะสลัก (สัมฤทธิ์ แก้วพูลศรี 2544:9)

1.2 ทฤษฎีสัญญาณความก้าวร้าว (Aggression Cues Theory) มาจากแนวคิดของ เบอร์โควิทซ์ (สุพล ชัดเชื้อ 2545; อ้างอิงจาก Berkowitz, 1964) ที่กล่าวว่า ความคับ

ข้อใจเป็นตัวที่ก่อให้เกิดความก้าวร้าว แต่การแสดงออกก้าวร้าวจะมากหรือน้อยนั้นขึ้นอยู่กับสถานการณ์ ที่มากระตุ้นให้เกิดพฤติกรรม กล่าวคือ แรงขับภายในจะต้องสัมพันธ์กับสถานการณ์ที่มาเร้า เช่น ถ้าความคับข้องใจน้อย ถึงแม้สถานการณ์จะเร้ามาก ก็อาจไม่เกิดความก้าวร้าว

1.3 ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม (Social Learning Theory) เพนเนอร์

(สุพล ชัดเชื้อ 2545 ; อ้างอิงจาก Penner, 1978) นักจิตวิทยาสังคม เชื่อว่ามนุษย์จะเรียนรู้เกี่ยวกับพฤติกรรม ก้าวร้าวได้เช่นเดียวกับพฤติกรรมอื่น ๆ สำหรับแบนดูราและคนอื่น (สุพล ชัดเชื้อ 2545:19 ; อ้างอิงจาก Coleman, 1978) เชื่อว่าเด็กไม่ได้เรียนรู้ความก้าวร้าวโดยตรงจากการให้รางวัลหรือการลงโทษจากผู้ปกครองเพียงอย่างเดียว แต่จะเลียนแบบผู้ที่มีอิทธิพลต่อตนเอง โดยจะสังเกตท่าทีและการกระทำของผู้ปกครองของตนเอง สำหรับในการอบรมสั่งสอนของผู้ปกครองนั้นผู้ปกครองมักจะบอกเด็กว่า การก้าวร้าวต่อผู้อื่นเป็นสิ่งที่ไม่ดี แต่เด็กก็ยังคงสังเกตเห็นผู้ปกครองของตนแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวอยู่เสมอเด็กจึงกระทำตามในสิ่งที่ผู้ปกครองทำ มากกว่าที่จะกระทำในสิ่งที่ผู้ปกครองสั่งสอนเอาไว้ ซึ่งเพชแบค (สุพล ชัดเชื้อ 2545:19 ; อ้างอิงจาก Goldstein, 1975) กล่าวว่า ความก้าวร้าว ของบุคคลนั้นได้รับการเรียนรู้มาจากในอดีตทั้งสิ้น และเขายังพบว่าถ้าแม่ลงโทษเด็กด้วยการเฆี่ยนตีมากเพียงใด เด็กก็จะแสดงความก้าวร้าวต่อเพื่อน พี่น้อง และผู้ปกครองมากขึ้นเท่านั้น ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมเชื่อว่า องค์ประกอบที่สำคัญของพฤติกรรมก้าวร้าว 2 ประการ คือ แม่แบบ (Model) และแรงเสริม (Reinforcement) ที่ทำให้เกิดพฤติกรรมก้าวร้าว

จากทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมที่ได้กล่าวมาแล้วสรุปได้ว่ามีองค์ประกอบที่สำคัญ 2 ประการคือ แม่แบบและแรงเสริม การทดลองกับแบบดูรา รอส และรอส. (Bandura , Ross and Ross) ซึ่งในการทดลองนี้เขาให้นักเรียนอนุบาลได้เห็นแม่แบบแสดงพฤติกรรมก้าวร้าว โดยแบ่งออกเป็น 4 กลุ่ม ให้เห็นตัวแปรต่าง ๆ กัน กล่าวคือ

กลุ่มที่ 1 มีแม่แบบเป็นคนจริง ๆ

กลุ่มที่ 2 มีแม่แบบเป็นภาพยนตร์

กลุ่มที่ 3 มีแม่แบบเป็นการ์ตูนในหนังสือ

กลุ่มที่ 4 ไม่มีแม่แบบ

เมื่อเด็กดูแม่แบบทั้ง 4 นี้แล้วจะถูกจัดให้เล่นในสิ่งที่เด็กอยากเล่นหลังจากนั้น ปล่อยให้เด็กให้อยู่ตามลำพังในห้องที่มีของเล่นชนิดหนึ่งที่คล้ายกับสิ่งที่ถูกแม่แบบแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวให้เด็กเห็นมาแล้วผลปรากฏว่า เด็กในกลุ่มที่ 1 เล่นของเล่นชนิดนั้นก้าวร้าวมากที่สุด และเด็กในกลุ่มที่ 4 เล่นอย่างก้าวร้าวน้อยที่สุด ส่วนกลุ่มที่ 2 และ 3 เล่นอย่างก้าวร้าวใกล้เคียงกัน

แบนดูรา (สมพร สุทัศนีย์ 2540:18; อ้างอิงจาก Bandura, 1976) ได้อธิบายความก้าวร้าวในทฤษฎีความก้าวร้าวที่เกี่ยวกับการเรียนรู้ทางสังคม 3 ลักษณะ คือ

1. การเกิดความก้าวร้าว (Origin of Aggression)

2. ตัวกระตุ้นให้เกิดความก้าวร้าว (Instigator of Aggression)

3. การเสริมแรงที่ทำให้ความก้าวร้าวคงอยู่ (Reinforcement of Aggression) การเกิดความก้าวร้าวหมายถึง พฤติกรรมก้าวร้าวได้มาอย่างไร ได้มาในรูปแบบใด ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมเชื่อว่า พฤติกรรมก้าวร้าวเกิดจากการเรียนรู้ 2 ลักษณะ คือ

1. การสังเกต เป็นการเรียนรู้จากตัวอย่างโดยการสังเกตพฤติกรรมของผู้อื่นหรือเรียนจากการสังเกตตัวแบบ การสังเกตแบบนี้ผู้สังเกตจะเรียนรู้กลวิธีในการแสดงพฤติกรรมในเวลาต่อมา นอกเหนือจากพฤติกรรมของตัวแบบแล้ว แบบดูราเชื่อว่า การเรียนรู้จากการสังเกตต้องรวมตัวแปรกระบวนการทางปัญญาด้วย การสังเกตจึงสอนให้บุคคลคำนึงผลกระทบที่เกิดขึ้น เช่น การสังเกตแบบที่ได้รับการเสริมแรงทางสังคม (Vicarious Reinforcement) กระบวนการทางปัญญาจะทำให้บุคคลคาดหวังผลภพภพที่จะได้รับ ถ้าตนแสดงพฤติกรรมเช่นนี้บ้าง ความคาดหวังจึงเป็นตัวกำหนดพฤติกรรมที่สำคัญ

2. ตัวกระตุ้นให้เกิดความก้าวร้าว ได้แก่ ประสบการณ์การเรียนรู้ซึ่งมีดังต่อไปนี้

2.1 อิทธิพลของตัวแบบ ตัวแบบมีอิทธิพลที่ทำให้เกิดพฤติกรรมก้าวร้าวได้

ไม่ว่าจะเป็นสถานการณ์จริงหรือสถานการณ์ทดลอง จากการทดลองของแบบดูราที่พบว่ากลุ่มตัวอย่างที่สังเกตตัวแบบที่ก้าวร้าว โดยเฉพาะตัวแบบที่ได้รับการเสริมแรงจะมีพฤติกรรมก้าวร้าวสูงกว่ากลุ่มตัวอย่างที่สังเกตแบบไม่ก้าวร้าว

2.2 สิ่งเร้าไม่พึงประสงค์ ได้แก่ การต่อสู้ การทำร้ายร่างกาย การดูถูกเหยียดหยาม หรือการถอดถอนแรงเสริม สิ่งเหล่านี้ทำให้เกิดความคับข้องใจ หรือความโกรธซึ่งจะทำให้เกิดพฤติกรรมในรูปแบบต่าง ๆ รวมถึงพฤติกรรมก้าวร้าว

2.3 สิ่งจูงใจส่วนใหญ่ที่ส่งผลต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของบุคคล เกิดจากการคาดหวังผลทางบวก ฉะนั้นตัวกระตุ้นคือแรงเสริมที่บุคคลคาดหวังมากกว่าการกระทำให้อื่นเจ็บปวด

2.4 การควบคุมด้วยการสอน บุคคลจะถูกฝึกให้เชื่อฟังกฎและระเบียบต่าง ๆ ผู้ฝึกจะให้รางวัลแก่การเชื่อฟังและลงโทษแก่การไม่เชื่อฟัง วิธีการลงโทษที่รุนแรงย่อมทำให้บุคคลเกิดความก้าวร้าวได้ เพราะทำให้บุคคลคับข้องใจและเห็นตัวแบบที่ก้าวร้าวด้วยเพาเวอร์

2.5 การควบคุมด้วยสิ่งที่เป็นมายา เป็นสิ่งที่เร้าภายนอกที่เกิดจากความเชื่อที่ผิด บางครั้งความเชื่อที่ผิดทำให้บุคคลก้าวร้าวได้

3. สิ่งที่ทำให้ความก้าวร้าวคงอยู่ ได้แก่ แรงเสริม โดยแบบดูรา แบ่งแรงเสริมออกเป็น 3 ชนิด คือ

3.1 แรงเสริมภายนอก เมื่อบุคคลแสดงความก้าวร้าวแล้วได้รับแรงเสริม พฤติกรรมก้าวร้าว นั้นจะคงอยู่

3.2 แรงเสริมที่ได้จากการสังเกต บุคคลจะสังเกต และเลียนแบบพฤติกรรม ก้าวร้าวของตัวแบบที่ได้รับรางวัลมากกว่าตัวแบบที่ไม่ได้รับรางวัล ฉะนั้นตัวแบบก้าวร้าวที่ได้รับ รางวัลจะเป็นตัวแบบที่มีประสิทธิภาพ แรงเสริมที่ได้รับจากการสังเกตจะทำหน้าที่ให้ข้อมูลและ แรงจูงใจให้บุคคลแสดงความก้าวร้าว

3.3 แรงเสริมที่เกิดจากตนเอง ได้แก่ การลดค่าหรือศักดิ์ศรีของผู้อื่น เช่น การพูดนินทา หรือตำหนิผู้อื่น จะให้ตนเองรู้สึกมีค่ามากขึ้น รู้สึกพึงพอใจและได้ระบายความคับข้องใจ

2) ทฤษฎีบุคลิกภาพที่เกี่ยวข้องกับความก้าวร้าว (Personality Theories of Aggression) แมคคาร์ทรี (สุพล ชัดเชื้อ 2545:18 ; อ้างอิงจาก McGargree, 1966) ได้ศึกษาลักษณะ บุคลิกภาพของอาชญากร และแบ่งออกเป็น 2 ลักษณะ ประการแรกคือ การที่บุคคลไม่สามารถควบคุม ความก้าวร้าวของตนเองได้ หรือมีการยับยั้งการแสดงออกของความก้าวร้าวได้น้อย มีความพร้อมที่จะ ตอบสนองของความคับข้องใจด้วยก้าวร้าว และลักษณะประการที่สอง คือ การที่บุคคลควบคุมความ ก้าวร้าวของตนเองมากเกินไป โดยควบคุมอย่างเข้มแข็งต่อการแสดงออกของความก้าวร้าวอย่างเรื้อรัง จากการศึกษาดังกล่าว แมคคาร์ทรี สรุปว่า อาชญากรที่ร้ายแรงมักมาจากพวกที่ควบคุมความก้าวร้าว มากเกินไป

ทฤษฎีสัญชาตญาณที่เกี่ยวข้องกับความก้าวร้าว (Instinct Theories of Aggression) เป็นทฤษฎีที่ ฟรอยด์ เห็นว่าความก้าวร้าวเป็นสัญชาตญาณที่เกิดขึ้นภายในตัวมนุษย์ไม่ได้เกี่ยวกับ เหตุการณ์ภายนอกคือ มนุษย์เป็นผู้ที่ก้าวร้าวเสมอ โดยไม่เลือกสถานการณ์ฟรอยด์กล่าวว่า สัญชาตญาณมี 2 ประเภท คือ สัญชาตญาณแห่งการดำรงชีวิต (Life Instinct) และสัญชาตญาณ แห่งความตาย (Death Instinct) นอกจากนั้นเขายังกล่าวถึงเรื่องความพึงพอใจทางเพศ จากการ ถูกคู่รักร่วมเพศทำร้ายซึ่งจะทำให้เจ็บปวดทางร่างกายหรือจิตใจ (Masochism) ว่าเป็นแนวโน้มที่บุคคล จะเพิ่มความรู้สึกพึงพอใจจากการทำร้ายตนเอง ซึ่งเป็นผลมาจาก ความต้องการทำร้ายหรือก้าวร้าว ต่อผู้อื่น ไม่สามารถแสดงออกมาได้ง่าย จึงหันมาทำร้ายตัวเอง ฟรอยด์ได้ให้ความเห็นว่า การที่บุคคล มีความรู้สึกเช่นนี้เป็นเพราะมีความรู้สึกผิดติดอยู่ในจิตสำนึกเป็นต้นว่าเมื่อวัยเด็กเคยถูกทำร้ายร่างกาย จากพ่อแม่ เคยถูกพ่อแม่หรือผู้มีอำนาจเหนือกว่าลงโทษ เด็กจึงต้องการที่จะทำร้ายตอบเพื่อเป็นการ แก้แค้น แต่เด็กแสดงออกไม่ได้ ความเจ็บปวดทางร่างกายและจิตใจ (Sadism) นั้นเป็นแนวโน้มของ พวกที่มีสัญชาตญาณในการทำลาย หรือมีความก้าวร้าวที่ชอบแสดงออกต่อคนอื่น ดังนั้น ฟรอยด์จึง มีความเห็นว่าบุคคลไม่ควรจะเก็บความเครียดความเก็บกดและความก้าวร้าวไว้ควรที่จะหา

ทางระบายออกไปในทางที่สังคมยอมรับ และไม่เป็นสิ่งที่ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน เช่น การวาดเขียน งานศิลปะ หรือการเล่นกีฬา

จากเอกสารข้างต้น พอจะสรุปได้ว่า ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมก้าวร้าวมีอยู่หลายประการ เช่น ทฤษฎีความก้าวร้าวที่เกี่ยวกับพันธุกรรม ของฟรอยด์ ซึ่งเน้นเรื่องจิตใต้สำนึก ทฤษฎีบุคลิกภาพที่เกี่ยวข้องกับความก้าวร้าว ของแมคคาร์กีย์ ที่เน้นเรื่องการไม่ได้รับระบายออกเมื่อเกิดความคับข้องใจ ซึ่งทฤษฎีเหล่านี้ได้รับอิทธิพลมาจากทฤษฎีความก้าวร้าวที่เกี่ยวกับการเรียนรู้ทางสังคมของแบนดูรา ที่ให้ความสำคัญกับการเรียนรู้ทางสังคม

1.7 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความก้าวร้าว

งานวิจัยในประเทศ

คมคาย อนุจันทร์ (2548:114) ได้ทำการศึกษาเปรียบเทียบผลของการควบคุมตนเองและการเสริมแรงพฤติกรรมที่ขัดกัน เพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าว ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนมงฟอร์ตวิทยา จังหวัดเชียงใหม่ ปีการศึกษา 2537 มีผลการวิจัยดังต่อไปนี้

1. นักเรียนมีพฤติกรรมก้าวร้าวลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ภายหลังการใช้การควบคุมตนเอง
2. นักเรียนมีพฤติกรรมก้าวร้าวลดลง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ภายหลังได้รับการเสริมแรงพฤติกรรมที่ขัดกัน
3. นักเรียนที่ใช้การควบคุมตนเองและนักเรียนที่ได้รับการเสริมแรงพฤติกรรมที่ขัดกัน มีพฤติกรรมก้าวร้าวลดลงไม่แตกต่างกัน

นุชนาฏ หงส์ไกรเลิศ (2549:126) ได้ทำการศึกษาผลของการให้การปรึกษาโดยยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง เพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าว ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนบ้านหนองข้าซาก อำเภอบ้านโป่ง จังหวัดชลบุรี ปีการศึกษา 2548 กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวสูงกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 50 ขึ้นไป จำนวน 16 คน ซึ่งได้มาจากการสุ่มอย่างง่ายจากประชากร แล้วสุ่มอย่างง่ายอีกครั้งหนึ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 8 คน กลุ่มทดลองให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง และกลุ่มควบคุมได้รับข้อเสนอแนะ ได้ผลของการวิจัยสรุปว่า

1. นักเรียนมีพฤติกรรมก้าวร้าวลดลงหลังจากได้รับการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
2. นักเรียนมีพฤติกรรมก้าวร้าวลดลงหลังจากการได้รับข้อเสนอแนะ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
3. นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง และนักเรียนที่ได้รับข้อเสนอแนะ มีพฤติกรรมก้าวร้าวลดลงไม่แตกต่างกัน

สุวรรณ อินอิ้ว (2541:ง) ได้ศึกษาผลการฝึกอาสนะและสมาธิตามแนวคิดมีโออิ้วแมนนิสต์ที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ภาคการศึกษาที่ 2 ปีการศึกษา 2540 โรงเรียนบ้านนาอิน จังหวัดอุดรธานี จำนวน 30 คน ที่ได้มาโดยวิธีสุ่มอย่างง่าย และจับคู่เหมือน โดยยึดคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าว สุ่มแต่ละคู่ได้กลุ่มทดลองจำนวน 15 คน กลุ่มควบคุมจำนวน 15 คน กลุ่มทดลองได้รับการฝึกอาสนะและสมาธิตามแนวคิดมีโออิ้วแมนนิสต์ จำนวน 19 ครั้ง ๆ ละ 40–50 นาที ติดต่อกันเป็นเวลา 4 สัปดาห์ มีผลการวิจัยดังต่อไปนี้ คือ

1. นักเรียนที่ฝึกอาสนะและสมาธิมีพฤติกรรมก้าวร่ววน้อยกว่าก่อนได้รับการฝึกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

2. นักเรียนที่ฝึกอาสนะและสมาธิมีพฤติกรรมก้าวร่ววน้อยกว่านักเรียนที่ไม่ได้รับการฝึกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

รจนา กาแก้ว (2541:108) ได้ศึกษาประสิทธิภาพของวิธีปรับพฤติกรรมแบบควบคุมตนเอง ต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรมที่เรียนร่วมกับเด็กปกติระดับชั้นก่อนประถมศึกษา ปีการศึกษา 2541 โรงเรียนจตุรนต์รณาคาร จังหวัดแพร่ พบว่า วิธีปรับพฤติกรรมแบบควบคุมตนเองมีค่าประสิทธิภาพ 84.1/98.3 และเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรมมีพฤติกรรมก้าวร่ววลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ภายหลังการใช้วิธีปรับพฤติกรรมแบบควบคุมตนเอง

พัฒนสุวรรณ เชื้อแก้ว (2542:188) ได้ทำการศึกษาเปรียบเทียบผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มและแบบรายบุคคลตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนประถมนนทบุรี กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2541 กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ขึ้นไป จำนวน 28 คน ที่ได้มาจากการสุ่มอย่างง่าย โดยมีผลของการวิจัยดังต่อไปนี้คือ

1. นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม และแบบรายบุคคลตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมมีพฤติกรรมก้าวร่ววลดลงอย่างไม่แตกต่างกัน

2. นักเรียนที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน และนักเรียนที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย เมื่อได้รับการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมแล้วมีพฤติกรรมก้าวร่ววลดลง อย่างไม่แตกต่างกัน

3. ปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมกับวิธีการอบรมเลี้ยงดูส่งผลต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนไม่แตกต่างกัน

ศิราณี พุฒิ (2543:ง) ได้ทำการศึกษาผลการใช้กิจกรรมกลุ่มที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเยาวชนจังหวัดเชียงใหม่ กลุ่มทดลองเป็นเยาวชน 14

คนจากการสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน โดยกลุ่มทดลองเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสัปดาห์ละ 3 ครั้ง ติดต่อกัน 4 สัปดาห์ รวม 12 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที ผลการศึกษาพบว่าเยาวชนที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มปรับพฤติกรรม มีแนวโน้มพฤติกรรมก้าวร้าวลดลงจากระยะก่อนการทดลองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

เพชรสุดา เพชรใส(2545) ได้ศึกษาการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มในการปรับพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 16 คน โดยเลือกนักเรียนที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวสูงจากแบบสอบถามวัดพฤติกรรมก้าวร้าว ผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มสามารถลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

สุพล ชัดเชื้อ (2549) ได้ศึกษาเปรียบเทียบผลของการควบคุมตนเอง และการปรับสินไหมที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวัดเสมียนนารี กรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่างจำนวน 16 คน แบ่งเป็นกลุ่มที่ใช้การควบคุมตนเอง 8 คน และกลุ่มที่ใช้การปรับสินไหมจำนวน 8 คน ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนที่ใช้การควบคุมตนเองจะมีพฤติกรรมก้าวร้าวลดลงมากกว่ากลุ่มที่ใช้การปรับสินไหม

สุทัศน์ คำชาลี.(2548:ง) ได้ศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมก้าวร้าว กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าเป็นนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 อำเภอสุวรรณภูมิ สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาร้อยเอ็ด เขต 2 ที่มีพฤติกรรมก้าวร้าว โดยใช้วิธีการสังเกตจากครูประจำชั้น ครูฝ่ายปกครองของโรงเรียนและผู้ปกครอง จำนวน 80 คน ผลการศึกษาค้นคว้าพบว่า

1. นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่อาศัยอยู่ในเขตเทศบาลมีพฤติกรรมก้าวร้าวมากกว่านักเรียนที่อาศัยอยู่นอกเขตเทศบาล อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2. นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่ได้รับอิทธิพลจากกลุ่มเพื่อน โดยการแสดงแบบพฤติกรรมก้าวร้าวมากกว่านักเรียนที่ได้รับอิทธิพลจากเพื่อนโดยการเสริมแรงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3. นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่ได้รับอิทธิพลจากสื่อ โดยรวมมีพฤติกรรมก้าวร้าวอยู่ในระดับปานกลาง

4. นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผล แบบใช้อำนาจแบบทฤษฎีนิยามเกินกว่าเหตุ และแบบปล่อยปละละเลย มีพฤติกรรมก้าวร้าวแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยนักเรียนที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบใช้อำนาจมีพฤติกรรมก้าวร้าวสูงกว่าแบบปล่อยปละละเลย แบบใช้เหตุผล แบบทฤษฎีนิยามเกินกว่าเหตุ

โดยสรุปพบว่า ปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมก้าวร้าวได้ คือ ปัจจัยที่อยู่อาศัย โดยนักเรียนที่อาศัยอยู่ในเขตเทศบาลจะมีพฤติกรรมก้าวร้าวมากกว่านักเรียนที่อาศัยอยู่นอกเขตเทศบาล

นักเรียนที่ได้รับอิทธิพลของกลุ่มเพื่อนโดยการแสดงแบบของเพื่อนมีพฤติกรรมก้าวร้าวมากกว่านักเรียนที่ได้รับอิทธิพลของเพื่อนโดยการเสริมแรงจากเพื่อน

สมหวัง จันทราวุฒิกร (2549 : ง) ได้ทำการศึกษาผลของการให้คำปรึกษาตามแนวพุทธศาสตร์ที่มีต่อการลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษา กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช.) ชั้นปีที่ 1 สาขาวิชาช่างยนต์ โรงเรียนเทคโนโลยีแห่งหนึ่ง ในกรุงเทพมหานคร ที่มีคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 50 ขึ้นไป จำนวน 16 คน ที่ได้มาจากการสุ่มอย่างง่ายจากประชากร และสุ่มอย่างง่ายอีกครั้งหนึ่งเป็นกลุ่มทดลอง 8 คน และกลุ่มควบคุม 8 คน โปรแกรมการให้คำปรึกษาตามแนวพุทธศาสตร์นี้มีจำนวน 10 ครั้งและมีการสังเกตพฤติกรรมของนักเรียนก่อนได้รับการให้คำปรึกษา 2 สัปดาห์ ภายหลังได้รับการให้ปรึกษา 2 สัปดาห์ แผนการทดลองเป็นแบบ Randomized Control – Group Pretest Posttest Design ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

1. นักเรียนมีพฤติกรรมก้าวร้าวลดลง หลังจากได้รับการให้คำปรึกษาตามแนวพุทธศาสตร์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
2. นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาตามแนวพุทธศาสตร์ มีพฤติกรรมก้าวร้าวลดลงมากกว่านักเรียนที่ไม่ได้รับการให้คำปรึกษาตามแนวพุทธศาสตร์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

งานวิจัยในต่างประเทศ

วัดคาโร (Vaccaro. 1990: 369-378) ได้ศึกษาการนำทักษะทางสังคม มาใช้ในกลุ่มผู้สูงอายุที่มีพฤติกรรมก้าวร้าว โดยใช้โปรแกรมการฝึกทักษะทางสังคมซึ่งประกอบด้วย การให้คำแนะนำ การให้ตัวแบบ การแสดงบทบาทสมมติ และการให้ข้อมูลย้อนกลับ กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้สูงอายุที่มีความก้าวร้าวทางวาจา จำนวน 6 คน ใช้วิธีทดลองการเปรียบเทียบภายในบุคคลวิธีสลับกลับ ผลปรากฏว่าพฤติกรรมก้าวร้าวทางวาจาของผู้สูงอายุลดลงอย่างมีนัยสำคัญ และต่อมาเมื่อได้มีการติดตามผล พบว่าผู้ที่ได้รับการฝึกสามารถแผ่ขยายไปยังพฤติกรรมทางสังคมอื่น ๆ

สก๊อต และคนอื่น ๆ (นุชนาฏ หงษ์ไกรเลิศ 2542:33; อ้างอิงจาก Scott and others, 1967: 73-76) ได้ศึกษาวิธีลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนโดยใช้แรงเสริมทางสังคม ซึ่งผู้วิจัยได้ใช้วิธีปรับพฤติกรรม เพื่อให้นักเรียนมีความสัมพันธ์กับเพื่อนมากขึ้น ในระยะแรก ครูเพียงแต่สังเกตและบันทึกความถี่ของพฤติกรรมก้าวร้าว ในระยะที่สอง ครูได้รับคำแนะนำให้ใช้แรงเสริมทางสังคมคือให้คำ ชมเชย และให้ความสนใจเมื่อนักเรียนแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสม เช่น การช่วยเหลือผู้อื่น สนใจผู้อื่น พูดคุยกับผู้อื่นอย่างเป็นมิตร ตลอดจนมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็นในขณะเดียวกัน ครูจะไม่ให้แรงเสริมทางสังคม เมื่อนักเรียนแสดงพฤติกรรมก้าวร้าว เช่น การทำร้าย

ร่างกาย ชุ่มชู่ และเรียกร้อง ผลการวิจัยพบว่า ความถี่ของพฤติกรรมก้าวร้าว ลดลง และนักเรียนมีความสัมพันธ์กับเพื่อนมากขึ้น

ฮาร์ต และคนอื่น ๆ (สัมฤทธิ์ แก้วพูลศรี 2544:16 ; อ้างอิงจาก Hart and others, 1968) ได้ศึกษาวิธีการปรับพฤติกรรมก้าวร้าวของเด็กในโรงเรียนอนุบาลแห่งหนึ่งโดยใช้แรงเสริมทางสังคม ผู้รับการทดลองเป็นเด็กหญิงอายุ 5 ปี ซึ่งแสดงพฤติกรรมก้าวร้าว คือปากร้าย ใช้คำพูดสับประมาท และเกร เพื่อบุคคลอื่นได้เริ่มแก้ไขให้เขามีพฤติกรรมการเล่นกับเพื่อนเพิ่มขึ้นในช่วงระยะแรกพบว่า เขาอยู่ใกล้เด็กอื่น ๆ ร้อยละ 50 ของเวลาทั้งหมด เล่นรวมกับเด็กอื่นน้อยกว่าร้อยละ 5 ของเวลาทั้งหมด และในระยะนี้ครูให้ความสนใจใกล้ชิดกับเด็กร้อยละ 5 ของเวลาทั้งหมด และในระยะนี้ครูให้ความสนใจใกล้ชิดกับเด็กร้อยละ 10 ต่อมาในระยะเวลา 7 วันหลังจากระยะแรก ครูได้ให้ความสนใจอย่างใกล้ชิด แต่ครูจะไม่ให้ความสนใจเมื่อเขาแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวผลปรากฏว่า การเล่นรวมกับเด็กอื่นเพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ 40 และในระยะต่อมาเมื่อครูไม่ให้แรงเสริมทางสังคมกับพฤติกรรมการเล่นกับเพื่อนและการไม่แสดงพฤติกรรมก้าวร้าวพบว่า พฤติกรรมการเล่นกับเพื่อนลดลง และพฤติกรรมก้าวร้าวเพิ่มขึ้น ระยะต่อมาครูกลับไปใช้วิธีการเดิม คือให้แรงเสริมทางสังคมกับพฤติกรรมการเล่นกับเพื่อนและการไม่แสดงพฤติกรรมก้าวร้าว พบว่า พฤติกรรมการเล่นกับเพื่อนเพิ่มขึ้น และพฤติกรรมก้าวร้าวก็ลดลงด้วย จากการวิจัยพบว่าแรงเสริมทางสังคมสามารถลดพฤติกรรมก้าวร้าวได้

โอเลียร์ และคนอื่น ๆ (นุชนาฏ หงส์ไกรเลิศ 2542 : 34 ; อ้างอิงจาก O'Leary and others, 1969 : 3-13) ทดลองปรับพฤติกรรมนักเรียนเกรด 2 จำนวน 7 คน ที่มีพฤติกรรมก่อกวนในชั้นเรียนโดยแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวด้วยการทุบตีเพื่อนร่วมชั้น เดินไปเดินมา ในชั้นเรียน ส่งเสียงและคุยกับเพื่อนขณะที่มีการสอน การทดลองได้แบ่งเป็น 7 ระยะ คือ 1) ระยะเส้นฐาน 2) ครูประกาศระเบียบการในชั้นเรียน 3) จัดโปรแกรมการเรียนรู้พิเศษ 4) ครูชมเมื่อนักเรียนมีพฤติกรรมที่พึงปรารถนา และทำเพิกเฉยเมื่อแสดงพฤติกรรมก่อกวนในชั้นเรียน 5) ให้เบียร์รูดกรเมื่อแสดงพฤติกรรมที่พึงปรารถนาในชั้นเรียน 6) เรียกเบียร์รูดกรคืนเมื่อนักเรียนพฤติกรรมที่ไม่พึงปรารถนาในชั้นเรียน 7) ติดตามพฤติกรรมหลังจบการทดลองแล้ว 4 สัปดาห์ ผลการทดลองพบว่า การประกาศระเบียบในชั้นเรียน การจัดโปรแกรมการเรียนรู้พิเศษ การชมนักเรียนเมื่อนักเรียนแสดงพฤติกรรมที่พึงปรารถนา และการเพิกเฉย เมื่อนักเรียนแสดงพฤติกรรมก่อกวนชั้นเรียนสามารถลดพฤติกรรมก่อกวนชั้นเรียนได้เพียงเล็กน้อย แต่เมื่อให้เบียร์รูดกร โดยให้เรียนเอาเบียร์รูดกรไปแลกสิ่งของ เช่น ขนม หนังสือ ของเล่น ตอนเลิกเรียนทุกวัน ทำให้พฤติกรรมก่อกวนในชั้นเรียนลดลงอย่างรวดเร็ว สำหรับการเรียกเบียร์รูดกรคืน เมื่อนักเรียนแสดงพฤติกรรมก่อกวนในชั้นเรียนนั้น พบว่า ทำให้ความถี่ของพฤติกรรมก่อกวนในชั้นเรียนเพิ่มขึ้นเล็กน้อย เมื่อเทียบกับระยะการให้เบียร์รูดกร และลดลงเมื่อให้เบียร์รูดกร ครั้งที่ 2 ในระยะติดตามหลังการหยุดการทดลองแล้ว พบว่า พฤติกรรมก่อกวนในชั้นเรียนยังลดลงอยู่

แลงก์ และจาคุโบวสกี (Lange and JaKuboski 1976:30-31) ได้แสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับผลของความก้าวร้าว พอสรุปความได้ว่า ความก้าวร้าวจะก่อให้เกิดผลดีในระยะสั้น คือ เมื่อบุคคลแสดงความก้าวร้าวออกมาจะได้รับการตอบสนองในสิ่งที่ต้องการ และได้ปลดปล่อยอารมณ์ แต่จะเกิดผลเสียในระยะยาว ทั้งต่อผู้แสดงความก้าวร้าวเอง ตลอดทั้งผู้ที่ได้รับผลกระทบจากความก้าวร้าว นั้น ดังนี้ คือผู้ที่แสดงความก้าวร้าว มักจะได้รับผลเสีย ได้แก่

1. สูญเสียหรือเกิดความล้มเหลวในการสร้างความสัมพันธ์ที่ใกล้ชิดกับบุคคลอื่น
2. เกิดความหวาดระแวง และคอยระวังการโจมตีจากบุคคลอื่น
3. สูญเสียอาชีพ และความก้าวหน้าในด้านการงาน
4. เกิดความดันโลหิตสูง
5. ทำให้ครอบครัวแตกแยก
6. มีปัญหาทางด้านกฎหมาย
7. ได้รับการแก้แค้นจากบุคคลอื่น ทั้งทางตรงและทางอ้อม

ส่วนบุคคลผู้ได้รับผลกระทบจากความก้าวร้าวก็ได้รับผลเสียเหมือนกัน คือ

1. สูญเสียความภาคภูมิใจในตนเอง และวงศ์ตระกูล
2. สูญเสียความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ในการทำงาน
3. เด็กที่พ่อแม่ก้าวร้าว อาจได้รับทุกข์ทรมานต่าง ๆ กันไป เช่น แม่ก้าวร้าวอาจ

ทำให้ลูกชายเกิดความเคลือบแคลงสงสัยบทบาทของพ่ออาจเกิดความกลัวและมุ่งร้ายต่อผู้หญิง เป็นต้น

ลู บรอดและคูเออร์ (คมาคาย อนุจันทร์ 2548:26 ; อ้างอิงจาก Bellack, Allan and others 1982 : 1011; citing Lupin, Braud and Duer) ได้ทดลองใช้เทคนิคผ่อนคลายเป็นเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียน ผลการศึกษาพบว่า การใช้เทคนิคการผ่อนคลายเป็นโดยให้ปฏิบัติตามคำแนะนำจากแผ่นแถบเสียง (Tape recorder) และมีการวัดทางกายภาพและพฤติกรรมทุกครั้งก่อนและหลังการทดลอง ผลการศึกษาพบว่า การใช้เทคนิคผ่อนคลายเป็นสามารถลดความเครียดของกล้ามเนื้อ ที่หน้าผาก ลดความเครียดทางอารมณ์และความก้าวร้าวของกลุ่มเด็กที่มีอาการอยู่ไม่สุข

อีรอน และคนอื่น ๆ (Eron and Huesman. 1983:21-23) ได้ทำการศึกษาระยะยาวกับเด็กเกรด 3 อายุ 8 ปี เพื่อวัดพฤติกรรมก้าวร้าวครั้งแรกพบว่าเด็กเหล่านี้มีพฤติกรรมก้าวร้าวและต่อมาอีก 22 ปี เมื่อเด็กโตเป็นผู้ใหญ่จึงวัดพฤติกรรมอีกครั้ง ผลปรากฏว่าความก้าวร้าวในวัยเด็กจะเพิ่มขึ้นเป็นพฤติกรรมก้าวร้าว รุนแรงในรูปแบบของพฤติกรรมอาชญากรรมในวัยผู้ใหญ่

แบนดูราและรอส (Bandura and Ross, 1961) ได้ศึกษาพฤติกรรมก้าวร้าวของเด็กอนุบาล 96 คน แบ่งเด็กออกเป็น 3 กลุ่ม แต่ละกลุ่มจะสังเกตตัวแบบก้าวร้าวที่มีชีวิต ตัวแบบก้าวร้าวที่เป็นภาพยนตร์ และตัวแบบก้าวร้าวที่เป็นภาพยนตร์การ์ตูน ตามลำดับ ส่วนกลุ่มที่ 4 เป็นกลุ่มควบคุมหลังจากให้สังเกตตัวแบบลักษณะต่าง ๆ แล้วเปิดโอกาสให้เด็กทุกกลุ่มเล่นตุ๊กตาอย่างเสรี ผลปรากฏว่าจากการสังเกตตัวแบบก้าวร้าวทั้งสามลักษณะแรกทำให้เด็กผู้ชายก้าวร้าวกว่าเด็กผู้หญิง

ฮิกส์ (Hicks, 1965) ได้ทำการทดลองให้ผู้รับการทดลองสังเกตตัวแบบก้าวร้าวแล้ววัดพฤติกรรมก้าวร้าวจากคำรายงานของผู้รับการทดลองหลังจากสังเกตตัวแบบไปแล้วเป็นเวลา 6 เดือน จากคำรายงาน พบว่า เด็กผู้ชายจะก้าวร้าวกว่าเด็กผู้หญิง

จากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมก้าวร้าวทั้งงานวิจัยในประเทศและงานวิจัยในประเทศ แสดงให้เห็นว่า พฤติกรรมที่รุนแรงและเป็นอันตรายต่อตนเองและสังคมมีผู้ศึกษาหาแนวทางในการลดพฤติกรรมก้าวร้าวด้วยวิธีการต่างๆ และได้นำวิธีการที่หลากหลายมาใช้ในการลดพฤติกรรมก้าวร้าว ได้แก่ การส่งเสริมพฤติกรรมของสังคม การควบคุมตนเอง การนำหลักธรรมมาลดพฤติกรรม ซึ่งเป็นหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาที่เปี่ยมไปด้วยคุณประโยชน์มีความลึกซึ้งอย่างยิ่ง ถ้าได้มาใช้สร้างเป็นโปรแกรม น่าจะเป็นอีกวิธีการหนึ่งที่ใช้ได้ดีในการลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนดังนั้นผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาเพื่อจะนำมาเป็นแนวทางในการสร้างโปรแกรมลดความก้าวร้าวของนักเรียนโดยใช้หลักธรรมพรหมวิหารสี่ อันจะอำนวยประโยชน์ให้ผู้ที่เกี่ยวข้องกับนักเรียนสามารถหาแนวทางช่วยลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนต่อไป

2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับตัวแปรที่ศึกษา

2.1 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับตัวแปรด้านส่วนตัว

2.1.1 บุคลิกภาพ

รุช (ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์, 2530: 41; อ้างอิงจาก Ruch, 1953) กล่าวว่า บุคลิกภาพคือตัวเราทั้งตัว หรืออัตตะที่แสดงพฤติกรรมต่าง ๆ ออกมาและพฤติกรรมต่าง ๆ ที่แสดงออกมานั้นเป็นกระจกเงาที่สะท้อนความรู้สึกนึกคิดหรือทัศนคติของบุคคลนั้น ๆ

ดิงค์เมเยอร์ (นิภา นิธยาน, 2530: 26 ; อ้างอิงจาก Dinkmeyer, 1965) ได้ให้ความหมายของบุคลิกภาพไว้ว่า บุคลิกภาพ คือสภาวะทุกอย่างอันประกอบขึ้นเป็นตัวบุคคลนับตั้งแต่สภาวะทางกาย อารมณ์ ทักษะ ความสนใจ ความคิด ลักษณะท่าทาง ความรู้สึก นิสัยความสามารถทางปัญญา

เชดส์กัตต์ โฆวาลินส์ (2530: 3) กล่าวว่า บุคลิกภาพ หมายถึง ลักษณะนิสัยที่รวมเป็นแบบฉบับเฉพาะตัวของแต่ละบุคคลและเป็นสิ่งที่ทำให้เห็นความแตกต่างระหว่างบุคคลซึ่งพิจารณาได้จากรูปแบบพฤติกรรมของบุคคลนั้น

สุรางค์ ไคว์ตระกูล (2539: 19) กล่าวว่า บุคลิกภาพหรือคุณลักษณะที่เป็นเอกลักษณ์แต่ละบุคคล แสดงออกโดยพฤติกรรมที่บุคคลนั้นมีต่อสิ่งแวดล้อมที่ตนกำลังเผชิญอยู่ และพฤติกรรมนี้จะคงเส้นคงวาพอสมควรความหมายของบุคลิกภาพดังกล่าวข้างต้น

นวลศิริ เปาโรหิตย์ (2548: 117) กล่าวว่า บุคลิกภาพบางชนิดมีส่วนสัมพันธ์กับความก้าวร้าวอยู่ไม่น้อย เช่นผู้ที่มีบุคลิกภาพที่ไม่เคร่งต่อสังคม มีความต้องการยอมรับจากสังคมต่ำ หรือมีการบังคับตนเองจากภายใน อาจแสดงความก้าวร้าวได้สูงกว่าผู้ที่มีบุคลิกภาพชนิดอื่น ๆ

สรุปได้ว่า บุคลิกภาพ คือ ลักษณะของบุคคลที่แสดงออกทั้งด้านความรู้สึกนึกคิด ทัศนคติ ค่านิยม ซึ่งรวมทั้งพฤติกรรมภายนอกและภายในด้วย

ความสำคัญของบุคลิกภาพ

กันยา สุวรรณแสง (2533: 4-5) กล่าวว่า บุคลิกภาพมีความสำคัญต่อการดำรงชีวิตในสังคมเป็นอย่างมาก ดังจะพิจารณาได้จากประเด็นต่าง ๆ ดังนี้

1. ความมั่นใจ ผู้ที่มีบุคลิกภาพดี จะมีความมั่นใจในการแสดงออกมากขึ้น ทำให้กล้าแสดงออก เพราะคนอื่น ๆ ที่พบเห็นจะให้ความสนใจและเชื่อมั่น ดังนั้นโอกาสที่จะประสบความสำเร็จจึงมีมากขึ้น
2. การคาดหมายพฤติกรรม ถ้ารู้ว่าบุคคลนั้นมีบุคลิกภาพอย่างไร จะทำนายว่าในสถานการณ์ใดจะแสดงพฤติกรรมอย่างไร
3. การยอมรับความแตกต่างระหว่างบุคคล สามารถบอกได้ว่าบุคคลหนึ่งแตกต่างจากอีกบุคคลหนึ่งได้โดยอาศัยสังเกตดูพฤติกรรมที่เกิดขึ้นเป็นประจำสม่ำเสมอแก่ตัวบุคคลนั้น ๆ
4. การตระหนักในเอกลักษณ์ของบุคคล บุคลิกภาพ ทำให้คนมีลักษณะเฉพาะตัวที่เป็นของตนเอง เป็นแบบอย่างแก่เยาวชน
5. การปรับตัวเข้ากับคนอื่น ๆ การที่รู้บุคลิกภาพของบุคคลอื่น ทำให้ปรับตัวเข้ากับเขาได้ง่าย เอาชนะศัตรูได้ แก้ปัญหาได้ บุคลิกภาพมีส่วนสำคัญช่วยให้สามารถปรับตัวเข้ากับบุคคลและสถานการณ์ได้ดีขึ้น รวดเร็วขึ้น ง่ายขึ้น
6. ความสำเร็จ คนที่มีบุคลิกภาพดี ได้เปรียบคนอื่นเสมอ เป็นพื้นฐานแห่งความศรัทธา เชื่อถือแก่ผู้พบเห็น ช่วยให้การดำเนินงานสำเร็จง่ายขึ้น ได้รับความร่วมมือ และการติดต่อด้วยดี ได้รับความสะดวกในการปฏิบัติหน้าที่การงาน
7. การยอมรับ คนที่มีบุคลิกภาพดีย่อมเป็นที่ยอมรับของคนทั่วไป ใคร ๆ ก็เรียกร้องต้องการให้ร่วมอยู่ในกลุ่มทำให้เกิดความมั่นคงทางจิตใจ

เอกสารที่เกี่ยวข้องกับบุคลิกภาพเก็บตัว – แสดงตัว

ไอแซก (Eysenck. 1969 : 253) กล่าวว่า การพิจารณามโนทัศน์บุคลิกภาพแสดงตัวและเก็บตัวได้จากการมีส่วนร่วมหรือไม่มีส่วนร่วม การเข้าสังคมหรือการแยกตัว การเข้าใกล้ หรือ การถอยหนี การกระตือรือร้นหรือเฉื่อยชา ความมั่นคงทางอารมณ์

บุคลิกภาพแบบแสดงตัว - การเก็บตัว (ทศพร ประเสริฐสุข. 2508: 67 ; อ้างอิงจาก Jung. 1967) ได้กล่าวถึงบุคลิกภาพว่า โดยทั่วไปบุคลิกภาพของคนเรามีอยู่ 2 ลักษณะ คือ หันเข้าหาตัวเอง ซึ่งเป็นพวกที่เก็บตัว และอีกลักษณะหนึ่ง คือ หันออกจากตัวเอง หรือเรียกว่า พวกแสดงตัวลักษณะของพวกแสดงตัวจะเป็นบุคคลที่สนใจโลกภายนอกและความเป็นจริงทางสังคมเป็นสำคัญ เป็นพวกปรับตัวให้เข้ากับสถานการณ์ใหม่ ๆ ได้ ไม่ค่อยวิจารณ์ตนเอง ทำอะไรขึ้นอยู่กับโลกภายนอก คือ ฝึกหัดปฏิบัติจริงเป็นหลัก ส่วนพวกเก็บตัวก็จะสนใจแต่เรื่องของตนเองเป็นสำคัญ ไม่ว่าจะเป็นการตัดสินใจ หรือการทำงาน จึงเป็นคนที่มักกฎเกณฑ์ ตายตัว ไม่ยืดหยุ่น ชอบวิจารณ์ลงโทษตัวเอง แต่ก็มีผลละเอียดย้อน

จุง (Jung. 1971Hall; อ้างอิงจาก And Lindzey. 1975 : 89-91) ให้ความเห็นว่า บุคลิกภาพแบ่งได้เป็น 2 มิติ คือ มิติที่มักแยกตัวเอง เมื่อเกิดความกดดันทางอารมณ์หรือที่เรียกว่า การเก็บตัว (Introversion) และมิติที่ชอบเข้าสังคม และชอบมีความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นที่เรียกว่า การแสดงออก (Extroversion) นอกจากนี้ จุง (Jung. 19 : 69) ก็ได้พยายามแยกแยะรายละเอียดของบุคลิกภาพแสดงตัว และเก็บตัว เพื่อจะได้มองเห็นภาพความชัดเจนดังต่อไปนี้

ทฤษฎีบุคลิกภาพที่เกี่ยวกับความก้าวร้าว

แมคคาร์กีย์ (สพล ชัดเชื้อ. 2535 : 18 ; อ้างอิงจาก McGarree. 1966) ได้ศึกษา ลักษณะบุคลิกภาพของอาชญากรและแบ่งออกเป็น 2 ลักษณะ ประการแรก คือ การที่บุคคลไม่สามารถควบคุมความก้าวร้าวของตนเองได้ หรือมีการยับยั้งการแสดงออกของความก้าวร้าวได้น้อย มีความพร้อมที่จะตอบสนองความคับข้องใจด้วยความก้าวร้าว และลักษณะประการที่สอง คือ การที่บุคคลควบคุมความก้าวร้าวของตนเองมากเกินไปโดยควบคุมอย่างเข้มแข็งต่อการแสดงออกของความก้าวร้าวอย่างเรื้อรัง จากการศึกษาดังกล่าว แมคคาร์กีย์สรุปว่า อาชญากรที่ร้ายแรง มักมาจากพวกที่ควบคุมความก้าวร้าวมากเกินไป

งานวิจัยในต่างประเทศ

บากเลย์ และอีวาน (Bagley and Evan. 1975 : 117 – 119) ได้ศึกษาความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนที่มีลักษณะแสดงตัว – เก็บตัว กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษา เป็นนักเรียนที่มีอายุ 14-15 ปี เครื่องมือที่ใช้ คือ แบบสำรวจบุคลิกภาพของไอแซก พบว่า นักเรียนที่มีลักษณะแสดงตัว มีความภาคภูมิใจในตนเองสูงกว่า นักเรียนที่มีลักษณะเก็บตัว

งานวิจัยในประเทศ

สมทรง สุวรรณเลิศ และคณะ (2512 : 17-29) ได้ทำการศึกษานุคลิกภาพแบบ เก็บตัวแสดงตัว โดยใช้แบบทดสอบ ศึกษาในกลุ่มประชากรนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น จำนวน 300 คน นักศึกษาฝึกหัดครู 300 คน และนักศึกษาแพทย์ 300 คน จากการเปรียบเทียบผลที่ได้จาก คนไทยทั้ง 3 กลุ่ม กับกลุ่มชาวอเมริกันและอังกฤษพบว่า คนไทยมีบุคลิกภาพเก็บตัวมากกว่า ชาวอเมริกันและคล้ายกับคนอังกฤษซึ่งมีลักษณะบุคลิกภาพเก็บตัวมากกว่าชาวอเมริกัน

จากความหมายและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง สรุปได้ว่า บุคลิกภาพบางชนิดมีส่วนสัมพันธ์กับความก้าวร้าวเช่นกัน เพราะบุคคลไม่สามารถควบคุมความก้าวร้าวของตนเองได้ หรือมีการยับยั้งการแสดงออกของความก้าวร้าวได้น้อย

2.1.2 ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

รัชนี้ ลาซโรจน์. (2533 : 277-286) กล่าวว่า ระดับสติปัญญา เป็นปัจจัยอย่างหนึ่งที่อาจส่งผลต่อพฤติกรรม วัยรุ่นจะมีโนภาพแห่งตนในเรื่องความเก่งหรือไม่เก่ง เมื่อใด ที่ถูกสอบ ประมาทถึงความล้มเหลวในการเรียนก็จะกลายเป็นคนเบื่อเรียน แสดงพฤติกรรมหนีเรียน และ ก่อความในชั้นเรียนหรือไม่ตั้งใจเรียน การใช้คะแนนเป็นเครื่องตัดสินในการเลือกแผนการเรียน ยิ่งทำให้วัยรุ่นที่ไม่สมัครใจเข้าเรียนในระดับอาชีวศึกษาเกิดความไม่แน่ใจในตนเองยิ่งขึ้น เมื่ออยู่ในห้องเรียน มักพบว่าไม่สนใจเรียน คุยกัน เล่นกัน และทำทนายครูผู้สอนบ่อย ๆ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนจะเป็น คะแนนตัดสินความสามารถ ความสำเร็จและการเลื่อนชั้นเรียน จึงทำให้คะแนนมีความหมายแก่วัยรุ่น ถ้าเมื่อใดที่ผลการเรียนออกมาไม่ดีก็อาจต้องแยกออกจากกลุ่มเพื่อนที่เรียนดี เพราะตนเองมีความรู้สึกที่ไม่ทัดเทียมเพื่อน ถูกเพื่อนตัดออกจากกลุ่มหรือถูกปฏิเสธจากเพื่อนด้วยเหตุผลใดก็ตาม ย่อมทำให้ มีความรู้สึกที่ไม่ดี และสามารถจะแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวออกมาได้

งานวิจัยในต่างประเทศ

แฮมเบอร์ และวิลสัน (สุนีย์ ธีรวิรุฬห์. 2542 : 40 ; อ้างอิงจาก Chamber and Wilson. 1971 : 911-917) ทำการศึกษาวัยรุ่นก้าวร้าว พฤติกรรมช่วยเหลือ กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน พบว่ามีความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมก้าวร้าวกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

เบเกอร์และโฮลเวิร์ท (สุนีย์ ธีรวิรุฬห์. 2542 : 38 ; อ้างอิงจาก Baker and Holzworth. 1961 : 131 – 140) ศึกษาเด็กอายุ 13 – 16 ปี กลุ่มแรกเป็นเด็กที่มีปัญหาการปรับตัวทางอารมณ์และสังคม เช่น จีรตที่นอน เจ้าอารมณ์ ก้าวร้าว ดื้อดึง ต่อต้าน กลุ่มที่ 2 เป็นเด็กที่ปรับตัวได้ มีลักษณะสุภาพ ไม่ก้าวร้าว มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง ผลจากการศึกษา พบว่า พฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรงมีความสัมพันธ์ทางลบกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนระดับปานกลาง

ឈ្មោះបរិច្ចាគ ២ ទៅលើម្នាក់ទៀតដែលបានបង្កើតឡើង គឺជាបង្កើតឡើងដោយមនុស្សម្នាក់ ឬមនុស្សច្រើន
មនុស្សម្នាក់ គឺជាមនុស្ស ២ ដែលបានបង្កើតឡើង ២ ដែលបានបង្កើតឡើងដោយមនុស្សម្នាក់ ២ ដែលបានបង្កើត
ដែលបានបង្កើតឡើងដោយមនុស្សម្នាក់ ២ ដែលបានបង្កើតឡើងដោយមនុស្សម្នាក់ ២ ដែលបានបង្កើតឡើងដោយមនុស្សម្នាក់
ដែលបានបង្កើតឡើងដោយមនុស្សម្នាក់ ២ ដែលបានបង្កើតឡើងដោយមនុស្សម្នាក់ ២ ដែលបានបង្កើតឡើងដោយមនុស្សម្នាក់

4. ผู้ที่มาจากครอบครัวคนยาก มีโอกาสได้งานยากกว่าคนยากคนอื่นหรือไม่

3. ตัวแปรต้น คือ ตัวแปรที่เราสนใจศึกษา

ក្រោយម្តងទៀត

2. การปรับปรุงและพัฒนาหน่วยงานหรือหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง

๒๕๖๓

ក្នុង២៧បទ១១ប្រាង្គ

หน้า ๒๕๖ : ๒๐-๒๒ ได้กล่าวถึง ผลกระทบของการทุจริต

ឆ្នាំ២០២២ រដ្ឋបាលស្រុកស្រែចម្ការ ខេត្តកំពង់ចាម

ប្រសាសន៍របស់លោកស្រី ព្រះបាទ ហ៊ុន សែន ក្នុងកិច្ចប្រជុំប្រចាំឆ្នាំ ២០១២ នៃគណៈកម្មាធិការជាតិរៀបចំការបោះឆ្នោត ថ្ងៃទី២២ ខែកញ្ញា ឆ្នាំ២០១២

កងកម្មវិធីបង្កើនជំនាញបច្ចេកទេសក្នុងការប្រើប្រាស់បច្ចេកវិទ្យាថ្មីៗ ដើម្បីកែលម្អប្រសិទ្ធភាពការងារ និងការគ្រប់គ្រងធនធាន។

[illegible]

ព្រះបាទសីហមុនីវរ្ម័នទី១

[illegible][illegible]

ภาคเรียนที่ ๑ ปีการศึกษา ๒๕๖๓ ภาคเรียนที่ ๒ ปีการศึกษา ๒๕๖๓ (Semester 1 & 2) ของโรงเรียนบ้านนาหว้า

[illegible]

2.2.1 ՏՆՆԱԴԱՐՄԱՆ ԴԵՐՈՒՄ

2.2 ការវាស់វែងប្រព័ន្ធគ្រប់គ្រងគុណភាព

ព្រឹត្តិបត្របច្ចេកទេសស្រូវស្រែ ឆ្នាំទី១២ លេខ១២៣ ថ្ងៃទី១២ ខែកញ្ញា ឆ្នាំ២០២២

អង្គជំនុំជម្រះសាលាដំបូងរាជធានីភ្នំពេញ ក៏បានចាប់ខ្លួនលោកស្រី ហ៊ុយ សារ៉ា ជាមួយនឹងប្អូនស្រីរបស់គាត់ ដែលមានឈ្មោះថា ហ៊ុយ សារ៉ា និង ហ៊ុយ សារ៉ា ផងដែរ។

[illegible][illegible]

ឈ្មោះក្រុមប្រឹក្សាភិបាល៖ ក្រុមប្រឹក្សាភិបាលក្រុមហ៊ុន

ផ្នែកសេចក្តីសង្ខេបស្តីពីការបង្កើតប្រព័ន្ធគ្រប់គ្រងហិរញ្ញវត្ថុ និងការបង្កើតប្រព័ន្ធគ្រប់គ្រងគុណភាព

[illegible]

แบบ (Berry, 1971: 21) ใช้ศึกษาปัญหาการแพร่กระจายของเชื้อจากสัตว์

พ่อแม่ว่าอยู่ที่ไหน ทำงานอะไร อาจจะเป็นอีกสาเหตุหนึ่งที่ทำให้เด็กเริ่มโกหก สร้างคำกล่าวเท็จโดยใช้การเพ้อฝันเป็นสิ่งที่ช่วงกลบเกลื่อนอารมณ์ที่ขาดความรัก ความอบอุ่นที่แท้จริงของครอบครัว นอกจากนี้ยังมีผลกระทบกระเทือนถึงการเล่าเรียนตลอดถึงบุคลิกภาพของเด็กด้วย บางคนอาจกลายเป็นคนเงิบขี้นม ไม่ชอบสมาคมกับใคร บางคนอาจกลายเป็นคนชอบแสดงตัว เอะอะ ก้าวร้าว มากเกินควรทั้งก็เพื่อจะขดเซยความกดดันที่ตนได้รับจากทางบ้าน นอกจากนี้ ยังอาจกลายเป็นเด็กที่มีปัญหาของสังคม ในเมืองใหญ่ ๆ เด็กจะเติบโตขึ้นเป็นผู้ใหญ่ที่มีอารมณ์มั่นคง มีสุขภาพจิตและสุขภาพกายดี เป็นผู้ที่ไม่กลัวเผชิญปัญหาต่าง ๆ ยอมรับสภาพที่แท้จริงของตนเอง เป็นผู้ที่มีอารมณ์แจ่มใส มองโลกในแง่ดี ในทางตรงกันข้ามถ้าเด็กคนใดโชคร้าย ตกอยู่ในครอบครัวที่มีลักษณะแตกแยก หรือพ่อแม่ไม่ลงรอยกันอยู่เสมอ ก็จะต้องตกอยู่ในสภาพที่น่าสงสาร และน่าเห็นใจเป็นอย่างยิ่ง

งานวิจัยในต่างประเทศ

บลอนน์เฟนเบรเนอร์ (Bronfenbrenner, 1967 : 179-189) ได้ทำการศึกษาอิทธิพลของกลุ่มเพื่อนจากเด็กเกรด 5 ในโซเวียตรัสเซียที่อยู่ในโรงเรียนประจำและโรงเรียนไปกลับเปรียบเทียบกับเด็กในอเมริกาที่มีลักษณะเดียวกันให้เด็กดังกล่าวได้ตอบต่อสถานการณ์ขัดแย้ง 3 อย่าง คือ 1) สถานการณ์ธรรมชาติที่ไม่มีใครรู้เห็นการกระทำของเด็ก 2) สถานการณ์ที่เกี่ยวข้องกับพ่อแม่ คือ บอกเด็กว่าจะเสนอพฤติกรรมชาติกระทำผิดของเขาให้พ่อแม่รู้ 3) สถานการณ์ที่เกี่ยวข้องกับเพื่อน คือ จะเสนอพฤติกรรมทำผิดให้เพื่อนรู้เช่นกัน ตัวอย่างสถานการณ์ ทำกระจกแตกแล้ววิ่งหนี ผลจากการทดลองแสดงให้เห็นว่าเห็นในโรงเรียนไปกลับทั้งสองเชื้อชาติแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวหรือพฤติกรรมที่ไม่ดีตามแบบอย่างของเพื่อนมากกว่าเด็กในโรงเรียนประจำ เด็กผู้หญิงแสดงพฤติกรรมคล้ายตามเพื่อนน้อยกว่าเด็กผู้ชาย

งานวิจัยในประเทศ

ปณิดา นิตยาพร. (2543:24) ได้กล่าวว่า เด็กที่ตกอยู่ในสภาพของความแตกแยกในครอบครัว มีโอกาสที่จะก่อพฤติกรรมก้าวร้าวถึงร้อยละ 17 เนื่องจากมักจะมีปัญหาทางอารมณ์ และสังคมอย่างรุนแรง

โกสุม เศรษฐาวงศ์ (2532: 75) ได้อธิบายเกี่ยวกับความสัมพันธ์ที่ไม่ดีระหว่างบิดามารดากับบุตรว่า เด็กที่ถูกบิดามารดาปล่อยปละละเลยถูกทอดทิ้งไม่ได้รับความรัก ไม่เป็นที่ต้องการ ไม่เป็นที่ยอมรับของบิดามารดา มักจะกลายเป็นเด็กขลาดกลัว ลังเล ไม่มีความรู้สึกมั่นคง อยากได้รับความสนใจจากผู้อื่นตลอดเวลา มักอิจฉา ก้าวร้าว เพราะเห็นว่าทุกสิ่งรอบตัวเป็นอันตรายสำหรับตน

วิจารณ์ วิชัยยะ (อ้างอิงจาก จรัส มานตรี 2538: 33) ได้ศึกษาถึงสาเหตุของอาชญากรรม เมื่อปี พ.ศ. 2516 พบว่า ความรักความอบอุ่นของบิดามารดามีความสำคัญต่อเด็ก

มากถ้าเด็กขาดความรักจากพ่อแม่แล้ว จะทำให้เด็กมีพฤติกรรมก้าวร้าว ต่อต้านสังคม ชอบปฏิบัติในสิ่งที่เป็นการฝ่าฝืน กฎระเบียบหรือข้อห้ามของสังคมและกฎหมาย

จากความหมายและงานวิจัย สรุปได้ว่า ปัจจัยด้านสภาพครอบครัว ก็เป็นอีกตัวแปรหนึ่งที่ทำให้เกิดความก้าวร้าวของเด็กวัยรุ่น เพราะนักเรียนขาดความอบอุ่น หรือครอบครัวที่หย่าร้างกันทำให้เด็กวัยรุ่นเกิดความอ้างว้าง ขาดคนดูแลและเอาใจใส่ ตลอดจนการอบรมบ่มนิสัย จึงทำให้แสดงพฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรง หรืออาจจะทำให้เกิดพฤติกรรมอื่น ที่เป็นอันตรายต่อสังคมตามมา

2.2.2 สัมพันธภาพในครอบครัว

ความหมายของสัมพันธภาพในครอบครัว

โสภาพรรณ เวียงเพิ่ม (2541:9) ให้ความหมายของสัมพันธภาพในครอบครัวไว้ว่า หมายถึง ลักษณะทางพฤติกรรมภายในครอบครัว การแสดงออกด้านความสัมพันธ์ของบิดามารดา ความสัมพันธ์ระหว่างบิดามารดากับบุตร และ การมีส่วนร่วมในครอบครัว

หัตตดาว ลิ้มพะสุต (2543:5) ให้ความหมายของสัมพันธภาพในครอบครัวว่า หมายถึง ความสัมพันธ์ของบิดา มารดา และบุตร อันประกอบด้วย การพักผ่อนหย่อนใจร่วมกันของครอบครัว การที่สมาชิกมีเวลาอยู่ร่วมกันในครอบครัว การติดต่อสื่อสารระหว่างสมาชิกในครอบครัว ความคล้ายคลึงในด้านความคิดเห็น การรับรู้ปัญหาและการแก้ไขปัญหาาร่วมกัน การใช้เหตุผลในครอบครัว การมีศรัทธาต่อศาสนา และความขัดแย้งในครอบครัว

