

การประยุกต์ใช้โปรแกรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์
เพื่อป้องกันพฤติกรรมก้าวร้าวในนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6



ดลฤดี สุรินทร์

สารนิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต (การพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวช)
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล
พ.ศ. 2553

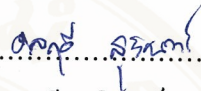
ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยมหิดล

Copyright by Mahidol University

สารนิพนธ์

เรื่อง

การประยุกต์ใช้โปรแกรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์
เพื่อป้องกันพฤติกรรมก้าวร้าวในนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6



นางคลฤดี สุรินทร์

ผู้ศึกษา



อาจารย์ทศนา ทวีคุณ,

Ph.D. (Nursing)

อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์หลัก



ผู้ช่วยศาสตราจารย์โสภณ แสงอ่อน,

Ph.D. (Nursing)

อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ร่วม



ศาสตราจารย์บรรจง มไหสวริยะ,

พ.บ.,ว.ว. ออร์โธปิดิกส์

คณบดี

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล



รองศาสตราจารย์อรสา พันธุ์ภักดี,

พย.ค.

ประธานกรรมการบริหารหลักสูตร

พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต

คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี

มหาวิทยาลัยมหิดล

สารนิพนธ์

เรื่อง

การประยุกต์ใช้โปรแกรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์
เพื่อป้องกันพฤติกรรมก้าวร้าวในนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6

ได้รับการพิจารณาให้นับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต (การพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวช)

วันที่ 26 มีนาคม พ.ศ. 2553

นางคลฤดี สุรินทร์

ผู้ศึกษา

ศาสตราจารย์รจนา ภูไพบูลย์,
D.N.S.

ประธานกรรมการสอบสารนิพนธ์

อาจารย์ทัศนีย์ ทวีคูณ,
Ph.D. (Nursing)

กรรมการสอบสารนิพนธ์

ศาสตราจารย์รัชตะ รัชตะนาวิน,

พ.บ.

คณบดี

คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี
มหาวิทยาลัยมหิดล

ผู้ช่วยศาสตราจารย์โสภณ แสงอ่อน,
Ph.D. (Nursing)
กรรมการสอบสารนิพนธ์

ผู้ช่วยศาสตราจารย์รังสิมันต์ สุนทรไชยา,
Ph.D. (Nursing)
กรรมการสอบสารนิพนธ์

ศาสตราจารย์บรรจง มไหสวริยะ,
พ.บ.,ว.ว. ออร์โธปิดิกส์
คณบดี

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล

กิตติกรรมประกาศ

สารนิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จได้ด้วยการได้รับคำแนะนำ ข้อเสนอแนะที่เป็นประโยชน์และการสนับสนุนจากบุคคลหลายฝ่าย ข้าพเจ้าขอกราบขอบพระคุณ อาจารย์ดร.ทัศนาศรี ทวีคุณ ประธานควบคุมสารนิพนธ์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.โสภณ แสงอ่อน กรรมการควบคุมสารนิพนธ์ ศาสตราจารย์ รุจา ภูไพบูลย์ ประธานกรรมการสอบสารนิพนธ์ ที่ได้ให้ความเอาใจใส่ช่วยเหลือให้คำแนะนำและให้การสนับสนุนในการทำสารนิพนธ์ฉบับนี้มาตลอด และกราบขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ดร.รังสิมันต์ สุนทรไชยา ที่ได้กรุณาเข้าร่วมเป็นกรรมการสอบป้องกันสารนิพนธ์ และได้ให้ข้อเสนอแนะ ความคิดเห็นที่เป็นประโยชน์ ในการปรับปรุงข้อบกพร่องต่างๆ ทำให้สารนิพนธ์ฉบับนี้มีความสมบูรณ์ยิ่งขึ้น

ข้าพเจ้าขอกราบขอบพระคุณ ผู้อำนวยการโรงเรียนป่าไม้อุทิศ 9 ตำบลบางรักน้อย อำเภอเมือง จังหวัดนนทบุรี และคณะครูอาจารย์ทุกท่านที่ได้ให้ความร่วมมือในการศึกษาครั้งนี้เป็นอย่างดี และขอขอบคูนนักเรียนกลุ่มตัวอย่างทั้ง 13 คน ที่ให้ความร่วมมือในการเข้าร่วมศึกษา

ข้าพเจ้าขอกราบขอบพระคุณ คุณสุรวิรัตน์ จุลประสิทธิ์พงษ์ หัวหน้าสถานีนามัยตำบลบางรักน้อย คุณพรณี ศรีภักดี หัวหน้าสถานีนามัยวังไทร และผู้ร่วมงานทุกท่านในสถานีนามัยทั้งสองแห่งที่ได้ให้โอกาส ให้ข้าพเจ้าได้ศึกษาต่อและเสียสละเวลาทำงานแทนข้าพเจ้า

ข้าพเจ้าขอกราบขอบพระคุณ พ่อแม่ พี่น้อง คุณยายสงบ ใจงาม คุณมะลิวัลย์ ใจงาม นางสาวของข้าพเจ้าที่คอยดูแลเป็นห่วงข้าพเจ้ามาตลอด และที่สำคัญขอขอบคูน คุณบุรุษ ฟองสันเทียะสามีของข้าพเจ้าที่เสียสละเวลาทั้งร่างกายและแรงใจ เป็นกำลังใจในการศึกษาครั้งนี้สำเร็จไปได้ด้วยดี

สุดท้ายนี้ขอขอบพระคุณคณาจารย์ทุกท่านที่ได้ให้ความรู้ คำแนะนำต่างๆ ขอบคูนบุคลากรเจ้าหน้าที่มหาวิทยาลัยมหิดล ตลอดจนบุคคลอื่นที่ไม่ได้เอ่ยนามไว้ ณ ที่นี้ ที่ให้ความช่วยเหลือในการติดต่อประสานงานต่างๆ ทำให้สารนิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จสมบูรณ์

ชลฤดี สุรินทร์

การประยุกต์ใช้โปรแกรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เพื่อป้องกันพฤติกรรมก้าวร้าวใน
นักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6

IMPLEMENTING THE ENHANCING EMOTIONAL QUOTIENT PROGRAM TO PREVENT
AGGRESSIVE BEHAVIORS IN GRADE 6 STUDENTS

ดลฤดี สุรินทร์ 4936999 RAMH/M

พย.ม. (การพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวช)

คณะกรรมการที่ปรึกษาสารนิพนธ์: ทศนา ทวีคุณ, Ph.D. (Nursing), โสภณ แสงอ่อน, Ph.D.
(Nursing)

บทคัดย่อ

การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ ศึกษาความเป็นไปได้ของการนำโปรแกรมเสริมสร้าง
ความฉลาดทางอารมณ์ ซึ่งพัฒนาโดยกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข มาใช้เพื่อป้องกันพฤติกรรม
ก้าวร้าวในนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 13 คน ณ โรงเรียนแห่งหนึ่งในจังหวัดนนทบุรี โดย
โปรแกรมที่นำมาศึกษาประกอบด้วย กิจกรรมการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เพื่อป้องกันพฤติกรรม
ก้าวร้าว 8 ด้าน ได้แก่ 1) การรับรู้อารมณ์ 2) การยอมรับความแตกต่างระหว่างบุคคล 3) การเสริมสร้าง
สัมพันธภาพ 4) การคิดทางบวก 5) การสื่อสาร 6) การควบคุมอารมณ์ 7) การผ่อนคลายอารมณ์ และ 8)
การจัดการกับปัญหาความขัดแย้ง ผลการศึกษาสามารถสรุปได้เป็น 2 ส่วน ดังนี้คือ ส่วนที่ 1 เกี่ยวกับ
ประสิทธิผลของโปรแกรม ผลการศึกษาพบว่า ภายหลังเข้าร่วมโปรแกรม นักเรียนมีคะแนนเฉลี่ยความ
ฉลาดทางอารมณ์โดยรวมและรายด้านเพิ่มขึ้น และคะแนนเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวทางวาจา
และทางกายลดลง ส่วนที่ 2 เกี่ยวกับความเป็นไปได้ของการนำโปรแกรมมาใช้ ผลการศึกษาพบว่า มีความ
เป็นไปได้ที่จะนำโปรแกรมนี้มาใช้ในโรงเรียน โดยทั้งนักเรียน ครู และผู้อำนวยการโรงเรียนเห็น
ประโยชน์ของโปรแกรม ส่วนเนื้อหาและการดำเนินกิจกรรมของโปรแกรมส่วนใหญ่เป็นไปตามคู่มือ
โปรแกรม แต่มีการปรับวิธีในการดำเนินกิจกรรมในบางกิจกรรมเพื่อให้สอดคล้องกับความต้องการของ
นักเรียน และสถานที่ นอกจากนี้การประเมินพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนจากบุคคลรอบข้าง ได้แก่
เพื่อนนักเรียน ครู และผู้ปกครอง ต้องมีการปรับวิธีการประเมินให้สอดคล้องกับบริบทของนักเรียนและ
โรงเรียน บทเรียนที่ได้จากการศึกษาความเป็นไปได้ของการนำเอาโปรแกรมเสริมสร้างความฉลาดทาง
อารมณ์เพื่อป้องกันพฤติกรรมก้าวร้าวมาใช้ในการศึกษานี้ สามารถใช้เป็นแนวทางสำหรับพยาบาล
สุขภาพจิตและจิตเวชที่สนใจจะนำโปรแกรมนี้ไปประยุกต์ใช้ในโรงเรียนอื่นๆต่อไป

คำสำคัญ: ความฉลาดทางอารมณ์ / พฤติกรรมก้าวร้าว / นักเรียน

IMPLEMENTING THE ENHANCING EMOTIONAL QUOTIENT PROGRAM TO PREVENT AGGRESSIVE BEHAVIORS IN GRADE 6 STUDENTS

DONRUEDEE SURIN 4936999 RAMH/M

M.N.S. (MENTAL HEALT AND PSYCHIATRIC NURSING)

THEMATIC PAPER ADVISORY COMMITTEE: TUSANA THAWEEKOON, Ph.D.
(NURSING), SOPIN SANGON, Ph.D. (NURSING)

ABSTRACT

The present study aims to investigate the feasibility of implementing the emotional quotient promotion program developed by the Department of Mental Health, Ministry of Public Health to prevent aggressive behaviors in 13 students (Grade 6) at a school located in Nonthaburi province. This program consists of activities to promote major characteristics of emotional quotient to prevent aggressive behaviors with regard to eight aspects as follows: 1) emotional perception, 2) acceptance of individual differences, 3) establishment of relationships, 4) positive thinking, 5) communication, 6) emotional control, 7) emotional relaxation, and 8) management of conflicts. Results of this study can be summarized into 2 parts. Part 1 is related to the effectiveness of the program. The results showed that at the end of the program, the students had increased mean scores overall and with each aspect of emotional quotient while the mean scores of verbally and physically aggressive behaviors decreased after their participation in the program. Part 2 is related to the feasibility of implementing the program. The results showed that it was feasible to implement the program in this school. All students, teachers, and the principal of the school agreed that the program was useful. For the contents and activities of the program, it was mostly conducted following the program manual. Some activites had to be properly adjusted to the student needs and setting. Furthermore, the student aggressive behaviors assessments from people around them including friends, teachers, and parents had to be properly adjusted to the students and school contexts. Lessons learned from this feasibility study could be used as a guideline for psychiatric and mental health nurses who are interested in applying this program to other schools.