พิไลวรรณ มะนะสุทธิ์(2541:10) ให้ความหมายไว้ว่า สัมพันธภาพในครอบครัว หมายถึง การที่บุคคลสามารถสร้างความสัมพันธ์ ความเกี่ยวข้อง ความผูกพันรักใคร่ความสนิทสนมกลมเกลียว ความคุ้นเคยใกล้ชิดกันภายในครอบครัว

สุพิชรีย์ หนูใหญ่ (2544: 3) ให้ความหมายไว้ว่า สัมพันธภาพในครอบครัว หมายถึง ความผูกพัน รักใคร่ สามัคคีในครอบครัว สมาชิกในครอบครัวมีความเข้าใจและช่วยเหลือกัน ได้ทำกิจกรรมที่พึงพอใจร่วมกัน มีการติดต่อสื่อสารที่ดีระหว่างสมาชิก บิดามารดาเลี้ยงดูบุตรโดยให้อิสระทางความคิด และ การแสดงออก ไม่ค่อยควบคุม หรือบังคับบุตรมากเกินไปเลี้ยงดูแบบมีเหตุมีผล มีความผาสุกในครอบครัว และมีความมั่นคงในชีวิตสมรส

อัญมณี สมด้ว (2544: 5) ได้ให้ความหมายไว้ว่า สัมพันธภาพในครอบครัว หมายถึง ความสัมพันธ์ที่ราบรื่นระหว่างบุคคลในครอบครัวไม่ว่าจะเป็นระหว่างพ่อแม่ลูกหรือผู้ปกครอง ซึ่งอาจจะจะเป็นพ่อแม่ ญาติผู้ใหญ่คนอื่น ๆ ได้แก่ ปู่ย่า ตายาย ลุงป้า น้าอา ทั้งผู้ที่มีสถานภาพสมรสเป็นคู่สมรส หรืออาจจะเป็นโสดก็ได้ โดยอาศัยความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในครอบครัวนั้นจะต้องเป็นความสัมพันธ์ที่ดี มีความเข้าใจกัน รักใคร่ผูกพันกัน มีเวลาให้แก่งานทำกิจกรรมร่วมกัน

จากความหมายของสัมพันธภาพในครอบครัวที่กล่าวมาข้างต้น สรุปได้ว่า สัมพันธภาพในครอบครัวหมายถึง การที่สมาชิกในครอบครัวสามารถสร้างความสัมพันธ์อันดีให้เกิดขึ้นภายในครอบครัวกับทั้งบุคคลที่อยู่ภายในครอบครัวและบุคคลที่มีความเกี่ยวข้องกับครอบครัวทำให้มีความผูกพัน รักใคร่ ประองคองกัน และให้ความช่วยเหลือซึ่งกันและกันภายในครอบครัว

ความสำคัญของสัมพันธภาพในครอบครัว

สัมพันธภาพในครอบครัวเกิดจากการมีปฏิสัมพันธ์กันของสมาชิกในครอบครัว ดังนั้น สัมพันธภาพที่ดีระหว่างนักเรียนกับครอบครัวจึงมีความสำคัญเป็นอย่างมากต่อสมาชิกในครอบครัวและสังคม

ฝน แสงสิงแก้ว(2543: 5) ได้กล่าวถึงความสำคัญของสัมพันธภาพในครอบครัว พอสรุปได้ว่า ความผูกพันรักใคร่ในครอบครัวเป็นรากฐานของความสุขในชีวิตเป็นรากฐานของความ เป็นปึกแผ่นของสังคม ของประเทศชาติบ้านเมือง และ ของโลกในที่สุดชีวิตสังคมย่อมตั้งต้นมาจาก ครอบครัว ถ้าครอบครัวแตกแยกหรือขาดความรักใคร่ต่อกันชีวิตในสังคมจะแตกแยกประดุจเงาตามตัว ส่วนครอบครัวที่เป็นสุข มีความอบอุ่นในครอบครัว และมีความเข้าใจระหว่างสมาชิกในครอบครัวดี จะช่วยส่งเสริมสุขภาพทั้งร่างกายและจิตใจของสมาชิกในครอบครัวให้เป็นครอบครัวที่อบอุ่นเป็นสุข

นอกจากนี้ โพธิ์พันธุ์ พานิช(2544:30-32)กล่าวถึงความสำคัญของสัมพันธภาพ ในครอบครัวพอสรุปได้ว่าสัมพันธภาพในครอบครัวมีความสำคัญอย่างยิ่งเพราะครอบครัวที่มีความสุข คือ ครอบครัวที่มีความรักใคร่ผูกพันกัน และมีความเข้าใจซึ่งกันและกันซึ่งแสดงถึง การมีสัมพันธภาพ ที่ดีในครอบครัว ในทางตรงกันข้าม ครอบครัวที่มีวิกฤตการณ์ต่าง ๆ เกิดขึ้นภายในครอบครัว ไม่ว่าจะเป็น ปัญหาความขัดแย้ง ปัญหาการนอกใจของคู่สมรสปัญหาการหย่าร้าง ปัญหาความตึงเครียด หรือ ปัญหาอื่นใด ย่อมจะส่งผลทำให้ครอบครัวไม่มีความสุข ซึ่งสาเหตุเกิดจากสัมพันธภาพที่ไม่ดีใน ครอบครัว ก่อให้เกิดความไม่เข้าใจกัน และส่งผลให้ความรักกลายเป็นความร้าวฉานได้

จากความหมายที่กล่าวมาข้างต้น สรุปได้ว่า ความสัมพันธ์ในครอบครัวที่เกิดขึ้นกับสมาชิกในครอบครัวอันจะช่วยให้ครอบครัวมีความสุขช่วยในการแก้ปัญหาต่าง ๆ ในครอบครัว แม้ปัญหานั้นจะหนักหนาสาหัสเพียงไร ครอบครัวโดยมีสมาชิกในครอบครัวจะต้องช่วยกันประคับประคองเพื่อให้ครอบครัวดำเนินไปได้อย่างสงบสุข

ลักษณะสัมพันธภาพในครอบครัว

สัมพันธภาพในครอบครัวนั้น เริ่มพัฒนาขึ้นตั้งแต่นักเรียนเริ่มคลอด ดังที่ สมพงษ์ ธนัญญา (2540:196) ได้กล่าวสรุปไว้ว่า ความสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่กับลูกนี้มีพื้นฐานมาจากความสัมพันธ์ระหว่างสามีและภรรยา และเมื่อมีการให้กำเนิดบุตรแล้วความสัมพันธ์ในครอบครัว ก็เพิ่มขึ้นเป็นความสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่และลูกตามมา ซึ่งความสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่และลูกจะแน่น

แผ่นดินอยู่เสมอถ้าพ่อแม่ทำตัวเป็นหลักรักใคร่ผูกพันกันดี ความรักใคร่ผูกพันแน่นหนาของพ่อแม่ นั้นจะมีผลสะท้อนไปผูกพันรักใคร่ตอบตรให้แก่แผ่นดินต่อไปด้วย

พรพิมล เจียมนาครินทร์ (2539: 151-155) ได้เสนอแนะแนวทางในการสร้างสัมพันธ์ภาพในครอบครัว เพื่อลดปัญหาความขัดแย้งที่อาจเกิดขึ้น สรุปได้ดังนี้

1. พ่อแม่ต้องใกล้ชิดลูกตั้งแต่เล็ก
2. พ่อแม่ต้องสอนให้ลูกตัดสินใจเอง
3. พ่อแม่กับลูกควรมีเวลาให้แกกันด้วยการมีกิจกรรมร่วมกัน
4. พ่อแม่ควรรู้จักเพื่อนๆ ของลูก โดยเปิดโอกาสให้พามาเที่ยวที่บ้าน
5. ให้ความเคารพในสิทธิของกันและกัน
6. พ่อแม่ควรเป็นกำลังใจให้ลูก
7. พ่อแม่ต้องยอมรับการเปลี่ยนแปลงของลูก
8. พ่อแม่ไม่ควรคิดว่า ตัวเองไม่มีค่า หรือไม่มีความหมายอีกต่อไปถ้าลูกไม่ต้องการพึ่งพ่อแม่
9. พ่อแม่ต้องพยายามมีอารมณ์ขัน

ในส่วนของครอบครัวที่ประกอบด้วยสมาชิกในครอบครัวเป็นจำนวนมาก ความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกภายในครอบครัวย่อมมีความแตกต่างกันมาก ดังที่ สมพงษ์ ธนัญญา (2540: 197) ได้กล่าวถึงความสัมพันธ์ในครอบครัว สรุปได้ว่า เมื่อบิดามารดาให้กำเนิดบุตรคนที่ 2 และคนต่อ ๆ มา ความสัมพันธ์ระหว่างพี่น้องย่อมเกิดขึ้น และสัมพันธ์ภาพระหว่างพี่น้องจะดีหรือไม่ ขึ้นอยู่กับสภาพการณ์ในครอบครัว อันประกอบไปด้วยความสัมพันธ์พื้นฐาน และลักษณะการอบรมเลี้ยงดูบุตรของด้วยความรักความเข้าใจ ให้ความยุติธรรม ตลอดจนเสริมสร้างความรักใคร่ในระหว่างพี่น้อง ความสัมพันธ์ระหว่างพี่น้องย่อมดำเนินไปด้วยดีมีความรักใคร่ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน

การที่จะสร้างความสัมพันธ์ที่ดีให้เกิดขึ้นในครอบครัวได้นั้น สมาชิกทุกคนในครอบครัวต้องปฏิบัติหน้าที่ตามบทบาทของตนเองให้เหมาะสม ดังที่ สายสุรี จุติกุล (2540:13-24) ได้รวบรวมแนวคิดเกี่ยวกับการเสริมสร้างสัมพันธ์ภาพระหว่างสมาชิกในครอบครัว โดยสมาชิกในครอบครัวต้องให้ความรักความอบอุ่นระหว่างกันและกัน ซึ่งพฤติกรรมการแสดงออกของความรักที่จะเพิ่มความอบอุ่นแก่สมาชิกในครอบครัว สามารถสรุปได้ดังนี้

1. สมาชิกทุกคนในครอบครัวต้องเอาใจใส่ดูแลกัน และ เอื้ออาทรต่อกัน
2. สมาชิกทุกคนในครอบครัวต้องรู้จักคนที่เรารัก
3. สมาชิกทุกคนในครอบครัวต้องเคารพ ให้เกียรติ และรับฟังซึ่งกันและกัน
4. สมาชิกทุกคนในครอบครัวต้องมีความรับผิดชอบ

5. สมาชิกทุกคนในครอบครัวต้องมีความไว้วางใจกันและกัน
6. สมาชิกทุกคนในครอบครัวต้องให้กำลังใจกันและกัน
7. สมาชิกทุกคนในครอบครัวต้องให้อภัยกันและกัน
8. สมาชิกทุกคนในครอบครัวต้องรู้จักสื่อสารในครอบครัว
9. สมาชิกทุกคนในครอบครัวต้องใช้เวลาดูแลกันอย่างมีคุณค่า และเกิดประโยชน์สูงสุด
10. สมาชิกทุกคนในครอบครัวต้องมีการปรับตัวตามภาวะที่เปลี่ยนแปลง
11. สมาชิกทุกคนในครอบครัวต้องรู้จักภาระหน้าที่ในครอบครัว และช่วยเหลือกันและกัน
12. สมาชิกทุกคนในครอบครัวมีความใกล้ชิดต้องรู้จักภาระหน้าที่ในครอบครัว และช่วยเหลือกันและกัน

ส่วนพระพุทธศาสนาใน ที่มณีกาย ปาฏิหาริย์, พระไตรปิฎก ฉบับภาษาไทยเล่มที่ 11. (2552ก: ออนไลน์) และ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต) (2548: 4; 57; 2551ก: 191-192) ได้นำเสนอลักษณะการรักษาและการเชื่อมสัมพันธ์ภาพอันดีระหว่างลูกกับพ่อแม่ พร้อมทั้งหลักการปฏิบัติต่อกันระหว่างลูกกับพ่อแม่ โดยปฏิบัติหน้าที่ต่อบุคคลที่สัมพันธ์กับตนให้ถูกต้องตามฐานะ ดังนี้

ในฐานะที่เป็นบุตรธิดา พึงเคารพและปฏิบัติตนต่อบิดามารดา ดังนี้

1. ท่านเลี้ยงเรามาแล้ว เลี้ยงท่านตอบ
2. ช่วยทำกิจธุระการงานของท่าน
3. ดำรงวงศ์สกุล
4. ประพฤติตนให้เหมาะสมกับความเป็นทายาท
5. เมื่อท่านล่วงลับไปแล้ว ทำบุญอุทิศให้ท่าน

และในฐานะที่เป็นบิดามารดา พึงปฏิบัติต่อบุตรธิดาด้วยความอนุเคราะห์ ดังนี้

1. ห้ามปรามป้องกันจากความชั่ว
2. ดูแลฝึกอบรมให้ตั้งอยู่ในความดี
3. ให้ศึกษาศิลปวิทยา
4. เป็นธุระในเรื่องจะมีคู่ครองที่สมควร
5. มอบทรัพย์สมบัติให้เมื่อถึงโอกาส

จากที่กล่าวมาข้างต้นจะเห็นได้ว่า สัมพันธภาพในครอบครัวเป็นองค์ประกอบสำคัญอย่างหนึ่งของชีวิตครอบครัว ที่จะส่งผลต่อสังคมในอนาคต เพราะครอบครัวที่มีสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน มีความรักความผูกพันซึ่งกันและกัน จะส่งผลให้สมาชิกในครอบครัวมีอารมณ์ที่เป็นสุข และไม่สร้าง

ปัญหาให้กับครอบครัวและสังคมส่วนรวม โดยเฉพาะนักเรียนจะมีพัฒนาการในด้านต่างๆ ที่เหมาะสมตามวัย มีความเอาใจใส่ต่อบทบาทหน้าที่ตนเองตามสภาพการณ์ที่เป็นจริงในขณะนั้น ๆ และสามารถสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับเพื่อนและครูได้โดยง่ายดังนั้น ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาสัมพันธภาพในครอบครัวเพื่อจะนำมาเป็นแนวทางในการพัฒนาความเอาใจใส่ต่อการเรียนให้กับนักเรียนต่อไป

งานวิจัยในต่างประเทศ

บารอนและเอิร์ล (Barron and Earls, 1984 : 23-31) พบว่า ภาวะความเครียดอันเกิดจากความสัมพันธ์ที่ไม่ดีระหว่างพ่อแม่ทำให้พ่อแม่ใช้การฝึกวินัยที่ไม่เหมาะสม เช่น ลงโทษรุนแรง ปล่อยปลละเลยเด็ก ทำให้เด็กมีพฤติกรรมก้าวร้าว

งานวิจัยในประเทศ

กุลวรรณ วิทยาวงศจุ (2546 : 58-59) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ของสัมพันธภาพในครอบครัวและการปรับตัวของวัยรุ่นที่กำลังศึกษาอยู่ในโรงเรียนสหศึกษาชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น และตอนปลาย ปีการศึกษา 2545 ในกรุงเทพมหานคร จำนวน 499 คน ผลปรากฏว่า สัมพันธภาพในครอบครัวมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการปรับตัว โดยมีค่าสหสัมพันธ์เท่ากับ .45 นั่นคือ เด็กวัยรุ่นที่ปรับตัวไม่ดีไปด้วย ทำให้เกิดพฤติกรรมก้าวร้าว ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากสภาพที่อบอุ่นมาจากในบ้าน มีสัมพันธภาพในครอบครัวที่ดีต่อกันระหว่างพ่อแม่ลูก ซึ่งเป็นรากฐานที่สำคัญในการดำรงชีวิต โดยเฉพาะอย่างยิ่งการปรับตัวให้เข้ากับสังคมโดยไม่ก่อให้เกิดปัญหาต่าง ๆ

โกสุม เศรษฐาวงค์ (2542 : 75) ได้ศึกษาการเปรียบเทียบการรับรู้เกี่ยวกับความสัมพันธ์ภายในครอบครัวและการปฏิบัติเกี่ยวกับการเลี้ยงดูบุตรและระหว่างพ่อแม่กับผู้ปวยวัยรุ่นในโรงพยาบาลจิตเวช พบว่า ความสัมพันธ์ที่ไม่ดีระหว่างพ่อแม่และลูกที่เป็นเหตุให้เด็กถูกปล่อยปลละเลย ถูกทอดทิ้ง เด็กจะกลายเป็นคนอิจฉา ขลาดกลัว ไม่มีความรู้สึกมั่นคง ซึ่งทำให้มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของวัยรุ่น

จากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง สรุปได้ว่า ความสัมพันธ์ภายในครอบครัวเป็นอีกปัจจัยหนึ่งที่ทำให้เด็กเกิดความก้าวร้าวเพราะถ้าสัมพันธภาพในครอบครัวระหว่างพ่อแม่ลูกไม่ดีหรือไม่สมบูรณ์แล้วนั้นทำให้เด็กขาดความรัก ความอบอุ่น ทำให้เด็กปรับตัวได้ไม่ดี และจะเป็นปัญหาของสังคมตามมา

2.3. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับตัวแปรด้านสังคม

2.3.1 สัมพันธภาพนักเรียนกับเพื่อน

ความหมายสัมพันธภาพนักเรียนกับเพื่อน

กฤษฎา ประทีปรัตน์ (2549:7) ได้ให้ความหมายของกับเพื่อนไว้ว่า หมายถึง การปฏิบัติตนของนักเรียนและเพื่อนที่มีต่อกัน เพื่อทำให้เกิดความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน ได้แก่ การมี

ความห่วงใย การให้ความสนิทสนมกัน การมีความรักใคร่สามัคคีกัน การช่วยเหลือซึ่งกันและกันทั้งทางด้านการเรียนและทางด้านส่วนตัว และการร่วมมือกันทำกิจกรรมต่างๆ ด้วยความเต็มใจ

ราชบัณฑิตยสถาน, พจนานุกรม (2551: ออนไลน์) ให้ความหมายคำว่า เพื่อน หมายถึง ผู้ชอบพอรักใคร่กัน , ผู้สนิทสนมคุ้นเคยกัน , เช่น เขามีเพื่อนมาก , ผู้ร่วมสถาบันหรือร่วมอาชีพ เป็นต้น เช่น เพื่อนร่วมโรงเรียน เพื่อนร่วมรุ่น เพื่อนข้าราชการ เพื่อนกรรมกร, ผู้ร่วมฐานะ เช่น อยู่เป็นเพื่อนกันก่อน ไปเป็นเพื่อนกันหน่อย , ผู้อยู่ในสภาพเดียวกัน เช่น เพื่อนมนุษย์ เพื่อนร่วมโลก นอกจากนี้ ยังได้ให้ความหมายคำว่า สัมพันธภาพ หมายถึง ความผูกพัน, ความเกี่ยวข้อง , เช่น สัมพันธภาพระหว่างสหรัฐอเมริกากับสหภาพโซเวียตดีขึ้นตามลำดับ

จำเนียร ชวงโชติและคณะ (2544 : 394 – 395) กล่าวว่า เด็กวัยรุ่นเริ่มเห็นความสำคัญของเพื่อนและความสัมพันธ์ระหว่างเพื่อนของตนมีมากขึ้น วัยรุ่นจะพยายามตีตนออกห่างจากพ่อแม่ คุณค่าหรือคำสั่งที่พ่อแม่มอบให้เริ่มลดความสำคัญลงเรื่อย ๆ ในขณะที่ความคิดเห็นทัศนคติของเพื่อน ๆ กลายเป็นสิ่งที่มีอิทธิพลต่อวัยรุ่นอย่างจริงจัง ความสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่ และเด็กวัยรุ่นจะเป็นทั้งความรัก ความรู้สึกผิด และการโต้แย้งขัดดกขัดใจกัน แต่ในมิตรภาพของเด็กวัยรุ่นนั้นเต็มไปด้วยความรู้สึกแบบเพื่อน การมีความสัมพันธ์แบบเคียงบ่าเคียงไหล่กันการใกล้ชิดในลักษณะที่จะช่วยให้เขาสามารถมองเห็นลักษณะความเป็นตัวของตนเองได้

ณรงค์ เล็งประชา (2548 : 166) ให้แนวคิดเกี่ยวกับกลุ่มเพื่อนไว้ว่า กลุ่มเพื่อนจะช่วยให้เด็กได้เรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ ที่อาจไม่ได้รับจากครอบครัว หรือผู้ใหญ่ เช่น เพศศึกษา ความเสมอภาค ความเป็นผู้นำในกลุ่มเพื่อน เด็กจะเป็นตัวของตนเองมากขึ้น เด็กจะเลือกคนเพื่อนที่ถูกใจ และอาจนำเอาพฤติกรรมต่าง ๆ ของเพื่อนมาใช้เป็นแนวปฏิบัติของตน ไม่ว่าจะเป็นพฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรง การเลียนแบบด้านอื่น ๆ

สุพัตรา สุภาพ (2546 : 71) กล่าวว่า เพื่อนมีอิทธิพลอย่างยิ่งโดยเฉพาะในชีวิตวัยรุ่นเพราะวัยรุ่นมีความปรารถนาอย่างแรงกล้าที่จะทำตัวให้เพื่อนฝูงยอมรับนับถือ วัยรุ่นจะมีความเข้าใจดีว่าเพื่อนมีความรู้สึกต่อตนเองอย่างไร ถ้าวัยรุ่นได้รับความนิยมนยกย่องจากเพื่อนฝูงมากเพียงใด ย่อมทำให้เขาเป็นคนที่มีความรู้สึกเป็นมิตรน่าคบ กล้าแสดงออกวางตนในการเข้าสังคมเป็น และมีความเชื่อมั่นในตนเองมากขึ้นเพียงนั้น ซึ่งลักษณะต่าง ๆ ของบุคลิกภาพดังกล่าวนี้ ย่อมจะช่วยให้วัยรุ่นได้รับความนิยมนยกย่องจากกลุ่มเพื่อนมากขึ้น ซึ่งจะส่งผลให้เกิดความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับตนเองในแง่ที่ดีด้วยอีกต่อหนึ่ง วัยรุ่นที่มีการปฏิบัติตนในการเข้าสังคมกับเพื่อนไม่ดี และไม่เป็นที่นิยมนยกย่องของเพื่อนฝูงมักจะสร้างทัศนคติตนเองในแง่ไม่ดีขึ้นมา โดยเฉพาะจะมีความรู้สึกแค้นเคียดและบางครั้งก็หวาดหวั่นใจ วัยรุ่นจะพยายามที่จะยอมรับและคล้อยตามความคิดเห็น การกระทำทุกอย่างของเพื่อนผู้เป็นที่รักใคร่ และนิยมนยกย่องของกลุ่ม ทั้ง ๆ ที่บางครั้งอาจรู้สึกไม่เต็มใจก็ตาม และ

บางครั้งจะพยายามแสดงตัวให้อวด เพื่อให้เพื่อนประทับใจในความสามารถของตน

ณรงค์ เสงี่ยมประชา (2548:166) กล่าวว่า กลุ่มเพื่อนจะช่วยให้เด็กเรียนได้เรียนรู้สิ่งใหม่ๆ ที่อาจไม่ได้รับจากครอบครัวหรือผู้ใหญ่ เช่น เพศศึกษา ความเสมอภาค ความเป็นผู้นำในกลุ่มเพื่อน เด็กจะเป็นตัวของตัวเองมากขึ้น เด็กจะเลือกคบเพื่อนที่ถูกใจ และอาจนำพฤติกรรมต่างๆ ของเพื่อนมาใช้เป็นแนวปฏิบัติของตน

กลุ่มเพื่อนสมาชิกแต่ละคนที่เข้ามารวมกลุ่มกันย่อมมีอิทธิพลต่อกัน ดังที่ สุชา จันทร์เอม (2542: 239-240) ได้กล่าวสรุปไว้ ดังนี้

1. มีอิทธิพลต่อการกระทำต่าง ๆ เมื่อบุคคลเข้ามาอยู่ในกลุ่ม แผนงานต่าง ๆ ที่เป็นลักษณะของแต่ละคนก็จะเปลี่ยนไปเป็นลักษณะของกลุ่ม ลักษณะการกระทำก็เป็นการร่วมมือกันทำงานเสร็จเร็วที่สุด

2. มีอิทธิพลต่อความสัมพันธ์และความคิด อัลล์พอร์ต (Allport) ได้ทำการทดลองเกี่ยวกับการให้เด็กกลุ่มหนึ่งเขียนคำหรือประโยคที่แสดงความสัมพันธ์แบบอิสระต่อเนื่องกัน (Free-Association) ปรากฏว่า เด็กที่เป็นกลุ่มทำเสร็จเร็วกว่าเด็กที่ทำคนเดียวแสดงให้เห็นว่าความสัมพันธ์ภายในกลุ่มมีผลต่อพฤติกรรมของเด็ก และนอกจากนี้ อัลล์พอร์ตทำการศึกษาอิทธิพลของกลุ่มต่อแนวความคิดของเด็ก พบว่า อิทธิพลกลุ่มมีอิทธิพลต่อแนวความคิดและการให้เหตุผลของเด็ก ยิ่งถ้าเราให้มีการแสดงความคิดเห็นกันอย่างเปิดเผยยิ่งจะมีอิทธิพล

3. มีอิทธิพลต่อการสนใจในการกระทำต่าง ๆ พฤติกรรมภายในกลุ่มมีทั้งลักษณะที่มีการแข่งขัน (Competitive) และมีลักษณะที่ให้ความร่วมมือ (Cooperative) เพราะฉะนั้นในการวางแผนหรือจูงใจนั้นเราคำนึงถึงมาตรฐานของกลุ่มเป็นใหญ่เมื่อเด็กเข้ามาอยู่ในกลุ่มก็พยายามปรับปรุงตนเอง เพื่อยอมรับมาตรฐานของกลุ่ม เพราะจะทำให้เกิดความรู้สึกเป็นพวกเดียวกัน

ส่วนพระพุทธศาสนาใน ทิฆมณิกาย ปาฎิกวรรค, พระไตรปิฎก ฉบับภาษาไทย เล่มที่ 11. (2552ก: ออนไลน์) และ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต) (2551ก: 131-133; 194-195; 2548: 59-61) ได้นำเสนอลักษณะของมิตรที่ดีและศัตรูที่มาในร่างมิตร พร้อมทั้งหลักการปฏิบัติต่อกันระหว่างมิตรสหาย ดังนี้

มิตรปฏิรูปหรือมิตรเทียม คือ คนที่ฟังทราบว่าเป็นศัตรูผู้มาในร่างของมิตรมี

4 จำพวก ดังนี้

1. คนปอกกลอก มีลักษณะดังนี้ คือ คิดเอาแต่ได้ฝ่ายเดียว ยอมเสียน้อยโดยหวังจะเอาให้มาก ตัวมีภัยจึงมาช่วยทำกิจของเพื่อน และคบเพื่อนเพราะเห็นแก่ผลประโยชน์

2. คนดีแต่พูด มีลักษณะดังนี้คือ ดีแต่ยกของหมดแล้วมาปราศรัยดีแต่อ้างของยังไม่มีมาปราศรัย สงเคราะห์ด้วยสิ่งหาประโยชน์มิได้ และเมื่อเพื่อนมีกิจอ้างแต่เหตุขัดข้อง

3. คนหัวประจบ มีลักษณะดังนี้คือ จะทำชั่วก็เออออ จะทำดีก็เออออ ต่อหน้าสรรเสริญ และลับหลังนินทา

4. คนชวนฉิบหาย มีลักษณะดังนี้คือ คอยเป็นเพื่อนดื่มน้ำเมาคอยเป็นเพื่อนเที่ยวกลางคืน คอยเป็นเพื่อนดูการเล่น และคอยเป็นเพื่อนไปเล่นการพนัน

สหมิตรหรือมิตรแท้ คือมิตรที่มีใจดี มีความจริงใจ มี 4 จำพวก ดังนี้

1. มิตรอุปการะ มีลักษณะดังนี้คือ เพื่อนประมาทช่วยรักษาเพื่อนประมาทช่วยรักษาทรัพย์สินของเพื่อน เมื่อมีภัยเป็นที่พึ่งพำนักได้ และมีกิจจำเป็นช่วยออกทรัพย์ให้เกินกว่าที่ออกปาก

2. มิตรร่วมสุขร่วมทุกข์ มีลักษณะดังนี้ คือ บอกความลับแก่เพื่อนปิดความลับของเพื่อน มีภัยอันตรายไม่ละทิ้ง และแม้ชีวิตก็สละให้ได้

3. มิตรแนะนำประโยชน์ มีลักษณะดังนี้ คือ จะทำชั่วเสียหายคอยห้ามปรามไว้ คอยแนะนำให้ตั้งอยู่ในความดี ให้ได้ฟังได้รู้สิ่งที่ไม่เคยได้รู้ได้ฟัง และบอกทางสุขทางสวัสดิ์ให้

4. มิตรมีน้ำใจ มิตรมีความรักใคร่ มีลักษณะดังนี้คือ เพื่อนมีทุกข์พลอยไม่สบายใจ เพื่อนมีความสุขพลอยแจ่มชื่นยินดี เขาติเตียนเพื่อนช่วยยับยั้งแก้ไข และเขาสรรเสริญเพื่อนช่วยพูดเสริมสนับสนุน

บุคคลพึงบำรุงมิตรสหาย ดังนี้

1. เผื่อแผ่แบ่งปัน
2. พุดจามีน้ำใจ
3. ช่วยเหลือเกื้อกูล
4. มีตนเสมอ ร่วมสุขร่วมทุกข์กัน
5. ซื่อสัตย์จริงใจต่อกัน

มิตรสหายย่อมอนุเคราะห์ตอบ ดังนี้

1. เมื่อเพื่อนประมาท ช่วยรักษาป้องกัน
2. เมื่อเพื่อนประมาท ช่วยรักษาทรัพย์สมบัติของเพื่อน
3. ในคราวมีภัย เป็นที่พึ่งได้
4. ไม่ละทิ้งยามทุกข์ยาก
5. นับถือตลอดถึงวงศ์ญาติของมิตร

จากความหมายของสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อนที่กล่าวมาข้างต้น สรุปได้ว่า สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน หมายถึง การปฏิบัติตนของนักเรียนและเพื่อนที่ปฏิบัติต่อกันทั้งภายในและภายนอกห้องเรียน เพื่อให้เกิดความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน ได้แก่ การห่วงใยใกล้ชิดสนิทสนมกันและกัน การแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกันและกัน การช่วยเหลือพึ่งพาอาศัยกันและกัน ทั้งทางด้านการเรียนและส่วนตัว และการทำกิจกรรมต่างๆ ร่วมกันในกลุ่มเพื่อนด้วยความรัก ความสามัคคี เพื่อให้เกิดความสำเร็จ ดังนั้น ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน เพื่อจะนำมาเป็นแนวทางในการพัฒนาความเอาใจใส่ต่อการเรียนให้กับนักเรียนต่อไป

งานวิจัยในประเทศ

อุดมเดช กาญจนพันธ์ (2540:42-44) ได้ศึกษาพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชนไทย ศึกษาเฉพาะกรณีสถานศึกษาในระดับอาชีวศึกษา พบว่า สาเหตุของพฤติกรรมก้าวร้าวทางวาจาและทางกาย ส่วนใหญ่เป็นอิทธิพลของสิ่งแวดล้อม โดยการลอกเลียนแบบพฤติกรรมจากเพื่อนในกลุ่มเป็นเหตุปัจจัยที่สำคัญที่สุด

งานวิจัยต่างประเทศ

เบิร์น (Bernd. 1979 : 608-616) พบว่า ในช่วงวัยรุ่น การกระทำบางอย่างของพ่อแม่ มีอิทธิพลต่อวัยรุ่นน้อยลง แต่วัยรุ่นจะได้รับอิทธิพลของกลุ่มเพื่อนในระดับสูง โดยเฉพาะพฤติกรรมก้าวร้าวผิ่สังคม

จากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง สรุปได้ว่า เด็กประมาณ 12 ปีขึ้นไป จนถึงวัยรุ่นได้รับอิทธิพลกลุ่มเพื่อนในระดับสูง วัยรุ่นกลุ่มเพื่อนจึงเป็นตัวการสำคัญหนึ่งทำให้เกิดปัญหาดังกล่าว เพราะโดยปกติวัยรุ่นก็มีความคิดคะนองอยู่แล้ว จะยิ่งฮึกเหิมก้าวร้าวมากขึ้นเมื่อมีการรวมกลุ่มกัน เพราะเด็กวัยนี้เป็นวัยที่มีความเปลี่ยนแปลงด้านต่างๆ เกิดขึ้นมากทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ ตลอดจนเด็กได้รับความคาดหวังจากสังคม ทำให้เด็กมีความลำบากในการปรับตัว กลุ่มเพื่อนจะมีอิทธิพลต่อเด็กมากขึ้น ฉะนั้น การเลียนแบบเพื่อนในวัยเดียวกัน เพื่อให้ได้รับการยอมรับนั้นอาจเกิดขึ้นได้ ซึ่งแสดงให้เห็นว่าเด็กอายุประมาณ 12-15 ปี ได้รับ อิทธิพลจากกลุ่มเพื่อนในเรื่องกระทำผิดโดยเฉพาะพฤติกรรมก้าวร้าวผิ่สังคมในระดับสูง

2.3.2 อิทธิพลของสื่อ

ภาพยนตร์ โทรทัศน์ วีดิทัศน์ วีดีโอเกมส์ อินเทอร์เน็ต หนังสือพิมพ์ หนังสือการ์ตูน มีบทบาทและมีอิทธิพลต่อวัยรุ่นเป็นอย่างยิ่งเนื่องจากสื่อมวลชนเสนอเรื่องต่าง ๆ ต่อสาธารณชนในวงกว้าง วัยรุ่นจึงได้รับทราบและซึมซับองค์ประกอบในการสร้างตนในแงุ่มซึ่งไม่เหมาะสม ศรีเรือน แก้วกังวาน (2545: 358) กล่าวว่าผู้ต้องโทษด้วยข้อหาขโมยและทำร้ายบุคคลอื่นนั้น สาเหตุเกิดจากการเลียนแบบอย่างบทบาทในภาพยนตร์และโทรทัศน์ยอดนิยมที่ตนเองได้เห็น

เช่น การคดโกง การยิง การทำร้ายผู้อื่น เกิดทัศนคติว่า บทบาทเหล่านั้นเป็นของดี อีรอน (อุดมเดช กาญจนพันธ์ 2540 : 17 ; อ้างอิงจาก Eron, 1982) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับภาพยนตร์ เรื่องราวหรือสารคดีที่เกี่ยวข้องกับความรุนแรง การต่อสู้และฆ่ากันพบว่า จะมีความสัมพันธ์กับระดับความก้าวร้าวในจิตใจของเด็ก ยิ่งดูมากขึ้นเท่าไร เด็กก็จะมีความก้าวร้าวเพิ่มมากขึ้น

สื่อเป็นปัจจัยสำคัญที่มีส่วนกระตุ้นให้เกิดการก่ออาชญากรรม และต่อการกระทำ ความผิดของเด็กและเยาวชน อิทธิพลที่สำคัญของสื่อที่เกี่ยวข้องกับปัญหาอาชญากรรม คือ เป็นแหล่งสะท้อนให้เกิดความรู้สึกล้อยตามทางด้านลบ เพราะสิ่งที่ตนอยากรู้ พร้อมทั้งจะเรียนรู้หรือพร้อมที่จะทำตามตรงกับสิ่งที่สื่อได้นำมาเผยแพร่ให้เห็นในรูปภาพในหนังสือ ในภาพยนตร์ ในทีวี ของสื่อนี้ ชแรมม์ (โสภา ขปิลมันน์ 2546: 143 ; อ้างอิงจาก Schramm 1960) นักอาชญาวิทยา ท่านหนึ่งได้กล่าวไว้ว่า เด็กได้เรียนรู้เกี่ยวกับสิ่งเป็นลบต่อสังคมหรือพฤติกรรมที่เป็นลบในสังคมผ่านสื่อสารมวลชนนานาชนิด อย่างไรก็ตามก่อนที่เด็กจะตกอยู่ในอิทธิพลดังกล่าวได้นั้น เด็กน่าจะต้องได้รับอิทธิพลดังกล่าวผ่านมาทางหน่วยอื่นมาก่อนแล้ว อันได้แก่ ครอบครัว โรงเรียนและสิ่งแวดล้อมรอบตัวเด็ก การถ่ายทอด หรือการรายงานข่าวเป็นประจำเกี่ยวกับพฤติกรรมของอาชญากร หรือการก่ออาชญากรรมผ่านสื่อสารมวลชนจึงมีอิทธิพลสูงมากต่อการล้อยตามและกระทำตาม โดยเฉพาะในภาพยนตร์บางประเภทที่แสดงให้เห็นถึงเขวี้ยงปัญหา ความสามารถอย่างเยี่ยมยอดของบรรดาอาชญากรทั้งหลาย ยิ่งเป็นอันตรายมากยิ่งขึ้น สื่อที่สำคัญที่มีอิทธิพลต่อการสร้างทัศนคติหรือปลูกฝังค่านิยมทางด้านลบให้กับเยาวชนนั้น ส่วนใหญ่ได้แก่ ภาพยนตร์ โทรทัศน์ วิทยุ หนังสือพิมพ์และหนังสืออ่านเล่นทั่วไปเกี่ยวกับผู้ร้าย ผู้ดี และ/หรือผ่านทางการเล่นข่าวเกี่ยวกับอาชญากรรมต่าง ๆ หนังสืออ่านเล่นที่เกี่ยวกับอาชญากรรม รายการภาพยนตร์หรือโทรทัศน์ที่เป็นหนังสืออาชญากรรมประเภทรุนแรงโหดร้าย สิ่งเหล่านี้เป็นส่วนหนึ่งที่ช่วยทำให้เยาวชนต้องการเลียนแบบ โดยเฉพาะการกระทำผิด การประกอบอาชญากรรมของวัยรุ่นในต่างประเทศที่ทำขึ้นเป็นภาพยนตร์นั้น ยิ่งเป็นอันตรายต่อเด็กวัยรุ่นมากเพราะเยาวชนเหล่านี้ยังอ่อนด้วยสติปัญญาและเหตุผลจะทำให้เกิดการยอมรับล้อยตาม เกิดความประทับใจและเกิดความภาคภูมิใจที่จะทำตาม อีรอน (โสภา ขปิลมันน์ 2536 : 143 ; อ้างอิงจาก Eron. 1982) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับภาพยนตร์ เรื่องราว หรือสารคดีที่เกี่ยวข้องกับความรุนแรง การต่อสู้และฆ่ากันพบว่า จะมีความสัมพันธ์กับระดับความก้าวร้าวในจิตใจของเด็ก ยิ่งดูมากขึ้นเท่าไร เด็กจะยิ่งมีความก้าวร้าวเพิ่มขึ้นมากเท่านั้น

แบนดูรา (Bandura, 1977: 52-54) กล่าวถึงสื่อมวลชนว่า อิทธิพลสำคัญในการเรียนรู้ทางสังคมที่สำคัญประการหนึ่งคือ สิ่งที่น่าเสนอผ่านทางสื่อมวลชนซึ่งมีอยู่มากมายหลายชนิด ทำให้มนุษย์ได้รับความนึกคิดและรูปแบบการกระทำใหม่ๆ อยู่เสมอ เห็นได้ว่า สื่อมวลชนมีบทบาทสำคัญต่อการสร้างพฤติกรรม และทัศนคติหรือความคิดของมนุษย์ในสังคม โดยปกติสื่อมวลชนทำ

หน้าที่ในการนำเสนอเรื่องราวที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมต่างๆ โดยเฉพาะพฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรงซึ่งได้กลายมาเป็นแบบอย่างให้เกิดการเลียนแบบในลักษณะของ Imitation หรือการเลียนแบบระดับผิวเผิน และ Identification) หรือการเลียนแบบระดับละเอียด ซึ่งพฤติกรรมที่ถูกนำเสนอสามารถกลายเป็นตัวแบบที่แทรกซึมเข้าไปในกระบวนการเรียนรู้ของมนุษย์และจุดใจหรือเสริมแรงให้เกิดการเลียนแบบพฤติกรรมต่าง ๆ เนื่องจากสื่อมักจะละเลยในการให้ความสำคัญกับผลของการกระทำพฤติกรรม โดยเฉพาะพฤติกรรมที่เกี่ยวกับความก้าวร้าวรุนแรงว่าสามารถก่อให้เกิดผลเสียต่อผู้กระทำรวมถึงบุคคลที่เกี่ยวข้องอย่างไร วัยรุ่นซึ่งเป็นวัยแห่งการเรียนรู้ มีความอ่อนไหวทางสภาวะทางจิตใจและมีการเปิดรับสื่อมวลชนค่อนข้างมาก อย่างไรก็ตามอิทธิพลของสถาบันสื่อมวลชนในฐานะที่เป็นตัวแบบและตัวเสริมแรงจะมีมากหรือน้อย ก็ต้องเมื่อได้ทำงานหรือมีปฏิสัมพันธ์ร่วมกันสถาบันทางสังคมอื่นๆ เช่น กลุ่มเพื่อน เป็นต้น ดังนั้นตัวแบบจากสื่อมวลชนและตัวแบบจากสถาบันทางสังคมต่างมีฐานะของการเป็นแบบอย่าง ทั้งยังเสริมแรงในการผลักดันให้วัยรุ่นมีการแสดงออกถึงพฤติกรรมก้าวร้าว โดยในทางทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมมองว่าทั้งสื่อมวลชนและสถาบันทางสังคมต่างก็เป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมก้าวร้าวทั้งคู่ เป็นลักษณะที่ช่วยส่งเสริมซึ่งกันและกันกล่าวคือ อิทธิพลของตัวแบบสื่อมวลชนจะส่งผลต่อการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวของวัยรุ่นมากหรือน้อยเพียงใดขึ้นอยู่กับว่ามีตัวแบบสภาพแวดล้อมทางสังคมด้านบุคคลมาเป็นตัวสนับสนุนด้วยเช่นกัน

การเปิดรับสื่อเป็นตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมก้าวร้าวอย่างหนึ่ง การเปิดรับสื่อประกอบด้วย การเปิดรับสื่อทางโทรทัศน์ หนังสือการ์ตูน เกมคอมพิวเตอร์และอินเทอร์เน็ต จากผลการศึกษาของวัชร ดาศรี (2543) ที่ศึกษาการใช้เวลาในการทำกิจกรรมต่างๆ และพฤติกรรมการเปิดรับสื่อโทรทัศน์ของเด็กในครอบครัวที่มีอาชีพประมง พบว่า การเปิดรับสื่อทางโทรทัศน์มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมก้าวร้าว เนื่องจากเด็กในครอบครัวประมงส่วนใหญ่มีอิสระในการทำกิจกรรมต่างๆตามความต้องการของตนเอง อีกทั้งปฏิภิกิริยาที่เกิดขึ้นในขณะดูโทรทัศน์มีการวิพากษ์วิจารณ์รายการโทรทัศน์ที่กำลังดูอยู่เช่นเดียวกับผู้ใหญ่ และเลียนแบบพฤติกรรมต่างๆ จากโทรทัศน์ เนื่องจากพ่อแม่ไม่มีเวลาดูแลเอาใจใส่เพราะต้องใช้เวลาในการทำมาหาเลี้ยงครอบครัว ทำให้เด็กขาดการชี้นำในการดูโทรทัศน์จากพ่อแม่หรือผู้ปกครอง สอดคล้องกับแม็คเวย์ (Mc Vey, 1999 : 36-45) ที่ศึกษาเกี่ยวกับความรุนแรงจากสื่อโทรทัศน์ เพื่อหาวิธีป้องกันและแก้ไขสำหรับครูและผู้ปกครองของนักเรียน พบว่า การเปิดรับสื่อโทรทัศน์มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมที่ก้าวร้าวจนถึงขั้นที่รุนแรงมากเป็นแบบอย่างให้นักเรียนแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวตามแบบอย่าง

งานวิจัยในต่างประเทศ

แบนดูรา (เพชรชมพู เทพพิพิธ 2543 : 28 ; อ้างอิงจาก Bandura. 1965) ได้ทำการศึกษาในปี ค.ศ. 1965 ถึงอิทธิพลของการเสริมแรงที่มีต่อการเลียนแบบของเด็กในระดับอายุ

ระหว่าง 3 ปี 6 เดือน จนถึง 6 ปี โดยทำการทดลองกับเด็กชายจำนวน 33 คน และเด็กหญิงจำนวน 33 คน วิธีการทดลองจะกระทำกับกลุ่มตัวอย่างโดยให้ดูแบบในลักษณะภาพยนตร์โทรทัศน์ ซึ่งเป็นเรื่องราวของการแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวของชาย 2 คน แยกกลุ่มตัวอย่างเป็น 2 กลุ่ม กลุ่มละ 22 คน (ชาย 11 คน หญิง 11 คน) ให้กลุ่มที่ 1 ดูแบบที่ได้รับการลงโทษ และกลุ่มที่ 2 ดูแบบซึ่งได้รับรางวัล จากการกระทำพฤติกรรมก้าวร้าวต่าง ๆ ส่วนกลุ่มที่ 3 ไม่ได้รับการตอบแทนจากการแสดงความก้าวร้าวเลย ผลการศึกษาพบว่าเด็กกลุ่มที่ดูภาพยนตร์ที่ตัวแสดงได้รับการลงโทษ จะมีพฤติกรรมเลียนแบบก้าวร้าวน้อยกว่าพวกที่ดูภาพยนตร์ซึ่งตัวแบบได้รับรางวัล และกลุ่มที่ตัวแบบไม่ได้รับผลการตอบแทน และยังพบว่าเด็กชายแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวตามตัวแบบได้ดีกว่าเด็กหญิง

บาร์อน และ ไบน์ (เพชรชมพู เทพพิพิธ 2543 : 30 ; อ้างอิงจาก Baron and Byrne. 1977) ทำการศึกษาทดลองภาคสนาม ได้ทดลองกับเด็กชายวัยรุ่นอายุ 14 – 16 ปี นักเรียนโรงเรียนราษฎร์แห่งหนึ่งในเบลเยียมให้ดูภาพยนตร์ 2 แบบ คือ เด็กกลุ่มหนึ่งดูภาพยนตร์ที่มีเนื้อหาสาระก้าวร้าวมาก อีกกลุ่มหนึ่งดูภาพยนตร์ที่มีเนื้อหาสาระไม่ก้าวร้าวโดยให้เด็กแต่ละกลุ่มดูภาพยนตร์วันละเรื่องเป็นเวลา 5 วันติดต่อกัน จากนั้นให้เด็กปฏิบัติตัวตามปกติ โดยมีผู้สังเกตคอยบันทึกพฤติกรรมก้าวร้าวที่เด็กแต่ละกลุ่มแสดงออกมา ผลการวิจัยครั้งนี้แสดงให้เห็นอย่างชัดเจนว่า เด็กที่ดูภาพยนตร์ที่มีเนื้อหาสาระก้าวร้าวสูงแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวมากกว่าเด็กที่ได้ดูภาพยนตร์ที่มีเนื้อหาสาระไม่ก้าวร้าว นอกจากนี้เด็กที่ดูภาพยนตร์ที่มีเนื้อหาสาระก้าวร้าวสูงแสดงความก้าวร้าวหลังดูภาพยนตร์มากกว่าก่อนดูภาพยนตร์ ขณะที่เด็กในกลุ่มที่มีเนื้อหาสาระไม่ก้าวร้าวไม่ได้แสดงความก้าวร้าวหลังดูภาพยนตร์มากกว่าก่อนดูภาพยนตร์

อีรอน (อุดมเดช กาญจนพันธ์ 2540 : 17 ; อ้างอิงจาก Eron. 1982) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับภาพยนตร์ เรื่องราว หรือสารคดีที่เกี่ยวข้องกับความรุนแรง การต่อสู้และฆ่ากัน พบว่า จะมีความสัมพันธ์กับระดับความก้าวร้าวในจิตใจของเด็ก ยิ่งดูมากขึ้นเท่าไร เด็กก็จะมี ความก้าวร้าวเพิ่มมากขึ้น

จากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง สรุปได้ว่า อิทธิพลของสื่อเป็นอีกปัจจัยหนึ่งที่ทำให้เด็กหรือเยาวชนเกิดความก้าวร้าว เพราะดูสื่อที่มีเนื้อหาสาระก้าวร้าวสูงทำให้แสดงความก้าวร้าวเวลาได้เห็นสื่อหรือดูสื่อ สื่อเป็นปัจจัยสำคัญที่มีส่วนกระตุ้นให้เกิดการก่ออาชญากรรม และต่อกรกระทำผิดของเด็กและเยาวชน อิทธิพลที่สำคัญของสื่อที่เกี่ยวข้องกับปัญหาอาชญากรรม คือ เป็นแหล่งสะท้อนให้เกิดความรู้สึกคล้อยตามทางด้านลบ เพราะสิ่งที่ตนอยากรู้ พร้อมทั้งจะเรียนรู้หรือ พร้อมทั้งจะทำตามตรงกับสิ่งซึ่งสื่อได้นำมาเผยแพร่ให้เห็น

3. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับหลักพรหมวิหารสี่

3.1 ความหมายและองค์ประกอบของพรหมวิหารสี่

ได้มีผู้ที่ให้ความหมายของพรหมวิหารไว้ต่าง ๆ กัน ดังนี้

พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต) (2545: 20) ได้ให้ความหมายของพรหมวิหารสี่ หมายถึง ธรรมประจำใจของผู้ประเสริฐหรือผู้มีจิตใจยิ่งใหญ่ กว้างขวางดุจพระพรหม 4 อย่าง

พรหมวิหารสี่ หรือ พรหมวิหารธรรม มี 4 ประการด้วยกัน ซึ่งมักเรียกว่า พรหมวิหารสี่ คือ (พระศรีวิสุทธิกวี. 2546 : 73 ; สมเด็จพระญาณสังวร. 2532 : 1-123; พระไตรปิฎก. 2539:425; พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต) (2545:20)

พระราชวรมุนี (2541:91) ได้อธิบายถึงความหมายของพรหมวิหารสี่ว่า หมายถึง หลักความประพฤติ เรียกอีกอย่างหนึ่งว่า อัปมัญญาสี่ เพราะแผ่สม่าเสมอโดยทั่วไปในมนุษย์สัตว์ทั้งหลาย ไม่มีประมาณและไม่จำกัดขอบเขต พรหมวิหารสี่มีในผู้ใดย่อมทำให้ผู้นั้นประพฤติปฏิบัติเกื้อกูลแก่ผู้อื่น

สมเด็จพระญาณสังวร (2546 : 16) ได้กล่าวถึงการเกิดพรหมวิหารสี่ว่า ผู้ที่มีพรหมวิหารสี่ที่แท้จริงนั้น ต้องมีธรรมสี่ประการ คือ เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา เกิดขึ้นพร้อมเพรียงกันโดยไม่มีอย่างใดอย่างหนึ่งเกิดตามลำพังเพียงอย่างเดียว

ชะลอ อุทกภาษณ (2544:432) ได้ให้ข้อเสนอแนะไว้สรุปได้คือ เป็นธรรมที่ควรนำมาใช้ปฏิบัติเพื่อให้บุคคลได้อยู่ในสังคมอย่างมีความสุขเป็นธรรมที่เน้นการช่วยเหลือเผื่ออุปการะซึ่งกันและกัน นอกจากนี้พรหมวิหารสี่ยังสอดคล้องกับหลักมนุษยสัมพันธ์อีกด้วย

3.2 พรหมวิหารสี่กับการลดความก้าวร้าว

ญาณโปนิกา มหาเถระ (2549:1-2) ได้ให้ความคิดเห็นเกี่ยวกับพรหมวิหารสี่ไว้พอสรุปได้ดังนี้ พรหมวิหารสี่เป็นสิ่งที่ดีที่สุด และเป็นแนวทางที่ถูกต้องเหมาะสมที่จะนำไปใช้ปฏิบัติเพื่อแก้ปัญหาต่าง ๆ ทั้งความก้าวร้าว การทะเลาะวิวาท จากการที่บุคคลต้องติดต่อเกี่ยวข้องกับกันในสังคม รวมทั้งช่วยลดปัญหาและความขัดแย้งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นนอกจากนี้ พรหมวิหารสี่ยังสามารถช่วยผ่อนคลายความตึงเครียดและช่วยส่งเสริมความมีน้ำใจ ความปรองดองกันในสังคมอีกด้วย

ปรีชา ช้างขวัญยืน (2549:88) ได้กล่าวถึงพรหมวิหารสี่ว่า เป็นธรรมประการหนึ่งที่คนในสังคมพึงปฏิบัติ เป็นธรรมที่เป็นความรู้สึกต่อผู้อื่น เป็นการควบคุมพฤติกรรมก้าวร้าวที่รุนแรงให้เกิดความรู้สึกที่เหมาะสมต่อผู้อื่น เป็นธรรมที่ผู้ใหญ่วิบัตต่อผู้น้อยหรือคนเสมอกันปฏิบัติต่อกัน แต่จะอนุโลมให้ผู้น้อยใช้กับผู้ใหญ่ด้วยก็ได้

1. เมตตา หรือ ความรัก (Loving Kindness) คือ ความปรารถนาดี มีไมตรี ต้องการช่วยเหลือให้ทุกคนประสบประโยชน์และความสุขทั่วหน้า รวมไปถึงการละได้ซึ่งพฤติกรรม

ก้าวร้าวหรือโทสะและพยาบาท อันเป็นเหตุก่อให้เกิดความทุกข์ ความเดือดร้อนให้แก่ผู้อื่น การแผ่เมตตาต้องฝึกจากวงแคบให้กว้างขวางออกไปทุกที นับตั้งแต่รักตัวเองก่อน แล้วก็แผ่ความรักไปยังบิดามารดา ญาติพี่น้อง มิตรสหาย ตลอดจนถึงคนอื่นและสัตว์ทั่ว ๆ ไป

2. กรุณา หรือ ความสงสาร (Compassion) คือ ความรู้สึกห่วงใยไปกับความทุกข์ของผู้อื่น ความอยากช่วยเหลือผู้อื่นให้พ้นจากความทุกข์ ฝัใจที่จะปลดเปลื้องบำบัดความทุกข์ยากเดือดร้อนของคน ไม่ว่าจะเป็นบุตร หลาน คนในบังคับบัญชา ตลอดจนศัตรูและสรรพสัตว์ก็มีจิตใจสงสารอยากจะช่วยให้พ้นทุกข์ คนเราจะเห็นอกเห็นใจกันจริง ๆ ก็ในยามทุกข์ยาก สิ่งใดพอจะช่วยได้ก็ต้องช่วยกันตามกำลังความสามารถ ลดความรุนแรงลงได้

3. มุทิตา หรือ ความเบิกบานพลอยยินดี (Appreciative Gladness) เมื่อเห็นผู้อื่นอยู่ดี มีสุข ก็มีจิตใจชื่นบาน เบิกบาน เมื่อเห็นเขาประสบความสำเร็จยิ่งขึ้นไปก็พลอยยินดีบันเทิงใจด้วย เช่น เห็นเขาได้เลื่อนตำแหน่ง ได้เงินเดือนขึ้นเป็นพิเศษ หรือประสบผลสำเร็จก็พลอยชื่นชม โมนทนาสาธุด้วยเพื่อส่งเสริมให้กำลังใจให้เขาทำความดียิ่งขึ้นไป การพลอยยินดีเมื่อเห็นผู้อื่นได้ดี ทำจิตใจของเราให้ชื่นบาน เบิกบาน มิใช่พอเห็นเขาได้ดีเกินหน้าเกินตาตนแล้วก็เกิดความอิจฉาริษยาผู้ที่มีความอิจฉาริษยาผู้ที่ได้ดีกว่าตน จะมีแต่ความทุกข์ จิตใจจะร้อนรุ่ม หาความสงบมิได้ ลดความอิจฉาผู้อื่น ซึ่งหากไม่แล้วจะนำมาซึ่งการทะเลาะเบาะแว้ง มีพฤติกรรมที่รุนแรงกว่าปกติ ทำให้ก้าวร้าวต่อผู้อื่นได้ และอาจจะทำให้เกิดการสูญเสียดังปรากฏให้เห็นในสังคมเรื่องความอิจฉา

4. อุเบกขา หรือ ความมีใจเป็นกลาง (Equanimity) คือ วางจิตใจราบเรียบ สม่ำเสมอ มั่นคงเที่ยงตรงดุจตราขึง มองเห็นการที่บุคคลจะได้รับผลดีหรือผลเสียตามเหตุปัจจัยที่ประกอบ ไม่เอนเอียงไปด้วยชอบหรือชัง ซึ่งเป็นคุณธรรมประจำใจที่ต้องถือปฏิบัติ เช่น เห็นคนที่ชอบพอกันทำความผิด แล้วถูกจับกุมลงโทษก็ไม่เข้าข้างกับคนผิดเพราะจะทำให้เสียความยุติธรรม ต้องวางใจเป็นกลาง เขาสร้างกรรมอย่างใดไว้ก็ต้องได้รับผลกรรมนั้นแต่ไม่คิดซ้ำเติม เมื่อคนที่เราไม่ชอบถึงซึ่งความวิบัติก็ไม่ดีใจเหยียบย่ำซ้ำเติมหรือรู้สึกสมน้ำหน้า แต่ถ้าหากเราเข้าข้างฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งแล้วทำให้อีกฝ่ายไม่พอใจจนเกิดการทำร้ายร่างกายซึ่งกันและกัน ตลอดจนถึงพฤติกรรมที่รุนแรงอื่น ๆ ตามมา ดังนั้นการวางตัวเป็นกลางจึงเป็นสิ่งที่ดีงาม

พระไตรปิฎกมหาวิถกธารนัย (สนองศรี รุดติษฐ์. 2543 : 11 ; อ้างอิงจากพระไตรปิฎกมหาวิถกธารนัย. 2540 : 299) ได้อธิบายความหมายของคำว่า “เมตตา” ว่า หมายถึง จิตที่คิดอยากให้คนอื่นเป็นสุขเสมอไป ไม่คิดอยากให้ใครเป็นทุกข์ ไม่รังแก หรือไม่แกล้งใคร ไม่คิดอยากเบียดเบียนใครมีแต่คิดจะให้ เป็นสุขทุกถ้วนหน้า ธรรมดาคนเราย่อมอยากให้ได้สุขแต่ของตนเองและผู้อื่นที่ตนรักใคร่นับถือ ส่วนคนอื่นและสัตว์อื่นเป็นอย่างไรก็ไม่ว่าเมื่อผู้ใดพยายามทำให้มีเมตตาถามว่า สามีภรรยาทั้งหลายได้ผู้นั้นจึงได้ชื่อว่า เจริญเมตตาหากใครมีเมตตามาก ๆ แล้วทำให้ลดความถือตนเอง

นำมาซึ่งความสงบสุข ลดความรุนแรงในสังคม ตลอดจนพฤติกรรมต่าง ๆ อีกด้วย เช่น พฤติกรรม ก้าวร้าว การทะเลาะวิวาท การยกพวกตีกัน การเอาเปรียบกัน เป็นต้น

สมเด็จพระญาณสังวร (2540 : 1-5) ได้อธิบายถึงลักษณะของเมตตาไว้อย่างละเอียดซึ่งพอจะรวบรวมได้ว่าเมตตา คือ ภาวะของจิตที่มีเยื่อใยไมตรีจิตมีไตรจิตเกิดก่อด้วยสุขประโยชน์ปราศจากอาฆาตพยาบาท ไม่แสดงพฤติกรรมก้าวร้าวที่รุนแรง ซึ่งเคียดโกรธแค้น แสดงออกทางสีหน้าและสายตาที่สงบเข้มแข็ง มองดูด้วยสายตาอันแสดงถึงใจที่อímเอิบ ด้วยความปรารถนาดี ให้มีความสุข ปราศจากความมั่งร้ายที่เป็นภัยเวรทั้งปวง เมตตานี้เป็นพรหมวิหารธรรม ข้อที่หนึ่งที่พึงอบรมให้มีขึ้นในจิตใจ อันที่จริงภาวะของจิตที่มีความรักใคร่ปรารถนาให้เป็นสุข ย่อมมีอยู่ในตนและคนที่เป็นที่รักอยู่เป็นปกติแต่ยังเจือด้วยราคะสีเนหาบ้าง เจือด้วยอาฆาตพยาบาทในผู้อื่นสัตว์อื่นบ้าง นี่จึงนับว่า เป็นภาวะของจิตที่เป็นสามัญธรรมดาพระบรมศาสดาทรงสั่งสอนธรรม ก็คือทรงสั่งสอนให้ปรับปรุงสิ่งที่มีอยู่เป็นสามัญธรรมดานี้แหละให้เป็นธรรม คือ เป็นคุณก่อเกิดขึ้นมา คือให้ปรับปรุงความรักใคร่ปรารถนาสุขดังกล่าวให้เป็นคุณอันบริสุทธิ์ที่ก่อเกิดกว้างขวางออกไป มิให้มีคับแคบเฉพาะตน และคนซึ่งเป็นที่รักในวงแคบของตน หรือจำเพาะพวกของตน แต่ให้แผ่กว้างออกไปตลอดจนถึง ไม่มีจำกัดไม่มีประมาณ และให้ปราศจากอาฆาตพยาบาททั้งลดความก้าวร้าวรุนแรงและทำให้บริสุทธิ์จากราคะสีเนหาด้วย เพราะว่า อาฆาตพยาบาทเป็นศัตรูที่ห่างของเมตตา ราคะสีเนหาเป็นศัตรูที่ใกล้ของเมตตาประกอบด้วยคุณธรรมทั้ง 4 ประการคือ เมตตา กรุณา มุทิตา และอุเบกขา ไว้ดังนี้

1. เมตตา

พระโสภณคณาภรณ์ (2541 : 13-18) ได้กล่าวว่า การแสดงออกถึงการมีเมตตานั้นสามารถจะแสดงออกมาในรูปต่าง ๆ ได้ดังนี้คือ

1. แสดงเมตตาทางกาย คือ การช่วยเหลือกันในกิจการงาน ให้ความร่วมมือในกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ต่อกัน ช่วยเหลือในกิจการงานอื่น ไม่ทำร้ายร่างกายบุคคลอื่น ไม่แสดงพฤติกรรมที่ทำให้คนอื่นเดือดร้อน

2. แสดงเมตตาทางวาจา ด้วยการเจรจากันด้วยความรู้สึกเมตตา ไม่ใช่วาจา ก้าวร้าว ดุหมั่น ในด้านรูปร่าง ทรัพย์ ตระกูล การศึกษา เป็นต้น ช่วยแนะนำบอกกล่าวในเรื่องที่เป็นประโยชน์หรือพิทักษ์ประโยชน์ของกันและกัน

3. แสดงเมตตาทางใจ โดยไม่มีความรู้สึกในทำนองมั่งร้าย คิดเอาเปรียบหรือคิดมุ่งทำลายผลประโยชน์ของเขา มีความหวังที่จะเห็นคนเหล่านั้นประสบความสุขในชีวิตการทำงาน การศึกษาและการทำธุระหน้าที่ของตน เป็นต้น

พระเทพโมลี (2541: 5-10) ได้กล่าวถึงเมตตาว่า คือ ความรักความปรารถนาดีทำให้เกิดมีการบำเพ็ญประโยชน์และความสุข ด้วยความเสียสละที่ไม่มีการเห็นแก่ตัว เมตตาเกิดขึ้นด้วย

เหตุคือการแลเห็นความดีงาม ซึ่งจะต้องไม่ใช่เกิดจากเสน่ห์ และความเมตตาเมื่อมีขึ้นก็จะกำจัดพฤติกรรมที่ก้าวร้าวหรือความโกรธให้หมดไป

สมเด็จพระญาณสังวร (2546 : 72) ได้เปรียบคุณธรรมข้อนี้ว่า เหมือนน้ำที่เป็นเครื่องดับไฟ คือ โทสะพยาบาท เป็นเครื่องชูใจให้แจ่มขึ้นบานไม่มีเวรมีกรรมต่อใคร ๆ เพราะแม้ปรารถนาให้ผู้อื่นก็เป็นปฏิริยา ให้ผู้มีเมตตาจิตเองไม่มีเวรมีภัยต่อใครทั้งหมด ถ้าคนยังมีทุกข์ภัย เสรออยู่ก็ต้องว่าเมตตายังไม่บริสุทธิ์ ผู้มีจิตใจรักใคร่สนิทสนมปรารถนาให้เป็นสุขปราศจากโทสะพยาบาท ทุกข์กับเวร ชื่อว่าผู้มีเมตตาเมื่อถูกผู้อื่นล่วงเกินยอมให้อภัยได้ ไม่เกิดโทสะหรือความก้าวร้าว ถึงต้องให้ขันธ์

พระธรรมกิตติวงศ์ (2548 : 794) ได้กล่าวถึงเมตตาว่า คือ ความรัก หมายถึง ความหวังดี ความปรารถนาดีต่อผู้อื่น เป็นความรู้สึกที่เป็นมิตร ความมีไมตรีต่อกัน เมตตา เป็นภาวะของจิตที่ปราศจากความโกรธ ความอาฆาตมาดร้าย ความก้าวร้าวรุนแรง มีแต่ความหวังดี มีไมตรีจิตหวังความสุขความเจริญแก่ผู้อื่นเป็นที่ตั้งลักษณะเมตตาที่เห็นได้ชัดเจนคือความรักลูกของพ่อ แม่ซึ่งจัดเป็นเมตตาแท้ ๆ

2. กรุณา

คำว่า กรุณา เป็นลักษณะที่เรียกกันในภาษาศาสนาว่า กรุณา เป็นเรื่องของความสงสาร เมื่อเห็นผู้อื่นประสบความทุกข์หรือเดือดร้อน ได้มีผู้ให้ความหมายไว้ดังนี้

พระกวีวรรณ (2542 : 432) กล่าวว่า กรุณา แปลว่า ความสงสาร คิดจะช่วยให้พ้นทุกข์ เมื่อเราเห็นใครก็ตามจะเป็นบุตรหลาน หรือคนในบังคับบัญชาตลอดศัตรู และสรรพสัตว์ ได้รับความทุกข์ ก็ต้องมีจิตใจสงสาร ไม่คิดปองร้ายหรือทำให้บุคคลอื่นได้รับบาดเจ็บ คิดจะช่วยให้เขาพ้นทุกข์เสมอเพราะคนเราจะเห็นอกเห็นใจกันจริง ๆ ก็เมื่อเวลาได้รับความทุกข์นี้เอง

พระเทพโมลี (2541 : 12-14) ได้กล่าวว่า กรุณานั้นเกิดขึ้นด้วยเหตุคือ การได้เห็นผู้อื่นต้องสูญเสียความสุข ต้องมีความทุกข์ มีอันตราย ด้วยเหตุนี้กรุณาเกิดขึ้นที่ผู้ใด ผู้นั้นจะต้องไม่มีวิเลส ไม่มีพฤติกรรมก้าวร้าว การทะเลาะวิวาท คือ เมื่อผู้อื่นต้องสูญเสียสิ่งซึ่งเป็นที่รัก ต้องประสบอันตรายมีความทุกข์ ก็เกิดความดีใจ พอใจ

สมเด็จพระญาณสังวร (2540 : 5-7) ได้อธิบายลักษณะของ กรุณา ว่า กรุณา คือ ภาวนาของจิตที่ห่วงไปเพราะความทุกข์ของผู้อื่น เหมือนอย่างถ้าซื้อได้ก็จะซื้อความทุกข์ของเขา คือ จะช่วยทำความทุกข์ของเขาให้หมดสิ้นไป จึงมีอาการที่ทนเฉยไม่ได้ ต้องชวนช่วยช่วยเหลือเพื่อบำบัดทุกข์ เห็นเพื่อนได้รับความทุกข์ก็ต้องช่วยเหลือ ปราศจากความคิดเบียดเบียนซ้ำเติม

พระธรรมกิตติวงศ์ (2548 : 25) ได้กล่าวว่า กรุณา แปลว่า ความสงสารคิดจะช่วยเหลือผู้อื่นให้พ้นทุกข์ กรุณา คือ ความรู้สึกห่วงใย ไม่สบายใจ ทนไม่ได้เมื่อเห็นผู้อื่นได้รับความ

อยู่ได้บังคับบัญชาเท่า ๆ กัน ลำเอียงข้างใดข้างหนึ่งก็ทำให้เกิดการทะเลาะกัน ดังนั้นอุเบกขาทำให้ลดความรุนแรงที่จะมีต่อกันได้

พระเทพโมลี (2541 : 16-19) ได้กล่าวว่า อุเบกขา คือ อาการที่เห็นเหตุการณ์ตามอาการที่เกิดขึ้น ตามความหมาย หมายถึง การวางตนเป็นกลางไม่เข้าข้างไหน ในคราวที่จะให้ความเป็นธรรมแก่คนทั้ง 2 ฝ่าย ขึ้นไป มีใจยุติธรรม ไม่ลำเอียงด้วยอำนาจอคติ และทำให้ลดทิวฏฐิ คือความเห็นผิด ที่จะไม่ทำให้เกิดพฤติกรรมก้าวร้าวต่อกันได้ โดยที่อุเบกขามีลักษณะตรงกันข้ามกับ ปฏิฆะ และอนุญะ

สมเด็จพระญาณสังวร (2540 : 8 -11) ได้อธิบายถึงลักษณะของอุเบกขาว่า อุเบกขา คือ ภาวะของจิตที่มีอาการเป็นกลาง เห็นเสมอกันในสัตว์บุคคลทั้งหลายในคราวทั้งสอง คือ ในคราวประสบสมบัติและในคราวประสบวิบัติ ไม่ยินดียินร้าย มองเห็นว่าทุก ๆ คนมีกรรมที่ทำไว้เป็นของตน จะมีสุข จะมีทุกข์ จะพ้นจากทุกข์ จะไม่เสื่อมจากสมบัติที่ได้ ก็เพราะมีกรรมจึงวางเฉยได้ คือ วางได้แก่ ไม่ยึดถือไว้ วางลงได้ เฉย คือ ไม่จัดแจงวุ่นวาย ทำให้อยู่กันอย่างสงบไม่ทะเลาะไม่ขัดแย้งกัน ปลดปล่อยให้เป็นไปตามกรรม หรือตามกำหนดของกรรม อุเบกขานี้เป็นพรหมวิหารธรรมอีกข้อหนึ่ง เป็นข้อสุดท้าย

จากความหมายและองค์ประกอบของพรหมวิหารสี่ดังกล่าว สรุปได้ว่า พรหมวิหารสี่ หมายถึงธรรมประจำใจของผู้ประเสริฐ หรือ ผู้มีจิตใจดีงาม มีน้ำใจต่อเพื่อนมนุษย์ ซึ่งเป็นธรรมที่มนุษย์ทุกคนพึงมีเพื่อการดำรงชีวิตร่วมกันอย่างสงบสุข สามารถนำไปใช้ลดพฤติกรรมก้าวร้าวได้ ซึ่งไม่ทำให้ขัดแย้งกันหรือเป็นธรรมที่ควบคุมพฤติกรรมก้าวร้าวที่รุนแรงได้ ซึ่งมี 4 ประการด้วยกัน ได้แก่ เมตตา คือ ความรัก ความปรารถนาดี ต้องการให้บุคคลอื่นพ้นจากความทุกข์ มุทิตา คือ ความเบิกบานพลอยยินดีไปกับความสุขความสำเร็จของบุคคลอื่นอย่างจริงใจ และอุเบกขา คือ ความมีใจเป็นกลาง มองเห็นการที่บุคคลอื่นจะได้รับผลดีผลเสียตามเหตุปัจจัยที่ประกอบไม่เอนเอียงไปด้วยชอบหรือชัง จริยธรรมของบุคคลเป็นสิ่งที่เกิดจากแรงขับพื้นฐานภายในตัวบุคคล และพัฒนาขึ้นตามกฎเกณฑ์และค่านิยมจากการเรียนรู้ทางสังคมของบุคคล โดยจริยธรรมสามารถพัฒนาขึ้นได้ตามอายุ เมื่อมีอายุมากขึ้นก็จะมีจริยธรรมมากขึ้นตามการเรียนรู้ทางสังคมที่มากขึ้นตามลำดับ ซึ่งการที่จะวัดจริยธรรมของบุคคลโดยตรงนั้นกระทำได้ยาก และอาจใช้เวลานาน โคลเบอร์กจึงได้ใช้เหตุผลของบุคคลในการที่เลือกกระทำหรือเลือกที่จะไม่กระทำพฤติกรรมรุนแรงอย่างใดอย่างหนึ่งเป็นสิ่งที่แสดงถึงการมีจริยธรรมของบุคคลนั้น พรหมวิหารสี่เป็นหลักธรรมสำหรับทุกคน ที่จะช่วยให้ดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างประเสริฐ และพิจารณาชีวิตได้อย่างมีเหตุผล จิตใจมักเยือกเย็นสุขุม ลดความก้าวร้าว ลดความรุนแรงในสังคมอันจะนำมาซึ่งความเดือดร้อนในสังคมโลกอีกด้วย

3.3 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับหลักพรหมวิหารสี่

งานวิจัยในประเทศ

จินตนา จินดารัตน์ (2543) การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความคิดวิตกกังวลกับคุณธรรมด้วยพรหมวิหารสี่ ของนิสิตครู และนิสิตและนิสิตแพทย์ ผลการวิจัยพบว่า ในทัศนคติต่อการรับรู้มาตรฐานสังคม นิสิตแพทย์มีทัศนคติเกี่ยวกับคุณธรรมด้าน เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา สูงกว่านิสิตครู อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนคุณธรรมด้าน มุทิตา ไม่แตกต่างกัน

รุ่งโรฬ สิริเวทย์ (2544) การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์กับการปฏิบัติตนอย่างมีพรหมวิหารสี่ของนิสิตคณะศึกษาศาสตร์มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร ผลการวิจัยพบว่า แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์มีความสัมพันธ์ทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับการปฏิบัติตนอย่างมีพรหมวิหารสี่ด้าน เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา และด้านรวม ในกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด กลุ่มนิสิตหญิง กลุ่มนิสิตชั้นปีที่ 4 กลุ่มนิสิตที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง และกลุ่มนิสิตที่ผู้ปกครองมีอาชีพเกษตรกรรม

พูนสิริ เกษสังข์ (2549) การเปรียบเทียบคุณภาพแบบทดสอบวัดจริยธรรมด้านพรหมวิหารสี่ ที่มีรูปแบบการถามต่างกัน ผลการวิจัยพบว่า ความเชื่อมั่นของแบบทดสอบวัดจริยธรรมด้านพรหมวิหารสี่ ระหว่างแบบทดสอบชนิดสถานการณ์ที่เป็นภาษากับชนิดข้อความ มีค่าแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และชนิดสถานการณ์ที่เป็นภาพการ์ตูนกับชนิดข้อความ มีค่าแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนค่าความเชื่อมั่นของแบบทดสอบชนิดสถานการณ์ที่เป็นภาษากับชนิดสถานการณ์ที่เป็นภาพการ์ตูน มีค่าแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

ปัทมาสน์ อมาตยกุล (2543) ผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มต่อบุคลิกภาพด้านคุณธรรมพรหมวิหารสี่ของนิสิตปริญญาตรี ภาควิชาแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ พิษณุโลก ผลการวิจัยพบว่า นิสิตที่ให้การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม มีบุคลิกภาพด้านคุณธรรมพรหมวิหารสี่สูงกว่านิสิตที่ไม่ให้การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

นพรัตน์ นาชาสิงห์ (2551) การศึกษาเปรียบเทียบทักษะทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จังหวัดสุโขทัย ที่มีระดับการให้เหตุผลเชิงจริยธรรมด้านพรหมวิหารสี่ และประสบการณ์ทางสังคมแตกต่างกัน ปริญญานิพนธ์ การวิจัยและสถิติทางการศึกษากรุงเทพมหานคร บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนที่มีประสบการณ์ทางสังคมในระดับสูง มีทักษะทางสังคมสูงกว่านักเรียนที่มีประสบการณ์ทางสังคมในระดับปานกลางอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

4. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมกลุ่ม

4.1 ความหมายของกิจกรรมกลุ่ม

คำว่า "กิจกรรมกลุ่ม" (Group Activity) ได้มีผู้ให้ความหมายไว้ ดังนี้

แฮร์โรลด์ (Harrold. 1952 : 504) ได้ให้ความหมายของกิจกรรมกลุ่มว่าเป็นกระบวนการที่ทำให้ทุกคนมีโอกาสรวมกันเป็นกลุ่มเพื่อแก้ปัญหาหรือกระทำอย่างใดอย่างหนึ่งโดยมีจุดมุ่งหมายที่แน่นอน

โฮลเซน (เขตไทย สินธุสุวรรณ. 2548: 9 ; อ้างอิงจาก Ohlsen. 1970 : 6 – 7) ได้สรุปความหมายของกิจกรรมกลุ่มไว้ 2 ประการคือ

1. กิจกรรมกลุ่มที่มีผู้นำเป็นผู้ให้ข้อมูลรายละเอียดต่างๆ แก่สมาชิก หรือผู้นำอภิปรายเพื่อที่สมาชิกได้บรรลุถึงความมุ่งหมายต่าง ๆ ของกลุ่ม โดยปกติผู้นำในกลุ่มชนิดนี้จะให้ข้อมูลเกี่ยวกับการศึกษา อาชีพ หรือสังคม และส่งเสริมให้สมาชิกในกลุ่มนำข้อมูลเหล่านั้นมาอภิปรายเพื่อประโยชน์สำหรับตน เช่น การปฐมนิเทศ การปัจฉินิเทศ หรือกิจกรรมต่าง ๆ ที่จัดขึ้นในช่วงเริมเป็นต้น ในการทำกิจกรรมกลุ่มแบบนี้ ครูจะเป็นผู้ดำเนินการวางแผนงานกลุ่มให้สมาชิก

2. กิจกรรมกลุ่มต่างๆ ที่สมาชิกเป็นผู้ดำเนินการ คือ นักเรียนได้วางแผนร่วมกันจัดขึ้นเอง เช่น กลุ่มอภิปรายในเรื่องต่าง ๆ ที่นักเรียนสนใจ หรือกิจกรรมเสริมหลักสูตร เป็นต้น

ทองเรียน อมรัชกุล (2541 : 4 – 5) กล่าวว่า ปัจจุบันได้มีผู้นำเอาพลังกลุ่มเป็นเครื่องมือในการทำงาน และดำเนินการต่าง ๆ ในรูปแบบที่แตกต่างกันออกไป เช่น นำไปใช้ในการศึกษาพัฒนาบุคคล การพัฒนาองค์กร การพัฒนาชุมชน การพัฒนากลุ่มทางธุรกิจ และกลุ่มทางการเมือง เป็นต้น โดยมีองค์ประกอบ และกระบวนการที่ไม่เหมือนกันพร้อมทั้งเรียกชื่อต่าง ๆ กันออกไป เช่น กลุ่มเผชิญหน้า (Incounter Group) กลุ่มฝึกอบรม (Training Group) และกลุ่มฝึกความรู้สึก (Sensitivity Group) และเพื่อหลีกเลี่ยงความสับสนในเรื่องความหมายของชื่อกลุ่มจึงได้มีการเสนอว่าให้ใช้คำว่ากิจกรรมกลุ่ม (Group Work) ขึ้น เพื่อให้มีความหมายครอบคลุมกลุ่มต่างๆ ที่นำมาใช้ในการแนะแนวและการบริหาร

คมเพชร จัตรสุกุล (2546 : 16) ให้ความหมายไว้ว่า กิจกรรมกลุ่มหมายถึงการนำเอาประสบการณ์มาวางแผนแลกเปลี่ยนซึ่งกันและกัน เพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงตามที่ต้องการในสมาชิกแต่ละคน และการเปลี่ยนแปลงของกลุ่มโดยส่วนรวม มีการปฏิสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกภายในกลุ่ม ด้วยวิธีการดังกล่าวนี้ประสบการณ์ในกลุ่มจะทำให้เกิดการพัฒนาในตัวบุคคลทุกคน

ทิศนา แคมมณี (2542: 20) กล่าวถึงกลุ่มสัมพันธ์ไว้ว่า เป็นวิทยาการที่ว่าด้วยเรื่องความสัมพันธ์ของคนในกลุ่ม และกระบวนการกลุ่มอย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งครอบคลุมถึง

องค์ประกอบที่สำคัญต่างๆ เกี่ยวกับเรื่องพฤติกรรมมนุษย์ การแก้ปัญหา การตัดสินใจ ตลอดจนการพัฒนาตนเอง

แก้วจิต มากปาน (2540: 47) ได้กล่าวถึงความหมายของกิจกรรมกลุ่มไว้ว่า หมายถึงกระบวนการที่ทำให้บุคคลมีโอกาสมารวมกันเป็นกลุ่ม เพื่อนำเอาประสบการณ์ในด้านต่าง ๆ ของแต่ละคน มาร่วมกันวางแผน และแลกเปลี่ยนประสบการณ์ในด้านต่าง ๆ ของแต่ละคน มาร่วมกันวางแผน และแลกเปลี่ยนประสบการณ์ซึ่งกันและกัน ซึ่งจะทำให้เกิดความร่วมมือในการทำงาน เพื่อแก้ปัญหาต่าง ๆ ตามจุดประสงค์ที่วางไว้ เพื่อก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงที่พึงประสงค์ขึ้น ทั้งในตัวบุคคลและในกลุ่ม

ถวิลวัลย์ อัมรินทร์ (2543 : 18) กล่าวว่ากิจกรรมกลุ่ม หมายถึงการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ ที่ทำให้สมาชิกในกลุ่มได้มีส่วนร่วมในการกระทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งร่วมกันและปฏิสัมพันธ์ที่เกิดขึ้นในกลุ่ม ทำให้สมาชิกแต่ละคนเกิดการเรียนรู้ด้วยตนเอง และสามารถนำประสบการณ์ที่ได้จากกลุ่มไปพัฒนาตนเองในด้านต่าง ๆ ตามจุดมุ่งหมายที่กำหนดไว้

สุพจี เหล่าพานิช (2541:46) ได้ศึกษากิจกรรมกลุ่ม วิธีการหนึ่งที่น่าไปใช้ในการปรับปรุง เปลี่ยนแปลง หรือพัฒนาทัศนคติและพฤติกรรมของบุคคลโดยใช้กิจกรรมต่างๆ จัดให้กลุ่มคนที่มีจุดประสงค์ในการพัฒนาร่วมกัน สมาชิกทุกคนในกลุ่มจะมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม วางแผนงาน เคารพกติกา และร่วมมือในการแก้ปัญหาต่างๆ ประสบการณ์ที่เกิดขึ้นจะทำให้เกิดการพัฒนาในตัวบุคคลและกลุ่ม ตามจุดประสงค์ที่วางไว้

พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา (2542:4) กล่าวว่า กิจกรรมกลุ่มจะเริ่มต้นนับตั้งแต่มีบุคคล 2 คน ขึ้นไป มาทำกิจกรรมร่วมกัน โดยมีวัตถุประสงค์เดียวกัน เมื่อมนุษย์เข้ามารวมกลุ่มกันก็จะเกิดเป็นบทบาทของกลุ่มขึ้นมา ทั้งนี้เพราะกลุ่มมีอิทธิพลอยู่ในตัวของมันเอง อิทธิพลของกลุ่มสามารถที่จะขัดเกลาลักษณะท่าทีของสมาชิกในกลุ่มให้แปรเปลี่ยนไปได้ เราจึงได้เห็นความเคลื่อนไหวเปลี่ยนแปลงสภาพของกลุ่มที่เกิดขึ้นอยู่เสมอ ไม่ว่าจะเป็นไปในทิศทางที่สร้างสรรค์พัฒนา หรือล้าหลังเลวลงก็ตาม ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับปัจจัยหลายประการในกลุ่ม

ภวันนิภา โรจนพันธ์ (2547:37) ได้ศึกษากิจกรรมกลุ่ม การจัดกิจกรรมและการจัดประสบการณ์ต่าง ๆ มาวางแผนแลกเปลี่ยนซึ่งกันและกันระหว่างสมาชิกในกลุ่ม โดยทุกคนได้มีส่วนร่วมลงมือปฏิบัติในการแก้ปัญหาเพื่อให้เกิดการเรียนรู้สิ่งต่าง ๆ ด้วยตนเอง และเกิดทักษะในการมีปฏิสัมพันธ์ต่อกันโดยวิเคราะห์พฤติกรรมของสมาชิกเองและผู้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มเพื่อนำไปประยุกต์ใช้ในการพัฒนาตนเอง

จากความหมายดังกล่าวสรุปได้ว่า กิจกรรมกลุ่มหมายถึง การจัดกิจกรรมและการจัดประสบการณ์ต่าง ๆ มาวางแผนแลกเปลี่ยนซึ่งกันและกันระหว่างสมาชิกในกลุ่ม โดยสมาชิกทุก

คนได้มีส่วนร่วมลงมือปฏิบัติในการแก้ปัญหาเพื่อให้เกิดการเรียนรู้สิ่งต่าง ๆ ด้วยตนเอง และเกิดทักษะในการมีปฏิสัมพันธ์ต่อกัน โดยวิเคราะห์พฤติกรรมของสมาชิกเอง และผู้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม เพื่อนำไปประยุกต์ใช้ในการพัฒนาตนของบุคคลและกลุ่ม

4.2 จุดมุ่งหมายของกิจกรรมกลุ่ม

บัดตัน (Button . 1974 : 1-2) ได้กล่าวว่า กิจกรรมกลุ่ม เป็นสิ่งที่จัดขึ้นโดยมีจุดมุ่งหมายที่จะช่วยส่งเสริมบุคคลให้เติบโตและพัฒนา โดยเฉพาะทักษะด้านสังคมและด้านความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นดังนั้นการจัดกิจกรรมกลุ่ม จึงเป็นการสร้างโอกาสให้บุคคลได้มีโอกาสเรียนรู้เกี่ยวกับการติดต่อสัมพันธ์กับบุคคลอื่น ในบรรยากาศที่ส่งเสริมซึ่งกันและกันโดยใช้เทคนิคต่าง ๆ

เทรกลอร์ และนอร์ท (พวกแก้ว เนตรโอภารักษ์ . 2533 : 25 ; อ้างอิงจาก Traxler and North. 1987 : 320) กล่าวถึงจุดมุ่งหมายของกิจกรรมกลุ่มไว้ ดังนี้

1. เพื่อให้การศึกษาบรมแก่บุคคลที่ยังไม่คุ้นเคยกับสิ่งแวดล้อม
2. เพื่อสร้างเสริมประสบการณ์ที่แตกต่างไปจากประสบการณ์ที่ได้รับได้แก่ การจัดกิจกรรมกลุ่มในโรงเรียน เพื่อพัฒนาประสิทธิภาพในการเล่าเรียน

3. เพื่อเป็นรากฐานในการทำไปสู่การให้คำปรึกษารายบุคคล
4. เพื่อการปรับตัว ไปสู่ความเจริญงอกงามของบุคคลและกลุ่ม

คมเพชร จิตรศุภกุล (2530 : 137 – 140) ยังได้กล่าวถึงจุดมุ่งหมายของกิจกรรมกลุ่มไว้พอสรุปได้ดังนี้

1. เพื่อสร้างความเข้าใจในตนเองอย่างถูกต้อง การอยู่ร่วมกับสมาชิกอื่นในกลุ่ม จะมีส่วนช่วยให้บุคคลเกิดการเรียนรู้ของตนเองได้ดีขึ้น
2. เพื่อสร้างความเข้าใจในบุคคลอื่น เพราะเมื่อสมาชิกในกลุ่ม ได้ทำกิจกรรมกลุ่มร่วมกัน ก็ย่อมจะทำให้รู้จักกันและกันดีขึ้น
3. เพื่อสร้างความสามารถในการทำงานร่วมกันได้ดีขึ้น เกิดประสิทธิภาพในการทำงาน อันจะส่งผลให้เกิดการพัฒนา ในด้านที่สอดคล้องกับจุดมุ่งหมายของการจัดกิจกรรมกลุ่มในครั้งนั้น ๆ

ประนอม เดชชัย (2541 : 101-102) ได้กล่าวถึงจุดมุ่งหมายของกิจกรรมกลุ่มไว้ดังนี้

1. เพื่อให้ผู้เรียนได้เข้าใจธรรมชาติของมนุษย์ คือ ความเข้าใจตนเอง และเข้าใจบุคคลอื่นในกลุ่ม ซึ่งจะทำให้บุคคลปรับตัวเองเข้ากับบุคคลในกลุ่มได้ เกิดการเรียนรู้เรื่องของตนเองดีขึ้น เช่น รู้ข้อบกพร่องของตนเอง หรือรู้ว่าตนเองเป็นอย่างไร เมื่อเปรียบเทียบกับบุคคลในกลุ่ม เกิดความเข้าใจบุคคลในกลุ่ม โดยที่สมาชิกในกลุ่มได้ทำกิจกรรมร่วมกัน ย่อมทำให้เกิดการเรียนรู้ และรู้จักซึ่งกันและกันดี ทราบข้อดีและข้อเสีย ข้อบกพร่องทั้งของตนและของคนอื่น อันจะเป็นแนวทาง

ให้เกิดความรู้สึกเห็นอกเห็นใจกัน คิดช่วยเหลือกัน ตลอดจนการปรับตัวเข้าหากันด้วย

2. เพื่อให้ผู้เรียนเข้าใจกระบวนการทำงานหรือแก้ปัญหาต่างๆ ร่วมกัน ประสบการณ์ที่จัดในกิจกรรมกลุ่ม จะช่วยให้สมาชิกได้เรียนรู้วิธีการทำงานร่วมกัน เพราะไม่มีมนุษยชนใดอยู่คนเดียวได้โดยไม่ต้องพึ่งพาอาศัยกัน ฉะนั้น การฝึกกิจกรรมกลุ่มในการเรียนการสอน จะช่วยฝึกให้บุคคลเข้าใจเกี่ยวกับกระบวนการทำงาน และร่วมมือกันแก้ปัญหา

3. เพื่อให้ผู้เรียนฝึกความรู้สึกทางด้านคุณธรรมและจริยธรรมในระหว่างร่วมกิจกรรมกลุ่ม เช่น ความรู้สึกอดทน ฝึกการยอมรับความคิดเห็นของส่วนรวม เป็นต้น สิ่งที่ได้มาจากกิจกรรมกลุ่มนี้จะช่วยพัฒนาบุคคลและสังคมต่อไป

เบนเนทท์ (แก้วจิต มากปาน. 2540 : 47 ; อ้างอิงจาก Bennett. 1963) ได้สรุปจุดมุ่งหมายทั่วไปของกิจกรรมกลุ่มไว้ดังนี้

1. เป็นการเปิดโอกาสให้สมาชิกของกลุ่มได้เรียนรู้ทางด้านการศึกษา อาชีพสังคม และส่วนตัว จากการเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ที่โรงเรียนจัดขึ้น

2. ก่อให้เกิดผลทางการบำบัดรักษา จากการที่ได้มีโอกาสปลดปล่อยความตึงเครียดทางอารมณ์ได้มีความเข้าใจและได้ข้อคิดในปัญหาต่าง ๆ ของบุคคลมากขึ้น

3. ช่วยให้ผู้คลุทราบถึงจุดมุ่งหมายของการแนะแนวอย่างประหยัดและมีประสิทธิภาพมากกว่าวิธีการเป็นรายบุคคล

4. ช่วยให้การให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลมีประสิทธิภาพมากขึ้นเพราะกลุ่มช่วยให้เข้าใจภูมิหลัง และลักษณะทั่วไปของปัญหาต่าง ๆ

สรุปได้ว่า จุดมุ่งหมายของกิจกรรมกลุ่ม คือ เพื่อให้บุคคลได้มีโอกาสที่จะปรับปรุง ส่งเสริมและพัฒนาตนในด้านการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นพัฒนาทักษะทางสังคม และเข้าใจตนเอง เปลี่ยนแปลงพฤติกรรมตลอดจนความคิดเห็นต่าง ๆ และสามารถทำความเข้าใจเกี่ยวกับตนเองและผู้อื่น พร้อมทั้งพัฒนาคุณธรรมและจริยธรรม ตลอดจนสามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นเพื่อให้สามารถปรับตัวอยู่ในสังคมได้อย่างปกติสุข

4.3 คุณค่าของกิจกรรมกลุ่ม

โรเจอร์ (Rogers. 1970 :121 – 122) ได้กล่าวถึงผลการศึกษาวิจัยกับบิบ (Gibb) ที่พบว่า การเข้าร่วมกลุ่มจะส่งผลส่งเสริมทางด้านจิตวิทยา กล่าวคือ จะมีการเปลี่ยนแปลงทางด้านการรับรู้ทางความรู้สึก มีการตระหนักถึงความรู้สึกของตนเองและผู้อื่นมากขึ้น ตลอดจนเปิดเผยความรู้สึก มีความจริงใจอย่างเป็นธรรมชาติ มีการเปลี่ยนแปลงทางความสามารถในการควบคุมความรู้สึกต่าง ๆ ของตนเอง มีการแสดงพฤติกรรมที่ตรงกับความรู้สึกของตน มีแนวทางในการสร้างแรงจูงใจ หมายถึง การเข้าใจตนเอง การรู้จักตัดสินใจด้วยตนเอง มีการเปลี่ยนแปลงทางด้านทัศนคติทั้งต่อตนเองและ

ผู้อื่น หมายความว่า บุคคลยอมรับตนเอง พัฒนาในเรื่องคุณค่าของตนเอง เข้าใจตนเองและมีความมั่นคงยิ่งขึ้นในด้านทัศนคติที่ดีต่อผู้อื่น ได้แก่การใช้เวลาน้อยลง มีการยอมรับผู้อื่นมากขึ้น ลดการสั่งสอนและควบคุมผู้อื่นมีส่วนร่วมในกิจกรรมมากขึ้นและมีความรู้สึกพึงพากันและกัน เชื่อในความสามารถของบุคคล มีการแก้ปัญหาโดยการทำงานเป็นกลุ่ม และเป็นสมาชิกที่ดีของกลุ่ม

เดวิด ดับเบิลยู จอห์นสัน และแฟรงก์ พี จอห์นสัน (David W. Johnson and Frank P. Johnson. 1993) ได้กล่าวถึงประโยชน์ของกิจกรรมกลุ่มไว้ว่า

1. ผลผลิตจากกลุ่มสูงกว่าผลผลิตที่เกิดจากการทำงานคนเดียว
2. กลุ่มช่วยในการตัดสินใจและแก้ปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพ
3. กลุ่มช่วยให้เห็นคุณค่าของการเอื้อเฟื้อ มีน้ำใจ การตัดสินใจ และรับผิดชอบ

ต่อส่วนรวม

4. กลุ่มช่วยสร้างอารมณ์ที่ส่งเสริมคุณภาพชีวิต เช่น มิตรภาพ รัก สนุกสนาน และประสบผลสำเร็จ

5. กลุ่มจะช่วยให้บุคคลรู้ถึงเอกลักษณ์แห่งตน มีความเชื่อมั่นในตนเอง และรับรู้ถึงภาระทางสังคมที่ต้องรับผิดชอบ

6. กลุ่มช่วยพัฒนาการสื่อสารที่ดีเพื่อการอยู่ร่วมกับผู้อื่น

คมเพชร ฉัตรสุมาลย์ (2530 : 15 – 19) ได้กล่าวถึงคุณค่าของกิจกรรมกลุ่มไว้ดังนี้คือ

1. คุณค่าในด้านการพัฒนาการ (Developmental Values) ได้แก่ การสนองความต้องการพื้นฐานของบุคคล การสร้างพัฒนาการทางด้านอารมณ์และสังคม การพัฒนาการด้านทัศนคติ ความสามารถและปฏิตวิสัยทางสังคม คุณค่าด้านอาชีพ ตลอดจนความเจริญงอกงามด้านความรู้และทักษะ

2. คุณค่าในด้านการวินิจฉัย (Diagnostic Values) สำหรับผู้นำกลุ่ม เมื่อมีการทำกิจกรรมกลุ่ม จะทำให้มีโอกาสที่จะสังเกตสมาชิกในกลุ่มแต่ละคน ทำให้ได้รับความเข้าใจเป็นอย่างดีในตัวผู้เรียน

3. คุณค่าในการบำบัด (Therapeutic Values) ในการรวมกลุ่มของบุคคลนั้น จะมีคุณค่าต่อการบำบัดได้เป็นอย่างดี ในโรงพยาบาล คลินิก จะนำวิธีการทางกลุ่มไปใช้ในการรักษาคนไข้ โดยทำการบำบัดทางจิตวิทยากับคนไข้เป็นกลุ่ม (Group Psychotherapy) สำหรับในโรงเรียน ผู้เรียนที่มีปัญหาล้ายคลึงกัน อาจได้รับการช่วยเหลือโดยการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม (Group Counseling) แต่สำหรับผู้เรียนที่มีปัญหาเพียงเล็กน้อย จะได้รับประโยชน์จากการร่วมกิจกรรมกลุ่ม เช่น การแก้ปัญหาทางอารมณ์ การพัฒนานิสัยของตนเอง เป็นต้น

4. คุณค่าต่อโรงเรียนและชุมชน (Values to the School and Community) การเข้าร่วมกลุ่ม จะช่วยให้ผู้เรียนมีโอกาสในการพัฒนาตนเองในด้านต่าง ๆ ทำให้เป็นบุคคลที่มีความสามารถ มีคุณค่า สร้างประโยชน์ให้แก่โรงเรียนและชุมชนได้ นอกจากนี้ยังเกิดคุณค่าแก่สมาชิกในกลุ่มอีกมากมาย เพราะในขณะที่ดำเนินกิจกรรมกลุ่มนั้น สมาชิกจะได้รับการตอบสนองทั้งทางร่างกายและจิตใจอย่างสมดุล มีโอกาสเรียนรู้เรื่องการปฏิบัติตนในสังคม และในขณะเดียวกันยังได้เรียนรู้เรื่องการควบคุมการแสดงออกทางอารมณ์ด้วย นอกจากนั้นสมาชิกในกลุ่มยังเกิดความรู้สึกภูมิใจทางด้านความรู้ ความสามารถบางประการ เช่น การทำงานร่วมกันเป็นหมู่คณะ การเป็นสมาชิกที่ดี เป็นต้น

รัชนี เหล่าเรืองธนา (2542:81) ได้ศึกษากิจกรรมกลุ่ม มีคุณค่าและประโยชน์ต่อผู้เข้าร่วมกิจกรรมอย่างมาก จะเห็นได้ว่ากิจกรรมกลุ่มสามารถตอบสนองความต้องการพื้นฐานของบุคคลและเป็นพื้นฐานความเข้าใจเบื้องต้นของการอยู่ร่วมกัน ก่อให้เกิดพัฒนาการทางด้านต่างๆ ของบุคคล นอกจากนี้ยังใช้กิจกรรมกลุ่มในด้านบำบัดรักษาและการวินิจัยอีกด้วย

จินดารัตน์ ปิรมณี (2545:20-24) ได้ศึกษากิจกรรมกลุ่ม สามารถช่วยให้สมาชิกได้พัฒนาตนเองในด้านอารมณ์ สังคม และรู้จักควบคุมตนเอง นอกจากนี้ยังสามารถรับผิดชอบตนเอง และมีทัศนคติที่ดีต่อบุคคลอื่น เพื่อเป็นการเสริมสร้างความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลได้ดี

จากคุณค่าของกิจกรรมกลุ่มดังกล่าวสรุปได้ว่า กิจกรรมกลุ่มนั้น มีคุณค่ามากมายและมีประโยชน์กับสมาชิกโดยตรงสมาชิกได้เรียนรู้เกี่ยวกับตนเอง ค้นพบตนเอง เกิดความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง มีวินัย อดทน เข้าใจตนเอง มีทักษะในด้านต่าง ๆ ซึ่งจะทำให้บุคคลได้พัฒนาตนเอง ยอมรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่นเรียนรู้ที่จะเป็นสมาชิกที่ดีในกลุ่มพร้อมทั้งใช้ความสามารถของตนมาปรับปรุงแก้ไขเพื่อจะพัฒนาตนให้เหมาะสมและอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

4.4 ขนาดของกลุ่ม

ได้มีผู้ให้ความคิดเห็นเกี่ยวกับขนาดของกลุ่มแตกต่างกันออกไปดังนี้

อ็อตตาเวย์ (Ottaway. 1966 : 7) กล่าวว่า กลุ่มควรมีขนาดเล็ก เพราะจะช่วยให้สมาชิกมีโอกาสแสดงออกอย่างเป็นอิสระได้อย่างทั่วถึงกัน โดยสมาชิกไม่ต้องใช้เสียงดังมากนักทุกคนในกลุ่มจะได้ยินเสียงอย่างทั่วถึง ดังนั้นกลุ่มควรมีขนาดอย่างมากที่สุด 12 คน หรือถ้ามากกว่านั้นไม่ควรเกิน 15 คน ส่วนขนาดของกลุ่มที่เหมาะสมที่สุดนั้นควรมีสมาชิก 9-10 คน จึงจะทำให้บังเกิดผลดีที่สุด

ชอร์ (จักรวาล ภูพันธ์. 2547 : 17 ; อ้างอิงจาก Shaw. 1981 : 3) กล่าวว่ากลุ่มย่อยควรมีสมาชิก 10 คน เป็นอย่างมาก ถ้าจำนวนสมาชิก 30 คน ก็จัดเป็นกลุ่มใหญ่ แต่ก็อาจแบ่งเป็นกลุ่มย่อยได้ และความเห็นว่า จำนวนสมาชิกมิใช่ปัญหาสำคัญ แต่องค์ประกอบอื่นๆ ซึ่ง

ได้แก่ ความสัมพันธ์ของสมาชิก และการร่วมมือในการทำงานของสมาชิก จะมีความสำคัญต่อการทำงานของกลุ่มมากกว่า

จำเนียร ชวงโชติ (2541 : 5) กล่าวว่า ในวงการศึกษานักจิตวิทยามักจะศึกษากลุ่มขนาดเล็ก ซึ่งมีสมาชิกไม่เกิน 15 คน เพราะจะทำให้สมาชิกของกลุ่มมีความสัมพันธ์กันอย่างใกล้ชิด และในด้านการเรียนรู้ ก็จะมีการเรียนรู้ที่ได้ผลดีกว่ากลุ่มขนาดใหญ่

คมเพชร จัตรศุภกุล (2530 : 36) ได้กล่าวว่า ขนาดของกลุ่มอาจจะเป็นปัจจัยที่สำคัญประการหนึ่ง ในการพิจารณาธรรมชาติของปฏิสัมพันธ์ของกลุ่ม กลุ่มที่มีขนาดแตกต่างกันจะทำให้เห็นรูปแบบการปฏิสัมพันธ์แตกต่างกันไปด้วย ในกลุ่มที่มีสมาชิกมากเกินไปความจำเป็นสมาชิกจะต้องทำงานซ้ำซ้อนกัน บางคนคาดหวังว่าจะได้รับผลตอบแทนทั้งหมด ในขณะที่คนอื่นรู้สึกคับข้องใจที่ไม่มียานทำ ไม่มีโอกาสได้ใช้ทักษะที่ตนเองมีอยู่ ขนาดของกลุ่มไม่ควรเกิน 15 คน จะใหญ่เท่าใด (เกิน 15 คน) ย่อมขึ้นอยู่กับความจำเป็นของสถานการณ์ จุดมุ่งหมายของกลุ่ม แหล่งที่จะให้ความช่วยเหลือในกลุ่ม และระดับวุฒิภาวะของบุคคลในกลุ่ม

ทศนา เขมมณี (2545:153-154) ได้กล่าวถึงวัตถุประสงค์หลักของการแบ่งกลุ่มว่าเป็นการแบ่งกลุ่มใหญ่ออกเป็นกลุ่มย่อย ๆ เพื่อให้ นักเรียนทุกคนมีโอกาสร่วมกิจกรรมอย่างทั่วถึง และช่วยให้นักเรียนได้มีประสบการณ์เพื่อให้เกิดความรู้และความคิดต่อไป

หลักในการแบ่งกลุ่ม

1. ขนาดของกลุ่มย่อย ขนาดของกลุ่มย่อยจะเป็นเท่าใดนั้นขึ้นอยู่กับลักษณะและวัตถุประสงค์ของกิจกรรม เช่น กิจกรรมบางประเภทต้องการกลุ่มขนาดเล็ก บางกิจกรรมต้องการกลุ่มขนาดใหญ่ บางกิจกรรมยืดหยุ่นขนาดของกลุ่มได้ กลุ่มขนาดเล็กมักจะประกอบด้วยสมาชิกประมาณ 2-5 คน ขนาดใหญ่ประมาณ 10-20 คน แต่ขนาดที่เป็นที่นิยมกันคือ ขนาด 6-8 คน

2. ลักษณะของสมาชิกในกลุ่ม การที่ครูจะตัดสินใจว่ากลุ่มแต่ละกลุ่มควรประกอบไปด้วยใครบ้างนั้น ครูควรพิจารณาจากวัตถุประสงค์เป็นสำคัญ ตัวอย่างเช่น

2.1 แบ่งสมาชิกกลุ่มตามเพศ โดยทั่วไปครูควรแบ่งกลุ่มโดยจัดให้มีเพศชายและหญิงคละกันไปเพราะกลุ่มลักษณะนี้เป็นกลุ่มที่ธรรมชาติที่สุด แต่อย่างไรก็ตาม หากครูมีวัตถุประสงค์เฉพาะเช่นครูต้องการให้นักเรียนเห็นความแตกต่างระหว่างทรรณะของหญิงกับชาย ครูก็สามารถแบ่งกลุ่มให้เพศชายและหญิงแยกกันไปก็ได้

2.2 แบ่งสมาชิกกลุ่มตามความสามารถ โดยทั่วไปครูควรแบ่งกลุ่มโดยให้กลุ่มมีนักเรียนที่มีความสามารถแตกต่างกัน คละกันไป เพราะกลุ่มลักษณะนี้เป็นกลุ่มที่ธรรมชาติที่สุด แต่อย่างไรก็ตาม หากครูมีวัตถุประสงค์เฉพาะ เช่น ครูต้องการจะชี้ให้นักเรียนเห็นปัญหาของการทำงานระหว่างกลุ่มที่มีความสามารถสูงและต่ำ ครูก็สามารถแบ่งกลุ่มตามความสามารถของนักเรียนได้

2.3 แบ่งสมาชิกกลุ่มตามความถนัด เช่น แบ่งกลุ่มเอาผู้ถนัดในเรื่องเดียวกันไว้ด้วยกัน เช่น กลุ่มที่มีความถนัดทางด้านดนตรี ศิลปะ คณิตศาสตร์ ภาษาไทย เป็นต้น ครูสามารถทำได้ หากครูมีวัตถุประสงค์เฉพาะที่ทำให้จำเป็นต้องแบ่งเช่นนั้น แต่โดยทั่วไปแล้วครูควรแบ่งกลุ่มให้คละกันไป เพื่อให้แต่ละกลุ่มมีทรัพยากรที่หลากหลายแตกต่างกัน

2.4 แบ่งกลุ่มตามความสมัครใจ คือ ให้สมาชิกกลุ่มเลือกจับกลุ่มกับบุคคลที่ตนเองพึงพอใจ ซึ่งครูสามารถทำได้เป็นบางครั้ง แต่ไม่ควรทำบ่อย ๆ เพราะจะทำให้นักเรียนขาดประสบการณ์ในการเข้ากลุ่มกับบุคคลที่ต่างๆ กันออกไป

2.5 แบ่งกลุ่มอย่างเฉพาะเจาะจง คือการจงใจให้สมาชิกกลุ่มบางคนอยู่ด้วยกันในกลุ่มเดียวกัน เพื่อการเรียนรู้การแก้ปัญหา หรือการปรับตัวเข้าหากัน

2.6 แบ่งกลุ่มตามการสุ่ม คือการไม่เจาะจงว่าใครจะอยู่กับใคร ให้เป็นไปตามการสุ่มซึ่งอาจใช้วิธีจับฉลากหรือวิธีอื่นๆ ก็ได้

2.7 แบ่งกลุ่มตามประสบการณ์ คือการรวมสมาชิกที่มีประสบการณ์คล้ายคลึงกันเข้าในกลุ่มเดียวกัน เพื่อประโยชน์ในการวิเคราะห์ปัญหาหรือแก้ปัญหาใดปัญหาหนึ่งแต่โดยทั่วไปแล้ว การแบ่งกลุ่มโดยให้มีสมาชิกกลุ่มที่มีประสบการณ์แตกต่างกันออกไป จะช่วยให้กลุ่มได้แก่งคิดและข้อความรู้ที่กว้างขวางขึ้น

นอกจากที่กล่าวแล้วยังมีการแบ่งกลุ่มโดยพิจารณาถึงปัจจัยอื่นๆ อีกมากมาย เช่น การแบ่งตามวัย คุณวุฒิอาชีพฯ ซึ่งคงไม่จำเป็นในการนำมาใช้ในกรณีที่กลุ่มเป็นนักเรียนชั้นเดียวกัน

จากขนาดของกลุ่มดังกล่าวสรุปได้ว่า ขนาดที่เหมาะสมในการทำกิจกรรมกลุ่ม ควรเป็นที่มีขนาดเล็ก ตั้งแต่ 6-12 คน และมากที่สุดไม่ควรเกิน 15 คน เพราะถ้าจำนวนสมาชิกมากเกินไป จะมีผลเสียต่อความสัมพันธ์และความร่วมมือในการทำงานของสมาชิก

4.5 กิจกรรมที่ใช้ในกิจกรรมกลุ่ม

ทิศนา ขัมมณี (2536 : 27-28) ได้กล่าวว่าการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน ให้สอดคล้องกับหลักสูตรการเรียนรู้ และการสอนของกลุ่มสัมพันธ์ มีอยู่หลายวิธี ดังนี้

1. เกม (Game) เป็นวิธีการหนึ่งซึ่งสามารถนำไปใช้การสอนได้อย่างดี โดยครูผู้สอนสร้างสถานการณ์สมมติขึ้น ให้ผู้เรียนลงเล่นด้วยตนเองภายใต้ข้อตกลงหรือกติกาบางอย่างที่กำหนดให้ ซึ่งผู้เรียนจะต้องตัดสินใจทำอย่างหนึ่ง อันจะมีผลออกมาในรูปของการแพ้ การชนะวิธีการจะช่วยให้ผู้เรียนเกิดความสนุกสนานไปด้วย

2. บทบาทสมมติ (Role - Play) เป็นวิธีการหนึ่งที่ได้รับคามนิยมในการนำมาใช้ในการสอน วิธีนี้มีลักษณะเป็นสถานการณ์สมมติ เช่นเดียวกับเกม แต่มีการกำหนดบทบาทของผู้เล่น ในสถานการณ์ที่เกิดขึ้นมานั้น แล้วให้ผู้เรียนสวมบทบาทนั้น และแสดงออกตามธรรมชาติ

โดยอาศัยบุคลิกภาพ ประสบการณ์และความรู้สึกนึกคิด ของตนเป็นหลัก ดังนั้นวิธีการนี้จึงมีส่วนช่วยให้ผู้เรียนได้มีโอกาสศึกษา และวิเคราะห์ถึงความรู้สึก และพฤติกรรมของตนเองอย่างลึกซึ้ง และยังช่วยส่งเสริมบรรยากาศการเรียนรู้ที่น่าสนใจ และน่าติดตามอีกด้วย

3. กรณีตัวอย่าง (Case) เป็นวิธีการสอนอีกวิธีหนึ่งซึ่งในกรณีหรือเรื่องราวต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นจริง ๆ นำมาดัดแปลง และใช้เป็นตัวอย่างในการให้ผู้เรียนได้ศึกษาและวิเคราะห์และอภิปรายกัน เพื่อสร้างความเข้าใจ และฝึกฝนหาทางแก้ปัญหาที่นั้น วิธีการนี้จะช่วยให้ผู้เรียนได้รู้จักคิด และพิจารณาข้อมูล ที่ตนเองได้รับอย่างถี่ถ้วน และการอภิปรายจะช่วยให้ผู้เรียนได้มีโอกาสแลกเปลี่ยนข้อมูลซึ่งกันและกัน รวมทั้งการนำเอากรณีต่าง ๆ ซึ่งคล้ายคลึงกับชีวิตจริงมาใช้ จะช่วยให้การเรียนรู้มีลักษณะใกล้เคียงกับความเป็นจริง ซึ่งมีผลทำให้การเรียนรู้มีความหมาย สำหรับผู้เรียนรู้อย่างยิ่งขึ้น

4. สถานการณ์จำลอง (Simulation) คือการจำลองสถานการณ์จริงหรือสร้างสถานการณ์ให้ใกล้เคียงกับความเป็นจริง แล้วให้ผู้เรียนลงไปอยู่ในสถานการณ์นั้นและมีปฏิริยาโต้ตอบกันวิธีการนี้ จะช่วยให้ผู้เรียนได้มีโอกาสทดลองแสดงพฤติกรรมต่าง ๆ ซึ่งในสถานการณ์จริงผู้เรียนอาจไม่กล้าแสดง เพราะเป็นการเสี่ยงต่อผลที่ได้รับจนเกินไป

5. ละคร (Acting or Dramatization) คือ วิธีการที่ให้ผู้เรียนได้ทดลองแสดงบทบาทที่เขียนหรือกำหนดไว้ให้ โดยผู้แสดงจะต้องพยายามแสดงให้สมบทบาทที่กำหนดไว้ โดยไม่นำเอาบุคลิกภาพ และความรู้สึกนึกคิดของตนเข้าไปมีส่วนเกี่ยวข้อง อันจะมีผลให้เกิดผลเสียต่อการแสดงบทบาทนั้น ๆ วิธีการนี้จะป็นวิธีที่ช่วยให้ผู้เรียนได้มีประสบการณ์ในการที่จะเข้าใจในความรู้สึก เหตุผลและพฤติกรรมของผู้อื่น ซึ่งความเข้าใจนี้มีผลช่วยเสริมสร้างความเห็นอกเห็นใจกัน นอกจากนั้นการที่ผู้เรียนได้มีโอกาสแสดงละครร่วมกัน จะช่วยฝึกให้ผู้เรียนเกิดความรับผิดชอบ ในการเรียนรู้ร่วมกัน และได้ฝึกการทำงานร่วมกันด้วย

6. กลุ่มย่อย (Small Group) วิธีการใช้กลุ่มย่อยในการสอนนี้ เป็นวิธีการที่ใช้กันมานานแล้ว อาจจะเป็นเพราะเล็งเห็นแล้วว่า เป็นประโยชน์ในการเรียนของผู้เรียน กลุ่มย่อยเปิดโอกาสให้ผู้เรียนทุกคนได้มีส่วนร่วมในการแสดงออกและช่วยให้ผู้เรียนได้มีข้อมูลเพิ่มเติมมากขึ้นการใช้กลุ่มย่อยจะหลายวิธีต่าง ๆ กันไป

4.6 ลำดับขั้นของกิจกรรมกลุ่ม

วีณา วโรตมะวิชญ์ (2540 : 253) กล่าวถึง ลำดับขั้นของการเรียนการสอนโดยใช้กิจกรรมกลุ่มไว้ ดังนี้

1. ขั้นลงมือปฏิบัติ เป็นขั้นที่สมาชิกทุกคน มีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม
2. ขั้นค้นพบ เมื่อนักเรียนได้มีส่วนร่วม โดยมีการลงมือปฏิบัติด้วยตนเองแล้ว เขาจะเกิดความรู้สึก และเกิดความเข้าใจในตนเอง อันจะนำไปสู่การค้นพบสิ่งที่เรียนรู้ด้วยตนเอง

3. **ขั้นวิเคราะห์** เป็นขั้นที่สำคัญที่สุด เป็นขั้นที่ผู้เรียนได้วิเคราะห์ถึงสิ่งที่ได้กระทำลงไป โดยครูจะตั้งคำถามว่า อะไร ทำไม และอย่างไร เพื่อผู้เรียนสามารถรวบรวมสิ่งต่าง ๆ ทั้งด้านความรู้ และการมีส่วนร่วมทางอารมณ์ ไว้รวมกันเป็นจุดเดียว

4. **ขั้นนำไปใช้** หรือประยุกต์ใช้กับตนเองและผู้อื่น เป็นขั้นที่ผู้เรียนได้ก้าวหน้าไปอีกขั้นหนึ่ง คือ สามารถเชื่อมโยงสิ่งที่ได้เรียนรู้กับตนเองและผู้อื่นได้

ประนอม เดชชัย (2541 : 103) กล่าวว่า การดำเนินงานของกลุ่มไม่ว่าจะเป็นกลุ่มในลักษณะใด จะมีกระบวนการดำเนินงาน เป็นขั้นตอนดังนี้

1. **ขั้นรวมกลุ่ม (Forming Stage)** เป็นขั้นแรกที่สมาชิกของกลุ่มมารวมกัน ถ้าไม่รู้จักดีพอ ทุกคนจะสงวนท่าทีไม่ค่อยแสดงออกในระยะนี้ จึงเป็นหน้าที่ของผู้สอนที่จะต้องประสานงานให้สมาชิกในกลุ่มรู้จักและคุ้นเคยกันก่อน เช่น อาจมีการแนะนำตัว เป็นต้น

2. **ขั้นกำหนดจุดมุ่งหมายของกลุ่ม (Normal Stage)** เมื่อสมาชิกภายในกลุ่มรู้จักกันดีแล้ว กลุ่มจะเริ่มคิดถึงเป้าหมายของกลุ่ม และภารกิจของกลุ่มที่จะต้องรับผิดชอบ ในขั้นนี้ผู้สอนจะมีบทบาทร่วมกับผู้เรียน ในการกำหนดเป้าหมาย และการเรียนรู้กิจกรรมที่สมาชิกของกลุ่มจะทำงานร่วมกัน

3. **ขั้นระดมความคิด (Storming Stage)** เป็นขั้นที่บรรยากาศของการทำงานเริ่มจริงจังมากขึ้น สมาชิกภายในกลุ่มพยายามกำหนดร่างกฎเกณฑ์ และระเบียบของกลุ่ม ในขั้นนี้ผู้สอนอาจมี 2 บทบาท คือ ปล่อยให้ผู้เรียนดำเนินการโดยลำพัง หรือเข้าร่วมในฐานะเป็นสมาชิกคนหนึ่งของกลุ่ม

4. **ขั้นกระชับความสัมพันธ์ (Reforming Stage)** เป็นขั้นที่กลุ่มรู้จักคุ้นเคย และเข้าใจบทบาท ของตนเองเป็นอย่างดี จึงทำให้การดำเนินงานของกลุ่มเป็นอย่างดี

5. **ขั้นสลายตัว (Disbanding Stage)** เป็นขั้นสุดท้ายเมื่อสมาชิกของกลุ่ม ได้ร่วมมือกันดำเนินการตามภารกิจที่ได้รับมอบหมายจนบรรลุเป้าหมายแล้ว ภารกิจของกลุ่มเริ่มลดลงไปด้วย ทำให้กลุ่มเริ่มสลายตัว ในขั้นนี้ผู้สอนจะมีบทบาทในการทบทวนการดำเนินงานของกลุ่มที่ผ่านมา เพื่อทำการสรุปผล และเสนอแนะแนวทางในการนำผลไปใช้หรือนำไปศึกษาค้นคว้าต่อไป

นอกจากนี้ ทิศนา แคมมณี (2546:32) ยังได้กล่าวว่า หลักการเรียนรู้เรื่องกลุ่มสัมพันธ์ จะจัดเป็นขั้นตอนการสอนไว้ 4 ขั้น คือ ขั้นนำ ขั้นกิจกรรม ขั้นอภิปราย ขั้นสรุป และนำไปใช้

เยาวพา เดชะคุปต์ (2545: 163-166) ได้แบ่งลำดับขั้นตอนการเรียนรู้ตามทฤษฎีกระบวนการกลุ่มออกเป็น 4 ระยะ ดังนี้

1. ระยะเวลาที่มีส่วนร่วม เป็นระยะที่ผู้เรียนลงมือปฏิบัติกิจกรรมหรือคิดค้นแสวงหาสิ่งที่ต้องการเรียนรู้ด้วยตนเอง ผลจากการเรียนรู้จะเกิดจากผู้เรียนโดยตรง การมีส่วนร่วมของผู้เรียนในการทำกิจกรรมจะเป็นการมีส่วนร่วมในทุก ๆ ด้าน

2. ระยะเวลาวิเคราะห์ เป็นระยะที่ผู้เรียนจะร่วมกันวิเคราะห์ประสบการณ์เรียนรู้ทันทีหลังจากที่ลงมือกระทำกิจกรรม จะช่วยให้ผู้เรียนมีความรู้กว้างขวาง สามารถประเมินความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในกลุ่ม วิธีการเรียน ตลอดจนช่วยให้ผู้เรียนรู้จักตนเองดียิ่งขึ้น

3. ระยะเวลาสรุปและประยุกต์หลักการ เป็นระยะที่ผู้เรียนจะรวบรวมแนวคิดที่ค้นพบแนวคิดที่ได้จากการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับผู้อื่น แล้วสรุปเป็นหลักการของตนเองซึ่งผู้เรียนสามารถนำหลักการของตนเองไปประยุกต์ใช้ในอนาคต หรือประยุกต์ให้เข้ากับตนเองได้การประยุกต์นั้นจะกระทำได้ 2 ลักษณะ คือ

3.1 การประยุกต์เพื่อปรับปรุงบุคลิกภาพหรือการพัฒนาตนเองให้เหมาะสมยิ่งขึ้น รวมทั้งการปรับตัวให้เข้ากับบุคคลอื่น ตลอดจนเสริมสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น

3.2 ประยุกต์เพื่อใช้ในการแก้ปัญหาต่างๆ ในอนาคต และเพื่อใช้ในการปรับปรุงแก้ไขให้ดีขึ้นกว่าเดิม ตลอดจนช่วยในการคิดค้นและประดิษฐ์สิ่งใหม่ ๆ

4. ระยะเวลาประเมินผล โดยผู้เรียนจะเป็นผู้ประเมินผลการเรียนของตนเองและกลุ่มจากการอภิปรายให้ข้อเสนอแนะและติชมร่วมกับสมาชิกคนอื่น ๆ ในกลุ่ม

4.7 เวลาและจำนวนครั้งในการเข้ากลุ่ม

การเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มควรจัดสัปดาห์ละ 2 ครั้ง แต่ถ้าเวลาในการจัดเข้าร่วมกิจกรรมมีน้อยอาจจัดสัปดาห์ละ 3 ครั้ง (จักรวาล ภูวนันท์, 2547: 27 ; อ้างอิงจาก Patterson, 1973) ในการกำหนดระยะเวลาของการเข้ากลุ่มนั้นขึ้นอยู่กับเป้าหมายของกลุ่มและธรรมชาติ ของสมาชิกกลุ่มหากจัดกับสถาบันการศึกษาจำเป็นต้องพิจารณาถึงการจัดเวลาเรียน(คมเพชร จัตรศุภกุล, 2540 : 26)

สำหรับจำนวนครั้งในการเข้ากลุ่มขึ้นอยู่กับเป้าหมายของกลุ่ม แต่อย่างน้อยที่สุดควรจะทำให้เข้ากลุ่มไม่น้อยกว่า 8 ครั้ง ถ้ามากกว่านี้ได้ก็ยิ่งเป็นการดี (จักรวาล ภูวนันท์, 2547 : 27 ; อ้างอิงจาก Trotzer, 1977)

แพทเทอร์สัน (โสภภาพรรณ อักณราศิริะโรจน์, 2545:24; อ้างอิงจาก Patterson, 1973) ได้กล่าวโดยสรุปว่า การทำให้กิจกรรมเป็นกลุ่มควรจัดสัปดาห์ละ 2 ครั้ง แต่ถ้าเวลาในการเข้าร่วมกิจกรรมมีน้อยอาจจะจัดสัปดาห์ละ 3 ครั้ง ช่วงเวลาในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสำหรับเด็กประถมศึกษาควรใช้เวลาไม่เกิน 1 ชั่วโมง เพราะเด็กอาจเกิดความเบื่อหน่ายได้

ทรอสเซอร์ (โสภภาพรรณ อักณราศิริะโรจน์, 2545: 24; อ้างอิงจาก Trotzer, 1977.) ให้ความเห็นว่าการกำหนดระยะเวลาและความถี่ในการเข้าร่วมประชุม นั้น หากจัดกิจกรรมกับ

สถานศึกษา จำเป็นต้องพิจารณาถึงเวลาของสถานศึกษานั้นด้วย เช่น บางโรงเรียนอาจจัดเป็นคาบ ๗ ๕๐ นาที ก็สามารถที่จะกำหนดได้ว่าจะใช้เวลาในการเข้าร่วมเท่าใด สำหรับจำนวนครั้งในการเข้ากลุ่มนั้น ขึ้นอยู่กับเป้าหมายของกลุ่ม แต่อย่างน้อยที่สุดไม่ควรต่ำกว่า ๘ ครั้ง หากมากกว่าจะเป็นการดี

จากข้อความดังกล่าวมาข้างต้นพอสรุปได้ว่า เวลาในการเข้าร่วมในกิจกรรมกลุ่มครั้งละ ๕๐-๖๐ นาที และเป็นเวลา ๒-๓ ครั้งต่อสัปดาห์ควรคำนึงถึงการจัดการเรียนการสอนของสถานศึกษาและวัยของสมาชิกในกลุ่ม จำนวนครั้งในการเข้ากลุ่มควรจะไม่ต่ำกว่า ๘ ครั้ง และควรจัดสัปดาห์ละ ๒ ครั้ง

4.8 อิทธิพลของกลุ่มที่มีผลต่อพฤติกรรม

กลุ่มมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของสมาชิก ทั้งในด้านส่วนตัวและพฤติกรรมทางสังคม ฉะนั้น การใช้กระบวนการกลุ่ม หรือกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ จึงสามารถนำมาใช้ในการเรียนการสอน เพื่อพัฒนาปรับ และเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของสมาชิกได้เป็นอย่างดี ซึ่งในเรื่องนี้ ฉลอง ภิมยรัตน์ (๒๕๔๑ : ๑๐๐-๑๐๔) ได้กล่าวถึง อิทธิพลของกลุ่มที่มีผลต่อพฤติกรรม ได้ดังนี้