KEY WORDS: SUBTLETY EMOTIONAL / AGGRESSIVE BEHAVIOR / YOUTH

197 pages

สารบัญ

	หน้า
กิตติกรรมประกาศ	ก
บทคัดย่อ (ภาษาไทย)	ง
บทคัดย่อ (ภาษาอังกฤษ)	จ
สารบัญตาราง	ซ
บทที่ 1 บทนำ	
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
วัตถุประสงค์ของการศึกษา	5
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากการศึกษา	5
นิยามศัพท์	5
บทที่ 2 ทบทวนวรรณกรรม	
วัยรุ่น	8
- ความหมายของวัยรุ่น	8
- พัฒนาการและการแบ่งช่วงอายุของวัยรุ่น	8
พฤติกรรมก้าวร้าว	12
- ความหมายและลักษณะของพฤติกรรมก้าวร้าว	12
- ทฤษฎีเกี่ยวกับความก้าวร้าว	15
วัยรุ่นกับพฤติกรรมก้าวร้าว	17
- ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมก้าวร้าวในวัยรุ่น	17
- แนวทางการป้องกันและลดการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวในวัยรุ่น	23
ความฉลาดทางอารมณ์	29
- ความหมายความฉลาดทางอารมณ์	30
- องค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์	30
- ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความฉลาดทางอารมณ์	31
พฤติกรรมก้าวร้าวกับความฉลาดทางอารมณ์	32

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์เพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าว	34
บทบาทพยาบาลจิตเวชและสุขภาพจิตเกี่ยวกับพฤติกรรมก้าวร้าวในวัยรุ่น	37
บทที่ 3 วิธีดำเนินการศึกษา	39
กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษา	39
สถานที่ใช้ในการศึกษา	39
เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา	39
ขั้นตอนการดำเนินการศึกษา	47
บทที่ 4 ผลของการศึกษา	50
บทที่ 5 อภิปรายผล	66
บทที่ 6 สรุปผลการศึกษา	72
บทสรุปแบบสมบูรณภาษาไทย	76
บทสรุปแบบสมบูรณภาษาอังกฤษ	93
รายการอ้างอิง	112
ภาคผนวก	120
ประวัติผู้ศึกษา	197

สารบัญตาราง

ตาราง		หน้า
1	แสดงเกณฑ์ปกติของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ในภาพรวมแต่ละรายด้าน สำหรับบุคคลที่มีช่วงอายุ 12- 17 ปี	41
2	เกณฑ์การให้คะแนนของมาตราส่วนประเมินค่าของแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรง	43
3	จำนวนร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามข้อมูลส่วนบุคคล	51
4	ค่าเฉลี่ยของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรม	52
5	ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรงของนักเรียนจากการประเมินของนักเรียนและผู้ปกครอง ทั้งก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรม	53
6	สรุปผลการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวรายบุคคลโดยนักเรียน	54
7	สรุปผลการประเมินการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าว รุนแรงในชั้นเรียนทุกสัปดาห์	55
8	สรุปผลการสังเกตพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียน โดยครู	57

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

พฤติกรรมรังแกกัน (Bully) เป็นการแสดงออกอย่างหนึ่งของพฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรงในกลุ่มเด็กและวัยรุ่น โดยที่พฤติกรรมรังแกกันจะอยู่ในรูปแบบต่างๆ โดยเฉพาะการทำร้ายจิตใจด้วยการล้อเลียน การใช้วาจาหรือข้อความที่รุนแรง การไม่ให้เข้าร่วมในกลุ่มหรือทำกิจกรรมด้วยกัน การใช้ความรุนแรงทางร่างกาย ตบตี รวมทั้งการขู่กรรโชก (Whitted & Dupper, 2005) จากการสำรวจโดยสมบัติ ตาปัญญา (2549) เพื่อประเมินสถานการณ์ความรุนแรงในโรงเรียนที่เกิดจากความรุนแรงระหว่างนักเรียนด้วยกัน ซึ่งมีการเก็บข้อมูลจากแบบสอบถามจากครู จำนวน 1,300 คน และนักเรียนตั้งแต่ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ถึงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 จำนวน 3,047 คน ในโรงเรียนจังหวัดต่างๆ ทุกภูมิภาค พบว่าการรังแกกันของนักเรียนระดับประถมปลาย และมัธยมต้น มีอยู่ในระดับสูงทั่วทุกภาค โดยร้อยละ 40 เคยถูกรังแกเดือนละ 2-3 ครั้ง หรือบ่อยกว่านั้น ที่พบมากที่สุดคือทำร้ายจิตใจด้วยวาจา ล้อเลียนร้อยละ 47.9 เขี่ยคหยามเชือดชาติ ผิวพรรณร้อยละ 27.9 และพบการคุกคามทางเพศร้อยละ 10.7 และมีการแย่งเงินและของใช้ด้วย จากนั้นได้นำข้อมูลผลสำรวจพฤติกรรมรังแกกันในโรงเรียนของประเทศไทยมาทำการเปรียบเทียบกับประเทศอื่นๆ ที่มีปัญหานี้เช่นกัน พบว่าประเทศไทยอยู่ในอันดับ 2 ที่มีสัดส่วนนักเรียนถูกรังแกถึง ร้อยละ 40 รองจากประเทศญี่ปุ่น โดยประเทศญี่ปุ่น มีนักเรียนร้อยละ 60 ถูกรังแก ถัดมาเป็นประเทศอังกฤษและอเมริกา ประมาณร้อยละ 20 -25 นอกจากนี้จากรายงานเหตุการณ์นักเรียนมีการแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวในลักษณะของการทะเลาะวิวาท โดยกองสารวัตรนักเรียน กรมพลศึกษา (กองสารวัตรนักเรียน, อ้างถึงใน สำนักพัฒนาสุขภาพจิต กรมสุขภาพจิต, 2550) พบว่าการก่อการทะเลาะวิวาทของนักเรียนมีแนวโน้มสูงขึ้น

จากปัญหาสถานการณ์ดังกล่าวส่งผลกระทบต่อทั้งผู้ที่เป็นผู้กระทำพฤติกรรมรังแกและผู้ถูกรังแก ซึ่งผู้กระทำพฤติกรรมรังแก เมื่อโตขึ้นเด็กเหล่านี้จะมีพฤติกรรมต่อเนื่อง อาจมีผลต่อการปรับตัวในสังคมอันนำไปสู่พฤติกรรมก้าวร้าวและต่อต้านสังคม และมีแนวโน้มที่จะก่ออาชญากรรมในอนาคตได้สูง ส่วนเด็กที่ถูกกระทำจะมีความวิตกกังวล เครียด เป็นโรคซึมเศร้า ส่งผลกระทบต่อการเรียน หรือในบางรายอาจถึงขั้นฆ่าตัวตาย (สมบัติ ตาปัญญา, 2549) นอกจากนี้ผลดังกล่าวไม่ได้เกิดขึ้นเฉพาะตัวเด็กเท่านั้น ยังส่งผลกระทบต่อครอบครัว ชุมชนและสังคมโดยรวม

อีกด้วย โดยที่การได้รับบาดเจ็บทางด้านร่างกายและจิตใจอันเกิดจากความรุนแรงนั้นมีมูลค่ามหาศาล เพราะนอกจากมีการสูญเสียค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาล ยังมีการสูญเสียโอกาสทางการศึกษาและอาชีพ การสูญเสียทรัพย์สิน สูญเสียค่าใช้จ่ายในกระบวนการศาลและการคุ้มครองป้องกันตนเอง นอกจากนี้ความสูญเสียอันเกิดจากการที่ชุมชนเสื่อมโทรม สังคมไม่ปลอดภัย การสูญเสียความสามารถในการผลิต ยังเป็นสิ่งที่ประมาณค่าไม่ได้ ดังนั้นความรุนแรงที่เกิดขึ้นในเด็กและวัยรุ่นจึงเป็นสิ่งที่สังคมจะต้องดำเนินการโดยจะต้องมีมาตรการแก้ไขอย่างรีบด่วน (กรมสุขภาพจิต, 2549)

จากการทบทวนการศึกษาที่ผ่านมา พบว่าการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวในเด็กและวัยรุ่นเกี่ยวข้องกับหลายปัจจัย ซึ่งปัจจัยเสี่ยงต่อการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวในเด็กและวัยรุ่นได้แก่ ปัจจัยส่วนบุคคลของตัวเด็กและวัยรุ่นเอง เช่น เพศชาย สถิติปัญหาและภาวะแทรกซ้อนต่างๆที่ส่งผลต่อการพัฒนาของสมอง การใช้สารเสพติด ปัญหาทางด้านสุขภาพจิต ปัจจัยเหล่านี้ส่งผลกระทบต่อการพัฒนาด้านอารมณ์ของวัยรุ่น ทำให้เสี่ยงต่อการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าว (กรมสุขภาพจิต, 2549) นอกจากนี้ปัจจัยที่ส่งเสริมการใช้พฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรงในเด็กและวัยรุ่น ส่วนหนึ่งมาจากปัญหาการขาดความฉลาดทางอารมณ์ (ปรีดีหทัย ถนิมพาสน์, 2541; อุสา สุทธิสาคร, 2542; สิทธิศักดิ์ วณะชกิจและคณะ, 2544) และปัจจัยที่สำคัญในการพัฒนาด้านอารมณ์ที่สำคัญ คือ ปัจจัยด้านการเลี้ยงดู โดยที่พฤติกรรมบางอย่างของเด็กนั้นเป็นผลมาจากการเรียนรู้และการมีปฏิสัมพันธ์ในชีวิตประจำวันกับคนในครอบครัวและสิ่งแวดล้อม เด็กที่มีพฤติกรรมที่เป็นปัญหา เช่น ก้าวร้าว เกเร ก่อวุ่น มักมีสาเหตุมาจากการสัมพันธ์ที่ไม่ดีภายในครอบครัว (ชยาภรณ์ ชื่นรุ่งโรจน์, 2529) สำนักพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ได้ทำการสำรวจข้อมูลสถานะสังคมไทยพบว่า เด็กและวัยรุ่นกระทำผิดคืออาชญากรรมเพิ่มขึ้น 6.4% โดยมีสาเหตุมาจากการคบเพื่อนถึงร้อยละ 38.5% จะเห็นได้ว่า เด็กและวัยรุ่นไทยมีพฤติกรรมรุนแรงและก้าวร้าวมากขึ้น และเพื่อนก็เป็นปัจจัยสำคัญที่มีอิทธิพลต่อปรากฏการณ์ดังกล่าว (หลักสูตรการป้องกันการรังแกกันในโรงเรียน, 2550) นอกจากนี้อิทธิพลของสิ่งแวดล้อม ครู โรงเรียนรวมทั้งชุมชนที่วัยรุ่นอาศัยอยู่และสื่ออินเทอร์เน็ต สิ่งเหล่านี้เป็นปัจจัยที่สำคัญที่จะทำให้พฤติกรรมก้าวร้าว (กรมสุขภาพจิต, 2549)