๑. กลุ่มเป็นตัวกระตุ้นให้เกิดกำลังใจแก่สมาชิก ในการกระทำกิจกรรมต่าง ๆ ระบบกลุ่มจะช่วยให้สมาชิกที่ไม่เก่ง ที่ได้จัดให้อยู่รวมกับกลุ่มคนเก่งได้มีกำลังใจในการทำงานที่ได้รับมอบหมาย ทำให้สมาชิกเหล่านั้นได้มีโอกาสประสบความสำเร็จ มีความรู้สึกยินดีต่อผลงานของกลุ่ม ถึงแม้ว่าตนเองจะไม่ได้เป็นคนทำโดยตลอด แต่ก็มีส่วนร่วมในการกระทำจนประสบความสำเร็จระบบกลุ่มจึงช่วยเสริมสร้างกำลังใจในการปฏิบัติงานต่อไป

๒. กลุ่มช่วยให้สมาชิกได้แสดงออก หรือเป็นสนามทดลอง โดยปกติเด็กมักจะไม่ค่อยมีโอกาสได้แสดงความเป็นตัวของตัวเอง เว้นแต่ได้มีโอกาสอยู่ท่ามกลางเพื่อนฝูงที่เป็นสมาชิกของกลุ่ม เช่น การแสดงความคิดเห็นในด้านต่าง ๆ เช่น ทักษะคิด ความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ ค่านิยม และความองอาจของอารมณ์ ถ้าหากเด็กอยู่ที่บ้านก็มักจะเขินไม่กล้าแสดงออกต่อหน้าพ่อแม่ การรวมกลุ่มกับเพื่อนฝูงทำให้เขาได้มีโอกาสแสดงสิ่งเหล่านี้ออกมา ระบบกลุ่มจึงเป็นสนามทดลองให้เด็กได้รู้จักแสดงออก ไม่ว่าการแสดงออกนั้นจะเป็นสิ่งที่ควร หรือไม่ควร เหมาะสม หรือไม่เหมาะสมก็ตามเพราะค่านิยม และปทัสถานของกลุ่ม จะเป็นตัวตัดสินเองว่า ต่อไปเขาควรจะต้องปรับปรุงการแสดงออกอย่างไร การจัดอภิปรายกลุ่ม หรือการมอบหมายงานให้ทำเป็นกลุ่ม จะส่งเสริมในด้านนี้เป็นอย่างมาก

๓. กลุ่มช่วยสะท้อนให้สมาชิกมองเห็นภาพของตน ในการแสดงออกของสมาชิก กลุ่มในระยะแรก ๆ อาจจะเหมาะสม เพราะเป็นการเริ่มทดลองแสดง เช่น บางคนอาจแสดงออกอย่างรุนแรง บางคนนุนนวล บางคนมีการก้าวร้าว จากสายตา และความคิดของผู้อื่นในกลุ่มจะสะท้อนให้สมาชิกได้รู้จักตนเอง การวิพากษ์วิจารณ์ของเพื่อนสมาชิก อาจทำให้เขาได้สติ รู้สำนึกว่าตนเองเป็นอย่างไร เหมาะสมต่อสังคมหรือไม่ ภาวะของกลุ่มจะเป็นผู้ช่วยเหลือในสิ่งนี้

4. กลุ่มช่วยสนองความต้องการของสมาชิก บุคคลส่วนใหญ่มีความต้องการทางสังคม เช่น ต้องการความเห็นอกเห็นใจ ต้องการความรัก ต้องการมีเพื่อน ต้องการความอบอุ่นทางใจ ซึ่งกลุ่มสามารถสนองให้ได้ เมื่อสมาชิกที่ชอบอยู่โดดเดี่ยวได้เข้ากลุ่มก็อาจช่วยลดความคับข้องใจภายในได้ หรืออาจช่วยแก้ไขปมด้อยต่าง ๆ ได้ เป็นการสร้างความเจริญงอกงามให้เกิดขึ้นในตัวสมาชิกด้วย

5. กลุ่มช่วยให้สมาชิกมีความกระตือรือร้น หรือกระฉับกระเฉง ระบบกลุ่มจะช่วยให้สมาชิกมีความกระตือรือร้น อยากรู้ อยากเห็น และอยากปฏิบัติงานร่วมกับสมาชิกในกลุ่มอย่างสนุกสนาน ดีกว่าให้ทำอยู่คนเดียวอย่างเงียบเหงา

6. กลุ่มช่วยสมาชิกในการตัดสินใจและแก้ปัญหา การจัดกิจกรรมกลุ่มจะทำให้เกิดบรรยากาศแห่งความร่วมมือ ในการคิด การตัดสินใจ และการแก้ปัญหา สมาชิกบางคนอาจเก่งไป คนละด้าน การช่วยกันคิด และช่วยกันแก้ปัญหา จะทำให้เกิดผลสำเร็จสูงกว่าทำอยู่คนเดียวช่องทางแห่งความคิดในการแก้ปัญหาก็ได้รับการเรียนรู้จากสมาชิกในกลุ่มเดียวกัน เมื่ออยู่ร่วมกันหลาย ๆ คน ก็จะได้รู้หลาย ๆ ช่องทาง

7. กลุ่มทำให้สมาชิกมีความรู้สึกรับผิดชอบ ในการแบ่งกลุ่มปฏิบัติงาน ควรฝึกให้สมาชิกในกลุ่ม ได้รู้จักสร้างระบบงานที่จะทำให้มีขั้นตอนต่าง ๆ ในการปฏิบัติงาน เช่น มีการประชุมกลุ่มในการวางแผน กำหนดหน้าที่รับผิดชอบ ตลอดจนการปฏิบัติและการประเมินผลของงานความคิดของกลุ่มในสิ่งเหล่านี้ จะเป็นเครื่องบังคับให้สมาชิกในกลุ่มต้องร่วมกันรับผิดชอบ หากสมาชิกคนใดไม่รับผิดชอบกลุ่มก็จะไม่ยอมรับ ซึ่งถือว่าเป็นการลงโทษทางสังคมโดยแท้จริงแบบหนึ่งการกระทำแบบนี้ว่านี่ก็เป็นจริงในสังคม ทุกคนมีความต้องการให้สังคมยอมรับตนเองด้วยกันทั้งนั้น

8. กลุ่มช่วยผ่อนคลายความกดดัน และความคับข้องใจ โดยปกติคนแทบทุกคนย่อมมีโอกาสได้รับแรงกดดันทางอารมณ์ หรือความคับข้องใจทางสิ่งแวดล้อม ไม่ว่าจะเป็นจากทางบ้านหรือทางสังคมโดยทั่วไป การระบายออกของสิ่งเหล่านี้ย่อมทำได้ ถ้าตนมีเพื่อนมีสมาชิกของกลุ่มฐานะของกลุ่มจึงเสมือนเป็นพี่เลี้ยงอย่างดี สมาชิกทุกคนในกลุ่มพร้อมที่จะรับฟังและให้ความเห็นใจหรือช่วยแก้ปัญหาข้อขัดแย้งภายในได้ การอยู่โดดเดี่ยวก็ไม่มีทางเอาสิ่งเหล่านี้ไประบายออกกับใคร

9. กลุ่มช่วยให้สมาชิกไม่ประพฤติปฏิบัติไปในลู่ทางที่นอกกรอบนอกนัย หากมีสมาชิกคนหนึ่งคนใดมีความคิด หรือตั้งใจจะประพฤติปฏิบัติออกนอกกลุ่มนอกทาง อันจะสร้างความเสื่อมเสียมาสู่ตนหรือหมู่คณะ กลุ่มจะทำหน้าที่หักทวง ห้ามปรามแทนครูอาจารย์ พ่อแม่ ผู้ปกครองเป็นทาง หนึ่งที่จะเป็นเครื่องเหนี่ยวรั้ง ควบคุมให้สมาชิกอยู่ในกรอบและมาตรฐานที่คนทั่วไปยึดถือได้

10. กลุ่มช่วยสมาชิกในด้านแลกเปลี่ยนประสบการณ์ เพราะสมาชิกแต่ละคนมีประสบการณ์ที่ต่างกันออกไป การมารวมกลุ่มกันทำให้ประสบการณ์เหล่านั้นถูกถ่ายทอดให้แก่กันระหว่างสมาชิก การแลกเปลี่ยนความคิดเห็นและประสบการณ์นั้นจะนำมาซึ่งประโยชน์แก่สมาชิก

11. กลุ่มช่วยเสริมสร้างสุขภาพทางกายและใจ การออกกำลังกายโดยวิธีการต่าง ๆ เช่น การเล่นกีฬาจะทำให้ดีถ้าหากเล่นเป็นกลุ่ม เพราะจะทำให้เกิดความสนุกสนานไม่น่าเบื่อ เพราะการเล่นกีฬาคนเดียวในไม่ช้าก็จะเกิดการเบื่อหน่าย ระบบการเล่นเป็นกลุ่มจึงสร้างความตั้งใจให้เล่นดีกว่าเล่นคนเดียว เพราะกลุ่มสามารถสร้างบรรยากาศการแข่งขันและความร่วมมือให้เกิดขึ้นได้

12. กิจกรรมของกลุ่มสามารถสร้างความเข้าใจได้ดีขึ้น บทเรียนต่าง ๆ ที่ยากในการทำความเข้าใจ อาจจะจัดให้เด็กได้ทำกิจกรรมเป็นกลุ่ม อย่างที่เรียกว่ากลุ่มปฏิบัติงาน (Working Group) เพราะวิธีการเช่นนี้ จะทำให้ผู้เรียนต้องลงมือลงแรง ทั้งความคิดและแรงกายในการค้นคว้าอภิปราย หาข้อมูลต่าง ๆ ด้วยตนเอง

13. กลุ่มช่วยสร้างปทัสถานให้สมาชิกยอมรับกฎเกณฑ์ ปทัสถานต่าง ๆ ที่เกิดมาจากความคิดของกลุ่ม จะเป็นที่ยอมรับจากผู้ปฏิบัติดีกว่าที่ออกมาจากแหล่งอื่น เพราะกฎเกณฑ์ที่ออกมาจากเบื้องบน หากใครไม่ปฏิบัติผู้ออกกฎเกณฑ์นั้นที่จะลงโทษ แต่ถ้าเป็นกฎเกณฑ์ที่ออกมาจากกลุ่ม ผู้ฝ่าฝืนกฎเกณฑ์นั้น ๆ จะถูกลงโทษจากกลุ่มและจากเบื้องบนด้วย ถือเป็นการลงโทษสองชั้น

4.9 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมกลุ่ม

งานวิจัยในประเทศ

นัยนา นิยมโชค (2549 : 65-68) ได้ทำการวิจัยผลของการใช้กิจกรรมกลุ่มที่มีต่อการปฏิบัติตนกับเพื่อนของนักเรียนชาวเขาชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนศึกษาสงเคราะห์ตากจำนวน 20 คน โดยแบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 10 คน ผลการศึกษาพบว่านักเรียนชาวเขาที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มมีการปฏิบัติตนกับเพื่อนดีขึ้นกว่านักเรียนชาวเขาที่ได้รับการสอนแบบปกติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

วศินี มุกดอกไม้ (2541 : 83 – 86) ได้ศึกษาเปรียบเทียบผลของกิจกรรมกลุ่มและการฝึกพฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสมที่มีต่อสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนชุมชนบึงบา อำเภอหนองเสือ จังหวัดปทุมธานี จำนวน 24 คน โดยแบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 2 กลุ่ม และกลุ่มควบคุม 1 กลุ่ม ๆ ละ 8 คน กลุ่มทดลองที่ 1 ได้รับการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม กลุ่มทดลองที่ 2 ได้รับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมและกลุ่มควบคุมได้รับการให้ข้อเสนอแนะ ผลการศึกษาพบว่านักเรียนมีสัมพันธภาพกับเพื่อนดีขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 หลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มและหลังการทดลอง นักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม นักเรียนที่ได้รับการฝึก

พฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสมและนักเรียนที่ได้รับการให้ข้อเสนอแนะมีสัมพันธภาพกับเพื่อนเพิ่มขึ้น ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

อรรณณ แก้วผ่อง (2543 : 93-98) ได้ศึกษาเปรียบเทียบผลของกิจกรรมกลุ่มและการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีต่อการให้เหตุผลเชิงจริยธรรมด้านความรับผิดชอบต่อตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนวัดน้อยใน กรุงเทพมหานคร ที่มีอายุระหว่าง 13-14 ปี จำนวน 24 คน โดยแบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 2 กลุ่ม ๆ ละ 12 คน ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มมีการให้เหตุผลเชิงจริยธรรมด้านความรับผิดชอบต่อตนเองสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และนักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มและนักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริงมีการให้เหตุผลเชิงจริยธรรมด้านความรับผิดชอบต่อตนเองไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

รัศมี โพนเมืองหล้า (2545:84) ได้ศึกษาการเห็นคุณค่าในตนเองของเด็กปัญญาเลิศที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำกว่าความสามารถที่แท้จริงจากการจัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ผลสรุปได้ว่า นักเรียนที่ได้คะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองก่อนและหลังการทดลองแตกต่างกันโดยก่อนการจัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ นักเรียนมีคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองอยู่ระหว่าง 17-37 คะแนน คะแนนเฉลี่ยของกลุ่มเท่ากับ 28.6 และหลังจากการได้รับการจัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์นักเรียนมีคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองระหว่าง 29-40 คะแนน คะแนนเฉลี่ยของกลุ่มเท่ากับ 34.2 และผลการเปรียบเทียบการเห็นคุณค่าในตนเองของเด็กปัญญาเลิศที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำกว่าความสามารถที่แท้จริงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .01 หลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์

ฉัตรนภา เอี่ยมกำแพง (2544:133) ได้ศึกษาการเปรียบเทียบผลของกิจกรรมกลุ่มกับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ที่มีต่ออัตมโนทัศน์ด้านสังคมของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวัดศรีวิสุทธิธาราม จังหวัดพิษณุโลก พบว่า นักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มและนักเรียนในกลุ่มควบคุม มีอัตมโนทัศน์ด้านสังคมหลังการทดลองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และทำการทดสอบสอบรายคู่ พบว่า นักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มและนักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม มีอัตมโนทัศน์ด้านสังคมสูงกว่านักเรียนในกลุ่มควบคุม

นิสรา คำมณี (2544: 48-50) ได้ศึกษาผลของกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาความเฉลียวฉลาดด้านการงูใจตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศิลปากร จังหวัดนครปฐม พบว่า นักเรียนมีความเฉลียวฉลาดด้านการงูใจตนเองสูงขึ้นหลังจากได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาความเฉลียวฉลาดด้านการงูใจตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และ นักเรียนที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มมีความเฉลียวฉลาดด้านการงูใจตนเองสูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

พนิดา จันทกรรณต์ (2544:84) ได้ศึกษาผลของการใช้กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ที่มีต่อการพัฒนาเชาวน์อารมณ์ของนักเรียนที่มีความสามารถพิเศษทางด้านวิทยาศาสตร์และคณิตศาสตร์ พบว่า หลังการทดลองนักเรียนที่มีความสามารถพิเศษทางด้านวิทยาศาสตร์และคณิตศาสตร์ ที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์มีคะแนนเชาวน์อารมณ์สูงกว่านักเรียนที่มีความสามารถพิเศษทางด้านวิทยาศาสตร์และคณิตศาสตร์ที่ไม่ได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ทัศนัยวรรณ จินตสุนนท์ (2546:63) ได้ศึกษาผลของการใช้กระบวนการกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาการควบคุมตนเอง ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนอนุบาลชัยภูมิ อำเภอเมือง จังหวัดชัยภูมิ พบว่า นักเรียนที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์มีการควบคุมตนเองก่อนและหลังแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

งานวิจัยในต่างประเทศ

เล็กซ์ (Lex. 1973 : 6093 -A) ได้ทำการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงทัศนคติของนักเรียนศึกษาชั้นปีที่ 1 ในมลรัฐอินเดียนา ผู้วิจัยแบ่งนักศึกษาออกเป็น 5 กลุ่ม คือ กลุ่มควบคุมใช้วิธีสอนแบบเก่า กับกลุ่มทดลองใช้วิธีการสอนโดยกิจกรรมกลุ่ม ผลการศึกษาปรากฏว่า การพัฒนาจิตใจของผู้เรียนทั้ง 2 กลุ่ม ในระหว่างการทดสอบก่อนสอน และทดสอบหลังสอนแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ แต่จากการรายงานของกลุ่มทดลอง พบว่านักศึกษาพอใจในประสบการณ์ที่ได้รับแรงกระตุ้นได้อภิปรายได้อย่างอิสระในเรื่องค่านิยมและทุกคนยินดีที่จะร่วมกิจกรรมกลุ่มต่อไป

เดอร์ชมิทท์ (Durschmidt. 1977 : 3953 - A) ได้ศึกษาผลของการให้กระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาความเข้าใจในตนเองของนักศึกษา โดยการให้เข้าร่วมกลุ่มการสัมมนาซึ่งเปิดโอกาสให้แต่ละบุคคลได้แสดงศักยภาพที่แท้จริงของตนเอง ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษาที่ได้รับการใช้กระบวนการกลุ่มมีการยอมรับตัวเองดีขึ้น

บอร์ตแมน (Boardman. 1988 : 1952) ศึกษาผลจากการนำกระบวนการกลุ่มไปใช้ในโปรแกรมการเลิกสูบบุหรี่ให้กับอาสาสมัคร 67 คน พบว่ากระบวนการกลุ่มช่วยเพิ่มประสิทธิภาพของโปรแกรมหักล้างได้ โดยเฉพาะในเพศหญิง

เบริกเฮาเซอร์ (Birkhauser. 1985 : 103) ศึกษาผลของกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์ที่มีต่ออัตมโนทัศน์ของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษา โดยเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มนักเรียนเกรด 3, 4, 5 จำนวน 77 คน ซึ่งมีส่วนร่วมอยู่ในชั้นเรียนตามปกติ และนักเรียน 75 คนซึ่งอยู่ในชั้นเรียนไม่เกิน 6 สัปดาห์ พบว่าทั้ง 2 กลุ่ม มีอัตมโนทัศน์แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

แอลเพอริน (Alperin. 2004 : 4882) ได้ศึกษาเกี่ยวกับการอ่านของกลุ่มระหว่างกลุ่มที่สามารถยืดหยุ่นได้กับกลุ่มแบบดั้งเดิม ของเด็กที่มีปัญหาเกี่ยวกับการอ่านชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 ซึ่งได้จัดกิจกรรมในรูปแบบของการใช้แรงจูงใจจากเกมและการใช้คอมพิวเตอร์ พบว่า นักเรียนมีความสามารถในการอ่านเพิ่มขึ้น รวมทั้งเด็กที่เก่งและไม่เก่งมีความเห็นว่าการอ่านเป็นกลุ่มแบบยืดหยุ่นสนุกมากกว่าการอ่านรวมทั้งชั้นแบบดั้งเดิม ซึ่งทำให้เด็กรู้สึกดีอัด

จากผลงานการวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมกลุ่มดังกล่าว สรุปได้ว่า กิจกรรมกลุ่มสามารถนำมาพร้อมจิตใจของบุคคล ความเข้าใจในตนเอง ความร่วมมือกับผู้อื่น สัมพันธภาพระหว่างบุคคล การปรับตัว ทักษะคิดต่อการเรียนรวมทั้งพัฒนาพฤติกรรมที่พึงประสงค์ นอกจากนี้กิจกรรมกลุ่มยังช่วยส่งเสริมให้บุคคลมีพัฒนาการทางด้านอารมณ์และสังคมดีขึ้น ดังนั้น ผู้วิจัยจึงมีความสนใจศึกษา กิจกรรมกลุ่มเพื่อนำมาเป็นแนวทางในการสร้างโปรแกรมลดความก้าวร้าวของนักเรียน



บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ดำเนินการตามขั้นตอน ดังนี้

1. การกำหนดประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
2. การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
3. การเก็บรวบรวมข้อมูล
4. การวิเคราะห์ข้อมูล

การกำหนดประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้แบ่งออกเป็น 2 ตอน โดยกำหนดประชากรและกลุ่มตัวอย่าง ดังนี้

ตอนที่ 1 การศึกษาความก้าวร้าวของนักเรียน

แหล่งข้อมูลที่ใช้ในการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาความก้าวร้าวครั้งนี้ เป็นนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 ของโรงเรียนมัธยมศึกษาแห่งหนึ่ง ในกรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2552 จำนวนนักเรียน 720 คน

ตอนที่ 2 การลดความก้าวร้าวโดยใช้กิจกรรมกลุ่ม

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการลดความก้าวร้าวครั้งนี้เป็นนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนมัธยมศึกษาแห่งหนึ่ง ในกรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2552 จำนวน 180 คน ที่มีคะแนนความก้าวร้าวตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 75 ขึ้นไป

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการทดลองลดความก้าวร้าวครั้งนี้ เป็นนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนมัธยมศึกษาแห่งหนึ่ง ในกรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2552 จำนวน 12 คน ซึ่งได้จากการสุ่มอย่างง่ายจากประชากรที่สมัครใจเข้าร่วมโปรแกรมการลดความก้าวร้าวโดยใช้กิจกรรมกลุ่ม

การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยในครั้งนี้ ได้แก่

1. แบบสอบถามประกอบด้วย

1.1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนตัว ได้แก่ ระดับชั้นที่กำลังศึกษา ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

สถานภาพของครอบครัว

- 1.2 แบบสอบถามบุคลิกภาพ
- 1.3 แบบสอบถามสัมพันธภาพในครอบครัว
- 1.4 แบบสอบถามสัมพันธภาพกับเพื่อน
- 1.5 แบบสอบถามอิทธิพลของสื่อ
- 1.6 แบบสอบถามวัดความก้าวร้าว
2. โปรแกรมการลดความก้าวร้าวของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โดยใช้กิจกรรมกลุ่ม

วิธีการสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. เครื่องมือที่ใช้ในการวัดความก้าวร้าวของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3

แบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลส่วนตัวทั้ง 5 เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยปรับปรุงขึ้น โดยมีขั้นตอนดังนี้

1.1 ผู้วิจัยศึกษา นิยามศัพท์เฉพาะ เอกสาร ตำรา แนวคิด และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องเพื่อนำมาเป็นแนวทางในการสร้างเครื่องมือวิจัยให้ครอบคลุมนิยามศัพท์เฉพาะ

1.2 ผู้วิจัยสร้างแบบสอบถามที่มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า ตามวิธีการของลิเคิร์ท (Likert's Summated Rating Scale) 5 ระดับ คือ จริงที่สุด ค่อนข้างจริง จริงบ้างไม่จริงบ้าง ค่อนข้างไม่จริง และไม่จริง แล้วนำมาให้ประธานและกรรมการควบคุมปริญญาานิพนธ์ตรวจสอบความถูกต้อง

1.3 ผู้วิจัยนำแบบสอบถาม ที่ปรับปรุงแก้ไขแล้วไปหาความเที่ยงตรงโดยให้ผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 ท่าน คือ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นันทนา วงษ์อินทร์ อาจารย์ ดร.มณฑิรา จารุเพ็ง และ อาจารย์ ดร.สกล วรเจริญศรี ตรวจสอบความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับนิยามศัพท์เฉพาะ (Item – Objective – Congruence : IOC) ได้แบบสอบถามแต่ละข้อที่มีค่า IOC ตั้งแต่ 0.66 – 1.00 ดังนี้

ฉบับที่ 1 แบบสอบถามบุคลิกภาพ	จำนวน 28 ข้อ
ฉบับที่ 2 แบบสอบถามสัมพันธภาพในครอบครัว	จำนวน 20 ข้อ
ฉบับที่ 3 แบบสอบถามสัมพันธภาพกับเพื่อน	จำนวน 20 ข้อ
ฉบับที่ 4 แบบสอบถามอิทธิพลของสื่อ	จำนวน 16 ข้อ
ฉบับที่ 5 แบบสอบถามวัดความก้าวร้าว	จำนวน 31 ข้อ

1.4 ผู้วิจัยนำแบบสอบถามที่มีความเที่ยงตรงทั้งหมดไปทดลองใช้กับนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนบางกะปิ เขตบางกะปิ กรุงเทพมหานคร จำนวน 120 คน แล้วนำคะแนนมาวิเคราะห์หาค่าอำนาจจำแนกโดยใช้เทคนิค 25 % กลุ่มสูง - กลุ่มต่ำ เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยของ

กลุ่มสูงและกลุ่มต่ำโดยใช้ค่า t เลือกข้อที่มีค่า t มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (t ระหว่าง 1.75 – 7.15) ได้แบบสอบถามที่มีค่าอำนาจจำแนก ดังนี้

1.4.1 แบบสอบถามบุคลิกภาพ	จำนวน 16 ข้อ
1.4.2 แบบสอบถามสัมพันธภาพในครอบครัว	จำนวน 16 ข้อ
1.4.3 แบบสอบถามสัมพันธภาพกับเพื่อน	จำนวน 14 ข้อ
1.4.4 แบบสอบถามอิทธิพลของสื่อ	จำนวน 10 ข้อ
1.4.5 แบบสอบถามวัดความก้าวร้าว	จำนวน 24 ข้อ

ได้เครื่องมือวิจัยที่สมบูรณ์จำนวน 80 ข้อ (ค่า t -test ระหว่าง 1.75 -7.15)

1.5 ผู้วิจัยนำแบบสอบถาม มาหาค่าความเชื่อมั่นโดยใช้สัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha Coefficient) ของครอนบาค (Cronbach 1990: 50) ได้ค่าความเชื่อมั่น ดังนี้

1.5.1 แบบสอบถามบุคลิกภาพ	ค่าแอลฟา 0.81
1.5.2 แบบสอบถามสัมพันธภาพในครอบครัว	ค่าแอลฟา 0.84
1.5.3 แบบสอบถามสัมพันธภาพกับเพื่อน	ค่าแอลฟา 0.88
1.5.4 แบบสอบถามอิทธิพลของสื่อ	ค่าแอลฟา 0.86
1.5.5 แบบสอบถามวัดความก้าวร้าว	ค่าแอลฟา 0.92

1.6 นำแบบสอบถามที่ได้ไปใช้ในการวิจัยต่อไป

ตัวอย่าง

เครื่องมือที่ใช้ในการวัดความก้าวร้าวของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 แบ่งเป็น 5 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป

คำชี้แจง แบบสอบถามนี้เป็นแบบสอบถามข้อมูลทั่วไปของนักเรียนเมื่อนักเรียนอ่านข้อความแล้วโปรดทำเครื่องหมาย ✓ ในลง () และเติมข้อความลงไปในช่องว่าง ให้ตรงกับความเป็นจริง

1. เพศ

() ชาย () หญิง

2. ระดับชั้นที่กำลังศึกษา

() ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

() ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

() ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3

3. สถานภาพของครอบครัว

- () บิดามารดาอยู่ร่วมกัน
 () บิดามารดาแยกกันอยู่
 () บิดาหรือมารดาถึงแก่กรรม

4. ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

- () คะแนนเฉลี่ยต่ำกว่า 2.00
 () คะแนนเฉลี่ย 2.00 – 3.00
 () คะแนนเฉลี่ยสูงกว่า 3.00

ตัวอย่าง

แบบสอบถามบุคลิกภาพ

ตอนที่ 2 แบบสอบถามบุคลิกภาพ

แบบสอบถามบุคลิกภาพ เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยปรับปรุงขึ้น โดยมีขั้นตอนดังนี้

คำชี้แจง แบบสอบถามนี้เป็นข้อความเกี่ยวข้องกับกิจกรรมในชีวิตประจำวัน ขอให้นักเรียนพิจารณาว่าข้อความนั้นตรงกับสิ่งที่ตนเป็นจริงที่สุดในตัวนักเรียนมากน้อยเพียงใด โดยให้นักเรียนทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องขวามือช่องใดช่องหนึ่งเพียงช่องเดียว โดยพิจารณาดังนี้

จริงที่สุด หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนมากที่สุด

ค่อนข้างจริง หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนมาก

จริงบ้างไม่จริงบ้าง หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนบ้าง ไม่ตรงบ้าง

ค่อนข้างไม่จริง หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนน้อย

ไม่จริง หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนน้อยที่สุด

ข้อ	ข้อความ	ระดับบุคลิกภาพ				
		จริง ที่สุด	ค่อนข้าง จริง	จริงบ้าง ไม่จริง บ้าง	ค่อนข้าง ไม่ จริง	ไม่จริง
1	ข้าพเจ้าชอบพูดต่อหน้าคนมาก ๆ					
2	ข้าพเจ้าดีใจมากถ้าได้รับเลือกให้เป็นหัวหน้ากลุ่ม					
3	ข้าพเจ้าไม่กลัวที่จะต้องพูดคุยกับคนที่ไม่รู้จักมาก่อน					

ข้อ	ข้อความ	ระดับบุคลิกภาพ				
		จริง ที่สุด	ค่อนข้าง จริง	จริงบ้าง ไม่จริง บ้าง	ค่อนข้าง ไม่จริง	ไม่จริง
4	ข้าพเจ้ากลัวที่จะตอบคำถามครู แม้ว่าอาจตอบ ถูกก็ตาม					
5	ข้าพเจ้าชอบแสวงหาการผจญภัยที่น่าตื่นเต้น					
6	ข้าพเจ้าเป็นคนเปิดเผย ตรงไปตรงมา					

เกณฑ์การแปลความหมายของบุคลิกภาพ (วิเชียร เกตุสิงห์, 2539: 9)

คะแนนเฉลี่ย 1.00 – 2.99 หมายถึง บุคลิกภาพแบบเก็บตัว

คะแนนเฉลี่ย 3.00 – 5.00 หมายถึง บุคลิกภาพแบบแสดงตัว

ตัวอย่าง

แบบสอบถามด้านสัมพันธภาพในครอบครัว

ตอนที่ 3 แบบสอบถามด้านสัมพันธภาพในครอบครัว

คำชี้แจง แบบสอบถามนี้เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับสัมพันธภาพในครอบครัว เมื่อนักเรียน
อ่านข้อความแล้วโปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องขวามือ ช่องใดช่องหนึ่ง ที่ตรงกับความเป็นจริง
ที่สุด โดยพิจารณาดังนี้

จริงที่สุด หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนมากที่สุด
ค่อนข้างจริง หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนมาก
จริงบ้างไม่จริงบ้าง หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนบ้าง ไม่ตรงบ้าง
ค่อนข้างไม่จริง หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนน้อย
ไม่จริง หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนน้อยที่สุด

ข้อ	ข้อความ	ระดับสัมพันธภาพในครอบครัว				
		จริง ที่สุด	ค่อนข้าง จริง	จริงบ้าง ไม่จริง บ้าง	ค่อนข้าง ไม่จริง	ไม่จริง
1.	ข้าพเจ้าไม่ใส่ใจกับคำแนะนำของผู้ปกครอง					

ข้อ	ข้อความ	ระดับสัมพันธภาพในครอบครัว				
		จริง ที่สุด	ค่อนข้าง จริง	จริงบ้าง ไม่จริง บ้าง	ค่อนข้าง จริง	ไม่จริง
2.	ผู้ปกครองแสดงความห่วงใยเมื่อข้าพเจ้ากลับบ้าน บ้านผิดเวลา					
3.	ข้าพเจ้าแสดงความรักความเคารพต่อ ผู้ปกครองด้วยการพูดจาไพเราะ และให้ท่าน เสมอ					
4.	เมื่อมีเวลาร่วมผู้ปกครองคุยกับข้าพเจ้าเสมอ					

เกณฑ์การแปลความหมายของสัมพันธภาพในครอบครัว (วิเชียร เกตุสิงห์. 2539: 9)

คะแนนเฉลี่ย 3.67 – 5.00	หมายถึง	สัมพันธภาพในครอบครัวดี
คะแนนเฉลี่ย 2.34 - 3.66	หมายถึง	สัมพันธภาพในครอบครัวพอใช้
คะแนนเฉลี่ย 1.00 - 2.33	หมายถึง	สัมพันธภาพในครอบครัวไม่ดี

ตัวอย่าง
แบบสอบถามสัมพันธภาพกับเพื่อน

ตอนที่ 4 แบบสอบถามด้านสัมพันธภาพกับเพื่อน

คำชี้แจง แบบสอบถามนี้เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับสัมพันธภาพกับเพื่อน เมื่อนักเรียน
อ่านข้อความแล้วโปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องขวามือ ช่องใดช่องหนึ่ง ที่ตรงกับความเป็นจริง
ที่สุดโดยพิจารณาดังนี้

จริงที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนมากที่สุด
ค่อนข้างจริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนมาก
จริงบ้างไม่จริงบ้าง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนบ้าง ไม่ตรงบ้าง
ค่อนข้างไม่จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนน้อย
ไม่จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนน้อยที่สุด

ข้อ	ข้อความ	ระดับสัมพันธภาพกับเพื่อน				
		จริง ที่สุด	ค่อนข้าง จริง	จริงบ้าง ไม่จริง บ้าง	ค่อนข้าง ไม่จริง	ไม่จริง
1.	ข้าพเจ้าและเพื่อนคอยให้ความช่วยเหลือ ปรึกษา อาศัยซึ่งกันและกัน					
2.	ข้าพเจ้าให้ความช่วยเหลือเพื่อนในด้านการเรียน อย่างเต็มที่					
3.	ข้าพเจ้าชอบปรึกษาเรื่องส่วนตัวกับเพื่อนเสมอ					
4.	เมื่อข้าพเจ้าไม่สบายใจเกี่ยวกับเรื่องส่วนตัว ข้าพเจ้าจะพูดคุยกับเพื่อน					

เกณฑ์การแปลความหมายของสัมพันธภาพกับเพื่อน (วิเชียร เกตุสิงห์. 2539: 9)

คะแนนเฉลี่ย 3.67 – 5.00	หมายถึง	สัมพันธภาพกับเพื่อนดี
คะแนนเฉลี่ย 2.34 - 3.66	หมายถึง	สัมพันธภาพกับเพื่อนพอใช้
คะแนนเฉลี่ย 1.00 - 2.33	หมายถึง	สัมพันธภาพกับเพื่อนไม่ดี

ตัวอย่าง
แบบสอบถามอิทธิพลของสื่อ

ตอนที่ 5 แบบสอบถามอิทธิพลของสื่อ

คำชี้แจง แบบสอบถามนี้เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับอิทธิพลของสื่อที่มีต่อตัวนักเรียน ให้
นักเรียนอ่านข้อความแล้วให้ใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องท้ายคำตอบที่ตรงกับความเป็นจริงที่สุดที่
เกิดขึ้นเพียงคำตอบเดียว โดยพิจารณาดังนี้

จริงที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนมากที่สุด
ค่อนข้างจริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนมาก
จริงบ้างไม่จริงบ้าง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนบ้าง ไม่ตรงบ้าง
ค่อนข้างไม่จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนน้อย
ไม่จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนน้อยที่สุด

ข้อ	ข้อความ	ระดับอิทธิพลของสื่อ				
		จริง ที่สุด	ค่อนข้าง จริง	จริงบ้าง ไม่จริง บ้าง	ค่อนข้าง ไม่จริง	ไม่จริง
1.	ข้าพเจ้าจดจำคำหยาบจากตัวละครในโทรทัศน์และนำไปใช้กับเพื่อน ๆ					
2.	ข้าพเจ้าจดจำวาทะที่ยวนที่ได้ยินจากคำพูดของตัวอย่างภาพยนตร์ในทีวีดีเพื่อนำไปใช้กับเพื่อน ๆ					
3.	ข้าพเจ้าจดจำคำพูดจากตัวละครในหนังสือการ์ตูนแล้วนำไปใช้กับเพื่อน ๆ					
4.	นักเรียนเคยแกล้งเพื่อน ๆ ตามตัวอย่างที่เคยเห็นในโทรทัศน์					

เกณฑ์การแปลความหมายของอิทธิพลของสื่อ (วิเชียร เกตุสิงห์, 2539 : 9)

คะแนนเฉลี่ย 3.67 – 5.00	หมายถึง	ทำตามสื่อมาก
คะแนนเฉลี่ย 2.34 – 3.66	หมายถึง	ทำตามสื่อปานกลาง
คะแนนเฉลี่ย 1.00 – 2.33	หมายถึง	ทำตามสื่อน้อย

ตัวอย่าง

แบบสอบถามวัดความก้าวร้าว

ตอนที่ 6 แบบสอบถามวัดความก้าวร้าว

คำชี้แจง แบบสอบถามนี้เป็นแบบสอบถามจัดทำขึ้นเพื่อวัดความก้าวร้าวทั้งทางกายและทางวาจาของนักเรียน ซึ่งไม่มีข้อถูกหรือผิด เป็นเพียงการแสดงความคิดเห็นของนักเรียนเท่านั้น เมื่อนักเรียนอ่านข้อความแล้วโปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องขวามือ ช่องใดช่องหนึ่ง ที่ตรงกับความเป็นจริงที่สุด โดยพิจารณาดังนี้

จริงที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนมากที่สุด
ค่อนข้างจริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนมาก
จริงบ้างไม่จริงบ้าง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนบ้าง ไม่ตรงบ้าง
ค่อนข้างไม่จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนน้อย
ไม่จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนน้อยที่สุด

ข้อ	ข้อความ	ระดับความก้าวร้าว				
		จริง ที่สุด	ค่อนข้าง จริง	จริงบ้าง ไม่จริง บ้าง	ค่อนข้าง ไม่จริง	ไม่จริง
1.	ข้าพเจ้าทำลายสิ่งของของผู้อื่นเสมอ เมื่อเขาทำให้ข้าพเจ้าโกรธ					
2.	ข้าพเจ้าแกล้งคนที่อ่อนแอกว่าข้าพเจ้าเสมอ					
3.	ถ้าใครมาแกล้งให้นักเรียนไม่พอใจ นักเรียนจะโต้ตอบโดยการต่อสู้ เช่น ชกต่อย ผลักออก					
4.	ถ้าเพื่อนโยนสิ่งของใส่หน้าข้าพเจ้า ข้าพเจ้าจะขว้างกลับทันที					

เกณฑ์การแปลความหมายของความก้าวร้าว (วิเชียร เกตุสิงห์: 2539 : 9)

คะแนนเฉลี่ย 3.67 – 5.00	หมายถึง	ก้าวร้าวมาก
คะแนนเฉลี่ย 2.34 - 3.66	หมายถึง	ก้าวร้าวปานกลาง
คะแนนเฉลี่ย 1.00 - 2.33	หมายถึง	ก้าวร้าวน้อย

เกณฑ์การให้คะแนนแบบสอบถามทั้ง 5 ผู้วิจัยมีเกณฑ์การให้คะแนน ผลปรากฏดังตาราง 1

ตาราง 1 เกณฑ์การให้คะแนนของข้อคำถาม

ระดับการกระทำ	ข้อความที่มีความหมายทางบวก ให้คะแนนดังต่อไปนี้	ข้อความที่มีความหมายทางลบ ให้คะแนนดังต่อไปนี้
จริงที่สุด	5	1
ค่อนข้างจริง	4	2
จริงบ้าง ไม่จริงบ้าง	3	3
ค่อนข้างไม่จริง	2	4
ไม่จริง	1	5

2. โปรแกรมการลดความก้าวร้าวของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โดยใช้กิจกรรมกลุ่ม มีลำดับขั้นตอนการสร้างดังต่อไปนี้

2.1 ผู้วิจัยศึกษา นิยามศัพท์เฉพาะ เอกสาร ตำรา แนวคิด และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อนำมาเป็นแนวทางในการสร้างโปรแกรมการลดความก้าวร้าวโดยใช้กิจกรรมกลุ่มให้ครอบคลุม นิยามศัพท์เฉพาะ

2.2 ผู้วิจัยดำเนินการสร้างโปรแกรมการลดความก้าวร้าว โดยใช้กิจกรรมกลุ่ม เพื่อลดความก้าวร้าวของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 จำนวนทั้งหมด 10 ครั้ง ดำเนินการครั้งละ 50 นาที เป็นเวลา 2 วันต่อสัปดาห์ คือ วันอังคาร กับ วันศุกร์

2.3 ผู้วิจัยนำโปรแกรมการลดความก้าวร้าวของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โดยใช้กิจกรรมกลุ่ม มาให้ประธานและคณะกรรมการตรวจสอบความถูกต้องและเหมาะสม

2.4 ผู้วิจัยนำโปรแกรมการลดความก้าวร้าวของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โดยใช้กิจกรรมกลุ่ม ที่ได้ปรับปรุงแก้ไขแล้วมาให้ผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 ท่าน คือ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นันทนา วงษ์อินทร์ อาจารย์ ดร.มณฑิรา จารุเพ็ง และ อาจารย์ ดร.สกล วรเจริญศรี ตรวจสอบความถูกต้อง และเหมาะสม แล้วจึงนำมาปรับปรุงแก้ไขให้เหมาะสมตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิ

2.5 ผู้วิจัยนำโปรแกรมการลดความก้าวร้าวของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โดยใช้กิจกรรมกลุ่ม ที่ปรับปรุงแก้ไขแล้วไปทดลองใช้โปรแกรมกับนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนบางกะปิ เขตบางกะปิ กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2552 จำนวน 12 คน เพื่อนำมาปรับปรุงแก้ไขให้เหมาะสมกับเนื้อหา วิธีการ และระยะเวลาที่ใช้ในการทดลองก่อนนำไปใช้ในการวิจัยต่อไป

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการเก็บข้อมูลดังนี้

1. ผู้วิจัยขอหนังสือขอความร่วมมือเพื่อการวิจัยจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัย ศรีนครินทรวิโรฒ ถึงผู้อำนวยการโรงเรียนมัธยมศึกษาแห่งหนึ่ง ในกรุงเทพมหานคร เพื่อขอความ อนุเคราะห์ให้นักเรียนช่วงชั้นที่ 3 จำนวน 720 คน ตอบแบบสอบถามที่ใช้ในการวิจัย

2. ผู้วิจัยทดลองใช้โปรแกรมการลดความก้าวร้าวของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โดยใช้ กิจกรรมกลุ่ม กับกลุ่มตัวอย่าง 12 คน

3. ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้ไปวิเคราะห์หาค่าสถิติต่อไป

แบบแผนการทดลอง

แบบแผนการทดลองใช้แบบ One Group Pretest-posttest Design ซึ่งมีแบบ แผนการทดลองดังแสดงในตาราง 2

ตาราง 2 แบบแผนการทดลองใช้แบบ One Group Pretest-posttest Design

สอบก่อน	ทดลอง	สอบหลัง
T1	X	T2

สัญลักษณ์ที่ใช้ในแบบแผนการทดลอง

T1	แทน	การทดสอบก่อนการทดลอง (pretest)
T2	แทน	การทดสอบหลังการทดลอง (posttest)
X	แทน	การได้รับโปรแกรมการลดความก้าวร้าวของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โดยใช้กิจกรรมกลุ่ม

วิธีการดำเนินการทดลอง

การดำเนินการทดลอง มีลำดับขั้นตอนดังนี้

1. ผู้วิจัยได้ทำการทดสอบก่อนการทดลอง (Pretest)
2. ดำเนินการทดลองโดยใช้โปรแกรมการลดความก้าวร้าว โดยใช้กิจกรรมกลุ่ม โดยทำการทดลองจำนวน 10 ครั้ง ตามกำหนดการทดลอง ดังตาราง 3

ตาราง 3 กำหนดการทดลองการใช้โปรแกรมการลดความก้าวร้าวของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โดยใช้กิจกรรมกลุ่ม

ครั้งที่	วันเดือนปี	หัวข้อเรื่อง	กิจกรรม
1	อังคารที่ 22 ธ.ค. 2552	ปฐมนิเทศ แนะนำตัว ความหมายของ และความสำคัญของความก้าวร้าว	ปฐมนิเทศ แนะนำตัว
2	ศุกร์ที่ 25 ธ.ค. 2552	การลดความก้าวร้าวทางกาย: ใช้มือทุบ แกล้งเพื่อน ผลัก	ความมีเมตตา
3	อังคารที่ 29 ธ.ค. 2552	การลดความก้าวร้าวทางกาย: การขว้างปาสิ่งของหรือทำลายสิ่งของ ให้ได้รับความเสียหาย	อภัยทาน คือ ความกรุณา
4	อังคารที่ 5 ม.ค. 2553	การลดความก้าวร้าวทางกาย: ชก ต่อย ดี	การฝึกจิตให้ มีเมตตา

ตาราง 3 (ต่อ)

ครั้งที่	วันเดือนปี	หัวข้อเรื่อง	กิจกรรม
5	ศุกร์ที่ 8 ม.ค. 2553	การลดความก้าวร้าวทางวาจา:	พัฒนาจิตด้วย
	11.00 -12.00 น.	พูดชมเชย ล้อซื้อพ่อแม่ผู้อื่น	ความกรุณา
6	อังคารที่ 12 ม.ค. 2553	การลดความก้าวร้าวทางวาจา:	ฝึกฝนพัฒนาจิตให้
	11.00 -12.00 น.	ล้อจุดด้อยของเพื่อน พูดเยาะเย้ย	มีความกรุณา
7	ศุกร์ที่ 15 ม.ค. 2553	การลดความก้าวร้าวทางวาจา:	มุทิตา พาสุขใจ
	11.00 -12.00 น.	ตะโกนเมื่อโกรธ ทำเสียงดังรบกวน	
8	อังคารที่ 19 ม.ค. 2553	การลดความก้าวร้าวทางวาจา:	ละความโกรธด้วย
	11.00 -12.00 น.	พูดคำหยาบ และตะหวาด	ความรักและเมตตา
9	ศุกร์ที่ 22 ม.ค. 2553	การลดความก้าวร้าวทั้งทางกาย	การบรรเทาความ
	11.00 -12.00 น.	และทางวาจา	โกรธตามหลักธรรม
			พรหมวิหาร 4
10	อังคารที่ 26 ม.ค. 2553	ปัจฉิมนิเทศ	ปัจฉิมนิเทศ
	11.00 -12.00 น.		

3. เมื่อสิ้นสุดการทดลอง ผู้วิจัยให้กลุ่มตัวอย่างทดสอบหลังการทดลอง (Posttest)

4. นำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์เพื่อทดสอบสมมติฐานต่อไป

การจัดกระทำและการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์ ดังนี้

1. วิเคราะห์พฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3
2. เปรียบเทียบพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 เมื่อจำแนกตาม

ปัจจัยด้านส่วน ด้านครอบครัว และด้านสังคม

3. เปรียบเทียบพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 ก่อนและ

หลังการทดลอง

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

1. สถิติพื้นฐาน ได้แก่

- 1.1 ค่าเฉลี่ย (Mean)

1.2 ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)

1.3 ค่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ (Percentiles)

2. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์คุณภาพเครื่องมือ

2.1 หาค่าความเที่ยงตรงโดยใช้ IOC

2.2 ค่าอำนาจจำแนกโดยใช้เทคนิค 25 % กลุ่มสูง - กลุ่มต่ำ เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยของกลุ่มสูงและกลุ่มต่ำโดยใช้ค่า t เลือกข้อที่มีค่า t มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (t ระหว่าง 1.75 – 7.15)

2.3 หาค่าความเชื่อมั่นโดยใช้สัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha Coefficient) ของครอนบาค (Cronbach) (ล้วน สายยศและอังคณา สายยศ. 2546)

3. สถิติที่ใช้ในการทดสอบสมมติฐาน

3.1 เปรียบเทียบพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 จำแนกตามปัจจัยด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว และด้านสังคม โดยทดสอบความแปรปรวนแบบทางเดียว (One way analysis of variance) หรือทดสอบค่า F ถ้าหากพบว่าผลการทดสอบมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติจะตรวจสอบแบบรายคู่โดยวิธีแอล เอส ดี LSD (Least Significant Difference Method)

3.2 เปรียบเทียบความแตกต่างเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 ก่อนและหลังการทดลองโดยใช้ t -test for dependent Samples (พวงรัตน์ ทวีรัตน์. 2543 : 160)

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

สัญลักษณ์ที่ใช้ และอักษรที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูล และการแปลความหมายผลของการวิเคราะห์ข้อมูลผู้วิจัยได้กำหนดสัญลักษณ์ต่าง ๆ ที่ใช้แทนความหมายดังนี้

n	แทน	จำนวนนักเรียนกลุ่มตัวอย่าง
$\bar{X}$	แทน	ค่าคะแนนเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่าง
S.D.	แทน	ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐานของกลุ่มตัวอย่าง
t	แทน	ค่าสถิติที่ใช้ทดสอบความแตกต่างระหว่างคะแนนเฉลี่ย 2 กลุ่ม (t-test)
F	แทน	ค่าสถิติที่ใช้ทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ย 3 กลุ่ม (F-test)
df	แทน	ชั้นแห่งความเป็นอิสระ (Degree of freedom)
SS	แทน	ผลบวกกำลังสองของคะแนน (Sum of square)
MS	แทน	ค่าเฉลี่ยของผลบวกกำลังสองของคะแนน (Mean square)
*	แทน	มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
**	แทน	มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

การเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยได้เสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามลำดับ ดังนี้

ตอนที่ 1 การศึกษาความก้าวร้าวของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3

1. ข้อมูลส่วนตัว บุคลิกภาพ สัมพันธภาพในครอบครัว สัมพันธภาพกับเพื่อน อิทธิพลของสื่อ และความก้าวร้าวของนักเรียน ประกอบด้วย

1.1 ค่าสถิติพื้นฐานของข้อมูลส่วนตัว ได้แก่ จำนวนร้อยละของนักเรียน ตามตัวแปรข้อมูลส่วนตัว บุคลิกภาพ สัมพันธภาพในครอบครัว สัมพันธภาพกับเพื่อน และอิทธิพลของสื่อ

1.2 ระดับความก้าวร้าวของนักเรียน คือ จำนวนร้อยละของนักเรียน ที่มีความก้าวร้าวมาก ก้าวร้าวปานกลาง และก้าวร่วมน้อย

1.3 ค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน บุคลิกภาพ สัมพันธภาพในครอบครัว สัมพันธภาพกับเพื่อน และอิทธิพลของสื่อ

1.4 การเปรียบเทียบความก้าวร้าวของนักเรียน ที่จำแนกตามบุคลิกภาพ สัมพันธภาพในครอบครัว สัมพันธภาพกับเพื่อน และอิทธิพลของสื่อ

ตอนที่ 2 ผลการทดลองใช้โปรแกรมการลดความก้าวร้าวของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3
โดยใช้กิจกรรมกลุ่ม

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ตอนที่ 1 ข้อมูลส่วนตัว บุคลิกภาพ สัมพันธภาพในครอบครัว สัมพันธภาพกับเพื่อน อิทธิพลของสื่อ และความก้าวร้าว

1.1 ค่าสถิติพื้นฐานของข้อมูลส่วนตัว ได้แก่ จำนวนร้อยละของนักเรียน ตามตัวแปรข้อมูลส่วนตัว บุคลิกภาพ สัมพันธภาพในครอบครัว สัมพันธภาพกับเพื่อน และอิทธิพลของสื่อ แสดงในตาราง 4

ตาราง 4 ค่าสถิติพื้นฐานตามตัวแปรข้อมูลส่วนตัว บุคลิกภาพ สัมพันธภาพในครอบครัว
สัมพันธภาพกับเพื่อน และอิทธิพลของสื่อ (n=720)

ตัวแปรข้อมูลส่วนตัว	จำนวน	ร้อยละ
ระดับชั้นที่กำลังศึกษา		
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1	252	34.6
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2	289	40.8
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3	179	24.6
รวม	720	100
สถานภาพของครอบครัว		
บิดามารดาอยู่ร่วมกัน	421	58.9
บิดามารดาแยกกันอยู่	244	33.5
บิดาหรือมารดาถึงแก่กรรม	23	3.2
อยู่กับยาย	12	1.7
อยู่กับน้ำ	20	2.7
รวม	720	100
ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	จำนวน	ร้อยละ
คะแนนเฉลี่ยต่ำกว่า 2.00	91	12.7
คะแนนเฉลี่ย 2.00 – 3.00	436	60.5
คะแนนเฉลี่ยสูงกว่า 3.00	193	26.8
รวม	720	100

ตาราง 4 (ต่อ)

ตัวแปรที่ศึกษา	จำนวน	ร้อยละ
บุคลิกภาพ		
แบบแสดงตัว	517	71.8
แบบเก็บตัว	203	28.2
รวม	720	100
สัมพันธภาพในครอบครัว		
ระดับดี	424	58.8
ระดับพอใช้	275	38.3
ระดับไม่ดี	21	2.9
รวม	720	100
สัมพันธภาพกับเพื่อน		
ระดับดี	331	46.0
ระดับพอใช้	366	50.8
ระดับไม่ดี	23	3.2
รวม	720	100
อิทธิพลของสื่อ		
ระดับมาก	350	48.6
ระดับปานกลาง	323	44.9
ระดับน้อย	47	6.5
รวม	720	100

จากตาราง 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลส่วนตัว ตามตัวแปรที่ศึกษา พบว่า

1. นักเรียนส่วนใหญ่อยู่ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 จำนวน 289 คน (ร้อยละ 40.8) รองลงมาอยู่ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จำนวน 252 คน (ร้อยละ 34.6) และอยู่ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 มีน้อยที่สุดเพียง 179 คน (ร้อยละ 24.6) เท่านั้น

2. นักเรียนส่วนใหญ่ติดตามดารอยู่ร่วมกัน จำนวน 421 คน (ร้อยละ 58.9) รองลงมาติดตามดารแยกกันอยู่ จำนวน 244 คน (ร้อยละ 33.5) ติดตามหรือมารดาถึงแก่กรรม จำนวน 23 คน (ร้อยละ 3.2) อยู่กับน้ำ จำนวน 20 คน (ร้อยละ 2.7) และอยู่กับยาย มีน้อยที่สุดเพียง 12 คน (ร้อยละ 1.7) เท่านั้น

3. นักเรียนส่วนใหญ่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนคะแนนเฉลี่ย 2.00-3.00 จำนวน 436 คน (ร้อยละ 60.5) รองลงมาคะแนนเฉลี่ยสูงกว่า 3.00 ขึ้นไป จำนวน 193 คน (ร้อยละ 26.8) และมีคะแนนเฉลี่ยต่ำกว่า 2.00 มีน้อยที่สุดเพียง 91 คน (ร้อยละ 12.5) เท่านั้น

4. นักเรียนส่วนใหญ่มีบุคลิกภาพแบบแสดงตัว จำนวน 517 คน (ร้อยละ 71.8) และมีบุคลิกภาพแบบเก็บตัว จำนวน 203 คน (ร้อยละ 28.2) เท่านั้น

5. นักเรียนส่วนใหญ่มีสัมพันธภาพในครอบครัวในระดับดี จำนวน 424 คน (ร้อยละ 58.8) รองลงมาสัมพันธภาพในครอบครัวในระดับพอใช้ จำนวน 275 คน (ร้อยละ 38.3) และมีสัมพันธภาพในครอบครัวในระดับไม่ดี มีน้อยที่สุดเพียง 21 คน (ร้อยละ 2.9) เท่านั้น

6. นักเรียนส่วนใหญ่มีสัมพันธภาพกับเพื่อนในระดับพอใช้ จำนวน 366 คน (ร้อยละ 50.8) รองลงมาสัมพันธภาพกับเพื่อนในระดับดี จำนวน 331 คน (ร้อยละ 46) และมีสัมพันธภาพกับเพื่อนในระดับไม่ดี มีน้อยที่สุดเพียง 23 คน (ร้อยละ 3.2) เท่านั้น

7. นักเรียนส่วนใหญ่ทำตามสื่อในระดับมาก จำนวน 350 คน (ร้อยละ 48.6) รองลงมาทำตามสื่อในระดับปานกลาง จำนวน 323 คน (ร้อยละ 44.9) และทำตามสื่อในระดับน้อย มีน้อยที่สุดเพียง 47 คน (ร้อยละ 6.5) เท่านั้น

1.2 ระดับความก้าวร้าวของนักเรียน ผลการวิเคราะห์ข้อมูลปรากฏ ดังตาราง 5

ตาราง 5 ค่าสถิติพื้นฐานของความก้าวร้าวของนักเรียน (n=720)

ระดับความก้าวร้าว	$\bar{X}$	S.D	จำนวน	ร้อยละ	แปลผล
ระดับน้อย	2.32	0.60	43	6.0	ระดับน้อย
ระดับปานกลาง	3.59	0.87	331	46.0	ระดับปานกลาง
ระดับมาก	3.89	0.88	346	48.0	ระดับมาก
รวม	3.69	0.91	720	100	ระดับมาก

จากตาราง 5 พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่มีความก้าวร้าวระดับมาก ($\bar{X} = 3.89$) รองลงมา ระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.59$) และระดับน้อย ($\bar{X} = 2.32$)

1.3 การเปรียบเทียบความก้าวร้าวของนักเรียน จำแนกตามบุคลิกภาพ สัมพันธภาพ ในครอบครัว สัมพันธภาพกับเพื่อน และอิทธิพลของสื่อ

1.3.1 การเปรียบเทียบความก้าวร้าวเมื่อจำแนกตามบุคลิกภาพ ผลปรากฏ

ดังตาราง 6

ตาราง 6 การเปรียบเทียบความก้าวร้าวเมื่อจำแนกตามบุคลิกภาพ

บุคลิกภาพ	n	$\bar{X}$	S.D.	t
เก็บตัว	203	2.7167	0.83980	1.733*
แสดงตัว	517	3.6886	0.87478	

*p < .05

จากตาราง 6 พบว่า นักเรียนมีบุคลิกภาพต่างกันมีความก้าวร้าวแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นั่นคือ นักเรียนที่มีบุคลิกภาพแสดงตัวมีความก้าวร้าวสูงกว่านักเรียนที่มีบุคลิกภาพแบบเก็บตัว อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

1.3.2 การเปรียบเทียบความก้าวร้าวเมื่อจำแนกตามสัมพันธภาพในครอบครัว ผลปรากฏ ดังตาราง 7

ตาราง 7 การเปรียบเทียบความก้าวร้าวเมื่อจำแนกตามสัมพันธภาพในครอบครัว

องค์ประกอบ	แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F
สัมพันธภาพ ในครอบครัว	ระหว่างกลุ่ม	8	24.090	3.011	4.831*
	ภายในกลุ่ม	711	443.207	0.623	
	รวม	719	467.297		

*p < .05

จากตาราง 7 พบว่า นักเรียนช่วงชั้นที่ 3 มีสัมพันธภาพในครอบครัวต่างกันมีความก้าวร้าวต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จึงทำการทดสอบต่อไปด้วยวิธี LSD เพื่อหาความแตกต่างรายคู่ ผลปรากฏดังตาราง 8

ตาราง 8 การเปรียบเทียบความก้าวร้าวของนักเรียน จำแนกตามสัมพันธภาพในครอบครัวเป็นรายคู่

	ความก้าวร้าว	ระดับดี	ระดับพอใช้	ระดับไม่ดี
สัมพันธภาพในครอบครัว	$\bar{X}$	3.79	3.56	2.33
ระดับดี	3.79	-	0.23*	1.46*
ระดับพอใช้	3.56		-	1.23*
ระดับไม่ดี	2.33			-

*p <.05

จากตาราง 8 พบว่า นักเรียนที่มีสัมพันธภาพในครอบครัวดีมีความก้าวร้าวสูงกว่านักเรียนที่มีสัมพันธภาพในครอบครัวระดับพอใช้และระดับไม่ดี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และนักเรียนที่มีสัมพันธภาพกับครอบครัวพอใช้มีความก้าวร้าวสูงกว่านักเรียนที่มีสัมพันธภาพในครอบครัวไม่ดี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

1.3.3 การเปรียบเทียบความก้าวร้าวเมื่อจำแนกตามสัมพันธภาพกับเพื่อน
ผลปรากฏดังตาราง 9

ตาราง 9 การเปรียบเทียบความก้าวร้าวเมื่อจำแนกตามสัมพันธภาพกับเพื่อน

องค์ประกอบ	แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F
	ระหว่างกลุ่ม	8	50.168	6.271	10.980*
สัมพันธภาพ					
กับเพื่อน	ภายในกลุ่ม	711	406.082	0.571	
	รวม	719	456.250		

*p < .05

จากตาราง 9 พบว่า นักเรียนช่วงชั้นที่ 3 มีสัมพันธภาพกับเพื่อนต่างกันมีความก้าวร้าวต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จึงทำการทดสอบต่อไปด้วยวิธี LSD เพื่อหาความแตกต่างรายคู่ ผลปรากฏดังตาราง 10

ตาราง 10 การเปรียบเทียบความก้าวร้าวของนักเรียน จำแนกตามสัมพันธภาพกับเพื่อนเป็นรายคู่

	ความก้าวร้าว	ระดับดี	ระดับพอใช้	ระดับไม่ดี
สัมพันธภาพกับเพื่อน	$\bar{X}$	3.95	3.49	2.21
ระดับดี	3.95	-	0.46*	1.74*
ระดับพอใช้	3.49		-	1.28*
ระดับไม่ดี	2.21			-

* $p < .05$

จากตาราง 10 พบว่า นักเรียนที่มีสัมพันธภาพกับเพื่อนระดับดีมีความก้าวร้าวสูงกว่านักเรียนที่มีสัมพันธภาพกับเพื่อนในระดับพอใช้และระดับไม่ดี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และนักเรียนที่มีสัมพันธภาพกับเพื่อนพอใช้มีความก้าวร้าวสูงกว่านักเรียนที่มีสัมพันธภาพกับเพื่อนระดับไม่ดี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

1.3.4 การเปรียบเทียบความก้าวร้าวเมื่อจำแนกตามอิทธิพลของสื่อ ผลปรากฏ

ดังตาราง 11

ตาราง 11 การเปรียบเทียบความก้าวร้าวเมื่อจำแนกตามอิทธิพลของสื่อ

องค์ประกอบ	แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F
อิทธิพล ของสื่อ	ระหว่างกลุ่ม	8	81.879	10.235	14.043*
	ภายในกลุ่ม	711	518.195	0.729	
	รวม	719	600.075		

* $p < .05$

จากตาราง 11 พบว่า นักเรียนช่วงชั้นที่ 3 มีสัมพันธภาพในครอบครัวต่างกันมีความก้าวร้าวต่างกันอย่างแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จึงทำการทดสอบต่อไปด้วยวิธี LSD เพื่อหาความแตกต่างรายคู่ ผลปรากฏดังตาราง 12

ตาราง 12 การเปรียบเทียบความก้าวร้าวของนักเรียน จำแนกตามอิทธิพลของสื่อเป็นรายคู่

	ความก้าวร้าว	มาก	ปานกลาง	น้อย
อิทธิพลของสื่อ	$\bar{X}$	3.97	3.46	2.23
ระดับมาก	3.97	-	0.51*	1.74*
ระดับปานกลาง	3.46		-	1.23*
ระดับน้อย	2.23			-

*p < .05

จากตาราง 12 พบว่า นักเรียนที่ได้รับอิทธิพลจากสื่อมากมีความก้าวร้าวสูงกว่านักเรียนที่ได้รับอิทธิพลจากสื่อปานกลางและน้อย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และนักเรียนที่ได้รับอิทธิพลจากสื่อปานกลางมีความก้าวร้าวสูงกว่านักเรียนที่ได้รับอิทธิพลจากสื่อน้อย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตอนที่ 2 ผลการทดลองใช้โปรแกรมการลดความก้าวร้าวของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โดยใช้กิจกรรมกลุ่ม (n=12)

ตาราง 13 แสดงผลการเปรียบเทียบความก้าวร้าวของนักเรียน ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมลดความก้าวร้าว (n=12)

กลุ่มทดลอง	n	$\bar{X}$	S.D.	t
ก่อนการทดลอง	12	3.8785	0.16328	10.877**
หลังการทดลอง	12	3.0972	0.20515	

**p < .01

จากตาราง 13 พบว่า หลังการทดลองความก้าวร้าวของนักเรียนต่ำกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 นั่นคือ หลังการเข้าร่วมโปรแกรมการลดความก้าวร้าว โดยใช้กิจกรรมกลุ่ม นักเรียนมีความก้าวร้าวลดลง ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 2

บทที่ 5

สรุป อภิปรายผล ข้อเสนอแนะ

ความมุ่งหมายของการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ตั้งความมุ่งหมายไว้ดังนี้

1. เพื่อศึกษาพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนมัธยมศึกษาแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร
2. เพื่อเปรียบเทียบความก้าวร้าวของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 เมื่อจำแนกตามตัวแปรด้านส่วนตัว ตัวแปรด้านครอบครัว และตัวแปรด้านสังคม
3. เพื่อเปรียบเทียบความก้าวร้าวของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมการลดความก้าวร้าวของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โดยใช้กิจกรรมกลุ่ม

สมมติฐานการวิจัย

1. ความก้าวร้าวของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อจำแนกตามตัวแปรด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว และด้านสังคม
2. หลังจากเข้าร่วมโปรแกรมการลดความก้าวร้าวของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โดยใช้กิจกรรมกลุ่ม ความก้าวร้าวของนักเรียนลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ .05

ขอบเขตของงานวิจัย

ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ มีดังนี้

1. ประชากร ได้แก่ นักเรียนช่วงชั้นที่ 3 ของโรงเรียนมัธยมศึกษาแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2552 จำนวน 720 คน

2. กลุ่มตัวอย่าง

2.1 ประชากรที่ใช้ในการวิจัยเป็นนักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในช่วงชั้นที่ 3 ของโรงเรียนมัธยมศึกษาแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2552 ที่มีคะแนนความก้าวร้าวตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 75 ขึ้นไป จำนวน 180 คน

2.2 กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ เป็นนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 ของโรงเรียนมัธยมศึกษาแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2552 จำนวน 12 คน ซึ่งสุ่มอย่างง่ายจากประชากรที่สมัครใจเข้าร่วมโปรแกรมการลดความก้าวร้าวโดยใช้กิจกรรมกลุ่ม

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยใช้เครื่องมือ ดังนี้

1. แบบสอบถามข้อมูลส่วนตัว
2. แบบสอบถามวัดบุคลิกภาพ
3. แบบสอบถามสัมพันธภาพในครอบครัว
4. แบบสอบถามสัมพันธภาพกับเพื่อน
5. แบบสอบถามอิทธิพลของสื่อ
6. แบบสอบถามวัดความก้าวร้าว
7. โปรแกรมการลดความก้าวร้าวของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โดยใช้กิจกรรมกลุ่ม

วิธีเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการเก็บข้อมูลดังนี้

1. ผู้วิจัยขอหนังสือขอความร่วมมือเพื่อการวิจัยจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ถึงผู้อำนวยการโรงเรียนมัธยมศึกษาแห่งหนึ่ง ในกรุงเทพมหานคร เพื่อขอความอนุเคราะห์ให้นักเรียนช่วงชั้นที่ 3 จำนวน 720 คน ตอบแบบสอบถาม
2. ผู้วิจัยทดลองใช้โปรแกรมการลดความก้าวร้าวของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โดยใช้กิจกรรมกลุ่ม กับกลุ่มตัวอย่าง 12 คน
3. ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้ไปวิเคราะห์หาค่าสถิติต่อไป

วิธีดำเนินการทดลอง

การดำเนินการทดลอง มีลำดับขั้นตอนดังนี้

1. ผู้วิจัยได้ทำการทดสอบก่อนการทดลอง (Pretest)
2. ดำเนินการทดลองโดยใช้โปรแกรมการลดความก้าวร้าว โดยใช้กิจกรรมกลุ่ม โดยทำการทดลองจำนวน 10 ครั้ง โดยกำหนดเป็น 2 ครั้งต่อสัปดาห์ ในวันอังคาร และวันศุกร์ เวลา 11.00-12.00 น.
3. เมื่อสิ้นสุดการทดลอง ผู้วิจัยให้กลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถามชุดเดียวกันกับฉบับที่ใช้ก่อนการทดลองแล้วเก็บเป็นคะแนนหลังการทดลอง (Posttest)
4. นำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อทดสอบสมมติฐานต่อไป

การวิเคราะห์ข้อมูล

ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ผู้วิจัยได้เสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามลำดับ ดังนี้

1. การศึกษาความก้าวหน้าของนักเรียน ในโรงเรียนมัธยมศึกษาแห่งหนึ่ง

ในกรุงเทพมหานคร

2. เปรียบเทียบความก้าวหน้าของนักเรียนเมื่อจำแนกตามข้อมูลส่วนตัว ตัวแปรที่ศึกษา ได้แก่ บุคลิกภาพ สัมพันธภาพในครอบครัว สัมพันธภาพกับเพื่อน และอิทธิพลของสื่อ

3. เปรียบเทียบความก้าวหน้าของนักเรียนก่อนและหลังได้รับโปรแกรมการลดความก้าวหน้าของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โดยใช้กิจกรรมกลุ่ม

สรุปผลการวิจัย

ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

1. นักเรียนมีบุคลิกภาพต่างกันมีความก้าวหน้าต่างกัน คือ นักเรียนที่มีบุคลิกภาพแสดงตัวมีความก้าวหน้าสูงกว่านักเรียนที่มีบุคลิกภาพเก็บตัว อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 1

2. นักเรียนมีสัมพันธภาพในครอบครัวต่างกัน มีความก้าวหน้าต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 คือ นักเรียนที่มีสัมพันธภาพในครอบครัวดีมีความก้าวหน้าสูงกว่านักเรียนที่มีสัมพันธภาพในครอบครัวระดับพอใช้และระดับไม่ดี และนักเรียนที่มีสัมพันธภาพกับครอบครัวพอใช้มีความก้าวหน้าสูงกว่านักเรียนที่มีสัมพันธภาพในครอบครัวไม่ดี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 1

3. นักเรียนมีสัมพันธภาพกับเพื่อนต่างกัน มีความก้าวหน้าต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 คือ นักเรียนที่มีสัมพันธภาพกับเพื่อนระดับดีมีความก้าวหน้าสูงกว่านักเรียนที่มีสัมพันธภาพกับเพื่อนในระดับพอใช้และระดับไม่ดี และนักเรียนที่มีสัมพันธภาพกับเพื่อนพอใช้มีความก้าวหน้าสูงกว่านักเรียนที่มีสัมพันธภาพกับเพื่อนระดับไม่ดี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 1

4. นักเรียนที่ได้รับอิทธิพลของสื่อต่างกัน มีความก้าวหน้าต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 คือ นักเรียนที่ได้รับอิทธิพลจากสื่อมากมีความก้าวหน้าสูงกว่านักเรียนที่ได้รับอิทธิพลจากสื่อปานกลางและน้อย และนักเรียนที่ได้รับอิทธิพลจากสื่อปานกลางมีความก้าวหน้าสูงกว่านักเรียนที่ได้รับอิทธิพลจากสื่อน้อย ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 1

5. นักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมการลดความก้าวหน้าของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โดยใช้กิจกรรมกลุ่ม มีความก้าวหน้าลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 2

อภิปรายผล

1. บุคลิกภาพกับความก้าวร้าว

จากการศึกษาพบว่า นักเรียนช่วงชั้นที่ 3 ของโรงเรียนมัธยมศึกษาแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร ที่มีบุคลิกภาพต่างกันมีความก้าวร้าวต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นั่นคือ นักเรียนที่มีบุคลิกภาพแสดงตัวมีความก้าวร้าวสูงกว่านักเรียนที่มีบุคลิกภาพแบบเก็บตัว อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เนื่องจากนักเรียนส่วนใหญ่มีบุคลิกภาพที่ชอบแสดงตัว โดยทั่วไปบุคลิกภาพของคนเรามี 2 ลักษณะ คือ หันเข้าหาตัวเอง คือ พวกเก็บตัว และอีกลักษณะหนึ่งคือ พวกที่แสดงตัว เป็นนักเรียนที่ปรับตัวเข้ากับสภาพแวดล้อมได้ และสามารถเรียนรู้รับสิ่งต่างๆ ได้เป็นอย่างดี จึงทำให้บุคลิกภาพต่างกันมีความก้าวร้าวต่างกัน เพราะนักเรียนที่มีบุคลิกภาพแบบแสดงตัว เป็นบุคคลที่สนใจโลกภายนอก เป็นบุคลิกภาพที่ชอบเข้าสังคม เปิดเผยชอบกิจกรรมที่มีการเคลื่อนไหว ชอบเป็นผู้นำ อารมณ์ไม่คงที่เปลี่ยนแปลงได้บ่อย ไม่ค่อยมีเหตุผล ซึ่งสิ่งเหล่านี้จะเป็นความสัมพันธ์ที่มีอิทธิพลให้มีความก้าวร้าว สอดคล้องกับทฤษฎีของแมคคาร์กีย์ (สุพล ชัดเชื้อ. 2545 : 18 ; อ้างอิงจาก McGarree, 1966) ที่ได้ศึกษาลักษณะบุคลิกภาพของอาชญากรและแบ่งออกเป็น 2 ลักษณะประการแรก คือ การที่บุคคลไม่สามารถควบคุมความก้าวร้าวของตนเองได้ หรือมีการยับยั้งการแสดงออกของความก้าวร้าวได้น้อย มีความพร้อมที่จะตอบสนองความคับข้องใจด้วยความก้าวร้าว และลักษณะประการที่สอง คือ การที่บุคคลควบคุมความก้าวร้าวของตนเองมากเกินไปโดยควบคุมอย่างเข้มแข็งต่อการแสดงออกของความก้าวร้าวอย่างเรื้อรัง

จากการศึกษาดังกล่าว แมคคาร์กีย์สรุปว่า อาชญากรที่ร้ายแรง มักมาจากพวกที่ควบคุมความก้าวร้าวมากเกินไป สอดคล้องกับงานวิจัยของฮอลล์เวิร์ด (Hallworth, 1964:171-177) ศึกษาบุคลิกภาพของเด็กวัยรุ่นของโรงเรียนมัธยมแบบผสมในเขตอุตสาหกรรมตอนกลางของประเทศอังกฤษ โดยให้ครูประเมินลักษณะของเด็กชายและเด็กหญิงอายุ 14 ปี ตามรายการบุคลิกภาพ 14 อย่าง ผลการศึกษาพบว่า ลักษณะบุคลิกภาพที่เด็กแสดงตัวมีเป็นอันดับหนึ่งคือ มีคนรู้จักมาก อันดับสองคือ ปรับตัวให้เข้าสิ่งแวดล้อมใหม่ๆ ได้มาก อันดับสามคือ เข้ากับคนได้ทุกประเภท อันดับสี่คือ ถ้ามีโอกาสจะเป็นผู้นำ อันดับห้าคือ ชอบการปฏิบัติและทดลอง อันดับหกคือ มักจะได้ตามเพื่อนเมื่อสงสัย

2. สัมพันธภาพในครอบครัวกับความก้าวร้าว

จากการศึกษาพบว่า นักเรียนช่วงชั้นที่ 3 ของโรงเรียนมัธยมศึกษาแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร ที่มีสัมพันธภาพในครอบครัวต่างกันมีความก้าวร้าวอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยที่นักเรียนมีสัมพันธภาพในครอบครัวดีมีความก้าวร้าวสูงกว่านักเรียนที่มีสัมพันธภาพใน

ครอบครัวระดับพอใช้และระดับไม่ดี และนักเรียนที่มีสัมพันธภาพกับครอบครัวพอใช้มีความก้าวร้าวสูงกว่านักเรียนที่มีสัมพันธภาพในครอบครัวไม่ดี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทั้งนี้เนื่องจากนักเรียนได้เห็น พฤติกรรมหรือการแสดงออกของพ่อแม่ในลักษณะการทะเลาะเบาะแว้ง ใช้คำพูดที่หยาบคาย ทำให้นักเรียนนำมาเลียนแบบจนอาจติดเป็นนิสัยได้ จึงทำให้นักเรียนความก้าวร้าวสอดคล้องกับสมพร สุทัศนีย์ (2540:41) พบว่า เด็กที่มีพฤติกรรมก้าวร้าว เกเร มักจะมาจากครอบครัวที่แตกแยก และวิธีปฏิบัติของพ่อแม่ในลักษณะความห่างเหิน ทะเลาะเบาะแว้ง และก่อให้เกิดการเลียนแบบในเด็กขึ้น สอดคล้องกับบาร์รอนและเอิร์ล (Barron and Earls, 1984 : 23-31) ที่พบว่า ภาวะความเครียดอันเกิดจากความสัมพันธ์ที่ไม่ดีระหว่างพ่อแม่ทำให้พ่อแม่ใช้การฝึกวินัยที่ไม่เหมาะสม เช่น ลงโทษรุนแรง ปล่อยปละละเลยเด็ก ทำให้เด็กมีพฤติกรรมก้าวร้าว ซึ่งสอดคล้องกับกุลวรรณ วิทยาวงศ์รุจิ (2546 : 58-59) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ของสัมพันธภาพในครอบครัวและการปรับตัวของวัยรุ่นที่กำลังศึกษาอยู่ในโรงเรียนสหศึกษาชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นและตอนปลาย ปีการศึกษา 2545 ในกรุงเทพมหานคร จำนวน 499 คน ผลปรากฏว่า สัมพันธภาพในครอบครัวมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการปรับตัว โดยมีค่าสหสัมพันธ์เท่ากับ .45 นั่นคือ เด็กวัยรุ่นที่ปรับตัวไม่ดีทำให้เกิดพฤติกรรมก้าวร้าว

ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากสภาพที่อบอุ่นมาจากในบ้าน มีสัมพันธภาพในครอบครัวที่ดีต่อกันระหว่างพ่อแม่ลูก ซึ่งเป็นรากฐานที่สำคัญในการดำรงชีวิต โดยเฉพาะอย่างยิ่งการปรับตัวให้เข้ากับสังคมโดยไม่ก่อให้เกิดปัญหาต่าง ๆ สอดคล้องกับแซนทรอค (Santrock, (1997: 387-389) ได้แสดงความคิดเห็นถึงสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับพ่อแม่ไว้ สรุปได้ว่า เมื่อลูกเข้าสู่วัยรุ่น ความสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่กับลูกวัยรุ่นนั้นจะแปรสภาพต่างไปจากวัยทารก และ วัยเด็กมาก เพราะเมื่อเด็กเข้าสู่วัยรุ่นจะมีการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นมากทั้งร่างกาย และจิตใจ เริ่มก้าวเข้าสู่ความเป็นผู้ใหญ่ เริ่มมีการค้นหาเอกลักษณ์ของตนเองเพื่อรู้จักตนเองในแง่มุมต่างๆ และค่อยๆ ทำตัวเป็นอิสระจากพ่อแม่ สภาพเช่นนี้ย่อมก่อให้เกิดความขัดแย้งด้านสัมพันธภาพกับพ่อแม่ได้ ซึ่งพ่อแม่ต้องให้ความสนใจ

3. สัมพันธภาพกับเพื่อนกับความก้าวร้าว

จากการศึกษาพบว่า นักเรียนช่วงชั้นที่ 3 ของโรงเรียนมัธยมศึกษาแห่งหนึ่ง ในกรุงเทพมหานคร ที่มีสัมพันธภาพกับเพื่อนต่างกันมีความก้าวร้าวอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยที่นักเรียนมีสัมพันธภาพกับเพื่อนระดับดีมีความก้าวร้าวสูงกว่านักเรียนที่มีสัมพันธภาพกับเพื่อนในระดับพอใช้และระดับไม่ดี และนักเรียนที่มีสัมพันธภาพกับเพื่อนพอใช้มีความก้าวร้าวสูงกว่านักเรียนที่มีสัมพันธภาพกับเพื่อนระดับไม่ดี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทั้งนี้เนื่องจากวัยรุ่นเป็นวัยที่ชอบปฏิบัติตนให้เพื่อน ๆ ยอมรับชอบแสดงพฤติกรรมตามแบบเพื่อน เป็นวัยที่กล้าแสดงออกในเรื่องความก้าวร้าว โดยปกติวัยรุ่นจะมีความก้าวร้าวคึกคะนองอยู่แล้วซึ่งจะยิ่งเหิมก้าวร้าวมากขึ้น เมื่อมี

การรวมกลุ่มกันและได้รับการชื่นชม หรือสนใจในทางที่ผิดจากกลุ่มเพื่อนซึ่งสอดคล้องกับแบนดูรา (Bandura, 1977, pp.46-48) กล่าวว่ากลุ่มเพื่อนเป็นต้นแบบที่มีอิทธิพลต่อวัยรุ่นเป็นอย่างมาก เนื่องจากวัยรุ่นเป็นวัยที่ให้ความสำคัญกับกลุ่มเพื่อนในฐานะแหล่งข่าวสาร ที่ปรึกษา ที่พึ่งพา ส่งเสริมและเป็นแบบอย่างของพฤติกรรมต่าง ๆ ไม่ว่าจะดีหรือชั่วขอให้เป็นที่ยอมรับของกลุ่มเพื่อนก็เพียงพอ

ดังนั้น จากทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม กลุ่มเพื่อนได้ทำหน้าที่ของการเป็นแบบอย่างในการกระทำและเป็นแรงเสริมให้เกิดการแสดงออกของพฤติกรรมก้าวร้าว สอดคล้องกับศิริวรรณ ปูนคอน. (2547: 104) กล่าวว่า วัยรุ่นเป็นวัยที่ได้รับอิทธิพลจากเพื่อนมากกว่าวัยอื่น ๆ ของชีวิต ทั้งการทำทาง การพูดการแต่งกาย และค่านิยมต่าง ๆ วัยรุ่นที่อยู่ในกลุ่มเพื่อนที่มีพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมเพื่อแสดงให้เห็นว่าตนรักดีต่อกลุ่ม เป็นพวกเดียวกัน เพื่อนจึงมีความสำคัญต่อวัยรุ่นมาก การปฏิบัติของเพื่อนต่อวัยรุ่นมีความสัมพันธ์กับความก้าวร้าวของวัยรุ่น เนื่องจากเพื่อนมีส่วนสำคัญในการเป็นแบบอย่าง และชักจูงให้กระทำพฤติกรรมต่าง ๆ และวัยรุ่นเป็นวัยที่ต้องการได้รับการยอมรับจากเพื่อน ซึ่งพฤติกรรมที่วัยรุ่นได้พบเห็นจากกลุ่มเพื่อนมักจะเลียนแบบเพื่อให้เพื่อน ๆ พึงพอใจ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัย อุดมเดช กาญจนพันธุ์ (2540:44) พบว่า พฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชนไทยในสถานศึกษาระดับอาชีวศึกษา พฤติกรรมก้าวร้าวทางวาจาเกิดจากการลอกเลียนแบบจากเพื่อน ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของสมพร สุทัศนีย์ (2530:98) ที่พบว่า อิทธิพลกลุ่มเพื่อน เป็นตัวแปรที่มีอิทธิพลเชิงสาเหตุทางตรงต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียน และสอดคล้องกับ อลงกรณ์ ปรีวุฒิมพงษ์ (2540:13) ที่กล่าวว่า เพื่อนมีความหมายต่อวัยรุ่นมาก และเพื่อนยังเป็นสิ่งที่วัยรุ่นคิดว่าขาดไม่ได้ นอกจากนั้น วัยรุ่นยังมีความต้องการเป็นที่ยอมรับและยกย่องจากกลุ่มเพื่อน ซึ่งออกมาในรูปของการเลียนแบบพฤติกรรมต่าง ๆ ของกลุ่ม หรือ ยอมถูกกระทำพฤติกรรมนั้น ๆ ไม่ว่าจะดีหรือไม่ดี ขอให้เป็นที่ยอมรับก็เพียงพอ

4. อิทธิพลของสื่อกับความก้าวร้าว

จากการศึกษาพบว่า นักเรียนช่วงชั้นที่ 3 ของโรงเรียนมัธยมศึกษาแห่งหนึ่ง ในกรุงเทพมหานคร ได้รับอิทธิพลของสื่อต่างกัน มีความก้าวร้าวต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 1 โดยที่นักเรียนที่ได้รับอิทธิพลจากสื่อมากมีความก้าวร้าวสูงกว่านักเรียนที่ได้รับอิทธิพลจากสื่อปานกลางและน้อย และนักเรียนที่ได้รับอิทธิพลจากสื่อปานกลางมีความก้าวร้าวสูงกว่านักเรียนที่ได้รับอิทธิพลจากสื่อน้อย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทั้งนี้ อาจเนื่องมาจากบริเวณโรงเรียนมีร้านอินเทอร์เน็ต และร้านเช่าการ์ตูน ทำให้นักเรียนบางคนหลังเลิกเรียนเข้าร้านอินเทอร์เน็ตหรือเช่าการ์ตูนไปอ่าน ทำให้เห็นภาพต่าง ๆ ที่เผยแพร่จากสื่อ ที่แสดงออก

ในทางลบทำให้นักเรียนมีการเลียนแบบสื่อ โดยไม่ใช้ความคิดวิเคราะห์และไตร่ตรองให้ดีกว่าก่อนที่จะนำไปใช้ จึงทำให้ความก้าวร้าวของนักเรียนแตกต่างกัน

ทั้งนี้เพราะสื่อมวลชนเป็นกระบวนการที่เผยแพร่ภาพลักษณ์ที่วัยรุ่น ได้เห็น ได้ยิน ได้สัมผัส และมีปฏิสัมพันธ์โดยตรงกับวัยรุ่น ซึ่งสื่อจะแสดงออกได้ทั้งในทางบวกและทางลบ นักเรียนอาจมีการเลียนแบบเกิดการเรียนรู้และนำไปสู่การกระทำ สอดคล้องกับทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม (Social Learning theory) ของแบนดูรา (Bandura, 1977:52-54) ที่กล่าวว่า อิทธิพลสำคัญในการเรียนรู้ทางสังคมที่สำคัญประการหนึ่งคือ สิ่งที่น่าเสนอผ่านทางสื่อมวลชนซึ่งมีอยู่มากมายหลายชนิดทำให้มนุษย์ได้รับความนึกคิดและรูปแบบการกระทำใหม่ๆ อยู่เสมอ สอดคล้องกับเปอร์เทียส (Perteous, 1985: 465-478) กล่าวว่า จากความเป็นอยู่ที่ดีกว่าและใช้เทคโนโลยีที่ทันสมัยกว่าสื่อต่าง ๆ จึงเข้าถึงเด็กในเมืองได้มากกว่าเด็กชนบทคือ สื่อประเภทเอกสาร สิ่งพิมพ์ โทรทัศน์ และการเล่นเกมสคอมพิวเตอร์ต่าง ๆ ซึ่งสอดคล้องกับ สอดคล้องกับ ปันตา นิตยาพร (2543: 69) ที่กล่าวว่า สื่อมวลชนเป็นตัวแบบโดยตรงต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของวัยรุ่น และยังมีส่วนในการเข้าไปสร้างอิทธิพลทางความคิดในเรื่องต่าง ๆ โดยเฉพาะเรื่องเกี่ยวกับความก้าวร้าวและสร้างการยอมรับให้เกิดขึ้นที่ละน้อยได้ สอดคล้องกับการเลนเนอร์และคนอื่น ๆ (Gerlener and others, 1980 อ้างถึงใน สุกิจ ไวกัฒนากร. 2542: 16) พบว่า ปริมาณความก้าวร้าวจะมีมากหรือน้อยขึ้นอยู่กับปัจจัยแวดล้อมอื่น ๆ ที่เข้ามาเกี่ยวข้องกับเนื้อหาความรุนแรงในโทรทัศน์ด้วย ซึ่งสอดคล้องการศึกษาของอีรอน (Eron.1982, อ้างถึงใน โสภา ขปิลมันน์. 2546: 143) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับภาพยนตร์เรื่องราวหรือสารคดีที่เกี่ยวกับความรุนแรง การต่อสู้และฆ่ากัน พบว่า จะมีความสัมพันธ์กับระดับความก้าวร้าวทางจิตใจและทางกายของเด็ก ยิ่งดูมากขึ้นเท่าไร เด็กจะยิ่งมีความก้าวร้าวเพิ่มขึ้นมากเท่านั้น

จากผลการศึกษาสะท้อนให้เห็นว่า การเลียนแบบสื่อ มีอิทธิพลต่อการค้นหาตนเองและการพบตนของเด็กเป็นอย่างยิ่ง โดยเฉพาะในกลุ่มเด็กวัยรุ่น ข่าวสารจากสื่อมวลชนบางลักษณะไม่เหมาะสมสำหรับการสร้าง “ตน” และ “การค้นหาตน” เนื่องจากสื่อนิยมเสนอความรุนแรงถึงขั้นตอนวิธีการต่อสู้กัน การใช้อาวุธต่าง ๆ เด็กวัยรุ่นได้รับและซึมซับองค์ประกอบ หรือพิษจากสื่อทุกวัน เห็นความรุนแรงเป็นเรื่องปกติ ดังนั้นเมื่อเกิดปัญหา เด็กจะแก้ปัญหาโดยใช้ความรุนแรงในการตัดสินใจปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น จึงทำให้พฤติกรรมการเลียนแบบสื่อเป็นปัจจัยที่มีความสำคัญอันดับแรกต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียน

5. นักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมการลดความก้าวร้าวของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โดยใช้กิจกรรมกลุ่ม มีความก้าวร้าวลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 สอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 2

จากการศึกษาพบว่า นักเรียนช่วงชั้นที่ 3 ของโรงเรียนมัธยมศึกษาแห่งหนึ่ง ในกรุงเทพมหานคร ก่อนเข้าร่วมโปรแกรมมีความก้าวร้าวมาก และหลังการเข้าร่วมโปรแกรมการลดความก้าวร้าวลดลงอยู่ในระดับปานกลาง ทั้งนี้เป็นผลเนื่องมาจากผู้วิจัยได้สร้างรูปแบบของกิจกรรมที่หลากหลายมาใช้ ได้แก่ เทคนิคกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ การอภิปรายกลุ่ม บทบาทสมมติ เกม และกรณีตัวอย่าง ซึ่งเป็นการจัดกิจกรรมไม่ซ้ำซาก ได้รับความสนใจผู้เรียน กระตุ้นให้ผู้เรียนรู้จักคิด รู้จักแก้ปัญหา และนักเรียนได้มีโอกาสตรวจสอบความรู้ความเข้าใจของตนเองจากการทำแบบฝึกหัด เป็นการชักจูงให้นักเรียนสนใจในการร่วมกิจกรรมและทำให้นักเรียนมีความก้าวร้าวลดลง ซึ่งสอดคล้องกับที่จิราภรณ์ อารยะรังษฤษฎ์ (2549 : 13) ที่ว่า พลังกลุ่มมีศูนย์กลางอยู่ที่อิทธิพลและความกดดันจากกลุ่มเพื่อนคุณลักษณะอย่างหนึ่งที่สำคัญมากในการพัฒนาแต่ละบุคคล การทำกิจกรรมกลุ่มเป็นการนำพลังกลุ่มเพื่อนมาช่วยให้สมาชิกในกลุ่มสามารถแก้ไขปัญหของตนเอง และทิสนา เขมมณี (2545: 139-147) กล่าวถึงกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ว่าเป็นการรวมตัวกันของกลุ่มเพื่อปฏิบัติงานให้บรรลุเป้าหมาย เพื่อให้ผู้เรียน มีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมต่างๆ และเพื่อให้ผู้เรียนเกิดประสบการณ์ ความคิด ความรู้สึกและการเรียนรู้ เพื่อนำมาวิเคราะห์หรืออภิปรายให้เกิดการเรียนรู้ จนได้ข้อสรุปที่ชัดเจน รวมทั้งการกระตุ้นให้ผู้เรียน นำการเรียนรู้ที่ได้รับไปปฏิบัติหรือใช้ในชีวิตประจำวัน สอดคล้องกับศิริภาณี พงุฒิ (2549:ง) ที่ได้ศึกษาผลการใช้กิจกรรมกลุ่มที่มีต่อการปรับพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน จังหวัดเชียงใหม่ พบว่า เยาวชนที่เข้าร่วมกิจกรรมปรับพฤติกรรม มีแนวโน้มพฤติกรรมก้าวร้าวลดลงจากระยะก่อนการทดลองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 สอดคล้องกับพัชรินทร์ แก้วพาดิ (2544:41) ได้ศึกษาผลของกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่1-3 โรงเรียนขยายโอกาส ผลการวิจัยพบว่าเด็กที่ได้รับการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์มีคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวแตกต่างไปจากเดิม โดยมีพฤติกรรมก้าวร้าวลดลง

นอกจากนี้ผู้วิจัยยังนำหลักพรหมวิหารสี่มาลดความก้าวร้าวโดยผ่านกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ สามารถลดความก้าวร้าวของนักเรียนได้อย่างมีประสิทธิภาพ ทั้งนี้เพราะโปรแกรมการลดความก้าวร้าวของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โดยใช้กิจกรรมกลุ่ม จากการศึกษาพบว่าหลักพรหมวิหารสี่มีความสอดคล้องกับทฤษฎีความก้าวร้าว ถ้านักเรียนมีหลักพรหมวิหารสี่คือเมตตา กรุณา มุทิตา และอุเบกขา ทำให้มีความก้าวร้าวลดลง ผู้วิจัยจึงสอดแทรกหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา โดยบูรณาการจิตวิทยาการเรียนรู้ จิตวิทยาการแนะแนว และกิจกรรมกลุ่มเข้าด้วยกัน เพื่อให้ผู้ที่เข้าร่วมกิจกรรมใน

ครั้งนี้มีความเข้าใจถึงแก่นของหลักพรหมวิหารสี่ และสามารถนำไปใช้ได้ สถานการณ์ต่าง ๆ ที่ต้องเผชิญในการดำรงชีวิต จากการดำเนินกิจกรรมตามที่กล่าวมา ผู้วิจัยเชื่อว่ามีผลทำให้นักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมเพื่อลดความก้าวร้าวของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โดยใช้กิจกรรมกลุ่ม ลดความก้าวร้าวลงได้ และจากการค้นคว้างานวิจัยยังไม่พบการนำหลักพรหมวิหารสี่มาใช้ในการลดความก้าวร้าวโดยตรง แต่มีงานวิจัยที่นำหลักพรหมวิหารสี่ คือ การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความคิดวิตกกังวลกับคุณธรรมด้วยพรหมวิหารสี่ ของจิตนา จินดารัตน์ (2523) ที่ศึกษา การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความคิดวิตกกังวลกับคุณธรรมด้วยพรหมวิหารสี่ ของนิสิตครู และนิสิตแพทย์ ผลการวิจัยพบว่า ในทัศนคติต่อการรับรู้มาตรฐานสังคมนิสิตแพทย์มีทัศนคติเกี่ยวกับคุณธรรมด้าน เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา สูงกว่านิสิตครู อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 ส่วนคุณธรรมด้าน มุทิตา ไม่แตกต่างกัน

จากผลการศึกษาทั้งหมดที่ได้กล่าวมาข้างต้น พบว่าความก้าวร้าวของนักเรียนลดลง เนื่องจากโปรแกรมการลดความก้าวร้าวของนักเรียนที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นนั้นใช้กิจกรรมกลุ่มที่ประกอบด้วยกิจกรรมที่หลากหลาย พร้อมทั้งสอดแทรกหลักธรรมพรหมวิหารสี่ซึ่งเป็นหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาที่จะเป็นส่วนช่วยลดความก้าวร้าวอีกส่วนหนึ่ง สอดคล้องกับทฤษฎีกลุ่มสัมพันธ์ที่มีขั้นตอนการปรับพฤติกรรมที่ได้ผล เมื่อนำมาผสมผสานกันทำให้ได้โปรแกรมการลดความก้าวร้าวของนักเรียนที่มีคุณภาพและโปรแกรมนี้สามารถปรับเปลี่ยนวิธีคิดและมุมมองในสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นกับตนเอง สามารถพัฒนาตนเองให้มีความก้าวร้าวลดลงได้อันจะนำไปสู่การอยู่ร่วมกับบุคคลอื่นในสังคมได้อย่างเป็นปกติสุข

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะในการนำไปใช้

จากผลการวิจัยดังกล่าวข้างต้น ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะ ดังนี้

1.1 จากผลการวิจัยพบว่า การพัฒนาโปรแกรมการลดความก้าวร้าวของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โดยใช้กิจกรรมกลุ่ม สามารถลดความก้าวร้าวได้จริง ดังนั้นจึงเป็นสิ่งที่น่าสนใจอย่างยิ่งกับผู้มีส่วนเกี่ยวข้องกับนักเรียนที่มีความก้าวร้าวหรือบุคคลที่มีความสนใจวิธีการนี้ไปประยุกต์ใช้ในการปรับพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนได้

1.2 ก่อนการวิจัย ควรเข้าไปสังเกตการณ์กับนักเรียนสักระยะเวลาหนึ่ง เพื่อให้เกิดสัมพันธภาพอันดีระหว่างนักเรียนซึ่งจะอำนวยความสะดวกให้ผู้วิจัยได้ข้อมูลที่ตรงตามความจริง

2. ข้อเสนอในการทำวิจัยครั้งต่อไป

2.1 ควรศึกษาความก้าวร้าวและใช้โปรแกรมการลดความก้าวร้าวกับกลุ่มอื่น ๆ ในช่วงชั้นเดียวกัน เพื่อสร้างความเข้าใจในโปรแกรมลดความก้าวร้าว

2.2 เนื่องจากโปรแกรมการลดความก้าวร้าวสามารถทำให้นักเรียนลดความก้าวร้าวลงได้ ดังนั้นจึงควรนำวิธีการดังกล่าวไปทดลองใช้ในการปรับพฤติกรรมอื่น ๆ เช่น พฤติกรรมไม่มีระเบียบ พฤติกรรมขาดความรับผิดชอบ เป็นต้น

2.3 นอกจากการประเมินตนเองแล้ว ต้องให้ครูอาจารย์ที่ปรึกษาของนักเรียนร่วมสังเกตและประเมินความก้าวร้าวของนักเรียนด้วย



บรรณานุกรม

- กฤษดา ประทีปรัตน์. (2549). ปัจจัยที่ส่งผลต่อความรับผิดชอบของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนหนองแค "สรงกิจพิทยาสรรพ์" อำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี. สารนิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- กันยา สุวรรณแสง. (2546) . การพัฒนาบุคลิกภาพและการปรับตัว. พิมพ์ครั้งที่ 2 กรุงเทพฯ: ภาควิชาการศึกษา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- แก้วจิต มากปาน.(2540). การเปรียบเทียบผลของการฝึก การวิเคราะห์ติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล กับกิจกรรมกลุ่มที่มีต่ออัตรการอ่านหนังสือของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนศรีอยุธยา กรุงเทพมหานคร. ปริญญาโท กศ.ม. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- โกศล เศรษฐราช. (2542). การเปรียบเทียบการรับรู้เกี่ยวกับความสัมพันธ์ภายในครอบครัวและการปฏิบัติเกี่ยวกับการเลี้ยงดูบุตรระหว่างบิดามารดาและผู้ป่วยวัยรุ่นในโรงพยาบาลจิตเวช. วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต. (ภาควิชาพยาบาลศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- เขตไทย สินธุสุวรรณ. (2548). ผลของการใช้กิจกรรมกลุ่มที่มีต่อความเป็นผู้นำของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนไชยฉิมพลีวิทยาคม เขตภาษีเจริญ กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต. จิตวิทยาการศึกษา. กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- คมเพชร จัตุรสุกุล. (2546). กิจกรรมกลุ่มในโรงเรียน . กรุงเทพฯ : ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- คมคาย อนุจันทร์. (2548). การเปรียบเทียบผลของการควบคุมตนเองและการเสริมแรงพฤติกรรมที่ขัดกัน เพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนมงฟอร์ตวิทยาลัย จังหวัดเชียงใหม่. ปริญญาโทการศึกษามหาบัณฑิต. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- จ. เปรียญ.(2541). พุทธวิธีเทศนาสอนประชาชน 3 เดือน. กรุงเทพฯ : ธรรมบรรณาการ.
- จรรยา สุวรรณทัต.(2543).ความสามารถในการควบคุมตนเองของเด็กไทยในแง่ของความสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบทางการศึกษา การฝึกทักษะ และการพัฒนาจิตลักษณะเพื่อการ

สร้างพลเมืองที่มีประสิทธิภาพ. รายงานการวิจัย ฉบับที่ 44 กรุงเทพฯ: สถาบันวิจัย
พฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

จรัล มาตรี. (2548). ความสัมพันธ์ของการเปิดรับความพึงพอใจในการอ่านนิตยสาร ประเภท
อาชญากรรมกับทัศนคติต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของวัยรุ่นในชุมชนแออัด : กรณีศึกษา
นิตยสารอาชญากรรมและ 191 กับวัยรุ่นในชุมชนแออัดคลองเตย. วิทยานิพนธ์
สื่อสารมวลชน. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย. มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. ถ่ายเอกสาร.

จารีรัตน์ หอมสนั่น. (2542). การแก้ไขพฤติกรรมก้าวร้าวโดยใช้การฝึกพฤติกรรมกล้า แสดงออกอย่าง
เหมาะสมแบบกลุ่ม : กรณีศึกษาเยาวชนกระทำผิดหญิง. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหา
บัณฑิต. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย. มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. ถ่ายเอกสาร.

จักรวาล ภูพันธ์. (2547). ผลของการเข้าร่วมกิจกรรมที่มีต่อลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนสถาน
สงเคราะห์เด็กหญิงบ้านราชวิถี กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ :
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

จำเนียร ช่างโชติ. (2544). คู่มือการฝึกภาคปฏิบัติทางการแนะแนวและให้คำปรึกษา. กรุงเทพฯ :
ภาควิชาจิตวิทยา มหาวิทยาลัยรามคำแหง.

จินดารัตน์ ปิรมณี. (2545). การพัฒนาอันตะในการเรียนของนักเรียนปริญญาตรี. วิทยานิพนธ์
วท.ด. (การวิจัยพฤติกรรมศาสตร์). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

จินตนา จินดารัตน์. 2543. การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลกับคุณธรรมด้านพรหม
วิหารสี่ของนิสิตแพทย์และนิสิตครู. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ:
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

จิราภรณ์ อารยะรังสฤษฎ์. (2545). จิตวิทยาการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม. เชียงใหม่ : หจก. โรงพิมพ์
ช้างเผือก.

ฉลอง ภิรมย์รัตน์. (2541). กระบวนการกลุ่ม . ภูเก็ต : วิทยาลัยครูภูเก็ต.

ฉัตรนภา เขี่ยมกำแพง. (2544). การเปรียบเทียบผลของกิจกรรมกลุ่มกับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มที่มี
ผลต่ออัตมโนทัศน์ด้านสังคมของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวัดศรีวิสุทธิธาราม
จังหวัดพิษณุโลก. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ : บัณฑิต
วิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

ฉัตรไชย เสลา. (2542). การใช้กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ในการลดพฤติกรรมก้าวร้าวของ เด็กปฐมวัย.
วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย. มหาวิทยาลัยสุโขทัย
ธรรมาธิราช. ถ่ายเอกสาร.

- ชะลอ อุทกภาชน. (2541). พุทธศาสนากับสังคมศาสตร์ เล่ม 1. แพร่พิทยา. กรุงเทพฯ.
- เชิดศักดิ์ ไชวาสินธุ์. (2540). การวัดทัศนคติและบุคลิกภาพ. สำนักทดสอบทางการศึกษาและจิตวิทยา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ณรงค์ เล็งประชา. (2548). มนุษย์กับสังคม. กรุงเทพฯ : โอเดียนสโตร์.
- ดวงเดือน พันธุมนาวิน และเพ็ญแข ประจันปัจฉิน. (2546). ความสัมพันธ์ภายในครอบครัวกับสุขภาพจิตและจริยธรรมของเด็กวัยรุ่น. รายงานการวิจัย. ฉบับที่ 26. กรุงเทพฯ : สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ดวงเดือน พันธุมนาวิน และคณะ. (2548). ปัจจัยทางจิตวิทยานิเวศที่เกี่ยวข้องกับการอบรมเลี้ยงดูเด็กของมารดาไทย. รายงานการวิจัย. ฉบับที่ 32 กรุงเทพฯ : สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ถวิลวัลย์ อัมรินทร์. (2543). การศึกษาความมีน้ำใจของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนมหิดลวิทยานุสรณ์ จังหวัดนครปฐม. ปรินญาณพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ทองเรียน อมวักกุล. (2546). กิจกรรมกลุ่มในโรงเรียน. พิษณุโลก : แผนกเอกสารและการพิมพ์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. พิษณุโลก.
- ทศพร ประเสริฐสุข. (2543). ความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์กับการศึกษา. รวมบทความทางวิชาการ อีคิว. กรุงเทพฯ : DESKTOP.
- ทัดดาว ลิ้มพะสุต. (2543). แบบแผนกาอบรมเลี้ยงดูบุตร และสัมพันธภาพในครอบครัว. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. (สังคมวิทยาประยุกต์). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. ถ่ายเอกสาร.
- ทิตนา แหมมณี. (2542). ช่วยครูฝึกประชาธิปไตยให้แก่เด็ก. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ทิตนา แหมมณี. (2545). การสอนโดยใช้บทบาทสมมติ. (เอกสารประกอบการสอนวิชาทฤษฎีกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์). กรุงเทพฯ : (ภาควิชาประถมศึกษา). จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- ทีฆนิกาย ปาฎิกวรรค, พระไตรปิฎก ฉบับภาษาไทย เล่มที่ 11. (2552ก). [ทศ 6]. สืบค้นเมื่อ 7 ธันวาคม 2552, จาก http://www.84000.org/tipitaka/read/?11_/198_ถึง204_/202_ถึง206_/
- นพมาศ วีระเวทิน. (2539). จิตวิทยาสังคมกับชีวิต. พิมพ์ครั้งที่ 2 แก้ไขเพิ่มเติม กรุงเทพมหานคร.

- นวลศิริ เปาโรหิตย์. (2548). จิตวิทยาสังคมเบื้องต้น(Introduction to social psychology) กรุงเทพมหานคร สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
- นัยนา นิยมโชค. (2549). ผลของการใช้กิจกรรมกลุ่มที่มีต่อการปฏิบัติตนกับเพื่อนของนักเรียนชาวเขา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนศึกษาสงเคราะห์ตาก จังหวัดตาก. ปรินุญยานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- นิธรา คำมณี. (2544). ผลของกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์ด้านการจูงใจตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนสาธิต มหาวิทยาลัยศิลปากร จังหวัดนครปฐม. ปรินุญยานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- นิภา นิธยานน. (2540). การปรับตัวและบุคลิกภาพ. กรุงเทพฯ : โอเดียนสโตร์.
- นุชนาฏ หงส์ไกรเลิศ. (2543). ผลของการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง เพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่6 โรงเรียนบ้านหนองข้าวชาก อำเภอบ้านบึง จังหวัดชลบุรี. ปรินุญยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร. ✓
- ปณิดา นิตยาพร. (2543). ความสัมพันธ์เชิงปฏิสัมพันธ์ระหว่างการเปิดรับสื่อมวลชนที่มีเนื้อหารุนแรงและสภาพแวดล้อมทางสังคมต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของกลุ่มวัยรุ่นชาย. วิทยานิพนธ์ ปรินุญยานิเทศศาสตรมหาบัณฑิต. (ภาควิชาวารสารสนเทศ). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- ประนอม เดชชัย. (2541). การเรียนการสอนแนะแนวปฏิบัติสังคมศึกษา. เชียงใหม่ : คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- ปรีชา คัมภีรปกรณ. (2549). ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมนักเรียนวัยรุ่น ในเอกสารการสอนชุดวิชา พฤติกรรมวัยรุ่น. กรุงเทพฯ: สาขาวิชาคหกรรมศาสตร์. มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช. ถ่ายเอกสาร.
- ประสาร ทิพย์ธารา. (2541). พัฒนาการและการปรับตัวของวัยรุ่น. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์แพร่พิทยา อินเตอร์เนชั่นแนล.
- ปราณี จันทรหอม. (2541). การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการอบรมเลี้ยงดูกับพฤติกรรมก้าวร้าว. ปรินุญยานิพนธ์.กศ.ม. (การประถมศึกษา). มหาสารคาม : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาสารคาม. ถ่ายเอกสาร. ✓

- ปัทมาสัน อมาตยกุล. (2543). ผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มต่อบุคลิกภาพด้านคุณธรรมพรหมวิหารสี่ ของนิสิตปริญญาตรี ภาควิชาแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ พิษณุโลก. ปริญญาโท กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ พิษณุโลก. ถ่ายเอกสาร.
- ผดุง อารยะวิญญู. (2548) . เด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรม. กรุงเทพฯ : คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. (2546) . การปรับพฤติกรรมเบื้องต้น. กรุงเทพมหานคร : ทบวงมหาวิทยาลัย.
- ฝน แสงสิงแก้ว. (2543). บทบรรณาธิการ : ความผูกพันรักใคร่ในครอบครัว. วารสารสมาคมจิตวิทยาแห่งประเทศไทย 45,1 (มกราคม-มีนาคม):5.
- พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา. (2542). จิตวิทยาการศึกษา. กรุงเทพฯ : พัฒนาศึกษา.
- พนิดา จันทกรวานต์. (2544). ผลของการใช้กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ที่มีต่อการพัฒนาเชาวน์อารมณ์ของนักเรียนที่มีความสามารถพิเศษทางด้านวิทยาศาสตร์และคณิตศาสตร์. วิทยานิพนธ์ ค.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- พวงแก้ว เนตรโอภารักษ์. (2543). ผลการใช้กิจกรรมกลุ่มที่มีต่อความร่วมมือในการอภิปรายกลุ่มของนักเรียนชั้นประถมศึกษา ปีที่ 6 โรงเรียน บ้านกลานแหลม จังหวัดนครปฐม. ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- พรทิพย์ ทรัพย์สิน. (2542). การฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกที่เหมาะสมเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนมัธยมด่านสำโรง จังหวัดสมุทรปราการ. ปริญญานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- พรพิมล เจียมนาครินทร์. (2549). พัฒนาการวัยรุ่น. กรุงเทพฯ : ดันอ้อ แกรมมี.
- พระเทพเวที (ประยุตต์ ปยุตโต). (2545) . พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม. พิมพ์ครั้งที่ 7 กรุงเทพฯ: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต). (2546) . พุทธธรรม พิมพ์ครั้งที่ 11 กรุงเทพฯ: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระมหาเถระญาณโพนิกา. (2542). ความประเสริฐสุด 4 สถาน. บรรณศาลา ก.ข.
- พระราชวรมนี. (2542). พุทธธรรม. พิมพ์ครั้งที่ 8 กรุงเทพมหานคร รุ่งวัฒนา.
- พระไตรปิฎกมหาวิทยาลัย. (2539). โรงพิมพ์ ส. ธรรมภักดี.
- พระเทพโมลี. (2543). อัมปัญญาภาดา. ในแนววิภูคามี กุศลวิธาน. โรงพิมพ์อักษรเจริญทัศน์. กรุงเทพฯ.

พระโสภณคณาภรณ์. (2543). พรหมวิหาร 4 . ฉบับชนะการประกวด ก้าวหน้า . ยุวพุทธิกสมาคม สภา
ประสพการณ์จากชีวิตจริง.

พระกวีวรรณ. (2545). วิชาศาสนา. กรุงเทพฯ: ส. ธรรมภักดี.

พระธรรมกิตติวงศ์. (2548). พจนานุกรมเพื่อการศึกษาพุทธศาสตร์ ชุด คำวัด. พิมพ์ครั้งที่ 1
กรุงเทพมหานคร.

พิไลวรรณ มะนะสุทธิ. (2541). การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างสัมพันธภาพในครอบครัวการบรรล
งานตามขั้นพัฒนาการและการวางแผนดำเนินชีวิตของวัยรุ่นใหญ่ตอนต้นในเขต
กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ วท.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยรามคำแหง. ถ่ายเอกสาร.

พัฒนสวรรค์ เชื้อแก้ว. (2542). การเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มและแบบ
รายบุคคล ตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม เพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนชั้น
ประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนประถมนนทบุรี กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์การศึกษา
มหาบัณฑิต กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรี
นครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร. ✓

พัชรินทร์ แก้วพาดิ. (2544). ผลของกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ 1-3 (โรงเรียนขยายโอกาส) : ศึกษาเฉพาะกรณีโรงเรียนบ้านนากะทาด
อำเภออากาศอำนวย จังหวัดสกลนคร. รายงานการศึกษาค้นคว้าอิสระปริญญาการศึกษา
มหาบัณฑิต. สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา มหาวิทยาลัยมหาสารคาม.ถ่ายเอกสาร.

พัชรินทร์ เปรมสมาน. (2548). การเปรียบเทียบผลของกิจกรรมกลุ่ม และการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม
เพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวัดจันทร์ใน. ปริญญา
นิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร. ✓

พูลสิริ เกษสังข์. (2549). การเปรียบเทียบคุณภาพของแบบทดสอบวัดจริยธรรมด้านพรหมวิหารสี่ที่มี
รูปแบบการถามต่างกัน.ปริญญาานิพนธ์ กศ.ด.(การวัดผลการศึกษา).กรุงเทพฯ: บัณฑิต
วิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

เพชรสุดา เพชรใส. (2545). การทดลองการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มในการปรับพฤติกรรมก้าวร้าวของ
นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4. ปริญญาานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ :
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

เพชรชมพู เทพพิพิธ.(2543). ความสัมพันธ์ระหว่างความชอบหนังสือการ์ตูน รายการโทรทัศน์ และ
เกมส์คอมพิวเตอร์ กับพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6. วิทยานิพนธ์

- ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต. (สาขาวิชาสุขภาพจิต). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย.
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- โพธิ์พันธ์ พานิช. (2544). การสร้างครอบครัวไทยให้มีความสุข. กรุงเทพมหานคร. เคล็ดไทย.
- ภวันนิภา โรจนพันธ์. (2547). การเปรียบเทียบผลของการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกและการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวัดราชผาติการาม เขตดุสิต กรุงเทพมหานคร. ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ยุพิน กองธรรม. (2542). ผลการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออกเพื่อลดความก้าวร้าวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3. ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. พิษณุโลก : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ พิษณุโลก. ถ่ายเอกสาร.
- ยุวดี เทียรประสิทธิ์. (2543). จิตวิทยาวัยรุ่น. เอกสารประกอบการสอนวิชา จ.323. กรุงเทพฯ : ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- เยาวพา เดชะคุปต์. (2545). ทฤษฎีกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์สำหรับการสอนในระดับประถมศึกษา. วุฒยานิพนธ์ ค.ม. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- โยธิน ศันสนยุทธ. (2543). จิตวิทยา. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ศูนย์ส่งเสริมวิชาการจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ราชบัณฑิตยสถาน, พจนานุกรม. (2551). เพื่อน. ราชบัณฑิตยสถาน. สืบค้นเมื่อ 18 พฤศจิกายน 2552. จาก <http://rirs3.royin.go.th/new-search-search-all-x.asp>
- รจนา กาแก้ว. (2541). การศึกษาพฤติกรรมก้าวร้าวของเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรมที่เรียนร่วมกับเด็กปกติ ระดับก่อนประถมศึกษา จากการใช้วิธีปรับพฤติกรรมแบบควบคุมตนเอง. ปริญญานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต (เอกการศึกษาพิเศษ). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร. ✓
- รัชนี เหล่าเรืองธนา. (2542). ผลการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อแรงจูงใจในการบำบัดขั้นพื้นฐานสมรรถภาพของผู้ติดยาเสพติด โรงพยาบาลธัญญารักษ์ จังหวัดปทุมธานี. สารนิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- รัชนี ลาขโรจน์. (2543). หน่วยที่ 5 ปัจจัยที่มีต่อพัฒนาการทางบุคลิกภาพของวัยรุ่น ใน เอกสารการสอนชุดวิชาพัฒนาการวัยรุ่นและการอบรม. สาขาวิชาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.

- รัศมี โพนเมืองหล้า. (2543). การเห็นคุณค่าในตนเองของเด็กปัญญาเลิศที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำกว่าความสามารถที่แท้จริงจากการจัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์. ปรินญานิพนธ์ กศ.ม. (การศึกษาพิเศษ). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- รุ่งโรจน์ สิทธิเวช. (2543). การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์กับการปฏิบัติตนอย่างมีพรหมวิหารสี่ของนิสิตคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ปรินญานิพนธ์ กศ.ม. บัณฑิตวิทยาลัย. กรุงเทพฯ: ถ่ายเอกสาร.
- วรรณ ชื่องดารากุล. (2543, มิถุนายน – กรกฎาคม). พฤติกรรมก้าวร้าวของวัยรุ่น. แนว 24(129) : 8-13.
- วรลักษณ์ ธีราโมกษ์. (2540). การรักษาด้วยไฟฟ้าในโรงพยาบาลสมเด็จพระยา. วารสารสมาคมจิตแพทย์. มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.
- วศินี มุกดอกไม้. (2541). การเปรียบเทียบผลของกิจกรรมกลุ่มและการฝึกพฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสมที่มีต่อสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนชุมชนบึงบา อำเภอหนองเสือ จังหวัดปทุมธานี. ปรินญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- วัชร คำศรี. (2543). พฤติกรรมการรับสื่อโทรทัศน์ของเด็กในครอบครัวที่มีอาชีพ ประมง. วิทยานิพนธ์นิเทศศาสตรมหาบัณฑิต. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- วิเชียร เกตุสิงห์. (2548). ค่าเฉลี่ยกับการแปลความหมาย. เรื่องง่าย ๆ ที่บางครั้งก็พลาดได้. ข่าวสารการวิจัยศึกษา.
- วิชา มหาคุณ และวัชรินทร์ ปัจเจกวิญญูสกุล. (2548). ผลกระทบของเด็กถูกทารุณกรรม มาตรการป้องกันแก้ไข ศึกษาเฉพาะกรณี เด็กและเยาวชนที่เคยต้องคดี. กรุงเทพมหานคร : ห้างหุ้นส่วนจำกัดเทคนิค
- วีณา วโรตมะวิชัย. (2540). กลวิธีการเรียน และการสอนในโรงเรียนประถมศึกษา เชียงใหม่ เชียงใหม่. ภาควิชาการประถมศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- ศรีเรือน แก้วกังวาล. (2545). จิตวิทยาพัฒนาการชีวิตทุกช่วงวัย. พิมพ์ครั้งที่ 8. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- ศิริวรรณ ปูนคอน. (2547). ปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนชายระดับมัธยมศึกษาตอนต้นโรงเรียนในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประจวบคีรีขันธ์. วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย. มหาวิทยาลัยศิลปากร. ถ่ายเอกสาร.
- ศิริภาณี พงุฒิ. (2543). ผลการใช้กิจกรรมกลุ่มที่มีต่อการปรับพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน จังหวัดเชียงใหม่. การค้นคว้าอิสระ ปรินญาศึกษา

ศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว เชียงใหม่
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่. ถ่ายเอกสาร.

หทัย ชิดานนท์. (2543). พฤติกรรมอนามัยที่สำคัญสุขภาพหรือ บุหรี่. วารสารสุขุทัยธรรมมาธิราช.

สมพงษ์ ธนัญญา. (2540). ประมวลประเด็น แนวคิดการเสริมสร้างสัมพันธ์ในครอบครัว. ในสถาบัน
ครอบครัว: มุมมองของนักสวัสดิการสังคม. บรรณาธิการ โดย ศศิพัฒน์ ยอดเพชร. หน้า
195-195. กรุงเทพมหานคร: J.PRINT

สมพร สุทัศน์ (2549) . ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์เชิงสาเหตุกับพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนเขต
กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ครุศาสตรดุษฎีบัณฑิต กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยจุฬาลงกรณ์ราชวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.

สมพร สุทัศน์, ม.ร.ว. (2546). จิตวิทยาการปกครองชั้นเรียน. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพฯ : ไทยวัฒนา
พานิช. /

สมทรง สุวรรณเลิศ และคณะ. (2541). การทดสอบ The Maudsley Personality Inventory ใน
นักเรียนระดับมัธยมศึกษาและมหาวิทยาลัย. วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย 1: ปี
ที่ 11 ฉบับที่ 10. กรุงเทพฯ .

สมหวัง จันทราวุฒิก. พระมหา. (2549). ผลของการให้คำปรึกษาตามแนวพุทธศาสตร์ที่มีต่อการลด
พฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษา. ปริญญานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต.
(จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
ถ่ายเอกสาร.

สมเด็จพระญาณสังวร. (2545). เมตตา. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์รุ่งศิลป์การพิมพ์.

สายสุรี จุติกุล. (2540). การพัฒนาครอบครัว. สำนักพิมพ์อมรินทร์พรินติ้ง แอนด์พับลิชชิ่ง จำกัด.
กรุงเทพฯ.

สัมพันธ์ แก้วพูลศรี. (2544) . การเปรียบเทียบการใช้การเสริมแรงทางบวกกับการปรับสินไหมที่มีต่อ
พฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนวัดทับกฤชกลาง อำเภอ
ชุมแสง จังหวัดนครสวรรค์. ปริญญานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต กรุงเทพมหานคร
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

สุขุมลย์ คำหวาน. (2543). การลดพฤติกรรมก้าวร้าวโดยเทคนิคตัวแบบและการเสริมแรงทางสังคม
กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6. วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต (จิตวิทยา
การศึกษา). ขอนแก่น. บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยขอนแก่น. ถ่ายเอกสาร.

สุชา จันทรเฒ. (2545). จิตวิทยาเด็กเกร. กรุงเทพฯ : อักษรศาสตร์บัณฑิต.

- สุณีย์ ถิรวิรุฬห์. (2542). การศึกษารายกรณีนักเรียนที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวในเขตกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร. ✓
- สุพรรณิ ชูทัย. (2543). ความเข้าใจเกี่ยวกับพฤติกรรม. จิตวิทยาพื้นฐานเพื่อการแนะแนว. กรุงเทพฯ: ม.ป.พ.
- สุพัตรา สุภาพ. (2541). ปัญหาสังคม. กรุงเทพฯ : ไทยวัฒนาพานิช.
- สุนันทา เขียวนิล. (2541). ผลการศึกษาลักษณะความเป็นผู้นำของนักเรียนระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ วิทยาลัยเทคนิค ที่มีลักษณะก้าวร้าวแตกต่างกัน. วิทยานิพนธ์ (จิตวิทยาการ). บัณฑิตวิทยาลัย. มหาวิทยาลัยมหาสารคาม. ถ่ายเอกสาร. ✓
- สุพล ชัดเชื้อ. (2545). การเปรียบเทียบผลของการควบคุมตนเอง และการปรับสัณใหม่ ที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวัดเสมียนนารีกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร. ✓
- สุพจี เหล่าพานิช. (2541). ผลของการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อทัศนคติต่อการกระทำผิดของเยาวชนที่กระทำผิดซ้ำ ในสถานฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนหญิง บ้านปรานี กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- สุพัชรี หนูใหญ่. (2544). ความสัมพันธ์ในครอบครัวกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนิสิตนักศึกษา มหาวิทยาลัยของรัฐในกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. (คหกรรมศาสตรศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. ถ่ายเอกสาร.
- สุวรรณา อินอิว. (2541). ผลของการฝึกอาสนะและสมาธิตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสต์ ที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวในนักเรียนระดับมัธยมศึกษาปีที่ 3. วิทยานิพนธ์ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต (จิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว). เชียงใหม่. บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่. ถ่ายเอกสาร.
- สุทธิพงษ์ ทองยิ่ง. (2547). ผลของกลุ่มการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่มีต่อความก้าวร้าวของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6. วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต. พิษณุโลก : บัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัยนเรศวร. ถ่ายเอกสาร.
- สุรางค์ โค้วตระกูล. (2546). จิตวิทยาการศึกษา. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์ราชวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.