จากการศึกษาที่ผ่านมาพบว่า การป้องกันพฤติกรรมก้าวร้าวในเด็กและวัยรุ่น นอกจากจะต้องลดปัจจัยเสี่ยงที่เกี่ยวข้องกับการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวแล้ว ต้องมีการส่งเสริมปัจจัยปกป้องให้กับเด็กและวัยรุ่นด้วย โดยจากการศึกษาปัจจัยปกป้องที่มีความสัมพันธ์กับการป้องกันการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าว ได้แก่ การปลูกฝังทัศนคติไม่ยอมทนต่อการกระทำผิดและพฤติกรรมรุนแรง การสร้างสัมพันธภาพที่ดีในครอบครัว การคบเพื่อนที่ไม่ชอบความรุนแรง การเข้าร่วมและเป็นส่วนหนึ่งของโรงเรียน และการมีส่วนร่วมในการดูแลของชุมชนที่จะป้องกันปัญหาพฤติกรรมก้าวร้าวใน

วัยรุ่น การร่วมมือของสื่อต่างๆ และการมีกฎหมายที่ดี เช่นกฎหมายการควบคุมอาวุธปืน เป็นต้น (กรมสุขภาพจิต, 2549)

ในปัจจุบันมีการศึกษาแนวทางการป้องกันพฤติกรรมก้าวร้าวในวัยรุ่นด้วยโปรแกรมต่างๆหลายโปรแกรมเช่นโปรแกรม Bully-Proofing Your School เป็นโปรแกรมป้องกันการรังแก โดยมุ่งให้บรรยากาศในโรงเรียนมีความปลอดภัยขึ้น มีการฝึกอบรมครูอาจารย์และนักเรียน มีการเข้าไปแทรกแซงเมื่อเกิดกรณีรังแก และการช่วยเหลือนักเรียนที่ตกเป็นเหยื่อ (Olweus, Limber & Mihalic, 1998) โปรแกรม Conflict Resolution and Peer Mediation เป็นการสอนนักเรียนให้รู้จักรับฟังความคิดเห็นของคนอื่น ยอมรับความแตกต่างระหว่างกัน หาวิธีการแก้ปัญหาความขัดแย้งอย่างสร้างสรรค์ และเป็นที่พึงพอใจทั้งสองฝ่าย นอกจากนี้ยังมีการสอนนักเรียนให้สามารถไกล่เกลี่ยความขัดแย้งระหว่างเพื่อนช่วยเพื่อนพูดคุยและแก้ปัญหาระหว่างกัน (Durant, Barkin, & Krowchuk, 2001) หรือโปรแกรม Resolve It, Solve It ซึ่งเป็นโปรแกรมที่มีกิจกรรมทั้งในโรงเรียนและชุมชนเกี่ยวกับการรณรงค์ผ่านสื่อเพื่อต่อต้านความรุนแรง โดยให้นักเรียนเป็นแบบในโปสเตอร์ ออกสื่อวิทยุ ทีวีท้องถิ่นเพื่อรณรงค์ต่อต้านความรุนแรง (Swaim & Kelly, 2008) นอกจากนี้ยังมีโปรแกรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ที่สามารถป้องกันเด็กและวัยรุ่นจากการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวได้ (กรมสุขภาพจิต, 2548)

ความฉลาดทางอารมณ์ หมายถึงความสามารถในการรู้จักอารมณ์ ความต้องการของตนเอง สามารถควบคุมจัดการการแสดงออกทางอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม สามารถรับรู้อารมณ์ความรู้สึกของผู้อื่น มีความเข้าใจเห็นใจผู้อื่นและสามารถสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่นได้ (กรมสุขภาพจิต, 2543) การขาดความฉลาดทางอารมณ์ ทำให้เกิดพฤติกรรมการแสดงออกที่ไม่เหมาะสมในการเผชิญกับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น ไม่สามารถควบคุมและจัดการอารมณ์ของตนเองได้ ขาดการยับยั้งชั่งใจ และมีการแก้ปัญหาด้วยการใช้ความรุนแรงหรือพฤติกรรมก้าวร้าว เช่น ข่มขู่ ทะเลาะวิวาท ชกต่อย ทำร้ายร่างกายผู้อื่นจนเสียชีวิต ทำให้เกิดผลเสียตามมาทั้งต่อตนเองและผู้อื่น จากปัญหาดังกล่าว จึงมีความจำเป็นที่จะให้ความช่วยเหลือแก่เด็กและวัยรุ่นในการป้องกันการเกิดปัญหาการใช้ความรุนแรง ด้วยการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ เพื่อให้เด็กและวัยรุ่น เป็นบุคคลที่สามารถควบคุมและจัดการเกี่ยวกับอารมณ์ของตนเองได้อย่างเหมาะสม และพบว่าการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์สามารถช่วยวัยรุ่นให้พัฒนาตนเองในด้านจิตใจ สังคม อารมณ์ให้เข้มแข็งพร้อมที่จะเผชิญปัญหาต่างๆ ได้ (สำนักพัฒนาสุขภาพจิต กรมสุขภาพจิต, 2550) ซึ่งจากการทบทวนวรรณกรรมเกี่ยวกับการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์เพื่อป้องกันปัญหาพฤติกรรมก้าวร้าวและความรุนแรงพบว่า มีการศึกษาของรัชนิ สุวะมาตย์ (2544) ที่ทำการศึกษาผลของการฝึกการเห็นคุณค่าในตนเองตามกรอบแนวคิดของซิกโคเนที่มีต่อระดับเชาว์อารมณ์และพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนชั้น

มัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนอำนาจเจริญ จังหวัดอำนาจเจริญพบว่า หลังการทดลองนักเรียนกลุ่มทดลองมีระดับเชาว์อารมณ์สูงขึ้นและคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวน้อยลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และการศึกษาของ กรวิดา ศรีสุภา (2547) ที่ได้ศึกษาผลของการใช้กระบวนการจัดการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ตามแนวคิดของโกล์แมนที่มีต่อการลดพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรงของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 พบว่าค่าเฉลี่ยของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรงของนักเรียนน้อยกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ จากการศึกษาถึงประสิทธิผลของการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของการศึกษาที่ผ่านมา จะเห็นได้ว่าความฉลาดทางอารมณ์สามารถช่วยป้องกันการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวในเด็กและวัยรุ่นได้

สำหรับการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เลือกศึกษาโปรแกรมการจัดกิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เพื่อป้องกันปัญหาการใช้ความรุนแรงในโรงเรียนระดับประถมศึกษาซึ่งพัฒนาโดยสำนักพัฒนา กรมสุขภาพจิต (2548) ซึ่งมีขั้นตอนการพัฒนาโดยให้ผู้เชี่ยวชาญและผู้ปฏิบัติงานในการดูแลเด็กไทย ได้ระดมสมองเพื่อจัดทำคู่มือการจัดกิจกรรมเสริมสร้างเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เพื่อป้องกันปัญหาการใช้ความรุนแรงในโรงเรียน โดยมีกระบวนการเรียนรู้แบบกลุ่ม การแสดงบทบาทสมมติ และสถานการณ์จำลอง ซึ่งประกอบด้วยกิจกรรมการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ 8 ด้าน ได้แก่ การรับรู้อารมณ์ การยอมรับความแตกต่างระหว่างบุคคล การเสริมสร้างสัมพันธภาพ การคิดทางบวก การสื่อสาร การควบคุมอารมณ์ การผ่อนคลายอารมณ์ และการจัดการกับปัญหาความขัดแย้ง จากนั้นมีการนำโปรแกรมการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ไปทดลองใช้ใน 6 โรงเรียน พบว่าหลังจากที่นักเรียนได้รับโปรแกรม นักเรียนมีความฉลาดทางอารมณ์เพิ่มขึ้นและมีพฤติกรรมรุนแรงลดลง จากผลที่ได้จากการทดสอบประสิทธิผลของโปรแกรมดังที่ได้กล่าวมาข้างต้น คณะผู้จัดทำโปรแกรมได้ดำเนินการจัดพิมพ์เผยแพร่คู่มือในการดำเนินโปรแกรมการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เพื่อป้องกันพฤติกรรมก้าวร้าว เพื่อขยายผลการดำเนินการในโรงเรียนอื่นๆ ต่อไป

จากสถิติการให้บริการทั้งเชิงรุกและเชิงรับของศูนย์สุขภาพชุมชนตำบลบางรักน้อย อำเภอเมือง จังหวัดนนทบุรี ในช่วงระยะเวลา 1 ปีที่ผ่านมาพบว่า มีจำนวนผู้มาขอรับคำปรึกษาเกี่ยวกับบุตรหลานที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรงเพิ่มมากขึ้น โดยพฤติกรรมที่เป็นปัญหาดังกล่าว ได้แก่ พฤติกรรมรุนแรงทำร้ายผู้อื่น พฤติกรรมเกเร ดิฉลาดเสพติด ลักเล็กขโมยน้อย สร้างความรำคาญและความเดือดร้อนให้กับชุมชนและครอบครัว บางรายถูกจับกุมเนื่องจากกระทำความผิด ต้องรับโทษไปอยู่ในสถานพินิจเด็กและเยาวชนก่อให้เกิดความเครียดต่อครอบครัวและตัววัยรุ่นเอง จากการติดตามเยี่ยมบ้านร่วมกับครูในกรณีที่เด็กในโรงเรียนมีพฤติกรรมก้าวร้าวในโรงเรียน จำนวน 5 ราย

ในช่วงเดือน เมษายน - มิถุนายน 2551 พบว่าเด็กและวัยรุ่นมีปัญหาสัมพันธ์กับครอบครัวและการเลี้ยงดู และการคบเพื่อนเกรงติดเกม และการลอกเลียนแบบพฤติกรรมก้าวร้าวในครอบครัวและชุมชน จากการศึกษาที่ผ่านมาได้เสนอแนวทางการป้องกันและแก้ไขพฤติกรรมก้าวร้าวว่า ควรกระทำตั้งแต่บุคคลในวัยเด็กหรือในวัยประถมศึกษาเพราะเด็กในวัยประถมศึกษานั้นสามารถเรียนรู้และจดจำได้ดี อีกทั้งประสบการณ์ในวัยประถมศึกษานั้นสามารถจะเป็นพื้นฐานในการดำรงชีวิตต่อไปในอนาคต (สัมฤทธิ์ แก้วพูลศรี, 2543) ดังนั้นในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ผู้ศึกษาในฐานะพยาบาลที่ดูแลเกี่ยวกับปัญหาสุขภาพจิตและจิตเวชในชุมชนตำบลบางรักน้อย จึงมีความสนใจที่จะนำเอาโปรแกรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เพื่อป้องกันความรุนแรงในนักเรียนระดับประถมศึกษาพัฒนาโดยสำนักพัฒนา กรมสุขภาพจิต (2548) มาประยุกต์ใช้ในการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เพื่อป้องกันความรุนแรงในนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ซึ่งในวัยประถมศึกษาตอนปลายเป็นวัยที่เริ่มจะมีการปรับตัวเข้าสู่วัยรุ่นมีการเรียนรู้และจดจำได้ดี โดยผลที่ได้จากการศึกษาเกี่ยวกับความเป็นไปได้และปัญหาอุปสรรคของการประยุกต์ใช้โปรแกรมครั้งนี้ สามารถใช้เป็นแนวทางสำหรับผู้ศึกษาและผู้สนใจที่จะนำโปรแกรมนี้ไปใช้และขยายผลที่ได้ไปใช้ในโรงเรียนอื่นๆ ในเขตพื้นที่ต่อไป