- สุกิจ ไววัฒนากร.(2542). *ความคิดเห็นที่มีต่อภาพความรุนแรงในการนำเสนอข่าวอาชญากรรมและข่าวอุบัติเหตุในสื่อมวลชนของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย.วิทยานิพนธ์ปริญญาโท ศาสตรมหาบัณฑิต. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย.จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.*
- โสภาพรรณ เวียงเพิ่ม. (2541). *ความสัมพันธ์ระหว่าง อัดมโนทัศน์ เจตคติต่อบทบาททางเพศสัมพันธ์ภาพในครอบครัว กับบทบาททางเพศของนักเรียนวัยรุ่นในจังหวัดหนองคาย. วิทยานิพนธ์ วท.ม. (สาธารณสุขศาสตร์). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล. ถ่ายเอกสาร.*
- โสภา ขปิลมันน์. (2546). *บุคลิกภาพและพัฒนาการ.แนวโน้มสู่พฤติกรรมปกติและการมีพฤติกรรมเบี่ยงเบนของเด็กและเยาวชน. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ โอ. เอส. พรินต์ติ้ง เฮาส์.*
- โสภาพรรณ อัครราวีระโรจน์. (2545). *ผลการใช้กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ในการพัฒนาความรับผิดชอบตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนโคกสีพิทยาสรรพ์ อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. ขอนแก่น: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยขอนแก่น. ถ่ายเอกสาร.*
- แสงสุรีย์ ลำอาจกุล. (2539). *จิตวิทยาสังคม เล่ม 2 . เชียงใหม่: มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.*
- อมรรพรรณ แก้วผ่อง. (2542). *การเปรียบเทียบผลของกิจกรรมกลุ่มและการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีต่อการให้เหตุผลเชิงจริยธรรมด้านความรับผิดชอบตนเอง ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนวัดน้อยใน กรุงเทพมหานคร. ปริญญาโท กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.*
- อเนกกุล กรี่แสง. (2547). *จิตวิทยาการศึกษา. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. พิษณุโลก.*
- อลงกรณ์ ปิรุฒิมพงษ์. ((2540). *ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการสื่อสารกับการรับรู้ข่าวสารวัฒนธรรมไทยของนักเรียนมัธยมปลายในเขตกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาวารสารศาสตรมหาบัณฑิต.กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย.มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. ถ่ายเอกสาร*
- อัญมณี สมด้ว. (2544). *การศึกษาสัมพันธ์ภาพในครอบครัวที่มีความสัมพันธ์กับการอบรมสั่งสอนลูกเรื่องทางเพศและการคบเพื่อนทางเพศ: ศึกษาเฉพาะครอบครัวของนักเรียนหญิงในโรงเรียนบางละมุง จังหวัดชลบุรี. สารนิพนธ์ สังคมสงเคราะห์ศาสตรมหาบัณฑิต. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ. ถ่ายเอกสาร.*

- อุดมเดช กาญจนพันธุ์. (2540). พฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชนไทย ศึกษาเฉพาะกรณีในสถานศึกษาในระดับอาชีวศึกษา. ภาควิชาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกริก. ถ่ายเอกสาร.
- _____. ออนไลน์. (2553). รายงานสถิติทางศาลคดีเด็กและเยาวชนกลาง. สืบค้นเมื่อ 8 พฤศจิกายน 2553 , จาก <http://www.ramamentel.com/journal/v4321.html>
- Alperin, S. L. (2004, May). Observations of reading ability groups within a secondgrade classroom: A case study , *dissertation Abstracts International*. 65(11): 4146. Retrieved August 20, 2006, from <http://proquest.umi.com>
- Bandura A. (1977). *Principle of behavior modification*. New York : Holt, Rinehart & Winston.
- Bandura, A. (1976). " Social Learning Analysis of aggression" In E. Ribesynnes & A. Bandura (Eds.), *Analysis of delinquency and Aggression*. Hillsdale , NJ: Earlbaum. ✓
- Bandura,A. Ross (1961 June) "Dorothea and Russ,Shlela A. Transmission of Aggression thorough Imitation of aggressive Models," *Journal of Abnormal and Social Psychology*. 36 : 576-582.
- Barron, Aleris P. and Earls, Felton.(1984). " The Reletion of Temperament and Social Factors to Behavior Problems in Three-Year-old Children." *Journal of Child Psychology and Psychiatry Allied Discipline*.
- Berkowitz,L. (1964). *Advance in Experimental Social Psychology*. New York : Academic Press. : ✓
- Berkowitz,P.H.,& Rothman, E.P. (1965). *The Disturbed child ; Recognition and Psycho educational Therapy in the classroom*. New York ; Universities press.
- Berry G.W. (1971) " Personality Patterns and Delinquency" *The British Journal of Educational Psychology*, 41: 221 – 222 November.
- Berndt, T.J. (1979). *Child development*. Orlando, FL: Holt, Rinehart and Winston.
- Boardman, J.A. (1988). *The Effectiveness of Structured Group Interactions to Enhance Group Process in A Smoking Cessation Program Dissertation Abstracts Intemational*. 50(10) : 1952-A.

- Bronfenbrenner U. (1970, March) "Reaction to Social Pressure from Adults Versus Peers Among Soviet Day School and Boarding School Pupils in the Perspective of and American Sample" *Journal of personality and Social Psychology*. 29 : 179-189.
- Button, Leslie. (1974). *Development Group work with Adolescent*. London . University of London press.
- Birkhauser, July. (1985). "The Effects of Group Dynamics of Self-Conception the Elementary School Classroom," *Dissertation Abstracts International*. 46(1) : 103-A.
- David J. Imitation and Relation of Film-Mediated Aggression Peer and Adult Models. *Journal of Personality and Social Psychology*. 5 (January, 1965) : 97-100.
- Durschmidt, Barbara. J. (1977). *Self-Actualization and the Human Potential Group Process in A community College*. Dissertation Abstracts International. 38(3):3953 – A.
- Eron, Leonard D. (1983). *Huesman, L. Rowell Stability of Aggressive Behavior*. Dissertation Abstracts International. 21-23.
- Eysenck, Han J. (1970). "Personality in primary school children (Part II)". *The British Journal of Education Psychology*. 34: 187-195.
- Freud, Sigmund. (1970). *An Outline of psychoanalysis*. New York: W.W. Norton & Company, Inc.
- Goldstein, J.H. (1975). *Aggression and Crimes of Violence*. New York: Oxford University Press.
- Harrold, Kenneth, F. (1952). Evaluation and Research in Group Dynamics. In *Educational and Psychological Measurement*. p. 492 – 504.
- Hicks, David J. (January 1965). "Imitation and Relation of Film-Mediated Aggression Peer and Adult Models" *Journal of Personality and Social Psychology*. 5: 97-100.
- Lange, P.J., & JaKubowski, P. (1978). *Responsible assertive behavior: Cognitive behavior procedures for trainers*. Champaign, Illinois: Research Press.
- Lex, J.J. (1973). Attitude Change to Seminary Students Associated with a Course in Group Dynamics. *Dissertation Abstracts International*. 33 (12) : 6093 –A.

- Ottaway, A.K.C. (1968). *Learning Though Group Experience*. London . Routhledge and Kegan Paul.
- Perteous, M.A. (1980). Development Aspects of Adolescent Problem Disclose in England and Ireland, Reprise, *Child Development*. 51(6) : 964-980.
- Rogers , Carl R. (1970). *Encounter Group*. New York : Harper + Row.
- Vaccaro, F.J. (1990). Application of social skills training in a group of institutionalized aggressive elderly subjects. *Journal of Psychology and aging*. 5(3) : 369-378.
- Younger, Alastair J ; Schwartzman, Alex E; and Ledingham , Jame E. (1985,January). Aged Related Change in Children's Perceptions of Aggressing and Withdrawn in Their Peers. *Dissertation Abstracts international*. 21 : 70 – 75.





ภาคผนวก ก

1. แบบสอบถามเพื่อการวิจัย
2. ค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อของตัวแปร และแบบวัดความก้าวร้าว
3. ค่า IOC รายข้อของตัวแปรที่ศึกษา
3. โปรแกรมการลดความก้าวร้าวของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โดยใช้กิจกรรมกลุ่ม

แบบสอบถามเพื่อการวิจัย

เรื่อง การศึกษาและการสร้างโปรแกรมการลดความก้าวร้าวของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3
โดยใช้กิจกรรมกลุ่ม

คำชี้แจง 1. แบบสอบถามนี้ใช้สอบถามนักเรียนช่วงชั้นที่ 3

2. ให้นักเรียนเติมข้อความลงในช่องว่างที่เว้นไว้ และทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน ()

หน้าข้อความที่ตรงกับความเป็นจริงของนักเรียนมากที่สุด และทำเครื่องหมาย ✓ ลงในข้อความแต่
ละข้อ ที่นักเรียนเลือก ดังนี้

จริงที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนมากที่สุด
ค่อนข้างจริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนมาก
จริงบ้างไม่จริงบ้าง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนบ้าง
		ไม่ตรงบ้าง
ค่อนข้างไม่จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนน้อย
ไม่จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนน้อยที่สุด

3. แบบสอบถามทั้งหมดมี 6 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ตอนที่ 2 แบบสอบถามบุคลิกภาพ

ตอนที่ 3 แบบสอบถามด้านสัมพันธภาพในครอบครัว

ตอนที่ 4 แบบสอบถามด้านสัมพันธภาพกับเพื่อน

ตอนที่ 5 แบบสอบถามอิทธิพลของสื่อ

ตอนที่ 6 แบบสอบถามวัดความก้าวร้าว

แบบสอบถามนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อนำไปประกอบการวิจัยเรื่อง "การศึกษาและการสร้างโปรแกรมการลดความก้าวร้าวของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โดยใช้กิจกรรมกลุ่ม" ผู้วิจัยจึงใคร่ ขอความร่วมมือจากนักเรียน ช่วยตอบแบบสอบถามโดยอ่านข้อความที่ละเอียดอย่างละเอียดและพิจารณาตอบตามความรู้สึกที่เป็นจริงของนักเรียนและขอความกรุณาให้ตอบแบบสอบถามทุกข้อโดยแต่ละข้อตอบเพียงคำตอบเดียว โดยคำตอบของนักเรียนไม่มีข้อใดถูกผิด และไม่มีผลกระทบกระเทือนต่อการเรียนแต่อย่างใด ในการตอบแบบสอบถามนี้ นักเรียนไม่ต้องลงชื่อของนักเรียนไว้ คำตอบทั้งหมดจะเก็บเป็นความลับ ไม่มีการเปิดเผยให้ผู้อื่นทราบ

ขอให้นักเรียนตอบให้ตรงกับความรู้สึกและความคิดเห็นของนักเรียนให้มากที่สุด
โปรดตอบให้ครบทุกข้อ

ขอขอบคุณที่ให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถาม

พระบุญส่ง ปราบรณ

นิสิตปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ



ตอนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป

คำชี้แจง แบบสอบถามนี้เป็นแบบสอบถามข้อมูลทั่วไปของนักเรียน เมื่อนักเรียนอ่านข้อความแล้วโปรดทำเครื่องหมาย ✓ ในช่อง () ให้ตรงกับความเป็นจริง

1. เพศ

() ชาย () หญิง

2. ระดับชั้นที่กำลังศึกษา

- () ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1
() ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2
() ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3

3. สถานภาพของครอบครัว

- () บิดามารดาอยู่ร่วมกัน
() บิดามารดาแยกกันอยู่
() บิดาหรือมารดาถึงแก่กรรม
() อื่น ๆ โปรดระบุ.....

4. ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

- () คะแนนเฉลี่ยต่ำกว่า 2.00
() คะแนนเฉลี่ย 2.00 – 3.00
() คะแนนเฉลี่ยสูงกว่า 3.00

ตอนที่ 2 แบบสอบถามบุคลิกภาพ

คำชี้แจง แบบสอบถามนี้เป็นข้อความเกี่ยวข้องกับกิจกรรมในชีวิตประจำวัน ขอให้นักเรียนพิจารณาว่าข้อความนั้นตรงกับสิ่งที่ตนเป็นจริงที่สุดในตัวนักเรียนมากน้อยเพียงใด โดยให้นักเรียนทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องขวามือช่องใดช่องหนึ่งเพียงช่องเดียว โดยพิจารณาดังนี้

จริงที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนมากที่สุด
ค่อนข้างจริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนมาก
จริงบ้างไม่จริงบ้าง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนบ้าง ไม่ตรงบ้าง
ค่อนข้างไม่จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนน้อย
ไม่จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนน้อยที่สุด

ข้อ	ข้อความ	ระดับบุคลิกภาพ				
		จริง ที่สุด	ค่อนข้าง จริง	จริงบ้าง ไม่จริง บ้าง	ค่อนข้าง ไม่จริง	ไม่จริง
1.	ข้าพเจ้าชอบเก็บความรู้สึกไว้คนเดียว					
2.	ข้าพเจ้ากลัวที่จะตอบคำถามครู แม้ว่าอาจตอบถูกต้องก็ตาม					
3.	ข้าพเจ้าไม่กล้าถามครูและเพื่อน เมื่อมีปัญหาสงสัย					
4.	ข้าพเจ้ารู้สึกอึดอัดใจ เมื่อครูให้ทำกิจกรรมหน้าห้องเรียน					
5.	ข้าพเจ้าชอบเก็บความรู้สึกของตนเองเอาไว้คนเดียว					
6.	ข้าพเจ้าไม่ชอบยุ่งเกี่ยวกับคนอื่นในกลุ่ม					
7.	ข้าพเจ้าไม่ยอมรับฟังความคิดเห็นของคนอื่น					
8.	ข้าพเจ้ารู้สึกประหม่า เมื่อออกไปพูดหน้าชั้น					
9.	เมื่อครูต้องการอาสาสมัคร ข้าพเจ้ารีบเสนอตัวทันที					
10.	ข้าพเจ้าเป็นคนเปิดเผย พูดตรงไปตรงมา					

ตอนที่ 2 (ต่อ)

ข้อ	ข้อความ	ระดับบุคลิกภาพ				
		จริงที่สุด	ค่อนข้างจริง	จริงบ้างไม่จริงบ้าง	ค่อนข้างไม่จริง	ไม่จริง
11.	เมื่อพบเพื่อนใหม่ ข้าพเจ้าเป็นฝ่ายเข้าไปทักทายก่อน					
12.	ข้าพเจ้าเป็นคนที่มีความสนุกสนานอยู่เสมอ					
13.	ข้าพเจ้ารู้สึกว่าคุณคบเพื่อนได้เร็วเมื่อมีสมาชิกใหม่					
14.	ข้าพเจ้าชอบแสวงหาการผจญภัยที่ตื่นเต้น					
15.	ข้าพเจ้าแสดงความมั่นใจกับเพื่อนเสมอ					
16.	ข้าพเจ้ามองว่าความคิดของเพื่อนแต่ละคนมีประโยชน์ทั้งสิ้น					

ตอนที่ 3 แบบสอบถามด้านสัมพันธภาพในครอบครัว

คำชี้แจง แบบสอบถามนี้เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับสัมพันธภาพในครอบครัว เมื่อนักเรียนอ่านข้อความแล้วโปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องขวามือ ช่องใดช่องหนึ่งที่ตรงกับความเป็นจริงที่สุด โดยพิจารณาดังนี้

- จริงที่สุด หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนมากที่สุด
- ค่อนข้างจริง หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนมาก
- จริงบ้างไม่จริงบ้าง หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนบ้าง ไม่ตรงบ้าง
- ค่อนข้างไม่จริง หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนน้อย
- ไม่จริง หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนน้อยที่สุด

ข้อ	ข้อความ	ระดับสัมพันธภาพในครอบครัว				
		จริง ที่สุด	ค่อนข้าง จริง	จริงบ้าง ไม่จริง บ้าง	ค่อนข้าง ไม่จริง	ไม่จริง
1.	ข้าพเจ้าเอาใจใส่ดูแลผู้ปกครองเมื่อผู้ปกครอง ไม่สบาย					
2.	ผู้ปกครองแสดงความห่วงใยเมื่อข้าพเจ้ากลับ บ้านผิดเวลา					
3.	ข้าพเจ้าแสดงความรักความเคารพต่อผู้ปกครอง ด้วยการพูดจาไพเราะ และไหว้ทักทายเสมอ					
4.	เมื่อมีเวลาร่วมผู้ปกครองคุยกับข้าพเจ้าเสมอ					
5.	ผู้ปกครองอนุญาตให้ข้าพเจ้าไปทัศนศึกษา นอกสถานที่กับโรงเรียน					
6.	ข้าพเจ้ารู้สึกภูมิใจเมื่อผู้ปกครองคอยให้ คำแนะนำด้านการเรียน					
7.	ผู้ปกครองให้คำปรึกษากับข้าพเจ้าเสมอเมื่อ ข้าพเจ้ามีปัญหา					
8.	ข้าพเจ้ามักขึ้นเสียงกับผู้ปกครองเวลาไม่พอใจ					
9.	ผู้ปกครองไม่เปิดโอกาสให้ข้าพเจ้าแสดงความ คิดเห็นในทุก ๆ เรื่อง					
10.	ข้าพเจ้าไม่ใส่ใจกับคำแนะนำของผู้ปกครอง					
11.	ข้าพเจ้าไม่พอใจผู้ปกครองเมื่อผู้ปกครอง ดักเตือนเรื่องต่างๆ					
12.	ผู้ปกครองดูว่าข้าพเจ้าโดยไม่มีเหตุผลเสมอ					
13.	ผู้ปกครองไม่สนับสนุนให้ข้าพเจ้าเรียนในสิ่งที่ ข้าพเจ้าสนใจ					
14.	เมื่อข้าพเจ้าหงุดหงิดกับผู้ปกครอง ข้าพเจ้าจะ เดินหนี					
15.	ข้าพเจ้าไม่พอใจเมื่อผู้ปกครองบอกให้ทำ การบ้าน					

ตอนที่ 3 (ต่อ)

ข้อ	ข้อความ	ระดับสัมพันธภาพในครอบครัว				
		จริง ที่สุด	ค่อนข้าง จริง	จริงบ้าง ไม่จริง บ้าง	ค่อนข้าง ไม่จริง	ไม่จริง
16.	ข้าพเจ้าไม่ค่อยได้ช่วยเหลืองานบ้านผู้ปกครอง					

ตอนที่ 4 แบบสอบถามด้านสัมพันธภาพกับเพื่อน

คำชี้แจง แบบสอบถามนี้เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับสัมพันธภาพกับเพื่อน เมื่อนักเรียนอ่านข้อความแล้วโปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องขวามือ ช่องใดช่องหนึ่ง ที่ตรงกับความเป็นจริงที่สุด โดยพิจารณาดังนี้

- จริงที่สุด หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนมากที่สุด
- ค่อนข้างจริง หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนมาก
- จริงบ้างไม่จริงบ้าง หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนบ้าง ไม่ตรงบ้าง
- ค่อนข้างไม่จริง หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนน้อย
- ไม่จริง หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนน้อยที่สุด

ข้อ	ข้อความ	ระดับสัมพันธภาพกับเพื่อน				
		จริง ที่สุด	ค่อนข้าง จริง	จริงบ้าง ไม่จริง บ้าง	ค่อนข้าง ไม่จริง	ไม่จริง
1.	ข้าพเจ้าและเพื่อนคอยให้ความช่วยเหลือพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกัน					
2.	ข้าพเจ้าให้ความช่วยเหลือเพื่อนในด้านการเรียนอย่างเต็มที่					
3.	ข้าพเจ้าชอบปรึกษาเรื่องส่วนตัวกับเพื่อนเสมอ					
4.	เมื่อข้าพเจ้าไม่สบายใจเกี่ยวกับเรื่องส่วนตัว ข้าพเจ้าจะพูดคุยกับเพื่อน					
5.	ข้าพเจ้าเข้ากับเพื่อนในห้องได้เป็นอย่างดี					

ตอนที่ 4 (ต่อ)

ข้อ	ข้อความ	ระดับสัมพันธภาพกับเพื่อน				
		จริง ที่สุด	ค่อนข้าง จริง	จริงบ้าง ไม่จริง บ้าง	ค่อนข้าง ไม่จริง	ไม่จริง
6.	ข้าพเจ้าทำกิจกรรมร่วมกับเพื่อนในชั้นเรียนด้วยความสามัคคีกันทำงานจนเสร็จ					
7.	ข้าพเจ้ากับเพื่อนมักเอื้อเฟื้อต่อกันเช่น การให้ยืมหนังสือ แบ่งขนม เป็นต้น					
8.	ข้าพเจ้ามักพูดคำหยาบกับเพื่อนๆ ในกลุ่มเสมอ					
9.	ข้าพเจ้าและเพื่อนในกลุ่มมักล้อชื่อพ่อแม่ของเพื่อนในห้อง					
10.	ข้าพเจ้าและเพื่อนมักแกล้งคนอื่นด้วยวิธีการต่าง ๆ					
11.	เวลาข้าพเจ้าและเพื่อนไม่พอใจเพื่อนในห้อง มักชกต่อยหรือใช้มือทุบ					
12.	ข้าพเจ้าและเพื่อนมักส่งเสียงดังรบกวนเพื่อนในห้อง					
13.	ข้าพเจ้าและเพื่อนชอบพูดล้อจูด้อย หรือเยาะเย้ย คนอื่นเมื่อไม่พอใจ					
14.	ข้าพเจ้าและเพื่อนมองว่าการแกล้งคนอื่นเป็นเรื่องสนุก					

ตอนที่ 5 แบบสอบถามอิทธิพลของสื่อ

คำชี้แจง แบบสอบถามนี้เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับอิทธิพลของสื่อที่มีต่อตัวนักเรียน ให้นักเรียนอ่านข้อความแล้วให้ใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องท้ายคำตอบที่ตรงกับความเป็นจริงที่สุดที่เกิดขึ้นเพียงคำตอบเดียว โดยพิจารณาดังนี้

จริงที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนมากที่สุด
ค่อนข้างจริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนมาก
จริงบ้างไม่จริงบ้าง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนบ้าง ไม่ตรงบ้าง
ค่อนข้างไม่จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนน้อย
ไม่จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนน้อยที่สุด

ข้อ	ข้อความ	ระดับอิทธิพลของสื่อ				
		จริง ที่สุด	ค่อนข้าง จริง	จริงบ้าง ไม่จริง บ้าง	ค่อนข้าง ไม่จริง	ไม่จริง
1.	ข้าพเจ้าจดจำคำหยาบจากตัวละครในโทรทัศน์ และนำไปใช้กับเพื่อน ๆ					
2.	ข้าพเจ้าจดจำวาจาเย้ยแหย่ที่ได้ยินจากคำพูด ของตัวอย่างภาพยนตร์ในทีวีดีเพื่อนำไปใช้กับ เพื่อน ๆ					
3.	ข้าพเจ้าจดจำคำพูดตลกจากตัวละครใน หนังสือการ์ตูนแล้วนำไปใช้กับเพื่อน ๆ					
4.	นักเรียนเคยแกล้งเพื่อน ๆ ตามตัวอย่างที่เคย เห็นในโทรทัศน์					
5.	นักเรียนยกพวกตีกันเพราะได้เห็นการกระทำ เช่นนั้นจากข่าวในโทรทัศน์					
6.	นักเรียนนำวิธีการต่อสู้กันในเกมคอมพิวเตอร์ มาใช้ในชีวิตจริง					
7.	นักเรียนนำตัวอย่างการชกต่อยจากหนังสือ การ์ตูนมาใช้กับเพื่อน ๆ					
8.	นักเรียนเล่นกับเพื่อน ๆ โดยใช้ความรุนแรง ตามตัวอย่างในเกมคอมพิวเตอร์					
9.	นักเรียนมักขีดเขียน หรือทำลายสิ่งของ สาธารณะของโรงเรียน เพราะเห็นตัวอย่างใน อินเทอร์เน็ต					

ตอนที่ 5 (ต่อ)

ข้อ	ข้อความ	ระดับอิทธิพลของสื่อ				
		จริง ที่สุด	ค่อนข้าง จริง	จริงบ้าง ไม่จริง บ้าง	ค่อนข้าง ไม่จริง	ไม่จริง
10.	นักเรียนจดจำความรุนแรงและความทารุณกรรมทางอินเทอร์เน็ตให้กับเพื่อน ๆ					

ตอนที่ 6 แบบสอบถามวัดความก้าวร้าว

คำชี้แจง แบบสอบถามนี้เป็นแบบสอบถามจัดทำขึ้นเพื่อวัดความก้าวร้าวทั้งทางกายและทางวาจาของนักเรียน ซึ่งไม่มีข้อถูกหรือผิด เป็นเพียงการแสดงความคิดเห็นของนักเรียนเท่านั้น เมื่อนักเรียนอ่านข้อความแล้วโปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องขวามือ ช่องใดช่องหนึ่ง ที่ตรงกับความเป็นจริงที่สุด โดยพิจารณาดังนี้

จริงที่สุด หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนมากที่สุด
 ค่อนข้างจริง หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนมาก
 จริงบ้างไม่จริงบ้าง หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนบ้าง ไม่ตรงบ้าง
 ค่อนข้างไม่จริง หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนน้อย
 ไม่จริง หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนน้อยที่สุด

ข้อ	ข้อความ	ระดับความก้าวร้าว				
		จริง ที่สุด	ค่อนข้าง จริง	จริงบ้าง ไม่จริง บ้าง	ค่อนข้าง ไม่จริง	ไม่จริง
1.	ข้าพเจ้าทำลายสิ่งของของผู้อื่นเสมอ เมื่อเขาทำให้ข้าพเจ้าโกรธ					
2.	ข้าพเจ้าแกล้งคนที่อ่อนแอกว่าข้าพเจ้าเสมอ					
3.	ถ้าใครมาแกล้งให้นักเรียนไม่พอใจ นักเรียนจะโต้ตอบโดยการต่อสู้ เช่น ชกต่อย ผลักอก					
4.	ถ้าเพื่อนโยนสิ่งของใส่หน้าข้าพเจ้า ข้าพเจ้าจะขว้างกลับทันที					

ตอนที่ 6 (ต่อ)

ข้อ	ข้อความ	ระดับความก้าวร้าว				
		จริง ที่สุด	ค่อนข้าง จริง	จริงบ้าง ไม่จริง บ้าง	ค่อนข้าง ไม่จริง	ไม่จริง
5.	ข้าพเจ้าจะใช้กำลังกายทำร้ายตอบโต้ผู้ที่เข้ามาหาเรื่องข้าพเจ้า					
6.	เมื่อนักเรียนไม่ชอบใคร นักเรียนจะรังแกคนนั้น เช่น ผลักให้ล้ม ใช้มือทุบ ตี					
7.	นักเรียนมักจะระบายความโกรธโดยการทำลายสิ่งของไม่ว่าจะเป็นสิ่งของของตัวเองหรือของส่วนรวม					
8.	ข้าพเจ้าจะใช้มือทุบตีผู้ที่ทำให้ข้าพเจ้าไม่พอใจ					
9.	ถ้ามีใครมาพูดยั่วโมโห ข้าพเจ้าจะเข้าไปทำร้ายด้วยการผลัก ทุบตี เขาทันที					
10.	ข้าพเจ้ามักแสดงท่าทางหงุดหงิดฉุนเฉียวเมื่อเพื่อนทำให้ข้าพเจ้าไม่พอใจ					
11.	ข้าพเจ้าจะผลักเพื่อนให้พ้นทางเดินทันที เมื่อเพื่อนยืนขวางทาง					
12.	ข้าพเจ้าจะใช้วิธีขมขื่นเมื่อเกิดปัญหากับเพื่อน					
13.	ข้าพเจ้าชอบเอาปมด้อยของผู้อื่นมาพูดเป็นเรื่องสนุก					
14.	เมื่อพูดกับเพื่อนข้าพเจ้ามักใช้คำหยาบนำหน้าก่อนพูด					
15.	ข้าพเจ้าชอบล้อเลียนปมด้อยของเพื่อน					
16.	ข้าพเจ้าจะตะวาดเสียงดังเมื่อเกิดความโมโห					
17.	ถ้าหากกำลังยุ่ง ข้าพเจ้าจะตะวาดใส่ผู้ที่เข้ามารบกวน					

ตอนที่ 6 (ต่อ)

ข้อ	ข้อความ	ระดับความก้าวร้าว				
		จริง ที่สุด	ค่อนข้าง ข้าง จริง	จริงบ้าง ไม่จริง บ้าง	ค่อนข้าง ข้าง ไม่จริง	ไม่จริง
18.	ข้าพเจ้ามักพูดชมเชยเพื่อนที่อ่อนแอกว่า					
19.	เวลาโกรธและทำเพื่อนไม่ได้ ข้าพเจ้าจะตะโกน ล้อชื่อพ่อแม่ของเพื่อน					
20.	ข้าพเจ้าจะใช้คำพูดที่หยาบคาย รุนแรง เมื่อ ทะเลาะกับผู้อื่น					
21.	ข้าพเจ้ามองว่าการล้อชื่อพ่อแม่ของเพื่อน ๆ เป็นเรื่องสนุก					
22.	นักเรียนมักพูดเยาะเย้ย เมื่อเพื่อนในห้องทำ ผิดพลาด					
23.	ในบางกิจกรรมที่ไม่สนใจ ข้าพเจ้าจะคุย เสียงดัง					
24.	ข้าพเจ้าจะระบายอารมณ์ด้วยการตะโกนด่า ทันทีเมื่อรู้สึกโกรธ					

***** ขอขอบคุณทุกท่านที่ให้ความร่วมมือ *****

ตาราง 14 แสดงค่าอำนาจจำแนกเป็นรายชื่อของแบบสอบถามด้านบุคลิกภาพ

ข้อ	ข้อความ	t
1	ข้าพเจ้าชอบเก็บความรู้สึกไว้คนเดียว	4,154
2	ข้าพเจ้ากลัวที่จะตอบคำถามครู แม้ว่าอาจตอบถูกก็ตาม	3,907
3	ข้าพเจ้าไม่กล้าถามครูและเพื่อน เมื่อมีปัญหาสงสัย	4,620
4	ข้าพเจ้ารู้สึกอึดอัดใจ เมื่อครูให้ทำกิจกรรมหน้าห้องเรียน	3,153
5	ข้าพเจ้าชอบเก็บความรู้สึกของตนเองเอาไว้คนเดียว	2,877
6	ข้าพเจ้าไม่ชอบยุ่งเกี่ยวกับคนอื่นในกลุ่ม	5,037
7	ข้าพเจ้าไม่ยอมรับฟังความคิดเห็นของคนอื่น	4,873
8	ข้าพเจ้ารู้สึกประหม่า เมื่อออกไปพูดหน้าชั้น	4,857
9	เมื่อครูต้องการอาสาสมัคร ข้าพเจ้ารีบเสนอตัวทันที	3,388
10	ข้าพเจ้าเป็นคนเปิดเผย พูดตรงไปตรงมา	2,381
11	เมื่อพบเพื่อนใหม่ ข้าพเจ้าเป็นฝ่ายเข้าไปทักทายก่อน	2,532
12	ข้าพเจ้าเป็นคนที่มีความสนใจสนทนากับผู้อื่นอยู่เสมอ	1,905
13	ข้าพเจ้ารู้สึกว่าตนเองคบเพื่อนได้เร็วเมื่อมีสมาชิกใหม่	4,057
14	ข้าพเจ้าชอบแสวงหาการผจญภัยที่น่าตื่นเต้น	1,767
15	ข้าพเจ้าแสดงความมีน้ำใจกับเพื่อนเสมอ	3,532
16	ข้าพเจ้ามองว่าความคิดของเพื่อนแต่ละคนมีประโยชน์ทั้งสิ้น	5,014

ค่าความเชื่อมั่นด้านบุคลิกภาพ .813

ตาราง 15 แสดงค่าอำนาจจำแนกเป็นรายชื่อของแบบสอบถามด้านสัมพันธภาพในครอบครัว

ข้อ	ข้อความ	t
1	ข้าพเจ้าเอาใจใส่ดูแลผู้ปกครองเมื่อผู้ปกครองไม่สบาย	4,206
2	ผู้ปกครองแสดงความห่วงใยเมื่อข้าพเจ้ากลับบ้านผิดเวลา	4,203
3	ข้าพเจ้าแสดงความรักความเคารพต่อผู้ปกครองด้วยการพูดจาไพเราะ และไหว้ท่านเสมอ	2,713
4	เมื่อมีเวลาวางผู้ปกครองคุยกับข้าพเจ้าเสมอ	4,713

ตาราง 15 (ต่อ)

ข้อ	ข้อความ	t
5	ผู้ปกครองอนุญาตให้ข้าพเจ้าไปทัศนศึกษานอกสถานที่กับโรงเรียน	3,498
6	ข้าพเจ้ารู้สึกภูมิใจเมื่อผู้ปกครองคอยให้คำแนะนำด้านการเรียน	5,434
7	ผู้ปกครองให้คำปรึกษากับข้าพเจ้าเสมอเมื่อข้าพเจ้ามีปัญหา	3,064
8	ข้าพเจ้ามักขึ้นเสียงกับผู้ปกครองเวลาไม่พอใจ	3,562
9	ผู้ปกครองไม่เปิดโอกาสให้ข้าพเจ้าแสดงความคิดเห็นในทุก ๆ เรื่อง	5,921
10	ข้าพเจ้าไม่ใส่ใจกับคำแนะนำของผู้ปกครอง	5,853
11	ข้าพเจ้าไม่พอใจผู้ปกครองเมื่อผู้ปกครองดักเตือนเรื่องต่างๆ	5,745
12	ผู้ปกครองดูว่าข้าพเจ้าโดยไม่มีเหตุผลเสมอ	3,359
13	ผู้ปกครองไม่สนับสนุนให้ข้าพเจ้าเรียนในสิ่งที่ข้าพเจ้าสนใจ	3,199
14	เมื่อข้าพเจ้าหงุดหงิดกับผู้ปกครอง ข้าพเจ้าจะเดินหนี	5,865
15	ข้าพเจ้าไม่พอใจเมื่อผู้ปกครองบอกให้ทำการบ้าน	2,216
16	ข้าพเจ้าไม่ค่อยได้ช่วยเหลืองานบ้านผู้ปกครอง	3,236

ค่าความเชื่อมั่นสัมพันธภาพในครอบครัว .843

ตาราง 16 แสดงค่าอำนาจจำแนกเป็นรายชื่อของแบบสอบถามด้านสัมพันธภาพกับเพื่อน

ข้อ	ข้อความ	t
1	ข้าพเจ้าและเพื่อนคอยให้ความช่วยเหลือ พึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกัน	5,512
2	ข้าพเจ้าให้ความช่วยเหลือเพื่อนในด้านการเรียนอย่างเต็มที่	6,831
3	ข้าพเจ้าชอบปรึกษาเรื่องส่วนตัวกับเพื่อนเสมอ	4,882
4	เมื่อข้าพเจ้าไม่สบายใจเกี่ยวกับเรื่องส่วนตัวข้าพเจ้า จะพูดคุยกับเพื่อน	1,879
5	ข้าพเจ้าเข้ากับเพื่อนในห้องได้เป็นอย่างดี	4,320
6	ข้าพเจ้าทำกิจกรรมร่วมกับเพื่อนในชั้นเรียนด้วย ความสามัคคีกันทำงานจนเสร็จ	3,702
7	ข้าพเจ้ากับเพื่อนมักเอื้อเฟื้อต่อกันเช่น การให้ยืมหนังสือ แบ่งขนม เป็นต้น	3,449

ตาราง 16 (ต่อ)

ข้อ	ข้อความ	t
8	ข้าพเจ้ามักพูดคำหยาบกับเพื่อนๆ ในกลุ่มเสมอ	4,149
9	ข้าพเจ้าและเพื่อนในกลุ่มมักล้อชื่อพ่อแม่ของเพื่อนในห้อง	5,147
10	ข้าพเจ้าและเพื่อนมักแกล้งคนอื่นด้วยวิธีการต่าง ๆ	3,583
11	เวลาข้าพเจ้าและเพื่อนไม่พอใจเพื่อนในห้องมักชกต่อยหรือใช้มือทุบ	4,500
12	ข้าพเจ้าและเพื่อนมักส่งเสียงดังรบกวนเพื่อนในห้อง	5,163
13	ข้าพเจ้าและเพื่อนชอบพูดล้อจูด้อย หรือเยาะเย้ย คนอื่นเมื่อไม่พอใจ	3,236
14	ข้าพเจ้าและเพื่อนมองว่าการแกล้งคนอื่นเป็นเรื่องสนุก	2,880

ค่าความเชื่อมั่นสัมพันธภาพกับเพื่อน .882

ตาราง 17 แสดงค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อของแบบสอบถามด้านอิทธิพลของสื่อ

ข้อ	ข้อความ	t
1	ข้าพเจ้าจดจำคำหยาบจากตัวละครในโทรทัศน์และนำไปใช้กับเพื่อน ๆ	3,545
2	ข้าพเจ้าจดจำวาทะถ้อยตอนที่ได้ยินจากคำพูดของตัวอย่างภาพยนตร์ในทีวี เพื่อนำไปใช้กับเพื่อน ๆ	3,551
3	ข้าพเจ้าจดจำคำพูดตลกจากตัวละครในหนังสือการ์ตูนแล้วนำไปใช้กับเพื่อน ๆ	3,740
4	นักเรียนเคยแกล้งเพื่อน ๆ ตามตัวอย่างที่เคยเห็นในโทรทัศน์	4,995
5	นักเรียนยกพวกตีกันเพราะได้เห็นการกระทำเช่นนั้นจากข่าวในโทรทัศน์	5,236
6	นักเรียนนำวิธีการต่อสู้กันในเกมคอมพิวเตอร์มาใช้ในชีวิตจริง	6,141
7	นักเรียนนำตัวอย่างการชกต่อยจากหนังสือการ์ตูนมาใช้กับเพื่อน ๆ	5,682
8	นักเรียนเล่นกับเพื่อน ๆ โดยใช้ความรุนแรงตามตัวอย่างในเกมคอมพิวเตอร์	3,992
9	นักเรียนมักขีดเขียน หรือทำลายสิ่งของสาธารณะของโรงเรียน เพราะเห็นตัวอย่างในอินเทอร์เน็ต	3,574
10	นักเรียนจดจำความรุนแรงและความทารุณกรรมทางอินเทอร์เน็ตใช้กับเพื่อน ๆ	4,456

ค่าความเชื่อมั่นด้านอิทธิพลของสื่อ .866

ตาราง 18 แสดงค่าอำนาจจำแนกเป็นรายชื่อของแบบสอบถามวัดความก้าวร้าว

ข้อ	ข้อความ	t
1	ข้าพเจ้าทำลายสิ่งของของผู้อื่นเสมอ เมื่อเขาทำให้ข้าพเจ้าโกรธ	4,180
2	ข้าพเจ้าแกล้งคนที่อ่อนแอกว่าข้าพเจ้าเสมอ	4,521
3	ถ้าใครมาแกล้งให้นักเรียนไม่พอใจ นักเรียนจะโต้ตอบโดยการต่อสู้ เช่น ชกต่อย ผลักอก	4,751
4	ถ้าเพื่อนโยนสิ่งของใส่หน้าข้าพเจ้า ข้าพเจ้าจะขว้างกลับทันที	4,351
5	ข้าพเจ้าจะใช้กำลังกายทำร้ายตอบโต้ผู้ที่เข้ามาหาเรื่องข้าพเจ้า	3,093
6	เมื่อนักเรียนไม่ชอบใคร นักเรียนจะรังแกคนนั้น เช่น ผลักให้ล้ม ใช้มือทุบ ตี	6,252
7	นักเรียนมักจะระบายความโกรธโดยการทำลายสิ่งของไม่ว่าจะเป็น สิ่งของของตัวเองหรือของส่วนรวม	5,341
8	ข้าพเจ้าจะใช้มือทุบตีผู้ที่ทำให้ข้าพเจ้าไม่พอใจ	5,964
9	ถ้ามีใครมาพูดยั่วโมโห ข้าพเจ้าจะเข้าไปทำร้ายด้วยการผลัก ทุบตี เขาทันที	7,081
10	ข้าพเจ้ามักแสดงท่าทางหงุดหงิดฉุนเฉียวเมื่อเพื่อน ทำให้ข้าพเจ้าไม่พอใจ	5,221
11	ข้าพเจ้าจะผลักเพื่อนให้พ้นทางเดินทันที เมื่อเพื่อน ยืนขวางทาง	5,733
12	ข้าพเจ้าจะใช้วิธีชกต่อยเมื่อเกิดปัญหากับเพื่อน	5,531
13	ข้าพเจ้าชอบเอาปมด้อยของผู้อื่นมาพูดเป็นเรื่องสนุก	3,141
14	เมื่อพูดกับเพื่อนข้าพเจ้ามักใช้คำหยาบนำหน้าก่อนพูด	4,789
15	ข้าพเจ้าชอบล้อเลียนปมด้อยของเพื่อน	4,667
16	ข้าพเจ้าจะตะวาดเสียงดังเมื่อเกิดความโมโห	5,488
17	ถ้าหากกำลังยุ่ง ข้าพเจ้าจะตะวาดใส่ผู้ที่เข้ามารบกวน	5,194
18	ข้าพเจ้ามักพูดข่มขู่เพื่อนที่อ่อนแอกว่า	5,512
19	เวลาโกรธและทำเพื่อนไม่ได้ ข้าพเจ้าจะตะโกนล้อชื่อพ่อแม่ของเพื่อน	7,077
20	ข้าพเจ้าจะใช้คำพูดที่หยาบคาย รุนแรง เมื่อทะเลาะกับผู้อื่น	2,668
21	ข้าพเจ้ามองว่าการล้อชื่อพ่อแม่ของเพื่อน ๗ เป็นเรื่องสนุก	3,864

ตาราง 18 (ต่อ)

ข้อ	ข้อความ	t
22	นักเรียนมักพูดเยาะเย้ย เมื่อเพื่อนในห้องทำผิดพลาด	5,869
23	ในบางกิจกรรมที่ไม่สนใจ ข้าพเจ้าจะคุยเสียงดัง	5,600
24	ข้าพเจ้าจะระบายอารมณ์ด้วยการตะโกนด่าทอที่เมื่อรู้สึกโกรธ	3,404

ค่าความเชื่อมั่นความก้าวร้าว .925



โปรแกรมการลดความก้าวร้าว โดยใช้กิจกรรมกลุ่ม

ครั้งที่	สิ่งที่พัฒนา	จุดมุ่งหมาย	เทคนิค	เรื่อง
1	บรรยากาศที่ดี ในการเริ่มต้น ทำกิจกรรม บทบาทและ หน้าที่ของ นักเรียน	1. เพื่อให้ผู้วิจัยและนักเรียนที่เข้าร่วม โปรแกรมได้ทำความรู้จักและสร้าง สัมพันธภาพระหว่างกัน 2. เพื่อให้นักเรียนทราบถึงวัตถุประสงค์ ของการเข้าร่วมโปรแกรมการลดความ ก้าวร้าว และลักษณะการเข้าร่วม โปรแกรม 3. เพื่อให้นักเรียนได้ทราบถึงบทบาท หน้าที่ ของนักเรียน รวมทั้ง วัน เวลา และสถานที่ ในการร่วมโปรแกรม 4. เพื่อให้นักเรียนได้ทราบความหมาย ของความก้าวร้าว และหลักธรรมพรหม วิหารสี่	เกม	ปฐมนิเทศ: แนะนำตัว
2	ลดความ ก้าวร้าว : ใช้ มือทูป แกล้ง เพื่อน ผลัก	1. เพื่อให้นักเรียนวิเคราะห์ค้นหาสาเหตุ ของความก้าวร้าวทางกายในการใช้มือ ทูป แกล้งเพื่อน ผลัก และลดพฤติกรรม 2. เพื่อให้นักเรียนเห็นความสำคัญ และ ตระหนักในคุณประโยชน์ของความมี เมตตา 3. เพื่อให้นักเรียนเรียนรู้วิธีการทำจิตให้มี เมตตา และนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้	บทบาท สมมติ	การลดความ ก้าวร้าวทาง กาย : ใช้มือ ทูป แกล้ง เพื่อน ผลัก
3	ลดความ ก้าวร้าว ทางกาย : การ ขว้างปาสิ่งของ หรือทำลาย	1. เพื่อให้นักเรียนวิเคราะห์หาสาเหตุของ ความก้าวร้าวทางกายในการขว้างปา สิ่งของหรือทำลายสิ่งของให้ได้รับความ เสียหาย และลดพฤติกรรม 2. เพื่อให้นักเรียนเห็นความสำคัญ และ	กรณี ตัวอย่าง	การลดความ ก้าวร้าวทาง กาย : การขว้าง ปาสิ่งของหรือ ทำลายสิ่งของ

ครั้งที่	สิ่งที่พัฒนา	จุดมุ่งหมาย	เทคนิค	เรื่อง
3	สิ่งของให้ได้รับความเสียหาย	ตระหนักในการให้อภัยทาน คือความกรุณา 3. เพื่อให้นักเรียนเรียนรู้วิธีการให้อภัยทาน-กรุณา และนำไปใช้ในชีวิตจริง		ให้ได้รับความเสียหาย
4	ลดความก้าวร้าวทางกาย: ชกต่อย ดี	1. เพื่อให้นักเรียนวิเคราะห์หาสาเหตุของความก้าวร้าวในการชก ต่อย ดี และลดพฤติกรรม 2. เพื่อให้นักเรียนเห็นความสำคัญ และตระหนักในการฝึกจิตให้มีเมตตา 3. เพื่อให้นักเรียนเรียนรู้การฝึกจิตให้มีเมตตา และนำไปใช้ในชีวิตจริง	บทบาทสมมติ	การลดความก้าวร้าวทางกาย : ชกต่อย ดี
5	ลดความก้าวร้าวทางกาย: พุดช่มชู้ ด่าชื่อพ่อแม่ผู้อื่น	1. เพื่อให้นักเรียนวิเคราะห์หาสาเหตุของความก้าวร้าวทางวาจาในการพุดช่มชู้ ล้อชื่อพ่อแม่ผู้อื่น และลดพฤติกรรม 2. เพื่อให้นักเรียนเห็นความสำคัญ และตระหนักในพัฒนาจิตด้วยความกรุณา 3. เพื่อให้นักเรียนเรียนรู้วิธีการพัฒนาจิตด้วยความกรุณา และนำไปใช้ในชีวิตจริง	กรณีตัวอย่าง	การลดความก้าวร้าวทางวาจา : พุดช่มชู้ ด่าชื่อพ่อแม่ผู้อื่น
6	ลดความก้าวร้าวทางวาจา: พุดล้อจูด้อยของเพื่อน พุดเยาะเย้ย	1. เพื่อให้นักเรียนวิเคราะห์หาสาเหตุของความก้าวร้าวในการพุดล้อจูด้อยของเพื่อน พุดเยาะเย้ย และลดพฤติกรรม 2. เพื่อให้นักเรียนเห็นความสำคัญ และตระหนักในการฝึกฝนพัฒนาจิตให้มีความกรุณา 3. เพื่อให้นักเรียนเรียนรู้วิธีทำให้มีความกรุณา และนำไปใช้ในชีวิตจริง	อภิปรายกลุ่ม	การลดความก้าวร้าวทางวาจา : ล้อจูด้อยของเพื่อน พุดเยาะเย้ย

ครั้งที่	สิ่งที่พัฒนา	จุดมุ่งหมาย	เทคนิค	เรื่อง
7	ลดความ ก้าวร้าว ทางวาจา : ตะโกนเมื่อ โกรธ ทำเสียง ดังรบกวน	1. เพื่อให้นักเรียนวิเคราะห์สาเหตุ ของความก้าวร้าวทางวาจาในการ ตะโกนเมื่อโกรธ ทำเสียง ดังรบกวน และลดพฤติกรรม 2. เพื่อให้นักเรียนเห็นความสำคัญ และ ตระหนักในมูทิตา พาสุขใจ 3. เพื่อให้นักเรียนเรียนรู้วิธีการพัฒนา ขันติ เพื่อกำจัดความโกรธ และ นำไปใช้ในชีวิตจริง	บทบาท สมมติ	การลดความ ก้าวร้าวทางวาจา : ตะโกนเมื่อโกรธ ทำเสียงดังรบกวน
8	ลดความ ก้าวร้าวทาง วาจาด้านการ พูดคำหยาบ และตะวาด	1. เพื่อให้นักเรียนวิเคราะห์สาเหตุ ของความก้าวร้าวทางวาจาในการพูด คำหยาบ ตะวาด และลดพฤติกรรม 2. เพื่อให้นักเรียนเห็นความสำคัญ และ ตระหนักในการละความโกรธด้วยความ รักและเมตตา 3. เพื่อให้นักเรียนเรียนรู้วิธีการทำจิตให้ มีอุเบกขาธรรม และนำไปใช้ในชีวิตจริง	กรณี ตัวอย่าง	การลดความ ก้าวร้าวทางวาจา ด้านการพูดคำ หยาบ และตะ วาด
9	ลดความ ก้าวร้าว ทางกายและ ทางวาจา	1. เพื่อให้นักเรียนวิเคราะห์สาเหตุ ของความก้าวร้าวทางกายและทาง วาจา และลดพฤติกรรม 2. เพื่อให้นักเรียนเห็นความสำคัญ และ ตระหนักในการบรรเทาความโกรธตาม หลักธรรมพรหมวิหาร 4 3. เพื่อให้นักเรียนเรียนรู้การบรรเทา ความโกรธตามแนวพุทธวิธี และ นำไปใช้ในชีวิตจริง	สถาน การณ์ จำลอง	การลดความ ก้าวร้าว ทั้งทางกายและ ทางวาจา

ครั้งที่ ที่	สิ่งที่พัฒนา	จุดมุ่งหมาย	เทคนิค	เรื่อง
10	ประเมิน ประโยชน์ที่ ได้รับจากการ เข้าร่วมกิจกรรม กลุ่มในครั้งนี้ และยุติการร่วม กิจกรรมกลุ่ม	1. เพื่อให้นักเรียนประเมินตนเอง เกี่ยวกับการลดความก้าวร้าวที่ได้ ดำเนินการมา โดยเปรียบเทียบกับ ระยะก่อนเข้าร่วมโปรแกรม 2. เพื่อให้นักเรียนแสดงความคิด และ ความรู้สึกที่มีมาตลอดระยะเวลาการ เข้าร่วมโปรแกรม 3. เพื่อให้นักเรียนสามารถเชื่อมโยงสิ่งที่ ได้เรียนรู้ไปสู่การลดความก้าวร้าวและ แก้ไขปัญหา ในสถานการณ์ต่าง ๆ ที่ เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน 4. เพื่อสรุปและยุติการเข้าร่วมโปรแกรม	อภิปราย กลุ่ม	ปัจฉิมนิเทศ

ครั้งที่ 1

ปฐมนิเทศ และแนะนำตัว

เรื่อง ปฐมนิเทศ แนะนำตัว

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้วิจัยและนักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมได้ทำความรู้จักและสร้างสัมพันธ์ภาพระหว่างกัน
2. เพื่อให้นักเรียนทราบถึงวัตถุประสงค์ของการเข้าร่วมโปรแกรมการลดความก้าวร้าว และลักษณะการเข้าร่วมโปรแกรม
3. เพื่อให้นักเรียนได้ทราบถึงบทบาท หน้าที่ ของนักเรียน รวมทั้ง วัน เวลา และสถานที่ ในการร่วมโปรแกรม
4. เพื่อให้นักเรียนได้ทราบความหมายของความก้าวร้าว และหลักธรรมพรหมวิหารสี่

เทคนิคที่ใช้ เกม

ระยะเวลา 50 นาที

อุปกรณ์ที่ใช้ในกิจกรรม

1. ตารางกำหนดวัน และตารางโปรแกรมการลดความก้าวร้าว จำนวน 12 ชุด
2. ใบกิจกรรมที่ 1.1 เรื่อง "เรื่องของฉัน"
3. ใบความรู้ที่ 1.2 เรื่อง "ความหมายของความก้าวร้าว"
4. ใบความรู้ที่ 1.3 เรื่อง "หลักธรรมพรหมวิหาร 4"
5. ปากกา 12 ด้าม

วิธีดำเนินการ

1. ผู้วิจัยสร้างสัมพันธ์ภาพที่ดีด้วยความมีเมตตา พร้อมทั้งแนะนำตนเองให้นักเรียนได้รู้จัก
2. ผู้วิจัยให้นักเรียนทำความรู้จักกันโดยให้นั่งเป็นวงกลมแล้วให้นักเรียนแนะนำตัวเองทีละคน โดยเวียนด้านขวามือด้วยการบอกชื่อเล่น ด้วยเสียงดังฟังชัด ก่อนที่จะบอกชื่อเล่นตัวเองให้บอกชื่อเล่นเพื่อนตั้งแต่คนแรกจนถึงตัวเรา เช่น คนที่ 1 ชื่อ เมล์ คนที่ 2 ชื่อขวัญ เราต้องบอกว่า เมล์ ขวัญ ตามด้วยชื่อเล่นเรา และบอกต่อ ๆ ไปจนครบจำนวนสมาชิกทุกคน
3. ผู้วิจัยให้นักเรียนสร้างความคุ้นเคยกันด้วยการเข้าร่วมกิจกรรม "ลมเพ ลมพัด" ดังต่อไปนี้
 ผู้วิจัยจะถามนักเรียนดังนี้ "ลมเพ ลมพัด"
 ผู้วิจัยให้นักเรียนตอบว่า "พัดอะไร....."
 ผู้วิจัยสั่งพัดสิ่งต่างๆ ดังนี้ "พัดคนที่....." "พัดคนเกิด....." "พัดคนที่ใส่....."
 "พัดชายอยู่ชาย หญิงอยู่หญิง" "พัดคนไม่มี....."

4. ให้นักเรียนวิเคราะห์ตามประเด็นต่อไปนี้

4.1 ความรู้สึกในขณะที่ร่วมทำกิจกรรม

4.2 ได้รับประโยชน์จากกิจกรรมนี้อย่างไร

4.3 ผู้วิจัยตอบข้อความลงในใบกิจกรรมที่ 1.1 เรื่องของฉัน

5. ผู้วิจัยแจกใบความรู้ที่ 1.2 เรื่อง ความหมายของความก้าวร้าว และใบความรู้ที่ 1.3 เรื่อง หลักธรรมพรหมวิหาร 4 พร้อมอธิบายความหมาย เพื่อให้นักเรียนได้ทราบ และร่วมกันหาทางลดความก้าวร้าว

6. ผู้วิจัยแจกตารางโปรแกรมการฝึกให้กับนักเรียนทุกคนและชี้แจงวัตถุประสงค์ของการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มการลดความก้าวร้าว ลักษณะการฝึกอยู่ในรูปของกิจกรรม บทบาทของการมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมกลุ่ม หน้าที่ของนักเรียนในการร่วมกิจกรรมกลุ่ม และสิ่งที่นักเรียนจะได้รับคือการลดความก้าวร้าวทั้งทางกายและทางวาจา จากการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม รวมทั้งวันเวลาและสถานที่ในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

7. ผู้วิจัยเปิดโอกาสให้นักเรียนซักถามข้อสงสัย และปัญหาต่าง ๆ เกี่ยวกับการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มในครั้งนี้ และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม

ขั้นประเมินผล

1. สังเกตจากการร่วมมือในการทำกิจกรรมกลุ่ม
2. สังเกตจากการแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับกิจกรรมกลุ่ม
3. สังเกตจากการซักถามข้อสงสัยในการทำกิจกรรมของนักเรียน
4. สังเกตจากการร่วมกันหาทางแก้ไขปัญหาคความก้าวร้าว

ชื่อ.....นามสกุล.....ชื่อเล่น.....อายุ.....ปี
 เรียนชั้น.....ห้อง.....มีพี่น้อง.....คน พักอยู่กับ.....

ใบกิจกรรมที่ 1.1

เรื่องของฉัน

ให้นักเรียนเติมข้อความลงในแต่ละประโยคให้สมบูรณ์

1. สิ่งที่ฉันภาคภูมิใจคือ.....
2. สิ่งที่ฉันทำได้ดี คือ.....
3. สิ่งที่มีคุณค่าที่สุดสำหรับฉัน คือ.....
4. เวลาว่างฉันชอบ
5. ฉันชอบคนที่.....
6. ฉันกลัว.....
7. ฉันคิดว่าโรงเรียน.....
8. สิ่งที่ทำให้ฉันเสียใจ คือ.....
9. วิชาที่ฉันไม่ชอบ คือ.....
10. สิ่งที่ทำให้ฉันมีความสุข คือ.....
11. เพื่อนรักของฉัน คือ.....
12. เมื่อคนอื่นล่วงเกินทำให้ฉันไม่พอใจ ฉันจะ.....
13. เมื่อเทียบกับครอบครัวคนอื่น ครอบครัวของฉัน.....
14. เมื่อเรียนจบแล้ว ฉันอยากจะทำงานเป็น.....
15. เวลาฉันมีปัญหา.....

ให้บอกลักษณะนิสัยที่ดีและไม่ดีของตน พร้อมทั้งวิธีพัฒนาลักษณะนิสัยเหล่านั้นมา

ลักษณะนิสัยที่ดีของฉัน	ฉันจะพัฒนาให้ดีขึ้นโดย
1.	1.
2.	2.
3.	3.
ลักษณะนิสัยที่ไม่ดีของฉัน	ฉันจะปรับปรุงให้ดีขึ้นโดย
1.	1.
2.	2.
3.	3.

ใบความรู้ที่ 1.2

เรื่อง ความหมายของความก้าวร้าว

1. ความก้าวร้าว (aggressive) หมายถึง พฤติกรรมที่นักเรียนแสดงออกกับผู้อื่นทางกาย และทางวาจาที่สามารถสังเกตได้ ซึ่งพฤติกรรมดังกล่าวทำให้ผู้อื่นอับอาย เสียหาย ไม่พอใจหรือไม่สบายใจ ดังรายละเอียดต่อไปนี้

1.1 ความก้าวร้าวทางกาย หมายถึง ความประพฤติที่ทำให้บุคคลอื่นได้รับความเสียหาย บาดเจ็บทางร่างกายหรือจิตใจ ได้แก่ ชกต่อย ตี ใช้มือทุบเพื่อน แกล้งเพื่อน ผลัก ขว้างปาหรือทำลายสิ่งของให้ได้รับความเสียหาย

1.2 ความก้าวร้าวทางวาจา หมายถึง การพูดใช้วาจาที่ทำให้บุคคลอื่นได้รับความอับอาย ไม่พอใจหรือไม่สบายใจ ได้แก่ คำด่าด้วยถ้อยคำที่หยาบคาย พูดเยาะเย้ย ล้อเลียนปมด้อยผู้อื่น พูดชมชู้ ตะโกนเมื่อโกรธ ทำเสียงดังรบกวน ตะหวาด คำขู่พ่อแม่ผู้อื่น (สุพล ชัดเชื้อ. 2545:21)



ใบความรู้ 1.3

เรื่อง หลักธรรมพรหมวิหาร 4

พรหมวิหาร 4 หมายถึง ธรรมเป็นเครื่องอยู่อย่างประเสริฐของมนุษย์ คอยกำกับความประพฤติปฏิบัติให้เป็นไปตามแนวทางที่ถูกต้องและให้ความช่วยเหลือแผ่ต่อเพื่อนมนุษย์

1. เมตตา หมายถึง ความรัก ความปรารถนาดี น้อมนำประโยชน์ไปให้เขา ต้องการเห็นบุคคลอื่นดำรงชีวิตอยู่อย่างเป็นปกติสุขซึ่งอาจแสดงออกได้ด้วยการช่วยเหลือทางกาย ได้แก่ รู้จักให้อภัย ไม่ทำร้ายร่างกายเพื่อน ไม่ทบตีหรือแกล้งเพื่อนให้ได้รับความเจ็บปวด ช่วยเพื่อนทบทวนบทเรียนและการบ้าน ทางวาจา ได้แก่ โดยการพูดปลอบใจ พูดให้กำลังใจบุคคลอื่นเมื่อบุคคลอื่นประสบปัญหา พูดตักเตือนเมื่อบุคคลอื่นกระทำไม่เหมาะสม พูดกับเพื่อนด้วยวาจาที่ไพเราะ ไม่ดูต่ำเมื่อเห็นเพื่อนทำผิด รู้จักขอขอบคุณ และขอโทษเมื่อทำผิด

2. กรุณา หมายถึง ความสงสาร ไม่นิ่งดูดายเมื่อเพื่อนมีความทุกข์ ต้องการช่วยเหลือบุคคลอื่นให้พ้นจากความทุกข์ ซึ่งอาจแสดงออกได้ด้วยการช่วยเหลือทางกาย ได้แก่ ช่วยเหลือเพื่อนเมื่อมีโอกาส ช่วยเหลือเพื่อนเมื่อเพื่อนมีปัญหาด้านการเรียนหรือปัญหาส่วนตัว ให้เพื่อนยืมอุปกรณ์การเรียน ช่วยเหลือทางวาจา ได้แก่ โดยการตักเตือนหรือชี้แจงให้เกิดความรู้สึกที่เหมาะสม ช่วยปลอบใจเพื่อนยามมีเรื่องไม่สบายใจ ไม่พูดจาซ้ำเติมเมื่อเพื่อนผิดหวัง ช่วยแสดงความคิดเห็นเพื่อหาทางออกให้กับปัญหาที่เกิดขึ้น

3. มุทิตา หมายถึง ความเบิกบาน ไม่มีความอิจฉาริษยาเพื่อน พลอยยินดีเมื่อเพื่อนมีความสุข หรือเห็นเพื่อนประสบความสำเร็จ ยินดีไปกับบุคคลนั้นด้วยอย่างจริงใจ ได้แก่ การแสดงความยินดีโดยการปรบมือให้เกียรติ การจับมือแสดงความยินดี การลุกขึ้นยืนต้อนรับเมื่อเพื่อนมีความสุข ความยินดีและชมเชยเมื่อเพื่อนประสบความสำเร็จในการเรียนหรือการทำงาน

4. อุเบกขา หมายถึง การวางตนเองกลาง มีจิตเรียบตรงเที่ยงธรรมดุจตราขึง ไม่เอนเอียงด้วยรักและชัง ตามหลักความถูกต้อง ยุติธรรม ไม่ลำเอียงต่อผู้ใดผู้หนึ่ง ให้การช่วยเหลือเพื่อนในกรณีที่สามารถช่วยเหลือได้ และเมื่อช่วยเหลือแล้วตนเองไม่เป็นทุกข์เดือดร้อนตามไปด้วย และในกรณีที่ไม่สามารถช่วยเหลือได้ ได้แก่ ไม่ซ้ำเติมเมื่อเพื่อนได้รับความทุกข์หรือผิดหวัง แบ่งปันสิ่งของให้เพื่อนทุกคนได้เท่าเทียมกัน ห้ามปรามบุคคลใกล้ชิดหรือเพื่อนเมื่อกระทำการที่ไม่ถูกต้อง เมื่อเพื่อนกลุ่มตนเองทำผิดก็ไม่ควรเข้าข้างใดข้างหนึ่ง เมื่อทะเลาะกันก็ไม่ควรเห็นว่าฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งถูกหรือผิด (พระวิริวัฒน์ รอดสุโข. 2545: 7)

ครั้งที่ 2

ความมีเมตตา

เรื่อง การลดความก้าวร้าวทางกาย : ใช้มือทูป แกล้งเพื่อน ผลัก

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนวิเคราะห์หาสาเหตุของความก้าวร้าวทางกายในการใช้มือทูป แกล้งเพื่อน ผลัก และลดพฤติกรรม
2. เพื่อให้นักเรียนเห็นความสำคัญ และตระหนักในคุณประโยชน์ของความมีเมตตา
3. เพื่อให้นักเรียนเรียนรู้วิธีการทำจิตให้มีเมตตา และนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้

เทคนิคที่ใช้ บทบาทสมมติ

ระยะเวลา 50 นาที

อุปกรณ์ที่ใช้ในกิจกรรม

ใบความรู้ที่ 2.1 เรื่อง "ความมีเมตตา"

วิธีดำเนินการ

ขั้นที่ 1 ขั้นกิจกรรม

1. ผู้วิจัยทักทายนักเรียน และสมมติสถานการณ์ขึ้นว่า สมมตินักเรียนมีปัญหาเกี่ยวกับเพื่อนและทะเลาะกันกับเพื่อนจนถึงต้องมีการใช้กำลัง
2. ผู้วิจัยให้นักเรียนจับคู่โดยหญิงคู่หญิง ชายคู่ชาย แล้วเลือกว่าใครจะเป็นหมายเลข 1 และ 2 แล้วหันหน้าเข้าหากัน
3. ผู้วิจัยให้นักเรียนหงายฝ่ามือซ้ายขึ้นเหนือศีรษะของตนเอง และคว่ำมือขวาไว้บนฝ่ามือซ้าย หางกัน 1 คืบ
4. ครั้งแรกผู้วิจัยพูดว่า "ตี" ให้นักเรียนใช้มือขวาตีลงบนฝ่ามือซ้ายเพื่อน โดยครั้งแรกห้ามดึงมือซ้ายออก แล้วผู้วิจัยมีคำสั่งหลอกดังนี้ "เตรียม....พร้อม" "เตรียม.....ตัว" "เตรียม....ตี"
3. ครั้งที่สองผู้วิจัยเพิ่มคำสั่งเป็นคำต่าง ๆ ดังนี้ ทูป = ให้ทูปไปที่หัวเข่าขวา , ผลัก = ให้ใช้มือผลักที่ไหล่ขวา , ต่อย = ให้ต่อยไปที่แขนขวา ห้ามหลบโดยครั้งแรกจะให้ 1 เริ่มก่อน 2 นั่งเฉย ๆ ครั้งที่สองจะให้ 2 บ้างโดย 1 นั่งเฉย ๆ โดยผู้วิจัยจะสั่งทีละอย่างสลับกัน เช่น ทูป - ตี - ผลัก - ต่อย , ต่อย - ผลัก - ตี - ทูป
4. ครั้งที่สามทำพร้อมกันคำสั่งข้อ 3 แต่เปลี่ยนเป็นทำร้ายเพื่อนให้ได้ แต่ก็ต้องคอยระวังไม่ให้โดนเพื่อนทำร้ายได้ หากทำร้ายห้ามตามทำร้ายซ้ำ เมื่อได้แต่ละครั้งนับเป็น 1 คะแนน แล้วตอนท้ายผู้วิจัยจะถามใครได้คะแนนมากกว่ากัน

ขั้นที่ 2 ขั้นวิเคราะห์และอภิปราย

1. เมื่อแสดงบทบาทเสร็จแล้วให้สมาชิกเข้ากลุ่มใหญ่ แล้วร่วมกันอภิปรายในหัวข้อต่อไปนี้

1.1 นักเรียนรู้สึกอย่างไรเมื่อถูกเพื่อนตีได้

1.2 นักเรียนรู้สึกอย่างไรเมื่อตีเพื่อนได้

1.3 ถ้าหากนักเรียนทะเลาะกับเพื่อนนักเรียนจะหาทางออกอย่างไร

2. นักเรียนวิเคราะห์ความก้าวร้าวในการใช้มือทุบ แก้งเพื่อน ผลัก ของตนเอง และแนวทางในการลดพฤติกรรมที่เหมาะสม

ขั้นที่ 3 ขั้นสรุปและนำหลักการไปประยุกต์ใช้

1. ผู้วิจัยให้นักเรียนร่วมกันสรุปข้อคิดเห็นที่ได้จากการแสดงบทบาทสมมติ

2. ผู้วิจัยให้นักเรียนแต่ละคนเล่าถึงประสบการณ์ที่เคยแสดงกับเพื่อน ๆ และผลที่ได้จากการแสดงพฤติกรรมนั้น ๆ

3. ผู้วิจัยอธิบายทั้งแบบทั่ว ๆ ไป และอธิบายเปรียบเทียบด้วยการอุปมาอุปไมย เพื่อทำความเข้าใจในการฝึกจิตให้มีเมตตา ใ้ความรู้ที่ 2.1

4. ผู้วิจัยนำเสนอคุณประโยชน์ของเมตตา และฝึกจิตให้มีเมตตาด้วยการแผ่เมตตาอันจะเป็นแนวทางเพื่อการลดความก้าวร้าวต่อไป

ขั้นที่ 4 ขั้นประเมินผล

1. สังเกตจากการทำกิจกรรม และการร่วมมือทำกิจกรรม

2. สังเกตจากการที่นักเรียนตอบคำถาม และร่วมแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับการทำกิจกรรม

3. สังเกตจากการสรุปสิ่งที่ได้จากกิจกรรมของนักเรียน

ตัวอย่างสถานการณ์

ในขณะที่ครูกำลังสอนวิชาภาษาไทยเด็กชายณรงค์ ใช้มือทุบหลังเด็กชายพิภพ แต่เด็กชายพิภพไม่อยากจะเล่นด้วยจึงนั่งเฉยๆ แต่เด็กชายณรงค์ได้ใจจึงใช้มือทุบไปเรื่อย ๆ พอเห็นว่าเด็กชายพิภพไม่สนใจจึงใช้มือผลักที่ไหล่พร้อมพูดว่า “นี่แน่” เด็กชายพิภพเริ่มโมโหจึงลุกขึ้นบอกครูว่า “ครูครับเด็กชายณรงค์แกล้งผมครับ” ครูเลยเรียกทั้งสองคนไปถาม พอทราบเหตุการณ์จึงลงโทษเด็กชายณรงค์ด้วยการตีที่ฝ่ามือ 3 ครั้ง แล้วบอกว่าที่หลังอย่าทำแบบนี้อีกนะ

จากนั้นผู้วิจัยให้นักเรียนตอบคำถาม 3 ข้อ

1. ให้นักเรียนบอกถึงปัญหาจากสถานการณ์ที่ได้ฟังตามความคิดของนักเรียน

2. ถ้านักเรียนเจอสถานการณ์เช่นนี้ นักเรียนจะรู้สึกอย่างไร และจะแสดงพฤติกรรมอะไรบ้าง

3. นักเรียนจะหาวิธีการแก้ปัญหาได้อย่างไร

ใบความรู้ที่ 2.1

เรื่อง ความมีเมตตา

เมตตาธรรม

คำว่า “เมตตา” หมายถึง ไม่ตรี ความรัก ความปรารถนาดี ความเห็นอกเห็นใจ ความเข้าใจดีต่อกัน ความใส่ใจ หรือต้องการสร้างเสริมประโยชน์สุขให้แก่เพื่อนมนุษย์และสัตว์ทั้งหลาย เมตตาจัดเป็นธรรมพื้นฐานของใจชั้นแรก ในการสร้างความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลซึ่งทำให้มองกันในแง่ดี ห่วงดีต่อกัน พร้อมทั้งจะรับฟัง และเจรจากันด้วยเหตุด้วยผล ไม่ยึดเอาความเห็นแก่ตัว มีอคติ คือ ความโกรธ ความเกลียด เป็นที่ตั้ง

อาจารย์วศิน อินทสระ ได้วิเคราะห์ความแตกต่างระหว่าง “เมตตา” กับ “ความรัก” ซึ่งเป็นธรรมชาติของจิตที่มีลักษณะคล้ายคลึงและคลุกเคล้ากันอยู่อย่างแนบแน่น และค่อนข้างจะยากลำบากที่จะแยกแยะออกเว้นแต่จะได้มีการศึกษาทำความเข้าใจในธรรมชาติที่แท้จริงของคำทั้งสองไว้ในเทปคำบรรยายเรื่อง “วิธีทำจิตให้บริสุทธิ์” และหนังสือที่ได้ถอดข้อความที่ได้ถอดจากเทปดังกล่าวไว้ดังนี้ เมตตาเป็นคุณธรรมอย่างหนึ่งในพรหมวิหาร 4 หมายถึง

ความปรารถนาดีต่อผู้อื่น สัตว์อื่น และต้องการจะน้อมนำสุขเข้าไปให้ ถ้าเมตตาทั่วหน้า เป็นสัมสัมภาพ ไม่มีเขตแดน ไม่มีประมาณ ท่านก็เรียกว่า เมตตาอัปมัณญา เมื่อเราสำรวจจิตแผ่เมตตาเป็นอัปมัณญา เราก็จะแผ่ทั่วไปคือ ไม่เจาะจง

ก็จะว่า สัพเพ สัตตา สุขิตา โหนตุ แปลว่า ขอสัตว์ทั้งปวงจงมีความสุขเถิด อันนี้เป็นอัปมัณญาเพราะไม่มีประมาณ

ถ้าสุดวิสัยที่จะแผ่เมตตา แผ่กรุณาได้แล้วเราก็ปลงใจเสียด้วยอุเบกขา ว่า สัพเพ สัตตา กัมมัตสกา สัตว์ทั้งหลายมีกรรมเป็นของของตน ผู้ทำดีจักได้ดี ทำชั่วจักได้ชั่ว หรือว่าจะปรากฏด้วยกรรมของตนเอง อันนี้เป็นการเจริญเมตตา

เรื่องความรัก ความรักที่เจือด้วยราคะเป็นความเสนาหา เป็นกิเลสชนิดหนึ่ง ซึ่งเมื่อเกิดขึ้นในใจแล้ว ก็ทำให้กระวนกระวาย ก็เพื่อสนองความต้องการของตน ถ้าระวังไม่ดีก็จะเป็นความเห็นแก่ตัว ริษยา หวงแหน ผูกพันยึดครองเป็นเจ้าของ ถ้าได้ตามที่อยากก็หลงใหล หมกมุ่น ถ้าไม่ได้ก็โกรธแค้น อาฆาต พยาบาท ทำลายล้าง เกลียดชัง

ตามพระพุทธภาษิตที่ว่ามาเมื่อครูนีว่า ถ้าไม่มีสิ่งอันเป็นที่รักและไม่รัก คือไม่รักไม่ชัง ตัดได้ทั้ง 2 อย่างแล้ว เครื่องผูกมัดก็ไม่มี จิตก็มั่นคงแล้วก็หลุดพ้นได้ อย่างน้อยก็พ้นจากความเศร้าโศก เพราะความวิบัติของสิ่งเหล่านั้น (พระไตรปิฎกชื่อ ตาลปุตตสูตร พระไตรปิฎก เล่มที่ 18 : 589)

แยกให้ชัดเจนระหว่างความรักกับเมตตาก็คือ

ความรักจะมีความผูกพัน วางอุเบกขาไม่ค่อยลง ส่วนเมตตานั้นไม่มีความผูกพัน วางอุเบกขาได้สะดวก เมื่อถึงคราวจำเป็น เพราะว่าสายทางเดินของความรักกับของเมตตานั้นมันคนละเส้นทางกัน แต่บางครั้งมักจะคละกันอยู่ ปนกันอยู่ แต่ถ้าเป็นเมตตาที่บริสุทธิ์ล้วนๆ ก็จะวางอุเบกขาได้สะดวก ความรักที่เจือด้วยราคะก็มักจะคละกันอยู่กับเมตตา คือมีเมตตาด้วย มีความรักด้วย ทำให้คละอยู่ อยู่ใกล้กันมากจึงกล่าวได้ว่า “เมตตา” นี้เป็นหลักธรรมประจำใจของแต่ละบุคคล และเป็นหลักธรรมพื้นฐานสำหรับสร้างความสามัคคีและเอกภาพของหมู่ชน หรือที่เรียกว่า “สารณียธรรม” ซึ่งสามารถแสดงออกได้ทั้งทางกาย คือ “เมตตากายกรรม” ได้แก่ การช่วยเหลือซึ่งกันและกัน เช่น เมื่อเห็นคนยืนตากแดดรอจะข้ามถนน เราหยุดรถให้เขาข้ามถนน การแสดงกิริยาสุภาพเคารพนับถือกัน เช่น เมื่อมีคนหยุดรถให้เราข้ามถนน เราแสดงกิริยาขอบคุณ เคารพในน้ำใจดีของเขาด้วยการโน้มศีรษะ ส่งยิ้มให้เป็นต้น ทางวาจา คือ “เมตตาวาจากรรม” ได้แก่ การมีวาจาที่อ่อนหวานสุภาพ สอบถามสารทุกข์สุกดิบ บอกแจ้งแนะนำ กล่าวคำตักเตือนด้วยความหวังดีและจริงใจ และทางความคิดต่อกัน คือ “เมตตามโนกรรม” ได้แก่ การมองกันในแง่ดี มีความปรารถนาดี มีความหวังดี มีความสงสาร มีความเห็นใจ อยากช่วยเหลือให้พ้นทุกข์ คิดทำแต่สิ่งที่จะอำนวยประโยชน์สุขให้แก่กัน และกัน

เท่าที่ได้กล่าวมาแล้วข้างต้น ย่อมเป็นการยืนยันว่า การแสดงความเมตตาไม่ว่าจะโดยทางกาย วาจา หรือ ทางใจนั้น มิใช่เป็นข้อปฏิบัติที่ย่างยากลำบากเลยแม้แต่น้อย เพราะเป็น ธรรมชาติที่เกิดขึ้นพร้อมกับจิตของมนุษย์อยู่แล้ว จึงไม่ควรปล่อยปละละเลย ทอดทิ้งให้สูญเปล่าไปโดยมิได้นำมาใช้เป็นประโยชน์เท่าที่ควร สมควรให้ความสนใจเฝ้าหมั่นทำนุบำรุง ฝึกฝน บริหาร ฝึกระตุ้นให้เกิดจิตสำนึกว่า จะต้องถือปฏิบัติเป็นกิจประจำวันเพื่อให้เป็นนิสัยที่จะขาดไม่ได้ เช่นเดียวกับการตื่นนอนในตอนเช้า จะต้องเข้าห้องน้ำ ถ่ายปัสสาวะ อุจจาระ แปรงฟัน ล้างหน้า อาบน้ำ ฯลฯ เมตตาจิตก็จะกระตุ้นให้เกิดขึ้นเองโดยอัตโนมัติ ยากที่จะลบล้างให้หมดสิ้นไป เช่นเดียวกับการตอกตะปูลงไปในเนื้อไม้ ตอกวันแรก ตะปูจะฝังลงไปในเนื้อไม้เพียงเล็กน้อย จึงไม่เป็นการยากที่จะถอนดึงตะปูนั้นออก ต่อมาในวันรุ่งขึ้น และวันถัดไป เมื่อเราตอกซ้ำเป็นประจำทุก ๆ วัน ตะปูจะฝังลึกลงไปในเนื้อไม้ทุกที จนกระทั่งไม่สามารถถอนดึงเอาออกได้ด้วยกรรมวิธีธรรมดา

เมตตาสามารถแผ่กระจายออกไปได้ทุกทิศทาง ไม่มีขอบเขต ไม่กำหนดสถานที่ กาลเวลา เมตตาเป็นเรื่องของจิตใจ จึงไม่จำเป็นต้องอาศัยทรัพย์สินสิ่งของ ไม่ต้องลงทุนลงแรงแต่อย่างใด และเป็นการสมควรอย่างยิ่งที่ผู้ศึกษาและปฏิบัติธรรมพึงให้ความสำคัญ และน้อมนำมายึดถือปฏิบัติเพื่อประโยชน์สุขของตนเองและสังคมโลกต่อไป

ครั้งที่ 3

อภัยทาน - คือความกรุณา

เรื่อง การลดความก้าวร้าวทางกาย : การขว้างปาสิ่งของหรือทำลายสิ่งของให้ได้รับความเสียหาย
วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนวิเคราะห์หาสาเหตุของความก้าวร้าวทางกายในการขว้างปาสิ่งของหรือทำลายสิ่งของให้ได้รับความเสียหาย และลดพฤติกรรม
2. เพื่อให้นักเรียนเห็นความสำคัญ และตระหนักในการให้อภัยทาน-กรุณา
3. เพื่อให้นักเรียนเรียนรู้วิธีการให้อภัยทาน-กรุณา และนำไปใช้ในชีวิตรจริง

เทคนิคที่ใช้ กรณีตัวอย่าง

ระยะเวลา 50 นาที

อุปกรณ์ที่ใช้ในกิจกรรม

1. ใบกรณีตัวอย่างที่ 3.1 เรื่อง "เหตุเกิดเพราะชมพู" จำนวน 12 แผ่น
2. ใบความรู้ที่ 3.2 เรื่อง "อภัยทาน-คือความกรุณา" จำนวน 12 แผ่น
3. ปากกา 12 ด้าม

วิธีดำเนินการ

ขั้นที่ 1 ขั้นกิจกรรม

1. ผู้วิจัยทักทายนักเรียนและเตรียมความพร้อมเพื่อเข้าสู่กิจกรรม "ธรรมะสวัสดิ์นักเรียนทุกคน ครึ่งนี้เป็นครั้งที่ 3 ซึ่งวันนี้พระอาจารย์มีกรณีศึกษาพร้อมทั้งแสดงความคิดเห็นร่วมกันมาให้นักเรียนทุกคนได้ศึกษากัน"

2. ผู้วิจัยแบ่งนักเรียนออกเป็น 2 กลุ่ม กลุ่มละ 6 คน

3. ผู้วิจัยแจกใบกรณีตัวอย่างที่ 3.1 เรื่อง "เหตุเกิดเพราะชมพู" ให้นักเรียนกลุ่มละ 1 แผ่น

พร้อมปากกา

4. ผู้วิจัยให้นักเรียนแต่ละกลุ่มร่วมกันศึกษาและแสดงความคิดเห็นประมาณ 20 นาที

ขั้นที่ 2 ขั้นวิเคราะห์และอภิปราย

1. ผู้วิจัยให้นักเรียนแต่ละกลุ่มร่วมกันอภิปรายในหัวข้อต่อไปนี้

- 1.1 ัญญาามีพฤติกรรมเช่นนี้ แสดงว่าัญญาเป็นคนอย่างไร
- 1.2 ถ้าัญญาไม่ยอมรับผิด เหตุการณ์จะดำเนินต่อไปอย่างไร
- 1.3 นักเรียนคิดว่าพิมพรมีความรู้สึกอย่างไรเมื่อถูกทำโทษ
- 1.4 จากเรื่อง "เหตุเกิดเพราะชมพู" นักเรียนคิดว่าอะไรเป็นสาเหตุของปัญหา และ

นักเรียนจะหาทางแก้ไขปัญหานี้อย่างไร

ขั้นที่ 3 ขั้นสรุปและนำหลักการไปประยุกต์ใช้

1. ผู้วิจัยให้ตัวแทนกลุ่มออกมารายงานผลการอภิปราย ผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม
2. ผู้วิจัยให้สมาชิกยกตัวอย่างเหตุการณ์ทำนองนี้ที่เกิดขึ้นในชีวิตจริงของนักเรียน
3. ผู้วิจัยให้นักเรียนช่วยกันเลือกแนวทางปฏิบัติที่เหมาะสม เพื่อลดความก้าวร้าว
4. ผู้วิจัยนำเสนอการอภัยทาน-คือความกรุณา คือ อภัยทาน หมายถึง การให้ความไม่มียก คือ ยกโทษต่อกัน และอโหสิกรรม หมายถึง กรรมที่เลิกให้ผล คือ การไม่เอาโทษแก่กัน (ใบความรู้ที่ 3.2)
6. ผู้วิจัยเปิดโอกาสให้นักเรียนซักถาม และสรุปเพิ่มเติม

ขั้นที่ 4 ขั้นประเมินผล

1. สังเกตจากการตั้งใจในการเข้าร่วมกิจกรรมของสมาชิก
2. สังเกตจากการซักถามเกี่ยวกับข้อสงสัยที่มีต่อพฤติกรรมการขว้างปาสิ่งของหรือทำลายสิ่งของให้ได้รับความเสียหาย
3. สังเกตจากการแสดงความคิดเห็นในการทำกิจกรรมของนักเรียน
4. สังเกตจากร่วมกันตอบใบงานที่นักเรียนทำ



ใบกรณีตัวอย่างที่ 3.1

เรื่อง “เหตุเกิดเพราะชมพู”

บ่ายวันหนึ่งพิมพ์พรตามเก็บชมพูหล่นที่ริมรั้วด้านหลังศูนย์ฝึกได้หลายลูก แล้วพิมพ์พรก็ไปดูทีวี สักครู่หนึ่งธัญญาก็ไปเก็บชมพูที่ริมรั้วด้านหลังศูนย์ฝึกบ้าง เขาเห็นชมพูบนต้นสีแดงลูกใหญ่ น่ากินจึงเอาก่อนหินปาขึ้นไป เผอิญก่อนหินไปตกถูกวราภรณ์ศีรษะแตกและร้องด้วยความเจ็บปวด ธัญญาดกใจมากรีบหนีไปอยู่กับเพื่อนๆ ที่กำลังนั่งดูทีวี

วราภรณ์ซึ่งศีรษะแตกมาฟ้องอาจารย์ อาจารย์จึงเรียกประชุมสมาชิกทุกคนและถามว่า “ใครเป็นคนขว้างก่อนหิน” ไม่มีใครตอบ อาจารย์จึงถามใหม่ว่า “เมื่อตอนบ่ายใครอยู่ด้านหลังศูนย์ฝึกบ้าง” พิมพ์พรจึงยกมือขึ้น อาจารย์จึงถามว่า “ไปทำอะไร” พิมพ์พรตอบว่า “ไปเก็บชมพูที่หล่น แต่ไม่ได้ใช้ก่อนหินขว้างนะค่ะ” อาจารย์จึงถามวราภรณ์ว่า “จำหน้าคนที่ขว้างหินได้หรือไม่” วราภรณ์ตอบว่า “จำไม่ได้” อาจารย์จึงหยิบไม้เรียวออกมาและบอกว่าจะตี ในฐานะที่กระทำความผิดแล้วไม่ยอมรับ

ฝ่ายธัญญารู้สึกละลายใจที่เพื่อนจะถูกตีเพราะความผิดของตนเอง จึงบอกอาจารย์และยอมรับว่า “อาจารย์คะ หนูเองที่เป็นคนปาหิน แต่หนูไม่ได้ตั้งใจทำให้วราภรณ์ศีรษะแตกนะค่ะหนูแค่อยากได้ชมพูมากิน หนูสงสัยว่าเพื่อนจะต้องถูกอาจารย์ตีเพราะหนูค่ะ อาจารย์ตีหนูนะค่ะ” วราภรณ์รู้สึกสงสาร จึงขอร้องอาจารย์ไม่ให้ตีธัญญา อาจารย์ก็ยกโทษให้ในฐานะที่กล่าวพูดความจริงและยอมรับในสิ่งที่ตนกระทำ อาจารย์และเพื่อนคนอื่น ๆ ต่างปรบมือให้กับธัญญาที่เป็นคนกล้ายอมรับในสิ่งที่ตนเองทำ

ใบกิจกรรมที่ 3.2

1. ให้นักเรียนบอกถึงปัญหว่าเป็นเรื่องเกี่ยวกับอะไร ?

.....

.....

2. สาเหตุของปัญหาในเรื่องนี้ คืออะไร ?

.....

.....

3. ให้นักเรียนระบุนิธีการแก้ไขปัญหาดังกล่าว

.....

.....

ใบความรู้ที่ 3.3

เรื่อง อภัยทาน-กรุณา

อภัยทาน

อภัยทาน จัดว่า เป็นทานอันยิ่งใหญ่ที่สุดอย่างหนึ่งในบรรดาทานทั้งหลาย เป็นการให้ที่มาจากจิตใจที่汀งามของแต่ละคน ไม่ต้องแสวงหาจากภายนอก แต่กลับทำได้ยากยิ่งนัก ทั้งๆ ที่มีคุณอนเนกอนันต์ เป็นสิ่งจำเป็นสำหรับมนุษย์ทุกคนผู้อยู่บนโลกนี้ที่จะต้องมีเรื่องกระทบกระทั่งกันเป็นธรรมดา หรือการเข้าใจผิด หากรู้จักให้อภัยกันได้ ก็จะหมดเวรกรรม เรียกว่า “อโหสิกรรม” ดังนั้น

อภัยทาน หมายถึง การให้ความไม่มีภัย คือ ยกโทษต่อกัน

อโหสิกรรม หมายถึง กรรมที่เลิกให้ผล คือ การไม่เอาโทษแก่กัน

วิธีคิดเพื่อฝึกให้สามารถให้อภัย

การให้อภัย การไม่ทำลายใครเป็นการชำระใจ แม้จะดูพุดง่าย แต่ก็ทำได้ยาก หากไม่ฝึกทำจนเป็นปกติการให้อภัยจะทำให้เราสามารถยุติปัญหาต่างๆ ได้ เช่น การทะเลาะวิวาทกัน การทำร้ายของคนอื่น การขวางปาลิ่งของทำให้ผู้อื่นได้รับความเสียหาย หากฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งสามารถน้อมจิตให้อภัยหรือมีความกรุณา ไม่เอาโทษถือโกรธอีกฝ่ายหนึ่งได้ เรื่องก็จะระงับลงโดยลำดับหากตรงกันข้าม อาจเกิดการจองเวรไม่รู้จักสิ้น ข้ามภพข้ามชาติ

ขอให้เราภูมิใจ เมื่อมีใครมาขอโทษ เมื่อมีใครให้อภัยหรือแสดงความกรุณาต่อเรา เมื่อสำนึกได้ว่า เราได้ทำอะไรผิดพลาดไป ก็ขอโทษกัน การขอโทษหรือการให้อภัย มิใช่การเสียหน้า หรือเสียรู้ มิใช่การได้เปรียบเสียเปรียบแต่อย่างใด หากแต่เป็นการชำระใจให้สะอาด เหมือนภาชนะสกปรกก็ชำระล้างให้สะอาด การยอมกันเสียบ้างก็เป็นความสุขได้ไม่ยาก บางครั้งการยอมแพ้ อาจเป็นชัยชนะยิ่งใหญ่ข้ามภพข้ามชาติ การยกโทษอาจดูเหมือนเรายอม เราไม่ติดใจ ไม่เอาเรื่องแล้ว เราจะได้กำเริบ ส่วนเราเสียเปรียบ ความจริงไม่ใช่ เรากำลังบำเพ็ญบารมีขั้นสูง คือ “อภัยทาน” อันเป็นทานบารมีที่สูงส่ง ขอให้สังเกตความเปลี่ยนแปลงทางกายภาพ เวลาเราโกรธ เกลียด โมโห พยาบาทใคร ปองร้ายใคร สีหน้าของเราจะเปลี่ยนไป เลือดในร่างกายจะผิตระบบ เช่นเวลาโกรธจัดจิตที่ถูกครอบงำโดยอารมณ์ร้าย ก็มีลักษณะเช่นเดียวกัน คือหนักใจ ทำอะไรก็กังวลเป็นทุกข์ กลัวคนอื่นจะมาทำร้ายคืน แต่พอยกโทษให้ ก็จะรู้สึกทันทีว่า ยึดได้ มีความเบาสบายใจ (พระศรีญาณโสภณ. 2547 : 9-10) เมื่อจิตสามารถให้อภัยแก่ผู้ที่เราโกรธเคืองแล้ว จึงสร้างสัมพันธภาพขึ้นใหม่ด้วยหลักพรหมวิหาร 4 คือความกรุณา ต่อไป

ครั้งที่ 4

การฝึกจิตให้มีเมตตา

เรื่อง การลดความก้าวร้าวทางกาย : ชกต่อย ดี

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนวิเคราะห์สาเหตุของความก้าวร้าวในการชกต่อย ดี และลดพฤติกรรม
2. เพื่อให้นักเรียนเห็นความสำคัญ และตระหนักในการฝึกจิตให้มีเมตตา
3. เพื่อให้นักเรียนเรียนรู้การฝึกจิตให้มีเมตตา และนำไปใช้ในชีวิตจริง

เทคนิคที่ใช้ บทบาทสมมติ

ระยะเวลา 50 นาที

อุปกรณ์ที่ใช้ในกิจกรรม

1. ใบกิจกรรมที่ 4.1
2. ใบความรู้ที่ 4.2 เรื่อง “การฝึกจิตให้มีเมตตา”

วิธีดำเนินการ

ขั้นที่ 1 ขั้นกิจกรรม

1. ผู้วิจัยสมมติสถานการณ์ขึ้นเกี่ยวกับนักเรียนทะเลาะกันแล้วใช้กำลังในการชกต่อย ดี
2. ผู้วิจัยขออาสาสมัครนักเรียนออกมาทำกิจกรรม 2 คู่ ซึ่งเป็นชาย 1 คู่ หญิง 1 คู่
3. หลังจากได้นักเรียนทั้ง 2 คู่แล้ว ผู้วิจัยให้นักเรียนแต่ละคู่เอามือขวาและซ้ายจับมือกันได้
4. ผู้วิจัยให้นักเรียนแต่ละคู่ 2 คู่ ชกกัน โดยมีกติกาว่าให้ชกแค่บริเวณหัวเข่าเท่านั้น หาก

นักเรียนคนใดชกหรือต่อยโดนเข่าของอีกฝ่ายได้ให้นับเป็นครั้งละ 1 แต้ม

5. ผู้วิจัยให้นักเรียนที่เหลือเป็นผู้สังเกตการณ์

ขั้นที่ 2 ขั้นวิเคราะห์และอภิปราย

ผู้วิจัยให้นักเรียนวิเคราะห์ตามประเด็นต่อไปนี้

1. เมื่อแสดงบทบาทเสร็จแล้วให้สมาชิกเข้ากลุ่มใหญ่ และร่วมกันอภิปรายในหัวข้อต่อไปนี้

- 1.1 ถ้านักเรียนถูกชกต่อย หรือถูกทำร้ายนักเรียนจะมีความรู้สึกอย่างไร
- 1.2 เมื่อนักเรียนเห็นกลุ่มนักเรียนยกพวกรวมตัวทำร้ายกันนักเรียนรู้สึกอย่างไร
- 1.3 นักเรียนจะหาทางแก้ไขปัญหามาไม่ให้เกิดเหตุการณ์แบบนี้ได้อย่างไร

2. หลังจากสังเกตกิจกรรมแล้วผู้วิจัยให้นักเรียนวิเคราะห์พร้อมบันทึกพฤติกรรมการชกต่อย

ดี (ใบกิจกรรมที่ 4.1)

ขั้นที่ 3 ขั้นสรุปและนำหลักการไปประยุกต์ใช้

1. ผู้วิจัยให้นักเรียนประเมินพฤติกรรมของการชกต่อย ดี ของตนเอง
2. ผู้วิจัยให้นักเรียนแลกเปลี่ยนประสบการณ์และสรุปจากการที่เพื่อนทำกิจกรรมและผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม
3. ผู้วิจัยให้นักเรียนร่วมกันอภิปรายระบุเป้าหมายในการลดพฤติกรรมชกต่อย ดี ของตนเอง
4. ผู้วิจัยอธิบายทั้งแบบทั่ว ๆ ไป และอธิบายเปรียบเทียบกับ การอุปมาอุปไมย เพื่อทำความเข้าใจในการฝึกจิตให้มีเมตตา
5. ผู้วิจัยให้นักเรียนตั้งใจให้แน่วแน่ แล้วแผ่เมตตาให้ตนเองและผู้อื่นตามวิธีการที่ได้แนะนำ
6. ผู้วิจัยนำเสนอคุณประโยชน์ของเมตตา และฝึกจิตให้มีเมตตาด้วยการแผ่เมตตาทั้งแบบ ไชยสมาธิ และแบบบอญทิสมรณานันจะเป็นแนวทางเพื่อการลดความก้าวร้าวต่อไป

ขั้นที่ 4 ขั้นประเมินผล

1. สังเกตจากการแสดงบทบาทสมมติของนักเรียน
2. สังเกตจากการร่วมกันแสดงความคิดเห็น ในการอภิปรายร่วมกันตอบแบบบันทึกการสังเกตพฤติกรรม
3. สังเกตการณ์สรุปสิ่งที่ได้จากการทำกิจกรรมของนักเรียน
4. สังเกตการณ์จากที่นักเรียนได้ร่วมกันแผ่เมตตา

ตัวอย่างสถานการณ์

ณ กลางใจกรุงในกรุงเทพมหานครมีนักเรียนชายคนหนึ่งชื่อนวพล ซึ่งเป็นนักเรียนที่เรียนเก่งและมีพฤติกรรมดีช่วยเหลืองานโรงเรียนและครูอาจารย์ตลอด วันหนึ่งขณะที่เด็กชายนวพลกำลังนั่งรถเมล์กลับบ้าน ในขณะที่รถเมล์วิ่งมาถึงป้ายมีกลุ่มนักเรียน 5 คน เดินขึ้นรถมาพอบเห็นหน้าเด็กชายนวพลนักเรียนทั้ง 5 คนมองด้วยสีหน้าที่แปลกๆ เพราะเด็กชายนวพลเป็นนักเรียนของโรงเรียนคู่อริพอรถเมล์วิ่งมาถึงป้ายหน้าบ้านนวพลลุกขึ้นแล้วเดินลงจากรถเมล์ ในขณะที่นั้นนักเรียนชาย 5 คนก็ลงมาด้วยและเดินตามหลังเด็กชายนวพล พอบเห็นว่าปลอดคนนักเรียน 5 คนนั้นก็พูดว่า "มึงตาย" พร้อมกับใช้ไม้ฟาดเข้าที่ศีรษะของเด็กชายนวพล ทำให้เด็กชายนวพลล้มลงและกลุ่มนักเรียน 5 คนก็พากันวิ่งหนี เด็กชายนวพลร้องให้คนช่วยในขณะนั้นมีผู้ชายคนหนึ่งเดินมาเห็นและได้พาไปส่งโรงพยาบาล หมอบอกว่าสมองถูกทำร้ายทำให้ร่างกายไม่สามารถตอบสนองได้ ทำให้เด็กชายนวพลกลายเป็นเจ้าชายนิทรา

จากนั้นผู้รับการทดลองตอบคำถาม 3 ข้อ

1. ให้ออกปัญหาจากสถานการณ์ที่ได้ฟังตามความคิดของนักเรียน
2. ถ้านักเรียนเจอสถานการณ์เช่นนี้ นักเรียนจะรู้สึกอย่างไร
3. นักเรียนมีวิธีการแก้ปัญหานี้อย่างไร



ใบกิจกรรมที่ 4.1

1. เมื่อนักเรียนถูกซักต่อย ตี นักเรียนจะรู้สึกอย่างไร

.....

.....

.....

.....

2. เมื่อนักเรียนเห็นกลุ่มนักเรียนยกพวกรวมทำร้ายกันนักเรียนรู้สึกอย่างไร



3 นักเรียนคิดว่าปัญหาเหล่านี้เกิดจากสาเหตุใด



4. นักเรียนจะมีวิธีแก้ปัญหานี้ได้อย่างไร



ใบความรู้ที่ 4.2

เรื่อง การฝึกจิตให้มีเมตตา

การแผ่เมตตา

การแผ่เมตตา เป็นการตั้งใจปรารถนาให้ตนเอง บุคคลหรือสัตว์อื่นมีความสุขปราศจากความทุกข์ ไม่เบียดเบียนกัน ไม่จองร้ายอาฆาต พยาบาทกัน ไม่ให้มีความลำบาก เดือดร้อน ให้มีแต่ความสุข ความเจริญถ้วนหน้า การแผ่เมตตานี้มีอยู่ 2 วิธี คือ

1. โอทิสฌรณา การแผ่โดยเจาะจง ตั้งจิตและระบุชื่อผู้ที่ตนแผ่ไปถึง
2. อโนทิสฌรณา การแผ่โดยไม่เจาะจง แผ่ทั่วไปแก่สรรพสัตว์

วิธีการแผ่เมตตา

ก่อนอื่น ให้นึกเขียนหลับตา ตั้งจิตให้เป็นสมาธิประมาณ 3 นาที จากนั้น จึงคุกเข่าขึ้นกราบพระรัตนตรัยด้วยเบญจางคประดิษฐ์ 3 ครั้ง แล้วสวดบทบูชาพระรัตนตรัย แผ่เมตตาให้ตนเองและให้สรรพสัตว์ตามลำดับ ดังนี้

นะโม ตัสสะ ภะคะวะโต อะระหะโต สัมมาสัมพุทธัสสะ ฯ (ว่า 3 จบ)

อิติปิ โส ภะคะวา อะระหัง สัมมาสัมพุทโธ วิชชาจะระณะสัมปันโน สุคะโต โลกะวิทู อนุตตะโร ปุริสะทัมมะสาระถิ สัตถา เทวะมะนุสสานัง พุทโธ ภะคะวาติ.

สวากขาโต ภะคะวะตา ธัมโม สันทิฏฐิโก อะกาลิโก เอหิปัสสิโก โอปะเนยยิโก ปัจจัตตัง เวทิตัพโพ วิญญูหิติ.

สุปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ , อุชุปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ, ญายะปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ , สามิฉิปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ, ยะทิทัง จัตตาริ ปุริสะยุคานิ, อัฏฐะ ปุริสะปุคคะลา, เอสะ ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ อาหุเนยโย ปาหุเนยโย ทักขิเนยโย อัญชะลีกะระณีโย, อนุตตะรัง ปุญญักเขตตัง โลกัสสาติฯ

คำแผ่เมตตาให้ตนเอง

อะหัง สุขิโต โหมิ	ขอให้ข้าพเจ้ามีความสุข
อะเวโร โหมิ	อย่าได้มีเวรกับผู้ใดเลย
อัพยาปัชโหม โหมิ	อย่าได้เบียดเบียนผู้ใดเลย
อะนีโฆ โหมิ	อย่าได้มีความทุกข์กายทุกข์ใจเลย
สุขี อัตตานัง ปะริหะรามิ	ขอให้มีความสุขกาย สุขใจ รักษาตน ให้พ้นจากทุกข์ภัยทั้งสิ้นเถิด.

คำแผ่เมตตาให้สรรพสัตว์

สรรพ สัตตา	สัตว์ทั้งหลายที่เป็นเพื่อนทุกข์ เกิด แก่ เจ็บ ตาย ด้วยกัน ทั้งหมดทั้งสิ้น
อะเวรา โหนตุ	จงเป็นสุขๆ เกิด อย่าได้มีเวรแก่กันและกันเลย
อัปพาปัชฌา โหนตุ	จงเป็นสุขๆ เกิด อย่าได้เบียดเบียนซึ่งกันและกันเลย
อะนีฆา โหนตุ	จงเป็นสุขๆ เกิด อย่าได้มีความทุกข์กายทุกข์ใจเลย
สุขี อัตตานัง ปะริหะรันตุ	จงมีความสุขกาย สุขใจ รักษาตนให้พ้นจากทุกข์ภัยอันตราย ทั้งสิ้น เทอญ.

ลำดับชั้นแห่งการเจริญเมตตาภาวนา¹

ในการเจริญเมตตานี้ มีลำดับแห่งการเจริญ ดังนี้

1. ขั้นแรก ความเจริญเมตตาในตนก่อน
2. ขั้นที่สอง แผ่เมตตาไปยังคนที่รักและเคารพ
3. ขั้นที่สาม แผ่เมตตาไปยังคนที่รักยิ่ง
4. ขั้นที่สี่ แผ่เมตตาไปยังคนกลาง ๆ
5. ขั้นที่ห้า แผ่เมตตาไปยังศัตรู

วิธีแผ่เมตตาไปยังศัตรู

การแผ่เมตตาไปในศัตรูหรือคนที่ตนอาฆาตเคียดแค้น เพราะเมื่อผู้บำเพ็ญเมตตาภาวนาน้อมจิตเข้าไปหาคนที่ตนศัตรูกับตน ปฏิฆะ (ความแค้นเคือง) ย่อมเกิดขึ้นเพราะหวนระลึกถึงความผิดที่ผู้นั้นได้ทำแก่ตน² ท่านสอนให้หมั่นเข้าเมตตา คือ แผ่เมตตาจิตไปยังบุคคลชั้นต้นๆ คือ คนผู้เป็นที่รัก เคารพ คนที่รักยิ่ง หรือคนกลางๆ คนใดคนหนึ่งบ่อยๆ เมื่อออกจากการแผ่เมตตาไปยังบุคคลต้นๆ คนใดคนหนึ่งนั้นแล้ว ก็ให้แผ่เมตตาจิตไปยังคนที่มีเวรกันหรือศัตรูนั้นอีก โดยแผ่ไปบ่อยๆ

อานิสงส์ของการเจริญเมตตา 11 ประการ³

- | | |
|--|----------------------------------|
| 1. หลับเป็นสุข | 2. ตื่นเป็นสุข |
| 3. ไม่ฝันร้าย | 4. เป็นที่รักของมนุษย์ทั้งหลาย |
| 5. เป็นที่รักของมนุษย์ทั้งหลาย | 6. เทวดาย่อมคุ้มครองรักษา |
| 7. ไฟ ยาพิษ หรือศัตรูไม่อาจแผ้วพานได้ | 8. จิตย่อมตั้งมั่นเป็นสมาธิเร็ว |
| 9. สีน่าย่อมผ่องใส | 10. ไม่หลงพันเพื่อนในเวลาใกล้ตาย |
| 11. เมื่อยังไม่บรรลุนิพพานย่อมไม่เกิดในพรหมโลก | |

¹ พระเทพวิสุทธิทิกว. (2543). การพัฒนาจิต. หน้า 136-137

² พระเทพวิสุทธิทิกว. (2543). การพัฒนาจิต. หน้า 137

³ พระพุทธโฆษาจารย์. (ม.ป.ป.). ปกรณวิเศษ ชื่อวิสุทธิมรรค ภาค 2. หน้า 106

ครั้งที่ 5

พัฒนาจิตด้วยความกรุณา

เรื่อง การลดความก้าวร้าวทางวาจา : พูดชมเชย คำชื่อพ่อแม่ผู้อื่น

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนวิเคราะห์หาสาเหตุของความก้าวร้าวทางวาจาในการพูดล้อจุดต้อยของเพื่อน พูดเยาะเย้ย พูดชมเชย คำชื่อพ่อแม่ผู้อื่น และลดพฤติกรรม
2. เพื่อให้นักเรียนเห็นความสำคัญ และตระหนักในพัฒนาจิตด้วยความกรุณา
3. เพื่อให้นักเรียนเรียนรู้วิธีการพัฒนาจิตด้วยความกรุณา และนำไปใช้ในชีวิตจริง

เทคนิคที่ใช้ กรณีตัวอย่าง

ระยะเวลา 50 นาที

อุปกรณ์ที่ใช้ในกิจกรรม

1. ใบกรณีตัวอย่าง 5.1 "เรื่องเยาะเย้ย และคำชื่อพ่อแม่ผู้อื่น"
2. ใบกิจกรรมที่ 5.2
3. ใบความรู้ที่ 5.3 เรื่อง พัฒนาจิตด้วยความกรุณา
4. ปากกา 12 ด้าม

วิธีดำเนินการ

ขั้นที่ 1 ขั้นกิจกรรม

1. ผู้วิจัยทักทายนักเรียน พร้อมทั้งแบ่งนักเรียนออกเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่ม A และกลุ่ม B โดยทั้ง 2 กลุ่ม คละหญิงกับชายอยู่ด้วยกัน แล้วคัดเลือกหัวหน้ากลุ่ม
2. ผู้วิจัยแจกใบกรณีตัวอย่าง 5.1 "เรื่องความรู้สึก...ไม่ใช่ของเล่น" ให้นักเรียนกลุ่มละ 1 แผ่น
3. ผู้วิจัยแจกปากกา และใบกิจกรรมที่ 5.2 กลุ่มละ 1 ชุด
4. ผู้วิจัยให้นักเรียนทั้งสองกลุ่มร่วมกันศึกษา และแสดงความคิดเห็นร่วมกันว่าความรู้สึกของคนเราสำคัญเพียงไหน จึงไม่สมควรที่จะนำมาล้อเล่น

ขั้นที่ 2 ขั้นวิเคราะห์และอภิปราย

ผู้วิจัยให้นักเรียนวิเคราะห์และอภิปรายร่วมกันตามหัวข้อต่อไปนี้

1. นักเรียนรู้สึกอย่างไรเมื่อมีเพื่อนมาพูดชมเชย หรือคำชื่อพ่อแม่ของตนเอง
2. หากนักเรียนเป็นเด็กชายสมศักดิ์ แล้วถูกเพื่อนเยาะเย้ยหรือคำชื่อพ่อแม่ นักเรียนจะทำ

อย่างไร

3. นักเรียนคิดว่าเด็กชายมานพ และเด็กชายปิยวัฒน์เป็นคนอย่างไร
4. จากเรื่องนี้ นักเรียนได้รับแรงคิดอะไรบ้าง และมีแนวทางลดพฤติกรรมนี้ได้อย่างไร

5. ผู้วิจัยให้นักเรียนร่วมกันสรุปสิ่งที่ได้และบันทึกลงในใบกิจกรรมที่ 5.2

ขั้นที่ 3 ขั้นสรุปและนำหลักการไปประยุกต์ใช้

1. ผู้วิจัยให้นักเรียนร่วมกันอภิปรายวิเคราะห์สาเหตุ และแนวทางในการลดพฤติกรรม

2. ผู้วิจัยให้นักเรียนร่วมกันอภิปรายแลกเปลี่ยนประสบการณ์พูดชมเชย และคำช้อพ่อแม่ผู้อื่น จากกรณีที่ได้ศึกษาและเหตุการณ์เคยเกิดขึ้นกับตนเอง

3. ผู้วิจัยให้นักเรียนอธิบายวิธีพัฒนาจิตให้มีความกรุณา และโดยเน้นถึงการแก้ปัญหาในการลดพฤติกรรมพูดชมเชย และคำช้อพ่อแม่ผู้อื่น ใบความรู้ที่ 5.3

4. ผู้วิจัยให้นักเรียนได้ซักถาม และสรุปเพิ่มเติม

ขั้นที่ 4 ขั้นประเมินผล

1. สังเกตจากการร่วมทำกิจกรรมกลุ่ม

2. สังเกตจากการแลกเปลี่ยนข้อคิดเห็นในสิ่งที่ได้รับจากการทำกิจกรรม

3. สังเกตจากการให้ข้อเสนอแนะแนวทางการลดพฤติกรรมพูดชมเชย และคำช้อพ่อแม่

4. สังเกตจากการร่วมกันแสดงความคิดเห็นของสมาชิก



ใบกรณีตัวอย่าง 5.1

เรื่อง “ความรู้สึก..ไม่ใช่ของเล่น”

ณ โรงเรียนแห่งหนึ่งมีนักเรียนชายคนหนึ่งชื่อ เด็กชายสมศักดิ์ เรียนอยู่ชั้น.2 มีรูปร่างอ้วน ซึ่งหนักถึง 90 กิโลกรัม เมื่อเดินผ่านเพื่อนๆ มักจะถูกเพื่อนๆ เยาะเย้ยหรือล้อถึงความอ้วนอยู่เป็นประจำ ซึ่งบางคนเรียกว่า “เจ้าอ้วน” บางคนเรียกว่า “หมูตอน” บางคนเรียกว่า “ช้างน้ำ” บ้างในแต่ละคำพูดของเพื่อนๆ นำมาซึ่งความขมขื่นใจและเข้าใจเป็นอย่างมาก แต่สมศักดิ์ก็อดทนอยู่เสมอ

วันหนึ่งในครูสอนคณิตศาสตร์ไม่อยู่และได้ให้การบ้านทำในชั้นเรียน ขณะที่สมศักดิ์กำลังเดินเพื่อไปเยี่ยมปากกาจากเพื่อนมีเด็กชายปิยวัฒน์นำแท่งมาวางขวางทางเดิน เด็กชายสมศักดิ์ไม่ทันระวังตัว ทำให้ล้มลงกับพื้น แล้วมีเด็กชายมานพพูดขึ้นว่า “พวกเราดูหมูตอนเดินไม่ไหวอยากเดินกับพื้น” เพื่อนๆ ต่างพากันหัวเราะเยาะ ทำให้เด็กชายสมศักดิ์ทนไม่ไหวจึงพูดขึ้นว่า “เราไปทำอะไรให้พวกนายหรอ” เด็กชายปิยวัฒน์ลุกขึ้นแล้วพูดว่า “ทำไม มีปัญหาอะไรหรอ หมูตอน” เด็กชายสมศักดิ์พูดต่อไปว่า “เราไม่ได้ชื่อหมูตอน” แล้วเด็กชายมานพก็พูดขึ้นว่า “หมูตอน ๆ ๆ ๆ ” แล้วเด็กชายสมศักดิ์ก็มองหน้าเด็กชายมานพ เด็กชายมานพพูดขึ้นว่า “มองหน้าทำไมหรอ แดง” ซึ่งแดงเป็นชื่อของพ่อเด็กชายสมศักดิ์ ทำให้เด็กชายสมศักดิ์โมโหเป็นอย่างมากแล้วพูดขึ้นว่า “เดี๋ยวเราจะไปฟ้องพ่อเราว่านายล้อชื่อพ่อเรา” เด็กชายปิยวัฒน์เลยพูดว่า “เอาสิถ้านายฟ้องพ่อนาย นายจะโดนเราเล่นงานแน่” ทำให้เด็กชายสมศักดิ์เจ็บใจและเข้าใจเป็นอย่างมาก ไม่รู้จะทำอย่างไรแล้วก็เดินออกไปนอกห้องเรียน

จากวันนั้นเด็กชายสมศักดิ์กลายเป็นคนเงียบ ชอบเก็บตัวอยู่ในบ้านไม่อยากไปโรงเรียน ทำให้เรียนไม่ทันเพื่อน ๆ

ใบกิจกรรมที่ 5.2

1. นักเรียนจะรู้สึกอย่างไรเมื่อมีเพื่อนมาพูดข่มขู่ หรือด่าช้อพ่อแม่

.....

.....

.....

2. หากนักเรียนเป็นเด็กชายสมศักดิ์ และถูกเพื่อนเยาะเย้ยหรือด่าช้อพ่อแม่ นักเรียนจะอย่างไร

.....

.....

.....

3. นักเรียนคิดว่าเด็กชายมานพ และเด็กชายปิยวัฒน์เป็นคนอย่างไร

.....

.....

.....

4. จากเรื่องนี้ นักเรียนได้รับแง่คิดอะไรบ้าง

.....

.....

.....

5. นักเรียนจะมีวิธีการลดพฤติกรรมหรือแนวทางแก้ปัญหาเหล่านี้ได้อย่างไร

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ใบความรู้ที่ 5.3

เรื่อง พัฒนาจิตด้วยความกรุณา

วิธีเปลี่ยนแปลงโลกอันแสนจะวุ่นเหว่ เหงา เศร้าซึม ของท่าน ให้กลายเป็นโลกที่แสนจะอบอุ่น เปี่ยมล้นไปด้วยมิตรภาพในบัดดล ด้วยธรรมะข้อ "กรุณา" ด้วย "สติและความเพียร" ของท่านเอง หากท่านสามารถสร้างคุณธรรมข้อนี้ให้เกิดขึ้นภายในจิตใจอย่างต่อเนื่อง ท่านจะได้สัมผัสกับโลกแห่งความดีงาม อันเป็นโลกของชาวพุทธที่แท้จริง

ต้นตอของปัญหา

สิ่งที่เกิดขึ้นทั้งหมดนี้เป็นเรื่องที่ไม่น่าแปลกใจอะไรเลย เพราะนี่คือบรรยากาศของสังคมแบบบริโภคนิยมที่ห่างเหินจากวิถีชีวิตแบบพุทธไปนั่นเอง เหตุผลง่าย ๆ ที่จะช่วยอธิบายให้เราเข้าใจปัญหาที่เกิดขึ้นคือ การที่ชีวิตประจำวันของคนเราในยุคนี้ถูกปลูกฝังให้เกิดค่านิยมบริโภคตลอดยี่สิบสี่ชั่วโมง (ผ่านสื่อต่าง ๆ) ทำให้คนเรายุคนี้มีความเชื่อกันทุกคนว่า ชีวิตจะมีความสุข ต่อเมื่อได้เสพบริโภควัตถุ ดังนั้นทุก ๆ ชีวิตจึงต่างมุ่ง (แก่งแย่ง) แข่งขันกันหาเงินหาทอง (ทุกรูปแบบ) เพื่อนำเงินมาซื้อหาความสุขเหล่านั้น ทั้งนี้ให้ลองวาดภาพดูว่า การที่นำเอาคนที่มีความคิดแก่งแย่งแข่งขันแบบนี้มาอยู่รวมกันมาก ๆ บรรยากาศของสังคมมันจะเป็นเช่นไร

สรุปว่าความรู้สึกโดดเดี่ยว อ้างว้าง ที่เกิดขึ้นกับคนในยุคนี้ เกิดจากระบบความคิดแสวงหาผลประโยชน์เข้าครอบงำจิตใจผู้คน จนกลายเป็นกระแสของสังคม ทำให้คนเราแต่ละคนไม่มีเวลาที่จะมานึกถึง ห่วงใยกันและกัน ทั้งนี้เพราะมัวแต่ไปคิดไขว่คว้าหาความสุขจากวัตถุภายนอกนั่นเอง

ภาวะไร้ปัญหา

เปลี่ยนระบบคิดใหม่ ให้ทวนกระแสความคิดแบบบริโภคนิยมที่ครอบงำจิตใจของเราอยู่ คือ แทนที่เราจะมองว่าการหาทรัพย์สินเงินทองเป็นเรื่องใหญ่ แต่ให้มองว่าความสัมพันธ์ระหว่างเพื่อนมนุษย์นี้ต่างหากเป็นเรื่องที่สำคัญกว่า ด้วยวิธีคิดเพียงเท่านี้ ความรู้สึกทุกขใจต่าง ๆ ของเราจะหายไปเองโดยธรรมชาติ ทั้งนี้เกิดจากความคิดของเรามีความสอดคล้องกับธรรมชาติของสังคมมนุษย์นั่นเอง

วิธีการฝึกคิดให้นึกถึงจิตของคนอื่น

1. ดำเนินชีวิตที่ประกอบไปด้วยความรู้สึกตัวทั่วพร้อม ด้วยการฝึกหายใจเข้าออกอย่างมีสติในชีวิตประจำวันเพื่อให้สติของท่านมีความพร้อมที่จะคิดสร้างสรรค์คุณธรรม "กรุณา" ได้ทุกขณะจิต

2. เมื่อจิตใจได้สัมผัสถึงความกรุณาของพระพุทธองค์ หรือ คุณพ่อคุณแม่ แล้ว ให้มองสิ่งรอบๆ ตัวของท่าน และคิดในใจว่า ทุกสิ่งทุกอย่างรอบๆ ตัวของท่านต่างล้วนมีความกรุณาต่อท่านเหมือนพ่อแม่ที่รักลูกเช่นเดียวกัน

3. ให้ท่านมีสติดูลมหายใจเข้าออกอย่างมีความสุข มองสิ่งต่าง ๆ รอบตัว ด้วยความรู้สึกซาบซึ้ง ในความ "กรุณา" ของสรรพสิ่งที่มีต่อท่าน ให้ท่านตระหนักว่าชีวิตของท่านเปราะบางยิ่งนัก

ต้องอาศัยสิ่งต่าง ๆ มากมาย (ปัจจัย ๔) จึงจะสามารถมีชีวิตรอดอยู่ได้ ในการปฏิบัติท่านอาจจะภาวนาคำว่า "กรุณา" ในใจทุกลมหายใจเข้าออกในขณะที่มองสิ่งต่างๆ ไปด้วยก็ได้

4. ตามหลักของธรรมชาติ เมื่อเราเป็นผู้รับแล้วก็ควรที่จะเป็นผู้ให้ด้วยเช่นเดียวกัน ดังนั้นขั้นตอนต่อไป ท่านจึงควรแสดงความกรุณาตอบแทนต่อสรรพสิ่งและชีวิตทั้งหลาย

5. ความกรุณา คือความรู้สึกที่แผ่กว้างออกไป เป็นความรู้สึกที่ไวต่อความทุกข์ยากของสรรพสัตว์ทั้งหลายจนเกิดเป็นแรงจูงใจคิดกระทำการเพื่อช่วยเหลือผู้อื่นให้พ้นทุกข์

ในการปฏิบัติให้ท่านระลึกอยู่เสมอว่าสิ่งต่าง ๆ ที่อำนวยความสะดวกรอบตัวท่านนั้น ล้วนแต่มีความทุกข์เป็นเบื้องหลังทั้งสิ้น ให้ท่านรู้สึกไวต่อความทุกข์ของสรรพสัตว์ทั้งหลายทุกลมหายใจเข้าออกเช่นเดียวกับพระพุทธรองค์

6. ความกรุณาต่อเพื่อนมนุษย์จะเกิดขึ้นได้ต่อเมื่อท่านเริ่มมองเห็นว่าทั้งตัวท่านเองและเพื่อนมนุษย์ทุก ๆ คนในสังคม ไม่ว่าจะเป็นยากดีมีจน ล้วนแต่ต้องตกอยู่ภายใต้ชะตากรรมเดียวกัน คือ ต้องพบกับความทุกข์กายและใจ มีโรคภัยไข้เจ็บเบียดเบียน ร่างกายไม่พ้นจากอำนาจแห่งความเสื่อมโทรมแก่เฒ่าชรา และในที่สุดท่านเองและทุกๆ คนย่อมไม่พ้นจากความตาย สภาวะทุกข์พื้นฐานเหล่านี้ ทุกๆ ชีวิตจะต้องได้พบเสมอ

7. หากทุกลมหายใจเข้าออกของท่าน มีสติระลึกรู้อยู่ทุกขณะ มองเห็นความกรุณาของสรรพสิ่งที่มีต่อท่าน พร้อมๆ กับท่านเองก็มีความกรุณาต่อสรรพสิ่งทั้งปวงเช่นเดียวกัน ด้วยการปฏิบัติเพียงเท่านี้ โลกแห่งความกรุณาก็จะเกิดขึ้นภายในจิตใจของท่าน เป็นที่โลกที่แสนอบอุ่น ท่านจะพบว่าโลกที่เคยโดดเดี่ยวอ้างว้างได้หายหมดไปโดยสิ้นเชิง กลายเป็นโลกที่มีบรรยากาศอบอุ่นไปด้วยความเมตตา กรุณา และ นี่คือ "โลกของชาวพุทธ" ที่แท้จริง

**"ปัญญา และ กรุณา ช่วยให้ท่านมองเห็นปัญหาต่าง ๆ
ที่เกิดขึ้นด้วยความเข้าใจ และ เห็น"**

ครั้งที่ 6 พรหมวิหารสี่ (กรุณา)

เรื่อง การลดความก้าวร้าวทางวาจา : ล้อจู้ด้อยของเพื่อน พุดเยาะเย้ย

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนวิเคราะห์สาเหตุของความก้าวร้าวในการพูดล้อจู้ด้อยของเพื่อน พุดเยาะเย้ย และลดพฤติกรรม
2. เพื่อให้นักเรียนเห็นความสำคัญ และตระหนักในการมีความกรุณา
3. เพื่อให้นักเรียนเรียนรู้วิธีทำให้มีความกรุณา และนำไปใช้ในชีวิตจริง

เทคนิคที่ใช้ อภิปรายกลุ่ม

ระยะเวลา 50 นาที

อุปกรณ์ที่ใช้ในกิจกรรม

1. ใบกรณีตัวอย่างที่ 6.1 เรื่อง จู้ด้อยของเพื่อน
2. ใบความรู้ 6.2 เรื่อง พรหมวิหารสี่ (กรุณา)

วิธีดำเนิน

ขั้นที่ 1 ขั้นกิจกรรม

1. ผู้วิจัยแบ่งนักเรียนเป็น 3 กลุ่ม กลุ่มละ 4 คน เพื่อทำกิจกรรม
2. ผู้วิจัยแจกใบกรณีตัวอย่างที่ 6.1 เรื่อง “จู้ด้อยของเพื่อน” ให้นักเรียนศึกษาและแสดง

ความคิดเห็นร่วมกัน

3. ผู้วิจัยให้ตัวแทนของแต่ละกลุ่มออกมาบอกถึงสาเหตุของการล้อจู้ด้อยของเพื่อน
4. ผู้วิจัยให้นักเรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็นว่า จะมีวิธีการใดบ้างที่จะช่วยลดพฤติกรรม

การล้อจู้ด้อยของคนอื่น

ขั้นที่ 2 ขั้นวิเคราะห์และอภิปราย

1. ผู้วิจัยให้นักเรียนร่วมกันวิเคราะห์ในหัวข้อต่อไปนี้
 - 1.1 นักเรียนคิดว่าเปรมสุขทำถูกหรือไม่ เพราะเหตุใด
 - 1.2 ถ้านักเรียนเป็นเปรมสุข นักเรียนจะอย่างไรจึงจะไม่ให้เพื่อน ๆ เรียกเช่นนั้นอีก
 - 1.3 เพราะเหตุใดคนเราจึงชอบล้อจู้ด้อยของเพื่อน และจะลดพฤติกรรมนี้อย่างไร
2. ผู้วิจัยให้นักเรียนยกตัวอย่างพฤติกรรมการเล่นถึงข้อบกพร่องของผู้อื่นหรือนำมาเยาะเย้ยเป็นเรื่องตลก และผลที่เกิดขึ้นของพฤติกรรมนั้น ๆ

ขั้นที่ 3 ขั้นสรุปและนำหลักการไปประยุกต์ใช้

1. ผู้วิจัยให้ตัวแทนกลุ่มออกมานำเสนอผลการวิเคราะห์ร่วมกัน

3. ผู้วิจัยให้นักเรียนร่วมกันวิเคราะห์แลกเปลี่ยนประสบการณ์ การล้อจุดด้อยของเพื่อนในกลุ่มและช่วยกันหาแนวทางป้องกันหรือแก้ไข

4. ผู้วิจัยอธิบายพร้อมทั้งยกตัวอย่าง และอุปมาอุปไมย เพื่อทำความเข้าใจในพจนมณีสรรเสริญ คือความกรุณา โดยเน้นรายละเอียดวิธีคิดแบบแก้ปัญหาเพื่อเป็นแนวทางในการลดความก้าวร้าวในการพูดล้อจุดด้อยของเพื่อน และพูดเยาะเย้ย (ใบความรู้ที่ 6.2)

5. ผู้วิจัยเปิดโอกาสให้นักเรียนซักถาม และสรุปเพิ่มเติม

ขั้นที่ 4 ขั้นประเมินผล

1. สังเกตจากนักเรียนแลกเปลี่ยนข้อคิดเห็นถึงการทำกิจกรรม

2. สังเกตจากความตั้งใจในการเข้าร่วมกิจกรรมของนักเรียน

3. สังเกตจากการแสดงความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อการพูดล้อเล่นถึงข้อบกพร่องของผู้อื่น

หรือนำมาเยาะเย้ยเป็นเรื่องตลก



ใบกรณีตัวอย่างที่ 6.1

เรื่อง ล้อจุดด้อยของเพื่อน

เปรมสุขมีรูปร่างอ้วนมาก น้ำหนัก 80 กิโลกรัม ผิวดำ ผมหยิก เวลาเพื่อนๆ ทำอะไรเปรมสุขก็มักจะแซวว่าคนอื่น ๆ เสมอ เวลาทานอาหารเปรมสุขก็ทานมากกว่าคนอื่นและด้วยความอ้วนของเปรมสุขทำให้เปรมสุขเหงื่อออกมากและมีกลิ่นตัว ไม่ว่าเปรมสุขจะเดินไปที่ใดจะมีคนล้อเปรมสุขไปต่างๆ นานา พร้อมกับหัวเราะไม่ว่าจะเป็น ช้างน้ำ ขบาแก้ว หมูบิน ยายเหมีน ดำดี อ้วนดำ ซึ่งทำให้เปรมสุขรู้สึกขมขื่นใจอย่างมาก

วันหนึ่งอาจารย์ให้นักเรียนจับมือกันเป็นวงกลม ไม่มีใครอยากยืนข้างเปรมสุขเลยทุกคนต่างเขยิบตนเองให้ห่างจากเปรมสุข