วัตถุประสงค์ของการศึกษา

เพื่อศึกษาผลและความเป็นไปได้ของการนำโปรแกรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เพื่อป้องกันพฤติกรรมก้าวร้าวมาใช้ในนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับการศึกษา

มีแนวทางในการปฏิบัติงานด้านการพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวชในชุมชน ในการป้องกันพฤติกรรมก้าวร้าวในเด็กและวัยรุ่น

นิยามศัพท์

นักเรียน หมายถึง นักเรียนที่อยู่ในชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีอายุระหว่าง 11-12 ปี ซึ่งอยู่ในช่วงวัยรุ่นตอนต้น

พฤติกรรมก้าวร้าว หมายถึง การแสดงออกทั้งกายและวาจาที่รุนแรง ซึ่งมีวัตถุประสงค์ในการมุ่งทำร้ายผู้อื่นให้ได้รับอันตราย บาดเจ็บหรือเกิดความเสียหายทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ ตลอดจนทรัพย์สินต่างๆ โดยเจตนา หรือขจัดความคับข้องใจ ความโกรธ ความเครียดและความรู้สึกไม่พอใจต่างๆที่มีต่อผู้อื่นหรือสิ่งรอบตัว

โปรแกรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เพื่อป้องกันพฤติกรรมก้าวร้าวในนักเรียน
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 หมายถึง กิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์สำหรับเด็กนักเรียนระดับ
ประถมศึกษาปีที่ 6 เพื่อป้องกันพฤติกรรมก้าวร้าว ซึ่งพัฒนาโดยกรมสุขภาพจิต (2548) โดยมี
กระบวนการเรียนรู้แบบกลุ่ม การแสดงบทบาทสมมติ และสถานการณ์จำลอง ซึ่งประกอบด้วย
กิจกรรมการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ 8 ด้าน ได้แก่ การรับรู้อารมณ์ การยอมรับความ
แตกต่างระหว่างระหว่างบุคคล การเสริมสร้างสัมพันธภาพ การคิดทางบวก การสื่อสาร การควบคุม
อารมณ์ การผ่อนคลายอารมณ์ และการจัดการกับปัญหาความขัดแย้ง



บทที่ 2

ทบทวนวรรณกรรม

การศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาผล และความเป็นไปได้ของการนำโปรแกรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เพื่อป้องกันพฤติกรรมก้าวร้าวในนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 มาใช้ ผู้ศึกษาได้ค้นคว้าเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ได้นำเสนอตามหัวข้อต่อไปนี้

วัยรุ่น

- ความหมายของวัยรุ่น
- พัฒนาการและการแบ่งช่วงอายุของวัยรุ่น

พฤติกรรมก้าวร้าว

- ความหมายและลักษณะของพฤติกรรมก้าวร้าว
- ทฤษฎีเกี่ยวกับความก้าวร้าว

วัยรุ่นกับพฤติกรรมก้าวร้าว

- ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมก้าวร้าวในวัยรุ่น
- แนวทางการป้องกันและลดการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวในวัยรุ่น

ความฉลาดทางอารมณ์

- ความหมายความฉลาดทางอารมณ์
- องค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์
- ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความฉลาดทางอารมณ์

พฤติกรรมก้าวร้าวกับความฉลาดทางอารมณ์

การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์เพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าว

บทบาทพยาบาลจิตเวชและสุขภาพจิตเกี่ยวกับพฤติกรรมก้าวร้าวในวัยรุ่น

ความหมายของวัยรุ่น

จากการทบทวนวรรณกรรม มีผู้ให้ความหมายของวัยรุ่นไว้หลากหลาย ดังนี้

องค์การอนามัยโลก (WHO, 1997) ได้กำหนดไว้ว่าวัยรุ่น คือ ผู้มีอายุระหว่าง 10-19 ปี และยังได้ให้ความหมายว่า วัยรุ่นเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงพัฒนาการทางร่างกาย ตั้งแต่เริ่มมีการเปลี่ยนแปลงของอวัยวะเพศ กระทั่งมีวุฒิภาวะทางเพศอย่างสมบูรณ์ พัฒนาด้านจิตใจ โดยเปลี่ยนแปลงทางสังคมและเศรษฐกิจโดยการพึ่งพาครอบครัวมาเป็นผู้ที่สามารถประกอบอาชีพและมีรายได้ของตนเอง

เฮิร์ลล็อก (Hurlock, 1967) ให้ความหมายวัยรุ่นไว้ว่า เป็นช่วงวัยที่เด็กมีการเปลี่ยนแปลงร่างกายไปในทางที่แสดงให้เห็นชัดว่าเป็นชายหนุ่มและหญิงสาว วัยนี้จะเป็นวัยสมองเจริญเติบโตอย่างเต็มที่ มีพัฒนาการทางธรรมชาติและสังคม วัยนี้จะสิ้นสุดลงก็ต่อเมื่อบุคคลนั้นบรรลุนิติภาวะ มีความสามารถเพียงพอที่จะดำเนินชีวิตอย่างอิสระ ไม่ต้องอยู่ภายใต้การคุ้มครองดูแลของบิดามารดา สามารถรับผิดชอบต่อชีวิตของตนเอง และมีพฤติกรรมเป็นที่ยอมรับของสังคม

สุพัตรา สุภาพ (2543) ให้ความหมายของวัยรุ่นไว้ว่า วัยรุ่นเป็นวัยที่เปลี่ยนจากวัยเด็กไปสู่ผู้ใหญ่ เป็นวัยที่อยู่ระหว่างความเป็นเด็กกับความเป็นผู้ใหญ่ หรือเป็นวัยที่ย่างเข้าสู่วัยหนุ่มสาว เป็นวันที่เริ่มมีการเปลี่ยนแปลงซึ่งมีผลกระทบกระเทือนต่อความเจริญทางด้านอื่นๆ

กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข (2544) ได้ให้ความหมายของวัยรุ่นไว้ว่า วัยรุ่นหมายถึง ช่วงชีวิตระหว่างวัยเด็กกับผู้ใหญ่ ซึ่งเป็นหัวเลี้ยวหัวต่อที่สำคัญยิ่ง เพราะมีการเปลี่ยนแปลงอันซับซ้อนและสับสนร่วมกันหลายด้านในระบบต่างๆ ของร่างกายรวมทั้งระบบเพศ ด้านจิตใจ อารมณ์ สังคม สติปัญญาและจริยธรรม

จากความหมายที่ได้กล่าวมาข้างต้นสามารถสรุปได้ว่า วัยรุ่นหมายถึง ช่วงชีวิตที่มีการเปลี่ยนแปลงทั้งทางร่างกายและจิตใจ อารมณ์ สังคม สติปัญญาและจริยธรรม มีความเชื่อมั่นในตัวเองสูงขึ้นและแสวงหาตนเองเพื่อก้าวสู่ความเป็นผู้ใหญ่เพื่อไม่ต้องอยู่ภายใต้การคุ้มครองของบิดามารดา และต้องการเป็นที่ยอมรับของสังคม

พัฒนาการของวัยรุ่น

วัยรุ่น เป็นวัยที่บุคคลมีพัฒนาการในทุกๆด้าน ต้องเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงที่แตกต่างไป โดยพัฒนาการของความเปลี่ยนแปลงสามารถแบ่งออกเป็น พัฒนาการด้านร่างกาย พัฒนาการด้านอารมณ์ พัฒนาการด้านสติปัญญา และพัฒนาด้านสังคม ดังมีรายละเอียด ดังต่อไปนี้

พัฒนาการด้านร่างกาย วัยรุ่นจะมีพัฒนาการทางด้านร่างกายรวดเร็วมาก อัตราการเจริญเติบโตทางร่างกายอย่างรวดเร็วนี้ประมาณได้ว่า น้ำหนักจะเพิ่มขึ้นประมาณร้อยละ 50 และส่วนสูงจะเพิ่มขึ้นในอัตราร้อยละ 25 (Sidney, 1977) เพศหญิงจะมีทรวงอก สะโพกผาย และเริ่มมีประจำเดือน ส่วนเพศชายมีเสียงแตกห้าวใหญ่ มีหนวดเครา มีขนตามแขนขา ลำตัว กล้ามเนื้อและกระดูกจะเพิ่มขนาดและความแข็งแรงรูปร่างเปลี่ยนไป คอมน้ำมนที่หน้าจะจับไขมันมากขึ้น ทำให้เป็นสิว ซึ่งการเปลี่ยนแปลงดังกล่าวมีผลต่อจิตใจและการปรับตัวในกลุ่มเพื่อนวัยรุ่นอย่างมาก (ศรีธรรม ธนะภูมิ, 2535)

พัฒนาการทางอารมณ์ การเปลี่ยนแปลงและการเจริญเติบโตทางร่างกายของวัยรุ่น มีผลกระทบต่อแบบแผนและอารมณ์ของวัยรุ่น วัยรุ่นจะมีความรู้สึกสับสนและสองจิตสองใจในหัวเลี้ยวหัวต่อของชีวิต ทำให้เกิดอารมณ์เปลี่ยนแปลงง่าย อาจมีกิริยาก้าวร้าวเนื่องจากความเครียดและความกังวลต่อการเปลี่ยนแปลงของร่างกาย การปรับตัวให้สมกับวัย การต่อสู้กับความขัดแย้งระหว่างความต้องการเป็นอิสระ และต้องพึ่งพาผู้ปกครอง นอกจากนั้นยังต้องปรับตัวกับความต้องการของผู้ใหญ่ที่มีที่ติดต่อกันเปลี่ยนไป การปรับตัวเข้ากับกลุ่มเพื่อนและเพื่อนต่างเพศ ความสับสนว่าตนจะเป็นเด็กหรือเป็นผู้ใหญ่ (อัมพร เบญจพลพิทักษ์, 2546) ประกอบกับการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วทางสังคมวัฒนธรรม ค่านิยม และเจตคติที่ขัดแย้งกันถ้าปรับตัวไม่ได้จะเกิดความสับสนและกับข้องใจเพราะความเข้าใจในโลกและชีวิตยังไม่เพียงพอ ซึ่งอารมณ์ที่เปลี่ยนแปลงเป็นผลจากฮอร์โมนเพศ และการเปลี่ยนแปลงของร่างกาย บางคนจะแสดงอารมณ์ประจำตัวออกมาอย่างชัดเจน เช่น อารมณ์รัก ชอบโกรธ เกลียด วิตกกังวล อ่อนไหวง่าย เจ้าอารมณ์ ควบคุมอารมณ์ไม่ได้บางครั้งคือร้อนเอาแต่ใจตนเอง มีอารมณ์รุนแรง อ่อนไหวและเปลี่ยนแปลงง่าย จนได้รับการขนานนามว่าเป็นวัยแห่งพายุคุกคามและมีความกดดันอยู่ภายใน

(Clarke-Stewart & Friedman, 1987)

พัฒนาการทางสติปัญญา จากการพัฒนาทางด้านร่างกายของวัยรุ่นอย่างเต็มที่รวดเร็ว ทำให้สมองมีการเจริญเติบโตและพัฒนาอย่างเต็มที่ทั้ง 2 ด้าน ประกอบกับการมีการพัฒนาประสิทธิภาพทางสติปัญญาอย่างมาก ผ่านระบบการศึกษา เริ่มมีปรัชญาชีวิต เพียงแต่ยังขาดประสบการณ์ มุ่งค้นหาตัวตนของตนเอง เริ่มรู้จักใช้ชีวิตอย่างลึกซึ้ง มีความคิดเพื่อฝืนอยู่บ้างแต่ความคิดเป็นนามธรรมมากขึ้น สามารถเข้าใจคำจำกัดความที่เป็นนามธรรมได้ สามารถเชื่อมโยงหาเหตุผลมองเห็นความสัมพันธ์ของสิ่งต่างๆ ได้มากขึ้น (Castiglia & Harbin, 1992)

สุชา จันทรเฒ (2536) ได้สรุปพัฒนาการด้านสติปัญญาของวัยรุ่นคือ 1) เป็นวัยแห่งความอยากรู้อยากเห็นเพื่อที่จะทำความเข้าใจกับปรากฏการณ์ทั้งทางด้านวิทยาศาสตร์ สังคม ศาสนา วรรณคดี และจิตวิทยา 2) เป็นวัยแห่งการแสวงหาการเรียนรู้ ทั้งจากสถาบันการศึกษาและ

สิ่งแวดล้อมจากการสังเกตพฤติกรรมของบุคคลในสังคม พัฒนาการทางด้านสติปัญญากว้างขวางขึ้น ด้วยการเรียนรู้จากการลองผิดลองถูก 3) เป็นวัยที่สามารถเรียนรู้ทักษะต่างๆ ได้ดี เช่น การใช้เครื่องมือ ทำงานการฝีมือการประดิษฐ์สิ่งต่างๆ ความสามารถทางสมองมีการพัฒนาขึ้น มีประสบการณ์ในชีวิตมากขึ้น รู้จักคิดหาเหตุผลสามารถเรียนรู้สิ่งต่างๆ ที่ยากได้ 4) เป็นวัยแห่งการคิดอย่างมีเหตุผล รู้จักวิจารณ์สิ่งต่างๆ ที่ตนรู้เห็น 5) เป็นวัยแห่งการสร้างทัศนคติอันดีงาม เช่น ทัศนคติทางประชาธิปไตย ทัศนคติเกี่ยวกับคุณค่าทางสังคม 6) เป็นวัยที่เริ่มคิดถึงการประกอบอาชีพ ต้องการเป็นอิสระทางการเงิน เริ่มคิดหาเงินด้วยตนเอง และนึกถึงอาชีพในอนาคตของตนเอง

พัฒนาการทางด้านสังคม วัยรุ่นมีความต้องการอย่างรุนแรงที่จะทำตนให้เป็นที่ยอมรับนับถือของเพื่อนๆ และบุคคลในสังคม วัยรุ่นจะพยายามอย่างสุดความสามารถเพื่อจะเอาชนะใจเพื่อนๆ ดังจะสังเกตได้จากการแต่งตัวที่พิถีพิถันเป็นพิเศษ การเอาใจใส่ในกิริยาท่าทางของตนเอง และบุคคลในครอบครัวที่มากขึ้นเป็นพิเศษในบางกรณีวัยรุ่นต้องการให้ผู้ใหญ่ยอมรับว่าตนเป็นผู้ใหญ่ แต่ในบางขณะก็ยังคงอยากเป็นเด็กที่ไม่ต้องรับผิดชอบทำให้วัยรุ่นเกิดความสับสนในบทบาทหน้าที่ของตนในสังคม ในบางครั้งก็อยากเป็นผู้ใหญ่ที่มีอิทธิพลต่างๆ ในสังคม ความสับสนนี้ทำให้วัยรุ่นมีการจับกลุ่มกันเอง สร้างลักษณะเฉพาะของกลุ่ม มีค่านิยมของกลุ่ม จะเข้าหากกลุ่มเพื่อนซึ่งมักจะเป็นเพศเดียวกันเพื่อจะได้เป็นอิสระจากครอบครัว และในขณะเดียวกันก็อาจถูกเพื่อนชักจูงให้ลองทำสิ่งทีอาจเป็นผลเสียต่อสุขภาพและอนาคต พฤติกรรมเสี่ยงซึ่งก่อให้เกิดอันตรายต่อสุขภาพ ได้แก่ การสูบบุหรี่ ดื่มสุรา การใช้สารเสพติด การขับขี่ยานพาหนะอย่างอันตรายต่อตนเองและสังคม (จันทิตา พุกษานานนท์, 2537)

การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายมีผลต่อพัฒนาการทางด้านสังคม ทำให้วัยรุ่นมีความกังวลใจในเรื่องสัมพันธภาพ โดยเฉพาะผู้ที่มีการพัฒนาแตกต่างจากคนอื่นจะพยายามปลีกตัวอยู่ตามลำพัง (อัมพร เบญจพลพิทักษ์, 2546) การคบเพื่อนเป็นพฤติกรรมสังคมที่สำคัญต่อจิตใจของวัยรุ่น วัยรุ่นพยายามหาเพื่อนที่มีรสนิยมเหมือนกัน กลุ่มเพื่อนจึงมีอิทธิพลอย่างมากต่อความประพฤติ การแต่งกาย กิริยาท่าทาง ความเจริญเติบโตของลักษณะบุคลิกภาพทางเพศเป็นแรงกระตุ้นให้วัยรุ่นเริ่มสนใจซึ่งกันและกัน มีความพึงพอใจพบปะสังสรรค์ การเข้ากลุ่มเป็นการเปิดโอกาสให้ เพศชายและหญิงได้รู้จักคุ้นเคยกัน เข้าใจความแตกต่างระหว่างเพศ รู้จักประพฤติตนตามบทบาททางเพศ รู้จักปฏิบัติตนต่อเพื่อนร่วมเพศและต่างเพศ ช่วยพัฒนาทักษะการเข้าสังคม ครอบครัวต้องตระหนักถึงความสำคัญของกลุ่มเพื่อน ซึ่งกลุ่มเพื่อนที่ดีจะเป็นแรงผลักดันให้วัยรุ่นทำสิ่งสร้างสรรค์ เกิดประโยชน์ ส่วนการคบเพื่อนต่างเพศนั้น ครอบครัวในขณะนี้ไม่ควรขัดขวางแต่ควรทำความเข้าใจ ชี้แนวทางที่ถูกต้อง ปลูกฝังความคิด เจตคติในการคบเพื่อนต่างเพศ เพื่อให้วัยรุ่นได้เรียนรู้เข้าใจตนเองและมีประสบการณ์ทางสังคมที่ดีต่อไป ซึ่งพัฒนาการทางด้านสังคมของวัยรุ่นใน

ระยะแรกนั้นวัยรุ่นจะยึดตนเองเป็นศูนย์กลางหรือถือเอาตนเองเป็นจุดเด่น จะพูดคุยเฉพาะเรื่องตนเองโดยไม่ยอมเข้าใจว่าสิ่งที่ตนเองพูดออกไปนั้น คนอื่นๆ จะเข้าใจหรือไม่ ในระยะที่สองวัยรุ่นพยายามเข้าใจความสัมพันธ์ในสังคมที่แท้จริง โดยจะค่อยๆ คลายตนเองจากการเป็นศูนย์กลางแล้วเริ่มเข้าใจว่าสังคมจะต้องมีการติดต่อซึ่งกันและกัน ต้องพึ่งพาอาศัยกัน ระยะที่สาม วัยรุ่นจะมีการยอมรับนับถือระหว่างกัน โดยถือว่าแต่ละคนเป็นสมาชิกของสังคม มีความคิดอ่านเป็นของตนเอง ยอมรับฟังความคิดเห็นของคนอื่น (สุชา จันทรเฒ, 2540; ศรีเรือน แก้วกังวาล, 2540)

การแบ่งช่วงอายุของวัยรุ่น

โดยทั่วไป เด็กวัยรุ่นนับจากการเริ่มมีวุฒิภาวะทางเพศสามารถที่จะมีบุตรได้ แต่โดยที่มีความแตกต่างกันในด้านอายุของการมีวุฒิภาวะทางเพศ จึงเป็นการยากที่จะกำหนดอายุลงไปให้แน่นอนว่าเด็กวัยรุ่นเริ่มจากอายุเท่าใดแน่ ช่วงเวลาของการเริ่มต้นของเด็กวัยรุ่นมีความแตกต่างกันทั้งนี้ขึ้นอยู่กับลักษณะทางสังคม วัฒนธรรมและเศรษฐกิจของแต่ละบุคคล จึงเป็นการยากที่จะกำหนดการแบ่งช่วงอายุของเด็กวัยรุ่นที่แน่นอน แต่โดยทั่วไปจะนับอายุ 20 ปี เป็นช่วงของการเป็นเด็กวัยรุ่นสิ้นสุดลง เนื่องจากเป็นช่วงเวลาที่มีการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายสมบูรณ์เต็มที่และบรรลุนิติภาวะในเชิงกฎหมาย (ดวงใจ กสานคริคุล, 2536) จากการทบทวนวรรณกรรมพบว่ามีผู้แบ่งช่วงอายุของเด็กวัยรุ่นไว้หลากหลาย ซึ่งเป็นการแบ่งตามลักษณะการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์และสังคม ซึ่งแตกต่างกันไปในแต่ละช่วงอายุ โดยแบ่งเป็นวัยรุ่นตอนต้น วัยรุ่นตอนกลาง และวัยรุ่นตอนปลาย ดังต่อไปนี้

วัยรุ่นตอนต้น เป็นช่วงอายุระหว่าง 10-13 ปี ช่วงวัยนี้จะมีการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกายอย่างมาก โดยที่เด็กผู้หญิงจะเติบโตอย่างรวดเร็วในระยะ 1 ปี ก่อนมีประจำเดือนครั้งแรก ในขณะที่เด็กชายจะเจริญเติบโตเร็ว ภายหลังการหลั่งอสุจิ (ลำควน นำศิริกุล, 2541) ทางด้านสภาพอารมณ์จะไม่คงที่เปลี่ยนแปลงง่ายและรวดเร็ว เริ่มสร้างความสัมพันธ์ที่ใกล้ชิดกับเพื่อนฝูงอยากใช้เวลาอยู่กับเพื่อนฝูงมากกว่าพ่อแม่ เริ่มทำตามกลุ่มเพื่อน การแต่งตัว กิจกรรม ความสนใจด้านต่างๆ เริ่มมองเห็นความบกพร่องของพ่อแม่ ชอบตั้งคำถาม ถึงคุณค่า และเหตุผลของกฎต่างๆ ที่พ่อแม่ตั้งขึ้น (ศิริไชย หงสสงวนศรี, 2542)