เพียงขวัญ : ฉันไม่อยากรยืนใกล้เปรมสุขเลยหนึ่งฤทัย

หนึ่งฤทัย : ก็ไม่มีใครอยากรยืนใกล้เปรมสุขกันทั้งนั้นแหละ ตัวก็เหม็น อ้วนก็อ้วน

ชุตีพร : ไข่ๆ ยืนใกล้เปรมสุขกลิ่นเหม็นติดตัว หายใจก็ไม่ออก แย่อากาศเราไปหายใจหมด

เพียงขวัญ : นี่ๆ รู้ตัวบ้างไหมว่าไม่มีใครอยากรยืนใกล้เธอเลย เธอดูตัวเองบ้างนะทั้งอ้วน ทั้งเหม็น ทั้งดำมีอะไรดีบ้างเนี่ย

เปรมสุข : จริงหรอ แต่ฉันก็ไม่อยากอ้วน ไม่อยากดำหรอกนะ ส่วนที่ฉันตัวเหม็น ฉันจะปรับปรุงตัวเองนะ

ใบความรู้ที่ 6.2

พรหมวิหาร 4 (ความกรุณา)

กรุณา คือ ความสงสาร คิดช่วยเหลือผู้อื่นให้พ้นทุกข์เดือดร้อน เป็นสภาพจิตที่เกิดต่อเนื่องจากความเมตตา เพราะความเมตตาเป็นเพียงความรัก ความปรารถนาดีที่อยากให้พ้นทุกข์ยังไม่ได้กระทำการช่วยเหลือ ดังนั้นเมื่อมีเมตตาแล้วก็ต้องมีความกรุณาลงมือช่วยเหลือด้วยความรัก ความสงสาร ใฝ่ใจที่จะปลดปล่อย บำบัดความทุกข์ยากเดือดร้อนของคนและสัตว์ทั้งปวง การปฏิบัติเกี่ยวกับกรุณานั้น เริ่มแรกก็ด้วยการปลูกฝังความรัก ความเมตตา แล้วเกิดความสงสาร ผู้ได้รับความลำบากไม่ว่าสัตว์ หรือ คน เมื่อมีคุณธรรมเรื่องกรุณาเกิดขึ้น การแสดงออกย่อมจะเกิดขึ้นตามแต่เหตุการณ์นั้นๆ เช่น การช่วยเหลือคนเจ็บ ช่วยเหลือคนยากไร้อนาถา ช่วยเหลือสัตว์เร่ร่อนไม่มีเจ้าของ เช่นสุนัขจรจัดข้างถนน เป็นต้น

ความกรุณาเป็นเรื่องของความสงสาร เมื่อเห็นคนหรือสัตว์ประสบความทุกข์เดือดร้อน มีความรู้สึกห่วงใยไปกับความทุกข์หรือความเดือดร้อนของคนอื่น จนไม่อาจที่จะนิ่งเฉยอยู่ได้ ความกรุณาจึงเป็นคุณธรรมสำคัญที่จะทำให้คนเป็นนักเสียสละ เพิ่มกำลังให้คุณธรรมเรื่อง จาคะ ทวีคูณขึ้นพร้อมที่จะทำทุกอย่างเพื่อช่วยเหลือผู้อื่นให้ได้ความสุข คุณธรรมข้อนี้จะแสดงว่าผู้ประพฤตินี้มีฐานคุณธรรมเรื่องเมตตาสูงส่งมาก จนมองเห็นสภาพชีวิตของผู้อื่นเป็นเช่นกับตน ดังนั้น ความทุกข์ของผู้อื่น ตนจึงทนอยู่ไม่ได้ จะต้องหาทางช่วยเหลือในทันทีทันใดเท่าที่สามารถจะช่วยให้ได้ เป็นต้นว่า เมื่อเกิดอุทกภัย วาตภัย หรือ อัคคีภัย ผู้มีจิตใจกรุณาก็จะอยู่เฉยไม่ได้ จะต้องช่วยเหลือเป็นต้นว่า ส่งผ้า อาหารและอื่นๆ ไปบรรเทาความเดือดร้อนของผู้ที่ได้รับเคราะห์กรรม

พรหมวิหารทั้ง 4 ประการนี้เป็นธรรมเครื่องอยู่อย่างประเสริฐ ซึ่งจัดเป็นหลักธรรมประจำใจ และกำกับความประพฤติเป็นธรรมจำเป็นอย่างยิ่งในสังคมไทยซึ่งในปัจจุบันนี้อ่านาจิตตนิยมบีบรัดให้ต้องเป็นคนใจแคบเห็นแก่ตัว การฝึกฝนพัฒนาชีวิตให้สามารถรักและเมตตาแม้แก่ศัตรูของเราได้ ย่อมจะได้ชื่อว่าเป็นชาวพุทธที่แท้จริง ตามหลักธรรมของพระพุทธศาสนาที่ว่า “พึงแผ่เมตตาให้แม่แก่ใจผู้กำลังตัดหรือเลื่อยอวัยวะเช่นแขนหรือขาของตน” ดังนั้น การฝึกฝนพัฒนาชีวิตให้มีคุณธรรม “พรหมวิหาร” ในเบื้องต้นควรปฏิบัติ ดังนี้

1. มองผู้อื่นในแง่ดี ตั้งความปรารถนาดีต่อคนทั่วไป
2. แผ่เมตตา
3. ขวนขวายให้ความช่วยเหลือเกื้อกูลแก่ผู้อื่น
4. ไม่คิดอิจฉา ริษยา มุ่งร้าย
5. แสดงความยินดีเมื่อผู้อื่นประสบความสำเร็จ

6. วางใจเป็นกลางมองสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง
7. ในเวลาปกติ หรือ เหตุการณ์ทั่วไปในชีวิตประจำวัน ควรเจริญเมตตา
8. ในเวลาที่เกิดเหตุการณ์ภัยพิบัติ คนอื่นได้รับความทุกข์และเดือดร้อนควรแสดง ความกรุณา
9. ในเวลาที่มีผู้อื่นประสบผลสำเร็จใดๆ ในชีวิตควรแสดงมุทิตา
10. ในเวลาที่มีผู้อื่นเกิดความวิบัติ วิปโยค ต้องสูญเสีย และ สูญเสีย เกินกำลังที่จะ ช่วยเหลือได้ก็ต้องแสดงอุเบกขา วางเฉย ไม่ซ้ำเติม



ครั้งที่ 7

การพัฒนาขั้นต้น เพื่อกำจัดความโกรธ

เรื่อง การลดความก้าวร้าวทางวาจา : ตะโกนเมื่อโกรธ ทำเสียงดังรบกวน

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนวิเคราะห์สาเหตุของความก้าวร้าวทางวาจาในการตะโกนเมื่อโกรธ ทำเสียงดังรบกวน และลดพฤติกรรม
2. เพื่อให้นักเรียนเห็นความสำคัญ และตระหนักในการพัฒนาขั้นต้น เพื่อกำจัดความโกรธ
3. เพื่อให้นักเรียนเรียนรู้วิธีการพัฒนาขั้นต้น เพื่อกำจัดความโกรธ และนำไปใช้ในชีวิตจริง

เทคนิคที่ใช้ บทบาทสมมติ

ระยะเวลา 50 นาที

อุปกรณ์ที่ใช้ในกิจกรรม

1. ใบความรู้ที่ 7.1 เรื่อง การพัฒนาขั้นต้น เพื่อกำจัดความโกรธ
2. ปากกา 12 ด้าม

วิธีดำเนินการ

ขั้นที่ 1 ขั้นกิจกรรม

1. ผู้วิจัยทักทายนักเรียน แล้วสมมติสถานการณ์การทะเลาะกันโดยต่างฝ่ายไม่ฟังกัน
2. ผู้วิจัยให้นักเรียนจับคู่กัน โดยหญิงคู่หญิง ชายคู่ชาย และแต่ละคู่หนึ่งคนเป็นหมายเลข

1 อีกคนเป็นหมายเลข 2

3. รอบแรกผู้วิจัยให้หมายเลข 1 แต่ละคู่เล่าเรื่องที่ตัวเองประทับใจที่สุดในชีวิต โดยหมายเลข 2 ห้ามฟังและทำเป็นไม่สนใจ ให้เวลาเล่าประมาณ 1 นาที

4. รอบสอง สลับให้หมายเลข 2 เป็นคนเล่าเรื่องที่ประทับใจที่สุดในชีวิตของตนเองเช่นกัน กติกาเหมือนรอบแรก และให้เวลาเล่า 1 นาทีเช่นกัน

5. เมื่อนักเรียนทั้งคู่ทำกิจกรรมเสร็จแล้วผู้วิจัยถามนักเรียนว่า “รู้สึกอย่างไร เมื่อพูดแล้วเพื่อนไม่ฟัง” และ “หากเป็นเรื่องจริงและนักเรียนเป็นผู้ฟังนักเรียนจะทำแบบนี้หรือไม่ เพราะเหตุใด”

ขั้นที่ 2 ขั้นวิเคราะห์และอภิปราย

ผู้วิจัยให้นักเรียนวิเคราะห์ร่วมกันในหัวข้อต่อไปนี้

1. นักเรียนรู้สึกอย่างไรหากพูด หรือเล่าอะไรแล้วเพื่อนไม่ตั้งใจฟัง
2. ถ้านักเรียนเป็นคนเล่าเรื่อง แล้วเพื่อนไม่ตั้งใจฟังนักเรียนจะทำอย่างไร
3. เพราะเหตุใดนักเรียนจึงตะโกน หรือทำเสียงดังรบกวนคนอื่น
4. นักเรียนมีวิธีการแก้ปัญหาไม่ให้เกิดพฤติกรรมนี้ได้อย่างไร

ขั้นที่ 3 ขั้นสรุปและนำหลักการไปประยุกต์ใช้

1. ผู้วิจัยและนักเรียนร่วมกันสรุปถึงสิ่งที่ได้เรียนรู้จากกิจกรรมนี้ เพื่อนำไปเป็นแนวทางในการประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน โดยนักเรียนสามารถหาแนวทางแก้ไขสถานการณ์ที่เกิดขึ้นได้ โดยผู้วิจัยได้เสนอให้นักเรียนได้คิดก่อนที่จะพูดหรือจะทำอะไรลงไปเพื่อไม่ให้คนอื่นและตนเองเดือดร้อน

2. ผู้วิจัยอธิบายพร้อมทั้งยกตัวอย่าง และอุปมาอุปไมย เพื่อทำความเข้าใจในหลักพรหมวิหารสี่ อันจะนำมาซึ่งการลดความก้าวร้าว โดยเน้นรายละเอียดวิธีคิดแบบแก้ปัญหาเพื่อเป็นแนวทางในการลดความก้าวร้าวได้ (ใบความรู้ที่ 7.1)

ขั้นที่ 4 ขั้นประเมินผล

1. สังเกตจากการร่วมทำกิจกรรม และการแสดงข้อคิดเห็นถึงสิ่งที่ได้รับจากการทำกิจกรรม
2. สังเกตจากการแลกเปลี่ยนข้อคิดเห็นในการแก้ปัญหาลดพฤติกรรมการตะโกนเมื่อโกรธ และทำเสียงดังรบกวน
3. สังเกตจากการตั้งใจร่วมทำกิจกรรมร่วมกัน



ใบความรู้ที่ 7.1

เรื่อง การพัฒนาขั้นต้น เพื่อกำจัดความโกรธ

วิธีพัฒนาจิต ขจัดความโกรธ

1. ลองนึกถึงช่วงเวลาที่คุณเองกำลังโกรธมากๆ พยายามย้อนภาพเวลานั้นมาให้ตนเองเห็นชัดๆ มองตนเองว่ากำลังโกรธอย่างไร มีอาการอย่างไร จิตใจเป็นอย่างไรบ้างในขณะนั้น แต่เราไม่ได้นึกถึงเรื่องที่โกรธแต่เราพุ่งความสนใจไปที่ตัวอารมณ์โกรธเท่านั้น

2. ต่อไปอีกวิเคราะห์ว่า อะไรเป็นเหตุที่ทำให้เราโกรธ ตัวอย่างเช่น เราอาจจะโกรธที่เวลาขับรถแล้วมีคนมาปาดหน้า ให้ลองสังเกตตัวอารมณ์ความโกรธนั้น แล้วดูว่าเกิดขึ้นได้อย่างไร เราขับรถอยู่แล้วมีคนมาปาดหน้า เราโกรธเพราะอะไร?

3. คิดต่อไปว่า เหตุเหล่านี้จริงๆ แล้วมีรากเหง้ามาจากอะไร? การที่เรากลัวเอารถไปชนรถที่มาปาด มาจากความยึดมั่นว่ารถนี้เป็น "ของเรา" หรือเปล่า? แน่แน่นอนว่าเราต้องระวังตัวเวลาขับรถ เพื่อไม่ให้เกิดอุบัติเหตุ แต่การระวังตามปกติไม่ใช่ความโกรธ บางทีเกิดความโกรธก็ทำให้ความระมัดระวังในการขับรถ ก็เลยเกิดความรู้สึกว่าต้องปกป้องของของเรา (หรือ "ตัวของเรา") ด้วยการออกไปกำจัดต้นตอที่ทำให้ของของเรานี้ถูกกระทบหรือถูกคุกคาม แต่ประเด็นก็คือว่า ตัว "เรา" ที่อยู่ใน "ของของเรา"

4. การคิดว่ามีตัวเรา เกิดจากการหลงคิดไปว่ากระแสดความคิดที่เกิดขึ้นในจิตเป็นบางสิ่งบางอย่างที่เป็นจริงในตัวของตัวเอง หมายความว่า เราหลงคิดไปว่า กระแสดความคิดเหล่านี้เป็นสิ่งที่คงที่ เป็นจริง และเป็นอะไรที่เราหวงแหน แต่ความจริงก็คือว่า กระแสเหล่านี้เป็นเพียงสิ่งที่มันเป็นได้แก่ "กระแส" คือไหลไปเรื่อย หรือเหมือนกับคลื่นในทะเลที่เกิดขึ้นต่อเนื่องกัน หากเราไปคิดว่าคลื่นเหล่านี้เป็นของจริงก็จะพบกับความผิดหวังอยู่ตลอด

5. ดังนั้น ความโกรธจึงเกิดจากการหลงผิดคิดไปว่า คลื่นในทะเลเป็นสามารถจับเอามาเป็นสิ่งที่จริงจังยั่งยืน เป็นของแข็งๆ ที่อยู่นิ่งคงที่ได้ ซึ่งเห็นได้ชัดว่า เป็นการมองที่ผิดไปจากความเป็นจริง คนที่โกรธจะเกิดความโกรธเพราะว่า เขามีกระแสดความคิด เช่น คิดว่า "ไอ้เนี่ยเลวมากที่มาปาดหน้าเรา ไม่รู้หรือว่าเขาชื่อใคร อย่ากระนั้นเลย ต้องไปปาดหน้ามันบ้าง มันจะได้รู้จักเรา เราต้องเอาที่มันเหยียบย่ำ ศักดิ์ศรีเรากลับคืนมา ดังนั้น ขอให้เราลองพิจารณาตัวอย่างนี้ และลองพิจารณาถึงกระแสดความคิดของตัวเองในขณะที่เราโกรธว่าเราไปหลงยึดว่ากระแสดความคิดเป็นของจริงหรือไม่

6. ลองเปรียบเทียบสองกรณีต่อไปนี้ (1) มีคนมาขับรถปาดหน้าเรา แล้วเราโกรธ แบบในตัวอย่างที่ยกมาข้างต้น กับ (2) มีคนมาขับรถปาดหน้าเราเหมือนในข้อ (1) ทุกอย่าง แต่เราไม่โกรธ เราเพียงแต่ระวังว่าไม่ให้ขับรถไปชนท้ายเขา ดังนั้น ขอให้พิจารณาทบทวนว่า ความโกรธมีดีที่ตรงไหน? ไม่

มีเลยใช่ไหม? เรากลัวตกนรกหรือเปล่า? ถ้ากลัว (ควรจะต้องกลัว เพราะตกแล้ว ถูกไฟเผาบ้าง ถูกนกจิกถูกลูกตาบ้าง ฯลฯ) ไม่รู้ว่าเมื่อไหร่จะได้กลับมาเป็นมนุษย์อีก) ก็ไม่ควรโกรธ

7. สิ่งสำคัญก็คือ เมื่อเราอธิษฐานโพธิจิตมุ่งช่วยเหลือสรรพสัตว์แล้ว หากยังโกรธอยู่ ก็แสดงว่าไม่ได้อธิษฐานจริง ความโกรธเป็นหนทางที่ "หันหลังกลับ" จากหนทางสู่พระพุทธรูป ไม่มีอะไรอีกแล้วที่จะตรงกันข้ามกับการบรรลुพระพุทธรูปเพื่อช่วยเหลือสรรพสัตว์ ดังนั้น เราควรจะกำจัดรากเหง้าของความโกรธให้หมดไปจากจิตใจให้จงได้แล้วก็ตั้งเป็นคำมั่นสัญญาหรือสัตยาธิษฐานแบบนี้

8. หากเราไม่เอาความโกรธมาหน้า เราก็พิจารณาได้ว่า เหตุที่คนๆนี้มาปาดหน้าเราเป็นเพราะอะไร ประการแรก เขาอาจจะไม่ได้ตั้งใจแต่ความจำเป็นบังคับเขา เช่นเขาต้องหักหลบอะไรบางอย่าง ถ้าเป็นอย่างนี้ ก็ไม่รู้จะไปโกรธทำไม ประการที่สอง หากเขาตั้งใจจะทำร้ายเราด้วยการขับรถปาดหน้า เช่น ตั้งใจจะเปิดเรดคัทเพื่อทำร้ายเราแบบที่เห็นในภาพยนตร์ ก็ต้องมาดูสาเหตุว่าทำไมเขาต้องทำอย่างนั้น ดังนั้น ถ้าจะโกรธเราก็ต้องโกรธตัวโทสะนี้ ไม่ใช่ไปโกรธคนที่ เป็นเพียงเครื่องมือ เรากำลังโกรธอะไรเราสามารถจับตัวโทสะที่มานี้มาจัดการเพื่อเอาคืนจากโทสะนี้ได้อย่างไรกัน?

9. ที่ถูกก็คือเราพิจารณาว่า การที่มีคนมามุ่งทำร้ายเรานั้นต้องเป็นเพราะกรรมเก่าที่เราเคยทำไว้ เช่นเราเคยไปทำร้ายเขามาก่อน ก็เลยต้องมารับกรรมในปัจจุบันนี้ แต่ถ้าเราโกรธตอบและมุ่งทำร้ายตอบแทน เราก็ยังทำให้วงจรของวัฏฏะสงสารหมุนต่อไปไม่รู้จักจบสิ้น ที่ร้ายก็คือว่า ตัวเราเองก็ต้องลงไปถูกดัมอยู่ในนรกเพราะเราเองโกรธไปทำร้ายผู้อื่น

10. นอกจากนี้ ให้เราคิดต่อไปอีกว่า แท้จริงแล้วคนที่มาทำร้ายเรานั้น เป็นครูผู้ประเสริฐ เป็นอาจารย์ที่คอยสอนเราให้เราตระหนักถึงคุณค่าของขันติ เป็นเหมือนกับเพชรอันมีค่าที่เราต้องบูชาอย่างสุดจิตใจ ทั้งนี้ก็เพราะว่า การพัฒนาขันตินั้นไม่สามารถทำได้หากเราไม่มีความทุกข์ ขันติได้แก่ความอดทนอดกลั้น อดทนต่อความเจ็บปวด อดกลั้นต่อการยั่วให้โกรธ อันเป็นคุณสมบัติสำคัญอย่างยิ่งของพระโพธิสัตว์ ดังนั้น เราจึงภาวนาให้ซึมซับแนบแน่นเข้าไปเป็นส่วนหนึ่งของจิตใจว่า คนที่ทำร้ายเรามีพระคุณต่อเราอย่างใหญ่หลวง เทียบได้กับพระอาจารย์ที่สั่งสอนพระธรรมให้แก่เรา เราไม่ไปโกรธเขา และกำจัดต้นตอของความโกรธให้หมดไปจากใจเรา

11. วิธีกำจัดความโกรธที่ได้ผลมากที่สุดวิธีหนึ่ง ก็ได้แก่การพัฒนาหรือภาวนาคุณสมบัติที่เป็นคู่ตรงข้ามกับโทสะโดยตรง ได้แก่ความเมตตากรุณา ท่านที่คุ้นเคยกับการสวดมนต์ก็ขอให้สวด

บทแผ่เมตตาเป็นประจำดังนี้

สพเพ สตฺตา สุขี โหนตุ อเวรา โหนตุ อพฺยาปชฺฌา โหนตุ อนีฆา โหนตุ สุขี อุตฺตานํ ปรีหณฺตุ. ในสภาพเช่นนี้ ความโกรธหรือโทสะจะไม่มีที่เกิดมาได้เลย เพราะเมตตากับโทสะเป็นคู่ตรงข้ามกันโดยตรง (ศานติเทวะ. วิธีชีวิตของพระโพธิสัตว์. 2550 : 130-140)

ครั้งที่ 8

อุเบกขาธรรม

เรื่อง การลดความก้าวร้าวทางวาจา : ด้านการพูดคำหยาบ และตะหวาด

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนวิเคราะห์หาสาเหตุของความก้าวร้าวทางวาจาในการพูดคำหยาบ ตะหวาด และลดพฤติกรรม
2. เพื่อให้นักเรียนเห็นความสำคัญ และตระหนักในอุเบกขาธรรม
3. เพื่อให้นักเรียนเรียนรู้วิธีการทำจิตให้มีอุเบกขาธรรม และนำไปใช้ในชีวิตรจริง

เทคนิคที่ใช้ กรณีตัวอย่าง

ระยะเวลา 50 นาที

อุปกรณ์ที่ใช้ในกิจกรรม

1. ใบกรณีตัวอย่างที่ 8.1 เรื่อง เพราะปากแท้ ๆ
2. ใบกิจกรรมที่ 8.2
3. ใบความรู้ที่ 8.3 เรื่อง อุเบกขาธรรม

วิธีดำเนินการ

ขั้นที่ 1 ขั้นกิจกรรม

1. ผู้วิจัยแบ่งกลุ่มออกเป็น 3 กลุ่ม ๆ ละ 4 คน
2. ผู้วิจัยแจกใบกรณีตัวอย่างที่ 8.1 "ทาสอารมณ์"
3. ผู้วิจัยให้นักเรียนคิดหาสาเหตุของปัญหาว่า สาเหตุของปัญหาในเรื่องนี้คืออะไร
4. นักเรียนจะมีแนวทางแก้ไขปัญหายังไง

ขั้นที่ 2 ขั้นวิเคราะห์และอภิปราย

ผู้วิจัยให้นักเรียนวิเคราะห์ในหัวข้อต่อไปนี้

1. ผู้วิจัยให้นักเรียน บอกเป้าหมายในการแก้ไขปัญหายจากใบกรณีตัวอย่าง 8.1 และบอกแนวทางในการลดความก้าวร้าว
2. ผู้วิจัยให้นักเรียนกำหนดพฤติกรรมเป้าหมาย คือ การพูดคำหยาบ ตะหวาด โดยปฏิบัติดังนี้

2.1 ผู้วิจัยให้นักเรียนวิเคราะห์สาเหตุที่ทำให้นักเรียนมีพฤติกรรมการพูดคำหยาบ ตะหวาดโดยให้นักเรียนนำเสนอ

2.2 ผู้วิจัยให้นักเรียนกำหนดแนวทางในการลดพฤติกรรมการพูดคำหยาบ ตะหวาด โดยแสดงความคิดเห็นร่วมกัน

ขั้นที่ 3 ขั้นสรุปและนำหลักการไปประยุกต์ใช้

ผู้วิจัยและนักเรียนร่วมกันสรุปถึงสิ่งที่ได้เรียนรู้จากกิจกรรมนี้ ดังนี้

1. ผู้วิจัยให้นักเรียนสรุปสิ่งที่ได้จากการศึกษากรณีตัวอย่างที่ 8.1 แล้วตอบคำถามลงในใบกิจกรรมที่ 8.2
2. ผู้วิจัยให้นักเรียนได้แสดงความคิดเห็นถึงแนวทางลดพฤติกรรมก้าวร้าวทางวาจาอันจะนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้
3. ผู้วิจัยให้นักเรียนศึกษาการบรรเทาความโกรธตามแนวพุทธคือความเมตตาและนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน และยกตัวอย่างประกอบ เพื่อให้นักเรียนเข้าใจในอุเบกขาธรรม โดยเน้นรายละเอียดวิธีคิดแบบแก้ปัญหาเพื่อเป็นแนวทางในการลดความก้าวร้าวในการพูดคำหยาบ ตะหวาด อันเป็นการส่งผลให้ลดความก้าวร้าวทางวาจาได้ (ใบความรู้ที่ 8.3)
4. ผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติมพร้อมทั้งเปิดโอกาสให้นักเรียนซักถาม

ขั้นที่ 4 ขั้นประเมินผล

1. สังเกตจากความเข้าใจในวิธีการบรรเทาความโกรธตามแนวพุทธ
2. สังเกตจากความตระหนักและตั้งใจที่จะนำการบรรเทาความโกรธตามแนวพุทธไปใช้ในชีวิตจริง
3. สังเกตจากการแสดงความคิดเห็น การสรุปผลของนักเรียน และจากการอภิปรายร่วมกัน

ใบกรณีตัวอย่างที่ 8.1

เรื่อง เพราะปากแท้ๆ

ณ โรงเรียนมัธยมชื่อดังแห่งหนึ่งในกรุงเทพฯ วีรศักดิ์เด็กหนุ่มผู้ที่มีอารมณ์ร้อน เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 เขาเป็นนักเรียนคนหนึ่งที่มีปัญหาด้านการควบคุมอารมณ์และเข้าสังคมกับเพื่อน เนื่องจากพฤติกรรมที่ชอบแกล้งเพื่อนดังนั้นเขาจึงชอบไปแกล้งเพื่อนในชั้นเรียนเดียวกันบ้าง ต่างชั้นเรียนบ้าง บางครั้งแกล้งคนอื่นด้วยการพูดคำหยาบใส่บ้าง ตะวาดแล้ววิ่งหนีบ้าง ทำให้เพื่อนๆ ไม่ชอบและเบื่อ

วันหนึ่งในขณะที่วีรศักดิ์นั่งอยู่ที่ม้าหินอ่อนกับเพื่อน มีเด็กชายยุทธนาซึ่งเป็นนักเรียนในห้องเดียวกันเดินผ่านมา เด็กชายวีรศักดิ์ก็ตะวาดว่า “มองหน้าหาอะไรหรอ” เด็กชายยุทธนาจึงตอบไปว่า “เปล่า....ไม่ได้มอง” เด็กชายวีรศักดิ์จึงด่าต่อไปว่า “ก็กูเห็นมึงมองหน้ากู อยากมีเรื่องหรอ” และพูดต่อไปว่า “ไอ้สัตว์” เด็กชายยุทธนาเอือมระอา จึงไม่สนใจและเดินหนี วีรศักดิ์ก็พูดว่า “ไม่แน่ว่าจริงนี่หว่า” จากปากที่ชอบพูดคำหยาบและชอบพูดหาเรื่องทำให้เพื่อนๆ ในห้องไม่มีใครอยากจะคุยด้วย

วันต่อมาในขณะที่ครูสอนหนังสืออยู่ในห้องเรียนและให้ทำงานส่งครูในท้ายคาบ วีรศักดิ์หันไปพูดกับวีระว่า “เฮ้ย ! กูยืมลิขวิดหน่อย” เด็กชายวีระซึ่งกำลังนั่งทำงานและรีบทำงานให้เสร็จจึงบอกว่า “มาหยิบเองกำลังยุ่งอยู่” วีรศักดิ์ไม่พอใจจึงตะวาดขึ้นว่า “อะไรวะ มึงโยนมาให้กูหน่อยไม่ได้หรอ ไอ้ควาย” ครูจึงถามว่า “มีอะไรกัน” วีรศักดิ์บอกครูว่า “ครูดูสิ ไอ้วีระ ผมขอยืมลิขวิดมัน มันไม่ให้ผม.....แม่งเอ้ย ขอแค่นี้ก็ทำเป็นห่วงไปได้” ครูจึงบอกว่า “วีรศักดิ์เธอขอยืมเพื่อน แต่เธอใช้คำพูดแบบนี้ เธอคิดว่าเพื่อนเขาจะรู้สึกอย่างไร เวลาขอยืมของคนอื่นหรือพูดกับคนอื่นควรที่จะใช้คำพูดที่เป็นมิตร” ครูถามวีรศักดิ์ว่า “ถ้ามีคนมีพูดคำหยาบและตะวาดแบบนี้เธอจะรู้สึกอย่างไร” วีรศักดิ์ตอบว่า “รู้สึกไม่พอใจครับ” ครูพูดต่อว่า “แล้วเธอพูดแบบนี้ เธอคิดว่าคนอื่นเขาไม่รู้สึกอะไรหรอ....ครูรู้ว่าเธอเป็นคนอารมณ์ร้อน พูดจาไม่เกรงใจใคร แต่เธอก็ต้องนึกถึงจิตใจคนอื่นบ้างนะ” เด็กชายวีรศักดิ์พูดว่า “ผมขอโทษครับ ต่อไปผมจะไม่พูดคำหยาบอีกแล้วครับ”

ใบกิจกรรมที่ 8.2

1. ให้นักเรียนบอกถึงปัญหาว่า เป็นเรื่องเกี่ยวกับอะไร

.....

.....

.....

2. การที่เด็กชายวีรศักดิ์ทำตัวแบบนั้นเหมาะสมหรือไม่ เพราะเหตุใด

.....

.....

.....

3. นักเรียนได้รับแง่คิดอะไรจากการที่ได้ศึกษาเรื่องนี้

.....

.....

.....

4. ให้นักเรียนบอกวิธีการหรือแนวทางในการแก้ปัญหาดังกล่าว

.....

.....

.....

ให้นักเรียนได้ช่วยกันหาทางแก้ปัญหาทางออกจากสถานการณ์ต่าง ๆ ดังนี้

ปัญหา	ทางออกที่เหมาะสม
1. เวลาฉันควบคุมอารมณ์ตนเองไม่ได้ ฉันจะ...	1.....
2. เวลาฉันโกรธ.....	2.....
3. เวลาฉันหงุดหงิด.....	3.....
4. เมื่อมีเพื่อนพูดคำหยาบหรือตะวาดใส่ฉัน....	4.....
5. ฉันมองว่าการพูดคำหยาบ เป็น.....	5.....
6. ทุกครั้งที่ฉันจะทำเมื่อรู้สึกอึดอัด.....	6.....
7. การพูดคำหยาบและการตะวาดเป็นเรื่อง	7.....
8. หลังจากได้ศึกษากรณีตัวอย่างแล้ว ฉัน....	8.....

ใบความรู้ที่ 8.3

เรื่อง “อุเบกขาธรรม”

อุเบกขาธรรม

“อุเบกขา” เป็นธรรมในธรรมสำคัญหมวดหนึ่ง คือ “พรหมวิหารธรรม” มนุษย์ก็ได้ชื่อว่าเป็นพรหม แม้มีธรรมชาติสมบูรณ์ คือมีพร้อมทั้งเมตตา กรุณา มุติตา และอุเบกขา

อุเบกขา หมายถึง การวางใจเป็นกลาง วางเฉย ไม่ยินดียินร้าย จึงไม่หวั่นไหวด้วยความยินดีหรือความยินร้าย หวั่นไหวเพราะความยินดีแม้มากย่อมเป็นเหตุให้ฟุ้ง หวั่นไหวเพราะความยินร้ายแม้มากย่อมเป็นเหตุให้เครียด อุเบกขาจึงเป็นธรรมโอสถเครื่องรักษาโรคทางจิตทั้งสอง คือ โรคฟุ้งและโรคเครียด

ท่านผู้มีปัญญาเห็นความศักดิ์สิทธิ์ของธรรมโอสถนี้ จึงสนใจอบรมอุเบกขา เพื่อรักษาใจให้ปราศจากโรค ให้เป็นใจที่สมบูรณ์สุขอย่างแท้จริง

1. โรคทางจิตก็เหมือนโรคทางกาย

โรคทางจิตก็เหมือนโรคทางกาย ยารักษาโรคทางจิตก็เหมือนยารักษาโรคทางกาย ไม่ว่าจะใช้ยาวิเศษนานใดก็ตาม ก็ต้องใช้ยานั้นให้ได้ขนาดเพียงพอกับอาการของโรค โรคทางกายบางโรคไม่ต้องใช้ยามากและไม่ต้องใช้นาน บางโรคต้องใช้มากและต้องใช้นาน จะใจร้อนใจเร็วให้โรคหายทันใจทุกโรคไม่ได้ แต่โรคทางใจของคนทั่วไป ปกติต้องใช้ยามากและต้องใช้นานจึงจะใจร้อนใจเร็วให้เห็นผลเป็นความหายขาดจากโรคหัวใจอย่างทันตาทันใจไม่ได้ ต้องใช้ธรรมโอสถให้เพียงพอกับอาการของโรค เช่น โรคเครียดและโรคฟุ้งที่กล่าวแล้วว่า รักษาได้ด้วยธรรมโอสถ คือ อุเบกขา ก็ต้องใช้ธรรมโอสถให้เพียงพอ คือ ใช้ให้มากพอและใช้ให้นานพอ จึงจะหายขาดได้จริง

2. ยอดของพรหมวิหารธรรม

อุเบกขา เป็นยอดของพรหมวิหารธรรม เมตตา กรุณา เป็นฐาน มุติตาเป็นตัว การจะสร้างยอดโดยไม่สร้างฐานไม่สร้างตัวนั้นก็ทำกันได้ แต่ยอดจะวางอยู่ต่ำเตี้ย ไม่มั่นคง ไม่สูงสง่า ถ้าสร้างฐานสร้างตัวเป็นลำดับขึ้นไปเรียบร้อยแล้วจึงสร้างยอด ยอดก็จะมั่นคง สูงเด่นเป็นสง่า

3. ฐานของพรหมวิหารธรรม

การอบรมอุเบกขาให้มั่นคง งามพร้อม จึงควรต้องอบรมพรหมวิหารธรรมให้สมบูรณ์ เริ่มแต่ฐาน คือ เมตตา กรุณาเป็นเบื้องต้น มุติตาเป็นลำดับไป แล้วจึงถึงอุเบกขา เช่นนี้ไม่หมายความว่า จะต้องใช้เวลานานนักหนากว่าจะเริ่มจากฐานขึ้นไปถึงยอด เรื่องของจิตหรือเรื่องของใจเป็นเรื่องพิเศษสุด อำนาจของใจ ความเร็วของใจ ก็เป็นความพิเศษสุดเช่นเดียวกัน

4.ผู้มีเมตตากรุณาและมุทิตา

จะต้องใช้อุเบกขาแทรกไว้ทุกเวลา ผู้ยังไม่บรรลุผลสูงสุดของพรหมวิหารธรรม ยังพยายามตั้งใจอบรมพรหมวิหารธรรมอยู่ ควรต้องรู้ว่า ผู้มีเมตตา กรุณา มุทิตานั้น ควรอย่างยิ่งที่จะต้องใช้อุเบกขาแทรกไว้ทุกเวลา เหมือนเป็นยาดำที่จำเป็นต้องแทรกอยู่ในยาดีแทบทุกขนานไม่เช่นนั้นแล้ว ยาดีที่ขาดยาดำก็จะเป็นยาดีที่สมบูรณ์ และพรหมวิหารธรรมก็จะเป็นไม่สมบูรณ์เช่นเดียวกัน

เมตตาขาดอุเบกขา...ก็ผิด

กรุณาขาดอุเบกขา...ก็ผิด

มุทิตาขาดอุเบกขา...ก็ผิด

5.ใจที่เป็นอุเบกขา

ไม่หวั่นไหวไปตามการแสดงออกภายนอก ผู้มีอุเบกขาในใจจริงนั้น การแสดงออกภายนอกเหมือนไม่มีอุเบกขาได้ เพราะผู้มีอุเบกขานั้นไม่หมายถึงว่า จะต้องไม่รับรู้ในคุณในโทษของสิ่งภายนอก รู้จักระดับอารมณ์ของตนเอง ไม่แสดงวาทะอันไม่เหมาะสม ผู้มีอุเบกขาย่อมรู้ดีว่าปฏิบัติอย่างไรเป็นคุณ ปฏิบัติอย่างไรเป็นโทษ บางทีการวางเฉยทางกายวาทะ เหมือนกับใจที่วางเฉยอยู่ด้วยความสงบ ก็อาจเป็นคุณ แต่บางทีก็อาจเป็นโทษ

ฉะนั้นเมื่อการวางเฉยภายนอกจะเป็นโทษ ผู้มีพรหมวิหารธรรมข้ออุเบกขาพิจารณาเห็นแล้ว ก็ย่อมต้องแสดงออกตามความเหมาะสมสมควร รักษาไว้อย่างหวงแหนที่สุดเพียงอย่างเดียว คือ ใจที่เป็นอุเบกขา ไม่หวั่นไหววูบวาบขึ้นลงไปตามการแสดงออกภายนอก

6. อุเบกขาที่แท้จริง สร้างความสงบอย่างยิ่งแก่ใจ

ความสงบอย่างยิ่งของใจ ย่อมมีอยู่ได้เป็นปกติ ด้วยอำนาจของอุเบกขาที่แท้จริงในพรหมวิหาร ผู้มีใจยังไม่เป็นอุเบกขา บางทีก็สามารถแสดงอุเบกขาให้ปรากฏภายนอกได้

ครั้งที่ 9

การบรรเทาความโกรธตามแนวพุทธวิธี คือ ความเมตตา

เรื่อง การลดความก้าวร้าว : ทั้งทางกายและทางวาจา

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนวิเคราะห์หาสาเหตุของความก้าวร้าวทางกายและทางวาจา และลดพฤติกรรม
2. เพื่อให้นักเรียนเห็นความสำคัญ และตระหนักในการบรรเทาความโกรธตามแนวพุทธวิธี คือ ความเมตตา
3. เพื่อให้นักเรียนเรียนรู้การบรรเทาความโกรธตามแนวพุทธวิธี และนำไปใช้ในชีวิตจริง

เทคนิคที่ใช้ สถานการณ์จำลอง

ระยะเวลา 50 นาที

อุปกรณ์ที่ใช้ในกิจกรรม

1. ใบกิจกรรมที่ 9.1
2. ใบกิจกรรมที่ 9.2
3. ใบความรู้ที่ 9.3 เรื่อง การบรรเทาความโกรธตามแนวพุทธวิธี คือ ความเมตตา
4. ใบกิจกรรมที่ 9.4

วิธีดำเนินการ

ขั้นที่ 1 ขั้นกิจกรรม

1. แบ่งนักเรียนออกเป็น 2 กลุ่ม ๆ ละ 6 คน แล้วนั่งเป็นวงกลม แล้วเลือกหัวหน้ากลุ่ม
2. ผู้วิจัยให้นักเรียนทั้งสองกลุ่มแสดงสถานการณ์จำลองจากเหตุการณ์ที่เคยเกิดขึ้นจริงกับตัวเองหรือเคยพบเห็นก็ได้ โดยแบ่งกลุ่มที่ 1 แสดงความก้าวร้าวทางกาย กลุ่มที่ 2 แสดงความก้าวร้าวทางวาจา
3. ผู้วิจัยให้แต่ละกลุ่มปรึกษากันเพื่อที่จะเตรียมแสดงสถานการณ์จำลองโดยให้เวลาประมาณ 10 นาที
4. ผู้วิจัยจะให้แต่ละกลุ่มส่งตัวแทนมาจับฉลาก(ใบกิจกรรมที่ 9.4) ว่ากลุ่มไหนจะได้เริ่มแสดงก่อน
5. หลังจากได้กลุ่มที่แสดงก่อนแล้ว ผู้วิจัยก็จะให้กลุ่มที่แสดงก่อนออกมาแสดงสถานการณ์จำลอง โดยให้เวลากลุ่มละ 10 นาที
4. ในขณะที่อีกกลุ่มแสดงสถานการณ์จำลอง อีกกลุ่มเป็นผู้สังเกตการณ์และวิเคราะห์พฤติกรรมก้าวร้าวของอีกกลุ่ม

5. ผู้วิจัยให้นักเรียนที่นั่งสังเกตการณ์ร่วมกันสรุปประเด็นหลักของพฤติกรรมก้าวร้าว และวิธีการแก้ไขพฤติกรรมก้าวร้าวที่เกิดขึ้นทั้งทางกายและทางวาจา ลงในใบกิจกรรมที่ 9.1

ขั้นที่ 2 ขั้นวิเคราะห์และอภิปราย

1. ผู้วิจัยให้แต่ละกลุ่มส่งตัวแทนออกมาวิเคราะห์ถึงพฤติกรรมก้าวร้าว สาเหตุของพฤติกรรมก้าวร้าวที่เกิดขึ้น และผลกระทบของพฤติกรรมก้าวร้าว

2. ผู้วิจัยให้นักเรียนร่วมกันสรุป และร่วมกันแสดงความคิดเห็นถึงแนวทางปฏิบัติที่ถูกต้องและเหมาะสม

ขั้นที่ 3 ขั้นสรุปและนำหลักการไปประยุกต์ใช้

1. ผู้วิจัยให้นักเรียนแต่ละกลุ่มสรุปสิ่งที่ได้รับจากกิจกรรมลงในใบกิจกรรมที่ 9.2

2. ผู้วิจัยให้นักเรียนบอกสาเหตุความก้าวร้าวที่นักเรียนเคยทำทั้งทางกายและทางวาจา

3. ผู้วิจัยให้นักเรียนตั้งเป้าหมายว่าจะแก้ไขพฤติกรรมก้าวร้าวของตนเองอย่างไร โดยพิจารณาพฤติกรรมที่ต้องการแก้ไวนั้นสามารถทำได้มากน้อยเพียงใด และต้องไม่เกินความสามารถที่จะปฏิบัติได้

4. ผู้วิจัยให้อธิบายทั้งแบบยกตัวอย่างประกอบ อุปมาอุปไมย เพื่อให้นักเรียนได้เข้าใจในการบรรเทาความโกรธตามแนวพุทธวิธี คือ ความเมตตา โดยเน้นรายละเอียดวิธีคิดแบบแก้ปัญหาเพื่อเป็นแนวทางในการลดความก้าวร้าวในการลดความก้าวร้าวทางกายและทางวาจา (ใบความรู้ที่ 9.3)

5. ผู้วิจัยเปิดโอกาสให้นักเรียนซักถามข้อสงสัยเกี่ยวกับกิจกรรม และสรุปเพิ่มเติมพร้อมทั้งให้แง่คิดกับพฤติกรรมที่เหมาะสม

ขั้นที่ 4 ขั้นประเมินผล

1. ผู้วิจัยสังเกตจากนักเรียนสรุปสาระที่ได้จากการร่วมกิจกรรมและร่วมแสดงข้อคิดเห็นที่ได้รับจากการทำกิจกรรม

2. สังเกตจากการสรุปแนวทางแก้ไขปัญหาคความก้าวร้าวทั้งทางกายและทางวาจา

3. สังเกตจากการร่วมทำกิจกรรมสถานการณ์จำลอง

ใบกิจกรรมที่ 9.1

1. นักเรียนคิดว่าอะไรเป็นสาเหตุการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวทั้งทางกายและทางวาจา

.....

.....

.....

.....

2. นักเรียนรู้สึกอย่างไรกับความก้าวร้าวทางกายและทางวาจา

.....

.....

.....

.....

3. นักเรียนมีวิธีที่จะลดความก้าวร้าวทางกายและทางวาจาอย่างไรบ้าง

3.1 ทางกาย

.....

.....

.....

3.2 ทางวาจา.....

.....

.....

4. การแสดงความก้าวร้าวทางกายและทางวาจาก่อให้เกิดผลดีอย่างไร และผลเสียอย่างไร

4.1 ผลดี

.....

.....

.....

.....

4.2 ผลเสีย

.....

.....

.....

ใบกิจกรรมที่ 9.2

1. ฉันมองว่าการทักต้อยเป็น.....
2. การแกล้งเพื่อนเป็น.....
3. เมื่อฉันผลักเพื่อนฉันรู้สึก.....
4. การทำร้ายร่างกายของคนอื่นเป็นเรื่อง.....เพราะ.....
5. แต่ก่อนหากฉันรู้สึกโมโห หรือไม่พอใจฉันจะ.....
6. เดิยวนี้เมื่อฉันโมโห หรือไม่พอใจฉัน.....
7. เวลาฉันทำร้ายหรือแกล้งคนอื่นฉัน.....
8. แต่ก่อนเวลาฉันโกรธฉันจะ.....
9. เดิยวนี้เวลาฉันโกรธฉันจะ.....
10. ฉันรู้สึกดีเมื่อฉันได้.....
11. ฉันมองว่าการไม่ทำร้ายคนอื่นเป็นเรื่อง.....เพราะ.....
12. บางครั้งฉันรู้สึก.....เมื่อฉันได้.....
13. เวลาเพื่อนล้อจุดด้อยฉัน ฉัน.....
14. ฉันไม่ชอบคน.....
15. ฉันมองว่าการข่มขู่คนอื่นเป็น.....
16. เวลาถูกคนอื่นด่าชื่อพ่อแม่ฉัน.....
17. การพูดคำหยาบเป็นเรื่อง.....เพราะ.....
18. เวลาฉันรำคาญหรือเบื่้อฉันมักจะ.....
19. วิชาไหนที่ฉันไม่ชอบฉันจะ.....
20. การทำให้คนอื่นเสียความรู้สึกฉันมองว่า.....
21. เมื่อฉันควบคุมตัวเองไม่ได้ฉันจะ.....
22. หากฉันเลือกได้ฉันจะ.....
23. ฉันมองว่า.....
24. เวลาฉันรังแกหรือแกล้งคนอื่นฉัน.....
25. ฉันมั่นใจในตัวฉันว่าฉัน.....
26. ฉันไม่เคยนึกมาก่อนว่า.....
27. จากการกระทำของฉัน ฉันรู้สึก.....

ใบความรู้ที่ 9.3

เรื่อง “การบรรเทาโทษตามแนวพุทธวิธี คือ ความมีเมตตา”

สาเหตุสำคัญประการหนึ่งแห่งการแสดงความก้าวร้าว คือ ความโกรธ ดังนั้น การบรรเทาความโกรธจึงเป็นวิธีลดความก้าวร้าวประการหนึ่ง ในคัมภีร์วิสุทธิมรรคได้แสดงวิธีเพื่อบรรเทาความโกรธไว้ 9 ประการ อันพึงเลือกใช้ตามที่เหมาะสมกับอุปนิสัยของบุคคล ดังที่พระธรรมปิฎก (2546ก: 83-85) ได้เรียบเรียงไว้ดังต่อไปนี้

1. ระลึกถึงพุทธโอวาทที่สอนให้ระงับความโกรธ และให้มีเมตตาตักเตือนตนเอง ว่าการยังมัวโกรธอยู่ เป็นการไม่ปฏิบัติตามคำสอนของพระพุทธเจ้าซึ่งเป็นพระศาสดาของตน

พุทธโอวาทเกี่ยวกับความโกรธมีมากมาย เช่น ตรัสสอนภิกษุว่า แม้ภิกษุถูกพวกโจรจับไปและเอาเลื่อยผ่ากาย ถ้าภิกษุมีใจขัดเคืองประทุษร้าย ก็ไม่ชื่อว่าปฏิบัติตามคำสอนของพระองค์ อีกแห่งหนึ่งว่า คนโกรธเท่ากับทำตัวให้ประสบผลร้ายต่างๆ สมใจปรารถนาของศัตรู เช่น มีผิวพรรณทราม หน้าตาดม่นหมอง นอนเป็นทุกข์ เป็นต้น อนึ่ง ถ้าคนอื่นโกรธแล้วเราโกรธตอบอีก ก็เท่ากับทำตัวให้เลวกว่าเขา ส่วนคนที่ไม่โกรธตอบคนที่โกรธ ชื่อว่าชนะสงครามที่ชนะได้ยาก และชื่อบำเพ็ญประโยชน์แก่ทั้งสองฝ่าย คือ ทั้งแก่ตนเองและแก่ผู้อื่น ฯลฯ ถ้าพิจารณาอย่างนี้แล้ว ยังไม่หายโกรธ

2. พิจารณาถึงความดีของเขา ยกเอาแต่แง่ดีของเขาขึ้นมาพิจารณา ถ้ามองไม่เห็นว่าเขามีความดีอะไรเลย พึงตั้งจิตกรุณาในการที่เขาจะต้องประสบผลร้ายจากความชั่วของเขาเอง ถ้าพิจารณาอย่างนี้แล้วก็ยังไมหายโกรธ

3. พิจารณาตนเองให้รู้ว่า การมัวโกรธเขาอยู่มีแต่จะทำให้ตัวเองนั้นแหล่เดือดร้อนเป็นทุกข์ คนที่ถูกโกรธเขาไม่รู้เรื่องด้วยเลย เขาก็อยู่ของเขาเป็นปกติตามสบาย คนโกรธเขากลับทำร้ายตนเอง ทำลายคุณธรรมซึ่งเป็นพื้นฐานของศีลที่ตนเองรักษา และประกอบกรรมของอนารยชนเสียเอง ถ้าคนโกรธคิดจะทำร้ายคนอื่น ไม่ว่าจะทำร้ายเขาได้หรือไม่ แต่ที่แน่นอนก็คือได้ทำร้ายตนเองเข้าก่อนแล้ว และตนเองต้องถูกกระทบทุกกรณี ถ้าพิจารณาอย่างนี้แล้วยังไมหายโกรธ

4. พิจารณาตามหลักกรรมว่า แต่ละบุคคลมีกรรมเป็นของตน ทั้งเขาทั้งเราต่างก็จะได้รับผลแห่งกรรมที่เป็นส่วนของตนๆ ตัวเราเองถ้ามัวโกรธ มีโทสะอยู่ ก็คือกำลังทำกรรมชั่วอย่างหนึ่ง และเราก็จะได้รับผลร้ายจากกรรมของเราเอง ถ้าเขาทำกรรมชั่วเขาก็จะได้รับผลร้ายตามกรรมของเขา ถ้าพิจารณาอย่างนี้แล้ว ยังไม่หายโกรธ

5. พิจารณาคุณค่าความดี คือ การบำเพ็ญบารมีของพระพุทธเจ้า ระลึกถึงตัวอย่างการเสียสละของพระองค์ ตั้งแต่ครั้งเป็นพระโพธิสัตว์ เช่น ในชาดกหลายเรื่อง พระองค์ได้ทรงสละชีวิตช่วยเหลือแม้แต่ศัตรู ถูกเขากลั่นเกล้งก็ไม่ผูกอาฆาตและชนะใจเขาด้วยความมีเมตตา แม้

ตัวอย่างผู้บำเพ็ญความเสียสละและขันติบริบารมีอื่นๆ ก็พื้งนำมาพิจารณาได้ เพื่อเป็นตัวอย่างเสริมกำลังใจให้สามารถดำรงตนอยู่ในความดี ถ้าพิจารณาอย่างนี้แล้ว ยังไม่หายโกรธ

6. พื้งพิจารณาความยาวนานแห่งสังสารวัฏ ซึ่งท่านกล่าวว่า หาได้ยากที่ใครๆ จะไม่เคยเป็นบิดา มารดา บุตรธิดา พี่น้อง ญาติ เพื่อนพ้องที่เคยมีอุปการะแก่กัน พื้งนึกว่าเขากับเราก็คงได้เคยเป็นพ่อแม่พี่น้อง มีอุปการะแก่กันมา (เหตุการณ์นี้เป็นเพียงเรื่องราวเล็กน้อยจากหนึ่งเท่านั้น) ไม่ควรจะมาเกลียดโกรธคิดประทุษร้ายกัน ถ้าพิจารณาอย่างนี้แล้ว ก็ยังไม่หายโกรธ

7. พื้งพิจารณาอนิสงส์แห่งเมตตา ว่า เมื่อตนปฏิบัติตามจะได้รับผลดีอย่างไรบ้าง เช่น ว่า หลับก็เป็นสุข ตื่นก็เป็นสุข ไม่ฝันร้าย เป็นที่รักใคร่ของคนทั้งหลาย เป็นต้น ตนควรปฏิบัติตามเพื่อให้ได้รับผลดีเช่นนั้น ถ้าพิจารณาอย่างนี้แล้ว ยังไม่หายโกรธ

8. พื้งพิจารณาแบบจำแนกแยกธาตุ ให้มองเห็นความจริง ว่า ที่คิดโกรธวุ่นวายกันไป ความจริงก็มีแต่สิ่งสมมติคิดว่าเป็นสัตว์ บุคคล เป็นผู้หนึ่งผู้นี้ ที่จริงมีแต่อาการ 32 เช่น ผมหู ขน เล็บ ฟัน หนัง มีแต่ธาตุต่าง ๆ มีแต่ขันธ์ 5 มีแต่อายตนะ 12 มาประชุมกันจะโกรธอะไร ส่วนไหน ความโกรธนั้นไม่มีฐานที่ตั้งอะไรเลย ถ้าพิจารณาแง่นี้แล้ว ยังไม่หายโกรธ

9. พื้งแสดงออกภายนอกในทางปฏิบัติ ด้วยการให้สิ่งของ คือ หาสิ่งของมาให้แสดงไมตรีจิต และรับของให้ตอบแทนแก่กัน เพราะท่านช่วยให้คนใจอ่อนโยนเข้าหากัน และพูดจากัน พ่วงเอาปิยวาจาไปด้วย จึงเป็นเครื่องระงับอาฆาตที่ได้ผลยิ่ง

ใบกิจกรรมที่ 9.4
ใบจับฉลาก

1. ความก้าวร้าวทางกาย

2. ความก้าวร้าวทางวาจา

ครั้งที่ 10 ปัจฉิมนิเทศ

เรื่อง ปัจฉิมนิเทศ

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนประเมินตนเองเกี่ยวกับการลดความก้าวร้าวที่ได้ดำเนินการมา โดยเปรียบเทียบกับระยะก่อนเข้าร่วมโปรแกรม
2. เพื่อให้นักเรียนแสดงความคิด และความรู้สึกที่มีมาตลอดระยะเวลาการเข้าร่วมโปรแกรม
3. เพื่อให้นักเรียนสามารถเชื่อมโยงสิ่งที่ได้เรียนรู้ไปสู่การลดความก้าวร้าวและแก้ไขปัญหาในสถานการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน
4. เพื่อสรุปและยุติการเข้าร่วมโปรแกรม

เทคนิคที่ใช้ อภิปรายกลุ่ม

ระยะเวลา 50 นาที

อุปกรณ์ที่ใช้ในกิจกรรม

1. ใบกิจกรรมที่ 10.1
2. ใบกิจกรรมที่ 10.2
3. ปากกา 12 ด้าม
4. แบบสอบถามเพื่อการวิจัย
5. บัตร 1 ลูก

วิธีดำเนินการ

1. ผู้วิจัยให้นักเรียนนั่งเป็นวงกลมหันหน้าเข้าหากัน
2. ผู้วิจัยให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นที่มีต่อการเข้าร่วมโปรแกรม
3. ผู้วิจัยแจกใบกิจกรรมที่ 10.1 กระดาษสัญญาใจให้นักเรียนคนละ 1 แผ่น
4. หลังจากที่นักเรียนเขียนเสร็จให้ตั้งจิตแน่วแน่ที่จะลด ละ พุทธิกรรมที่ผ่านๆ มาและพร้อมที่จะเป็นคนใหม่ในคนเดิม แล้วนำกระดาษไปใส่บัตร
5. หลังจากนั้นผู้วิจัยแจกใบกิจกรรมที่ 10.2 ให้นักเรียนคนละเขียนความประทับใจและสิ่งที่ได้รับจากการเข้าร่วมโปรแกรมในครั้งนี้
6. ผู้วิจัยให้นักเรียนร่วมกันแสดงความรู้สึก และร่วมกันอภิปรายสิ่งที่ได้รับจากการเข้าร่วมโปรแกรม
7. ผู้วิจัยและนักเรียนร่วมกันสรุปผลการเข้าร่วมโปรแกรม เพื่อที่จะนำไปใช้ในชีวิตประจำวันต่อไป

8. ผู้วิจัยแจกแบบสอบถามเพื่อการวิจัยหลังจากการเข้าร่วมโปรแกรม
9. ผู้วิจัยกล่าวสรุปเพิ่มเติมและให้กำลังใจกับนักเรียนทุกคน พร้อมทั้งกล่าวขอบคุณนักเรียนทุกคน และปิดการเข้าร่วมโปรแกรมลดความก้าวร้าว

การประเมินผล

1. สังเกตจากการสรุปผลการเข้าร่วมโปรแกรม และประโยชน์ที่ได้รับเพื่อนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน
2. สังเกตจากการเขียนความประทับใจในการเข้าร่วมโปรแกรม
3. สังเกตจากการเขียนใบสัญญาใจร่วมกัน



ภาคผนวก ข

1. รายชื่อผู้ทรงคุณวุฒิ
2. หนังสือเชิญผู้เชี่ยวชาญตรวจเครื่องมือ
3. หนังสือขอความอนุเคราะห์เพื่อพัฒนาเครื่องมือ (Try out)
4. หนังสือขอความอนุเคราะห์เพื่อการวิจัย

รายชื่อผู้ทรงคุณวุฒิ

ผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบแบบสอบถามเพื่อการวิจัย และโปรแกรมการลดความก้าวร้าวของ
นักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โดยใช้กิจกรรมกลุ่ม ได้แก่

1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นันทนา วงษ์อินทร์
อดีตอาจารย์ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา
คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
2. อาจารย์ ดร. สกล วรเจริญศรี
ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา
คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
3. อาจารย์ ดร. มณฑิรา จารุเพ็ง
ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา
คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ





บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ โทร. 5730

ที่ พบ 0519.12/๐๑๖๖

วันที่ 30 มกราคม 2552

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญ

เรียน คณะบดีคณะศึกษาศาสตร์

เนื่องด้วย พระบวรสงฆ์ ปราบก นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำปริญญานิพนธ์เรื่อง "การศึกษาและการสร้างโปรแกรมเพื่อลดความก้าวร้าวของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โดยใช้กิจกรรมกลุ่ม" โดยมี รองศาสตราจารย์ ชูชีพ อ่อนโลกสูง และ อาจารย์อนุสรณ์ อรรถศิริ เป็นคณะกรรมการควบคุมการทำปริญญานิพนธ์ ในการนี้ บัณฑิตวิทยาลัยขอเรียนเชิญ อาจารย์มณฑิรา จารูเฟื่อง และ อาจารย์สถล วรเจริญศรี เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบความก้าวหน้าของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 และ โปรแกรมเพื่อลดความก้าวร้าวของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โดยใช้กิจกรรมกลุ่ม

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาให้บุคลากรในสังกัดเป็นผู้เชี่ยวชาญให้ พระบวรสงฆ์ ปราบก และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้

(รองศาสตราจารย์สมชาย ตันติวัฒนกุล)

คณะบดีบัณฑิตวิทยาลัย



ที่ ศธ 0519.12/1๕ ๖.๖๔

บัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

๖๔ ตุลาคม 2552

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์เพื่อพัฒนาเครื่องมือการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนบางกะปิ

เนื่องด้วย พระบวรสุ่ง ประภค จิตตระคังปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำปริญญาโทเรื่อง “การศึกษานและการสร้างโปรแกรม เพื่อลดความก้าวร้าวของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โดยใช้กิจกรรมกลุ่ม” โดยมี รองศาสตราจารย์ชูชีพ ช่อนโลกสูง และ อาจารย์อนุสรณ์ อรรถศิริ เป็นคณะกรรมการควบคุมการทำปริญญาโท ในกรณี นี้มีความจำเป็น ต้องเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย โดยขอให้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 จำนวน 110 คน เป็นกลุ่มตัวอย่าง ตอบแบบสอบถามเรื่องความก้าวร้าว ในระหว่างเดือนตุลาคม 2552

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาให้ พระบวรสุ่ง ประภค ได้เก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย และขอขอพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ ดร.สมชาย สันติวัฒนกุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 0-2649-5067

หมายเหตุ : สอบถามข้อมูลเพิ่มเติม กรุณาติดต่อนิติ โทรทัศน์ 086-9042-762



ที่ ศธ 0519.12/11131

บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

๖๖ พฤศจิกายน 2552

เรื่อง ขอลความอนุเคราะห์เพื่อการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนมัธยมวัดดาวคะนอง

เนื่องด้วย พระบวรสงฆ์ ปรรก นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำปริญญานิพนธ์ เรื่อง “การศึกษานและการสร้างโปรแกรม เพื่อลดความก้าวร้าวของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โดยใช้กิจกรรมกลุ่ม” โดยมี รองศาสตราจารย์ชูชีพ อ่อนโคกสูง และ อาจารย์อนุสรณ์ อรรถศิริ เป็นคณะกรรมการควบคุมการทำปริญญานิพนธ์ ในกรณี นิสิตมีความจำเป็น ต้องเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย โดยขอให้ให้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 ตอบแบบสอบถามเรื่องความก้าวร้าว ในระหว่างเดือนธันวาคม 2552 - มกราคม 2553

จึงเรียนมาเพื่อขอลความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาให้ พระบวรสงฆ์ ปรรก ได้เก็บข้อมูล เพื่อการวิจัย และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ ดร.สมชาย สันติวัฒนกุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 0-2649-5067

หมายเหตุ : สอบถามข้อมูลเพิ่มเติม กรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ 086-9042-762



ประวัติย่อผู้วิจัย

ประวัติย่อผู้วิจัย

ชื่อ ชื่อสกุล	พระบุญส่ง ปราบก
วันเดือนปีเกิด	29 มีนาคม พ.ศ. 2526
สถานที่เกิด	ตำบลจะกง อำเภอขุขันธ์ จังหวัดศรีสะเกษ
สถานที่อยู่ปัจจุบัน	219 วัดกลางดาวคณอง ถนนเจริญนคร 65 แขวงดาวคณอง เขตธนบุรี กรุงเทพมหานคร 10600

ตำแหน่งหน้าที่การงานในปัจจุบัน

พ.ศ. 2549	เป็นพระวิทยากรอบรมศีลธรรม - จริยธรรม จากฝ่ายบริการฝึกอบรม ส่วนธรรมนิเทศ มจร.
พ.ศ. 2550	เป็นพระสอนศีลธรรมในโรงเรียน จากกรมการศาสนา กระทรวงวัฒนธรรม
พ.ศ. 2550	เป็นพระวิทยากรอบรมค่ายโครงการคุณธรรมเฉลิมพระเกียรติ จากสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ

ประวัติการศึกษา

พ.ศ. 2541	จบเปรียญธรรม 1 - 2 ประโยค จากสำนักเรียนวัดเจียงอีศรีมงคลวราราม จังหวัดศรีสะเกษ
พ.ศ. 2543	จบนักธรรมเอก จากสำนักเรียนวัดเจียงอีศรีมงคลวราราม จังหวัดศรีสะเกษ
พ.ศ. 2545	จบชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนศรีเกษตรวิทยา จังหวัดศรีสะเกษ
พ.ศ. 2550	จบปริญญาพุทธศาสตรบัณฑิต (พธ.บ.) สาขาวิชาเศรษฐศาสตร์ จากคณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย กรุงเทพมหานคร
พ.ศ. 2553	จบปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต (กศ.ม.) สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว จากคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ กรุงเทพมหานคร