วัยรุ่นตอนกลาง เป็นช่วงอายุระหว่าง 14-16 ปี ช่วงนี้วัยรุ่นเริ่มสนใจตนเองมากขึ้น จะกังวลเกี่ยวกับรูปร่าง หน้าตาของตน ภาพลักษณ์แห่งตน จะสลับไปมาระหว่าง ดีเด่นกับแย่สุดและเริ่มมีการปรับตัวได้กับการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย โดยยอมรับสภาพร่างกายที่เป็นหนุ่มเป็นสาวได้แล้วมีความคิดเป็นเหตุเป็นผลสามารถจินตนาการและเข้าใจความคิดรวบยอดที่ลึกซึ้งได้ (กฤษณา ชลวิริยะกุล และนภชา สิงห์วีระธรรม, 2546) บางครั้งจะรู้สึกตัวเก่งและดีกว่าใคร บางครั้งจะรู้สึกว่าตนแย่และไม่เอาไหนเลย ความคิดทั้งสองแบบนี้ไม่ได้ตั้งอยู่บนพื้นฐานของความเป็นจริง เด็กเริ่ม

เป็นตัวของตัวเองและต้องการอิสระมากขึ้น เริ่มคิดเชิงลบกับพ่อแม่ ไม่เข้ามาคลอเคลียกับพ่อแม่เหมือนแต่ก่อน เริ่มทำตัวแตกต่างจากกลุ่มเพื่อน มีเอกลักษณ์เฉพาะตัวที่มั่นคงมากขึ้น ไม่ใช่ตามเพื่อนตลอดเวลา (กรมสุขภาพจิต, 2544)

วัยรุ่นตอนปลาย เป็นช่วงอายุระหว่าง 17-19 ปี มีเอกลักษณ์ที่หนักแน่น และมั่นคง สามารถแสดงอารมณ์ออกมา ทางคำพูดมากขึ้น จะความมั่นคงทางอารมณ์มากขึ้น เริ่มมีการจัดความคิดที่เป็นระบบ มีการใช้เหตุใช้ผลและรับผิดชอบการกระทำของตนเองมีการคบเพื่อนต่างเพศ เริ่มคิดถึงอนาคตโดยพิจารณาจากการศึกษา การประกอบอาชีพ ระยะนี้มีความสนใจและพยายามรู้จักตนเอง สามารถพึ่งพาตนเองและเข้าใจสังคมได้ดีขึ้น รู้จักสังเกตความคิดและความรู้สึกที่ผู้อื่นมีต่อตนเองชัดเจนขึ้น (กรมสุขภาพจิต, 2544)

สรุปได้ว่า เด็กวัยรุ่นเป็นวัยที่มีพัฒนาและมีการเปลี่ยนแปลงทั้งทางร่างกาย จิตใจ สติปัญญา อารมณ์ สังคมอย่างรวดเร็ว ซึ่งเป็นลักษณะที่เฉพาะแตกต่างจากวัยอื่นๆ ดังนั้นผู้ปกครองและผู้ที่เกี่ยวข้องควรจะต้องศึกษา ทำความเข้าใจ เพื่อประโยชน์ในการช่วยแนะแนวทางให้กลุ่มเหล่านี้มีการปรับตัวได้อย่างเหมาะสม เป็นประโยชน์แก่ตนเองและสังคมต่อไป

ความหมายของพฤติกรรมก้าวร้าว

พฤติกรรมก้าวร้าว เป็นลักษณะของบุคลิกภาพและเป็นการแสดงออกที่สำคัญอย่างหนึ่ง จากการทบทวนวรรณกรรมพบว่า มีผู้ให้ความหมายของพฤติกรรมก้าวร้าวแตกต่างกันออกไป ดังนี้

นิตยา พลศักดิ์ (2550) ให้ความหมายของพฤติกรรมก้าวร้าวว่า เป็นพฤติกรรมที่ทำให้ผู้อื่นไม่พอใจเป็นพฤติกรรมที่มีการติดต่อสัมพันธ์กับผู้อื่นมีการแสดงออกทั้งทางตรงและทางอ้อม เป็นพฤติกรรมที่ทำความเสียหายให้แก่ตนเองหรือผู้อื่นทั้งทางร่างกาย วาจา รวมถึงพฤติกรรมทำลายสิ่งของ

เพชรสุดา เพชรใส (2535) ให้ความหมายของพฤติกรรมก้าวร้าวว่า หมายถึงการแสดงออกของความรู้สึกก้าวร้าวที่มีต่อบุคคลอื่นหรือสิ่งของการแสดงพฤติกรรมออกมานี้ไม่เหมาะสมในลักษณะต่างๆ ทั้งทางตรงและทางอ้อมดังต่อไปนี้ การแสดงออกทางร่างกาย เช่น การขว้างปา คอยผลักทุบรังแกเด็กอื่นๆรวมทั้งการทำลายสิ่งของ การแสดงออกทางคำพูด เช่น การพูดข่มขู่ ได้แย้งครูและเพื่อน พูดเยาะเย้ยถากถาง ซึ่งพฤติกรรมเหล่านี้เป็นผลมาจากแรงจูงใจใฝ่ก้าวร้าวกระตุ้นให้แสดงพฤติกรรมออกมา

สุรพล ชัดเชื้อ (2535) ให้ความหมายของพฤติกรรมก้าวร้าวว่า พฤติกรรมก้าวร้าวเป็นการกระทำที่ก่อให้เกิดปัญหาต่อสังคมโดยรวม เป็นการกระทำที่ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อนทั้งทางร่างกาย

และความรู้สึก ทั้งยังเป็นการทำให้ผู้อื่นเสียหายซึ่งการกระทำนี้จะออกมาในลักษณะการตอบสนอง หรือการปลดปล่อยความเครียด ความคับข้องใจ และความรู้สึกไม่ดีต่างๆ

สุทธิพงษ์ ทองย้ง (2537) ได้ให้ความหมายว่าพฤติกรรมก้าวร้าว คือ พฤติกรรมที่แสดงออกทั้งกายและวาจา โดยมีเจตนาจะทำให้เกิดความเสียหายต่อทรัพย์สิน ร่างกายทั้งของตนเอง และผู้อื่น เพื่อปลดปล่อยความเครียด ความคับข้องใจ ความวิตกกังวลและความรู้สึกสิ้นหวังที่ตนเองมีอยู่

บาร์ช (Baruch, 1956) ได้ให้ความหมายของพฤติกรรมก้าวร้าวว่าเป็นการระบายหรือปลดปล่อยความรู้สึกโกรธ ความรู้สึกกลัวและความรู้สึกที่ไม่ดีต่างๆ ออกมา ซึ่งคล้ายคลึงกับความหมายที่เฟชบาช (Feshbach, 1956) ให้ไว้ว่าความก้าวร้าวเน้นการระบายอารมณ์ที่ตึงเครียดเป็นส่วนหนึ่งของการแสดงออกถึงความคับข้องใจ

จากความหมายของความก้าวร้าวตามแนวคิดของนักจิตวิทยาทั้งหลายท่านที่ได้กล่าวมา ผู้ศึกษาพอสรุปได้ว่าพฤติกรรมก้าวร้าวหมายถึง การแสดงออกทั้งกายและวาจาที่รุนแรง ซึ่งมีวัตถุประสงค์ในการมุ่งทำร้ายผู้อื่นให้ได้รับอันตราย บาดเจ็บหรือเกิดความเสียหายทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ ตลอดจนทรัพย์สินต่างๆ โดยเจตนา หรือขจัดความคับข้องใจ ความโกรธ ความเครียด และความรู้สึกไม่พอใจต่างๆที่มีต่อผู้อื่นหรือสิ่งรอบตัว

ลักษณะของพฤติกรรมก้าวร้าว

สัมฤทธิ์ แก้วพูลศรี (2534) ได้อธิบายถึงลักษณะการแสดงออกของพฤติกรรมก้าวร้าวมีดังนี้

1. ความก้าวร้าวทางร่างกาย มีดังนี้

1.1 ระบาย ขูข่ม ขัดขวางการกระทำของบุคคลอื่น หมายถึง การเข้าขัดขวาง แทรกแซง ในขณะที่บุคคลกระทำพฤติกรรมใดๆอยู่ และจะทำให้พฤติกรรมนั้นได้รับความกระทบกระเทือนไม่เป็นไปตามเป้าหมาย หรือทำให้บุคคลที่กำลังกระทำพฤติกรรมนั้นๆ เกิดความรำคาญ เกิดความเดือดร้อน

1.2 ทบตี ชกต่อย หมายถึงการแสดงออกถึงการกระทำที่รุนแรง ของบุคคล โดยใช้แรงกระทบทางมือ หรืออาจใช้มือเปล่า หรือเครื่องมือก็ได้ เช่น ใช้มือทาบหลัง ใช้ไม้ตีศีรษะ เป็นต้น

1.3 ผลัก ดึง หมายถึง การใช้กำลังของร่างกาย เพื่อให้เกิดแรงปะทะ ต่อบุคคลอื่น แล้วมีลักษณะที่เคลื่อนที่ออกไป หรือเคลื่อนที่เข้ามาโดยทันที

1.4 การขู่เข็ญ หมายถึง การแสดงสัญญาณว่าจะเกิดหรือพร้อมที่จะทำร้ายตามมา หรือการใช้กำลังรังแก แกล้งเพื่อทำความเดือดร้อนให้บุคคลอื่น

1.5 คอยติดตาม รบกวนบุคคลอื่น หมายถึง การคอยติดตามบุคคลอื่น เพื่อแสดงลักษณะหรืออาการที่ทำให้บุคคลอื่นเกิดความรำคาญหรือเกิดความเดือดร้อน เช่น วิ่งไล่บุคคลอื่น ไล่ทุบตีบุคคลอื่น

1.6 ฉกฉวย หรือทำลายทรัพย์สินของบุคคลอื่น หมายถึง การแย่งเอาสิ่งหนึ่งสิ่งใดไปต่อหน้า หรืออาการใดๆ ก็ตามที่ทำให้วัตถุ สิ่งของ ของผู้อื่นชำรุด เสียหาย แหกหัก หรือพังกระจัดกระจายไป

1.7 ปฏิเสธการทำงานกับบุคคลอื่นหรือปฏิเสธการแนะนำของบุคคลอื่น หมายถึง การไม่ยอมรับ การไม่ร่วมทำงานกับบุคคลอื่น หรือการไม่รับ การไม่ปฏิบัติตามคำแนะนำของบุคคลอื่น

2. ความก้าวร้าวทางวาจา มี 10 ลักษณะดังนี้

2.1 สั่งหรือต้องการให้ผู้อื่นทำตามความต้องการของตนเอง หมายถึง การพูดไว้เพื่อให้ผู้อื่นทำตามหรือปฏิบัติตามความต้องการ หรือตามความประสงค์ของตนเอง

2.2 สบถ หมายถึง การพูดอ้างถึงสิ่งศักดิ์สิทธิ์ลงโทษตนเอง เมื่อทำสิ่งหนึ่งสิ่งใดไม่ได้ตามความต้องการ

2.3 พูดให้บุคคลอื่นเสื่อมเสีย หมายถึง พูดให้คนอื่นเสียหาย เช่น พูดถึงความผิดของบุคคลอื่น หัวเราะเยาะบุคคลอื่นที่ประสบโชคร้าย พูดให้ร้ายบุคคลอื่น

2.4 ชักชวนให้บุคคลอื่นทำร้ายซึ่งกันและกันหมายถึง การพูดชวนให้บุคคลหนึ่งทำให้อีกบุคคลหนึ่งได้รับบาดเจ็บ

2.5 ปฏิเสธคำชักชวนของบุคคลอื่น หมายถึง การพูดไม่เห็นด้วยของบุคคลที่มีต่อคำพูดของบุคคลอื่น

2.6 ปฏิเสธการทำงานร่วมกับบุคคลอื่น หมายถึง การพูดที่มีลักษณะไม่ยอมรับ หรือไม่ยอมเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆกับบุคคลอื่น

2.7 คำหิบุคคลอื่น หมายถึงการพูดซึ่งบ่งบอกพร่อง การพูดซึ่งถึงความคิด การลงโทษขึ้น การพูดกล่าวร้ายของการกระทำของบุคคลอื่น

2.8 เรียกร้องสิทธิที่จะครอบครองสิ่งต่างๆ ของบุคคลอื่น หมายถึง การพูดที่มีลักษณะที่จะเป็นเจ้าของ ที่จะมีส่วนร่วม หรือมีอำนาจต่อทรัพย์สินต่างๆของบุคคลอื่น

2.9 นิินทาบุคคลอื่น หมายถึงการพูดเตือนให้รู้ว่า จะมีการทำร้ายตามมา ถ้าไม่หยุดการกระทำสิ่งที่ไม่ต้องการหรือไม่พอใจให้กระทำนั้น

สรุปได้ว่าการแสดงออกของพฤติกรรมก้าวร้าวจะแสดงออก 2 ทาง คือ พฤติกรรมก้าวร้าวทางกาย หมายถึง การใช้วัยวะต่างๆ ของร่างกาย ไปสร้างความเสียหายเดือดร้อนให้แก่

บุคคลอื่น และพฤติกรรมก้าวร้าวทางวาจา หมายถึง การใช้คำพูดที่ทำให้บุคคลอื่นได้รับความเสียหายเดือดร้อน ไม่สบายใจ ไม่พอใจ ทั้งนี้การกระทำทั้ง 2 ทาง ดังกล่าวเป็นไปโดยเจตนาหรือไม่เจตนาก็ตาม

ทฤษฎีที่เกี่ยวกับพฤติกรรมก้าวร้าว

พฤติกรรมก้าวร้าวเป็นการกระทำที่นักจิตวิทยาและบุคคลทั่วไปสนใจมาก จึงทำให้มีทฤษฎีที่อธิบายถึงการพัฒนาของความก้าวร้าวหลายแนวคิด ดังต่อไปนี้

1. ทฤษฎีทางชีวเคมี และกลไกการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าว

ศิริลักษณ์ พิณพาทย์ (2545) ได้ศึกษาเกี่ยวกับระดับฮอร์โมน แอนโดรเจนที่เพิ่มสูงขึ้นจะสัมพันธ์การเกิดพฤติกรรมก้าวร้าว ในด้านสรีรวิทยา พบว่าระบบลิมบิก ที่ควบคุมการแสดงอารมณ์ของบุคคล ถ้ามีการกระตุ้นของสมองส่วนนี้ จะสามารถกระตุ้นให้เกิดพฤติกรรมก้าวร้าวได้ ด้านพันธุกรรม พบว่าความผิดปกติของโครโมโซมบางชนิด อาจทำให้บุคคลมีปัญหาในการควบคุมแรงกระตุ้นภายในได้และ พบว่าบุคคลที่ได้รับสารเคมี สารเสพติดหรือสุรา มีสถิติของพฤติกรรมก้าวร้าวในกลุ่มประชากรนี้มาก เช่น ในสหรัฐอเมริกาพบว่าร้อยละ 64 ของผู้มีอาการสุราเป็นพิษจะมีพฤติกรรมรุนแรงร้อยละ 41

2. ทฤษฎีบุคลิกภาพที่เกี่ยวกับพฤติกรรมก้าวร้าว

แมคการ์เก้ (McGargee, 1966. อ้างถึงใน กรมสุขภาพจิต, 2549) ได้ศึกษาลักษณะบุคลิกภาพของอาชญากรและแบ่งออกเป็น 2 ลักษณะ ลักษณะประการแรก คือ การที่บุคคลไม่สามารถควบคุมความก้าวร้าวของตนเองได้ หรือมีการยับยั้งการแสดงออกของความก้าวร้าวได้น้อย มีพร้อมที่จะตอบสนองความคับข้องใจด้วยความก้าวร้าว และลักษณะประการที่สองคือ การที่บุคคลควบคุมความก้าวร้าวของตนเองมากเกินไป โดยควบคุมอย่างเข้มแข็งต่อการแสดงออกของความก้าวร้าวอย่างเรื้อรัง จากการศึกษาดังกล่าว สรุปว่า อาชญากรที่ร้ายแรงมักมาจากพวกที่ควบคุมความก้าวร้าวมากเกินไป

3. ทฤษฎีความก้าวร้าวที่เกี่ยวกับสิ่งแวดล้อม

จากการทบทวนวรรณกรรมพบว่า ทฤษฎีที่เกี่ยวกับสิ่งแวดล้อม ได้แก่ ทฤษฎีที่เชื่อว่าความก้าวร้าวมาจากความคับข้องใจ ทฤษฎีสัญญาณความก้าวร้าว และทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม ดังต่อไปนี้

3.1 ทฤษฎีความก้าวร้าวที่มาจากความคับข้องใจ ทฤษฎีนี้มีความเชื่อว่าพฤติกรรมก้าวร้าวของบุคคลมีสาเหตุมาจากความคับข้องใจ ทั้งนี้เนื่องจากการที่บุคคลไม่สามารถบรรลุเป้าหมายและการที่บุคคลมีความคับข้องใจสะสมอยู่ตลอดเวลา ก็จะทำให้บุคคลนั้นเกิดความ

ก้าวร้าวในที่สุด (เพชรสุดา เพชรใส, 2535) ด้วยเหตุนี้ครูจึงควรหาทางระบายความคับข้องใจของเด็กไปในทางที่เหมาะสม โดยหางานให้เด็กทำอยู่เสมอและให้เด็กใช้กำลังไปในทางที่เป็นประโยชน์ เช่น ในทางกีฬา และกิจกรรมต่างๆ ที่ใช้กล้ามเนื้อ รวมทั้งควรหาโอกาสให้ได้ระบายความก้าวร้าวออกมาทางศิลปะ ดนตรี การปั้น การแกะสลัก (สัมฤทธิ์ แก้วพูลศรี, 2534)

3.2 ทฤษฎีสัญญาณความก้าวร้าว เบอร์กowitz (Berkowitz, 1965) กล่าวว่า ความคับข้องใจเป็นสิ่งที่ก่อให้เกิดพฤติกรรมก้าวร้าว แต่การแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวจะมากขึ้นขึ้นอยู่กับสถานการณ์ที่มากระตุ้นให้เกิดพฤติกรรม กล่าวคือแรงขับภายในจะต้องสัมพันธ์กับสถานการณ์ที่มาเร้า เช่น ถ้าความคับข้องใจน้อยถึงแม้สถานการณ์จะเร้ามาก ก็ไม่อาจเกิดพฤติกรรมก้าวร้าว

3.3 ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม แบนดูรา (Bandura, 1976) เชื่อว่ามนุษย์จะมีการเรียนรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมที่ก้าวร้าวได้ เช่นเดียวกับพฤติกรรมอื่นๆ และยังเชื่อว่าเด็กไม่ได้เรียนรู้พฤติกรรมก้าวร้าวโดยตรง จากการให้รางวัลหรือการลงโทษจากผู้ปกครองเพียงอย่างเดียว แต่เด็กจะเลียนแบบผู้ที่มิมีอิทธิพลต่อตนเอง โดยเด็กจะสังเกตท่าทีและการกระทำของผู้ปกครองตนเอง สำหรับในการอบรมสั่งสอนของผู้ปกครองนั้น ผู้ปกครองมักจะบอกเด็กว่าการก้าวร้าวต่อผู้อื่นเป็นสิ่งไม่ดีแต่เด็กยังคงสังเกตเห็นผู้ปกครองของตนเองแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวอยู่เสมอ เด็กจึงกระทำตามในสิ่งที่ผู้ปกครองทำมากกว่าการกระทำตามในสิ่งที่ผู้ปกครองสอนไว้ ซึ่งเฟชบาซ (Feshbach, 1956) กล่าวว่า ความก้าวร้าวของบุคคลนั้น ได้รับการเรียนรู้มาจากในอดีตทั้งสิ้น และเขายังพบว่า ถ้าแม่ลงโทษเด็กด้วยการเมียนตีมากเพียงใดเด็กก็จะแสดงความก้าวร้าวต่อเพื่อน พี่ น้อง และผู้ปกครองมากขึ้น ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมเชื่อว่า องค์ประกอบที่สำคัญของพฤติกรรมก้าวร้าวมี 2 ประการคือ แม่แบบ และการให้แรงเสริม ที่ทำให้เกิดพฤติกรรมก้าวร้าว

4. ทฤษฎีจิตชีววิทยา

เป็นทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการขาดความสัมพันธ์ขั้นพื้นฐานระหว่างมารดาและบุตร มีผลต่อการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวความสัมพันธ์ดังกล่าวได้แก่ ความสัมพันธ์ด้านอารมณ์และความสัมพันธ์ทางด้านร่างกาย ซึ่งทฤษฎีนี้เชื่อว่าความสัมพันธ์ทั้งสองด้านนี้มีความเกี่ยวเนื่องกันในขณะที่ทารกถูกกีดกันไม่ให้เคลื่อนไหวและไม่ได้รับการสัมผัสทำให้สมองไม่เกิดการเรียนรู้ โดยเฉพาะส่วนซีรีเบลลัมซึ่งเกี่ยวข้องกับการเคลื่อนไหวของร่างกายเป็นสาเหตุให้เกิดการผิดปกติขึ้น การผิดปกติดังกล่าว คือศูนย์ควบคุมความยินดี ในสมองหายไป มีผลทำให้คนๆ นั้นเกิดความผิดปกติและมีพฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรงได้ (ศุภวรรณ มณีสะอาด, 2537)

ในทฤษฎีนี้ได้ให้ความสำคัญของมารดาและบุตร และได้อธิบายกลไกของความก้าวร้าวไว้ว่า บุคคลที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวเนื่องจากชีวิตวัยเด็กขาดความอบอุ่น เก็บกดความต้องการของตนเองภายใต้จิตสำนึก ทำอะไรตามใจตนเองไม่ได้ อ่อนแอ ตัวเองไร้ค่า เมื่อเกิดความคับข้อง

ใจ ก็จะสู้หรือถอยหรือระบายออกมา ก็จะไม่เกิดพฤติกรรมก้าวร้าว แต่ถ้าสะสมไว้และใช้กลไกทางจิตแบบกดถอย ก็อาจเป็นสาเหตุของโรคจิตได้และถ้ากลไกทางจิตแบบเก็บกด จะทำให้เพิ่มพูนความไม่พอใจถ้าระบายออกมากเกินไป ก็จะแสดงอาการก้าวร้าวออกมา

จากทฤษฎีความก้าวร้าวจะเห็นได้ว่าพฤติกรรมก้าวร้าวมีสาเหตุแตกต่างกัน เช่นทฤษฎีสัญชาตญาณให้แนวคิดที่ว่า ความก้าวร้าวเป็นสัญชาตญาณของมนุษย์ ทฤษฎีชีววิทยา เชื่อว่าพฤติกรรมก้าวร้าวเกิดจากพันธุกรรมและโครโมโซมความคับข้องใจ หรือมีสถานการณ์มากระตุ้นและการเรียนรู้ทำให้เกิดพฤติกรรมก้าวร้าวได้ ทฤษฎีทางชีวเคมีเชื่อว่าระดับฮอร์โมน การทำงานของลิมบิกพันธุกรรมและสารเคมีมีอิทธิพลต่อการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าว ทฤษฎีจิตชีววิทยาเชื่อว่าการขาดความสัมพันธ์อันดีระหว่างทารกและมารดาจะมีผลทำให้เกิดพฤติกรรมก้าวร้าว ดังนั้นทฤษฎีแต่ละทฤษฎีจึงอธิบายพฤติกรรมก้าวร้าวแตกต่างกันไป โดเน้นที่ตัวบุคคลและสถานการณ์ที่เกิดขึ้นในขณะนั้น แต่พฤติกรรมที่เกิดขึ้นมิใช่เป็นผลจากบุคคลและสถานการณ์ที่แวดล้อมเขาอยู่เท่านั้นยังมีปัจจัยอื่นๆอีก ดังนั้นการที่จะเข้าใจเกี่ยวกับลักษณะที่ ซับซ้อนของพฤติกรรมมนุษย์จึงจำเป็นต้องอาศัยทฤษฎีต่างๆ เข้ามาช่วยอธิบายพฤติกรรมนั้นๆ จึงจะได้สมบูรณ์

ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมก้าวร้าวในวัยรุ่น

พฤติกรรมก้าวร้าวในวัยรุ่นไม่ได้เกิดจากสาเหตุใดสาเหตุหนึ่งเพียงประการเดียว แต่มักเกิดจากปัจจัยหลายประการที่ซับซ้อน ซึ่งมีทั้งที่เป็นปัจจัยเสี่ยงที่จะทำให้เกิดพฤติกรรมก้าวร้าวและปัจจัยป้องกันไม่ให้เกิดพฤติกรรมก้าวร้าว โดยปัจจัยดังกล่าวแบ่งเป็นหลายระดับ ได้แก่ ปัจจัยระดับบุคคล ระดับครอบครัว เพื่อน โรงเรียน ชุมชนและสังคม ดังต่อไปนี้

ปัจจัยระดับบุคคล ปัจจัยระดับบุคคลที่เกี่ยวข้องกับการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวในวัยรุ่นมีดังนี้

เพศ เพศชายถือเป็นปัจจัยเสี่ยงของพฤติกรรมรุนแรง (Fitzpatrick, 1977) การศึกษาพบว่าความรุนแรงส่วนใหญ่เกิดขึ้นโดยวัยรุ่นชาย ในประเทศไทยจากสถิติเยาวชนที่กระทำผิดกฎหมาย พบว่า เป็นเพศชายต่อเพศหญิงประมาณ 10 : 1 ในสหรัฐอเมริกาอัตราการถูกจับด้วยข้อหารุนแรงพบในวัยรุ่นชายมากกว่าวัยรุ่นหญิงประมาณ 6.6:1 (Lynch, 2002) วัยรุ่นที่เป็นเหยื่อของความรุนแรงก็เป็นชายมากกว่าหญิงเช่นกัน ในเอลซัลวาดอร์พบว่าอัตราการถูกฆาตกรรมในวัยรุ่นชายต่อหญิงสูงถึง 14.6:1 ในประเทศฟิลิปปินส์ พบอัตรา 16.0:1 ส่วนในประเทศไทยพบอัตรา 1.6 : 1 (WHO, 2002)

ปัญหาระหว่างการตั้งครุฑและการคลอด ภาวะแทรกซ้อนหรืออันตรายต่อสมองที่เกิดขึ้นระหว่างการตั้งครุฑและการคลอด ทำให้สมองทำหน้าที่ผิดปกติและทำให้เกิด

พฤติกรรมรุนแรงได้ การศึกษาในเคนมาร์คพบว่า ภาวะแทรกซ้อนในการคลอดเป็นตัวชี้ถึงการถูกจับกุมเพราะกระทำความรุนแรง ร้อยละ 80 ของวัยรุ่นที่ถูกจับเพราะกระทำความผิดซื้อหาอาวุธ มีภาวะแทรกซ้อนในการคลอด เปรียบเทียบกับวัยรุ่นที่ถูกจับเพราะการกระทำผิดเกี่ยวกับทรัพย์สินและวัยรุ่นที่ไม่เคยถูกจับเลย ซึ่งพบภาวะแทรกซ้อนเพียงร้อยละ 30 และ 47 ตามลำดับ ส่วนภาวะแทรกซ้อนระหว่างการตั้งครรภ์ ไม่ได้เป็นตัวชี้ถึงความรุนแรงอย่างมีนัยสำคัญ (Kandel & Mednick, 1991)

การกระทบกระเทือนทางจิตใจ สมองอาจทำงานบกพร่องได้จากการกระทบกระเทือนทางจิตใจด้วย นักวิจัยพบว่าสิ่งที่ต้องเผชิญกับเหตุการณ์รุนแรงมากแม้เพียงเหตุการณ์เดียว ก็อาจทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในโครงสร้างและการทำงานของสมองในลักษณะที่ส่งผลต่อกระบวนการเรียนรู้และพฤติกรรมของบุคคลนั้น (Pynoos, 1999) สาร neurotransmitter ที่ควบคุมการทำงานของสมอง โดยเฉพาะ serotonin และ noradrenaline มีบทบาทเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมก้าวร้าว ประสบการณ์เชิงลบที่บุคคลได้รับตั้งแต่วัยเด็กเล็กโดยเฉพาะการถูกทอดทิ้งและละเมิดอย่างรุนแรงสามารถทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงอย่างถาวรในระดับของสาร neurotransmitter ได้ (Hawley, 2000 อ้างถึงใน กรมสุขภาพจิต, 2549)

สติปัญญา ปัญหาทางสติปัญญาและปัญหาการเรียนเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมรุนแรง การศึกษาในสหรัฐอเมริกาพบว่า เด็กที่มีค่า IQ ต่ำ โดยวัดเมื่ออายุ 4-7 ปี และมีคะแนนสัมฤทธิ์ผลทางการเรียนต่ำเมื่ออายุ 13-14 ปี จะมีอัตราการถูกจับเพราะพฤติกรรมรุนแรงสูงเมื่อติดตามไปถึงอายุ 22 ปี (Denno, 1990. อ้างถึงใน กรมสุขภาพจิต, 2549) การศึกษาในเคนมาร์คในเด็กชาย 12,000 คนพบว่า ค่า IQ ต่ำที่อายุ 12 ปี เป็นตัวทำนายการกระทำผิดกฎหมายในข้อหารุนแรงในช่วงอายุ 15-22 ปีอย่างมีนัยสำคัญ (กรมสุขภาพจิต, 2549)

ลักษณะทางพฤติกรรม พบว่าพฤติกรรมเกรี้ยว และ พฤติกรรมการใช้สารเสพติดเหล่านี้มีความเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมรุนแรงในวัยรุ่น โดยที่พฤติกรรมเกรี้ยว ได้แก่ ขโมย หนีโรงเรียน ไม่เชื่อฟัง คือ อาละวาด แม้พฤติกรรมเหล่านี้ไม่ได้มีความรุนแรงในตัวของมันเอง แต่ก็ยังเป็นจุดเริ่มต้นของพฤติกรรมเกรี้ยวเมื่อโตขึ้น การศึกษาของเมสันและคณะ (Mason et al., 2004) พบว่าตัวพยากรณ์ที่สำคัญที่สุดของการมีพฤติกรรมรุนแรงในวัยรุ่นในวัยผู้ใหญ่ตอนต้น (ช่วงอายุ 21 ปี) คือการมีพฤติกรรมเกรี้ยวในเด็ก

พฤติกรรมการใช้สารเสพติด แม้ว่าวัยรุ่นส่วนใหญ่ที่ใช้สารเสพติดจะไม่ได้ก่อความรุนแรง แต่ก็มีความสัมพันธ์ระหว่างความรุนแรง และความถี่ของการกระทำผิดกับความรุนแรง และความถี่ของการใช้สารเสพติด (Nation Youth Violence Prevention Resource Center, 2001) จากการตรวจร่างกายวัยรุ่นที่ถูกจับ พบว่าร้อยละ 50 การตรวจสารเสพติดให้ผลบวก (Drug Policy

Information Clearing House, 2000) สารสนเทศที่เกี่ยวข้องกับความรุนแรงบ่อยที่สุด คือ แอลกอฮอล์ประมาณครึ่งหนึ่งของวัยรุ่นที่ถูกทำร้ายจนเสียชีวิตมีระดับแอลกอฮอล์ในเลือดสูงจากการชันสูตรศพ และในวัยรุ่นที่ทำร้ายผู้อื่นจนเสียชีวิตและถูกจับได้ทันที่นั่นประมาณครึ่งหนึ่งตรวจพบว่ามีระดับแอลกอฮอล์ในเลือดสูง (Rinehart et al., 1998) นอกจากนี้การศึกษาของ สุทธิพันธ์ วรรณไพจิตร (2544) ยังพบว่า การใช้ยาเสพติดและการดื่มสุราเป็นปัจจัยหนึ่งที่สามารถกระตุ้นให้เด็กใช้ความรุนแรงได้เพราะหลังจากเสพยาจะทำให้ขาดสติ ไม่สามารถควบคุมตนเองได้

ปัญหาทางด้านสุขภาพจิต การศึกษาส่วนใหญ่พบว่า วัยรุ่นที่กระทำความรุนแรงหรือกระทำผิดกฎหมายมีปัญหาทางจิตเวชในอัตราสูง Vreugdenhil และคณะ (2004) ศึกษาความชุกของโรคทางจิตเวชในวัยรุ่นที่ถูกจับ เพราะกระทำผิดกฎหมายในเนเธอร์แลนด์ โดยใช้เครื่องมือ Diagnostic Interview Schedule for children (DISC) พบว่า ร้อยละ 90 ได้รับการวินิจฉัยว่ามีปัญหาทางจิตเวชอย่างน้อย 1 การวินิจฉัย ผู้ที่ได้รับการวินิจฉัยมากกว่า 1 โรค มีร้อยละ 67 ความชุกของโรคทางจิตเวชต่างๆที่มีความสัมพันธ์กับการเกิดพฤติกรรมรุนแรงในวัยรุ่น มีดังนี้ คือ Disruptive behavior disorder (75%), Conduct disorder (73%), Substance use disorder (55%), Psychotic symptoms (34%), Oppositional defiant disorder (14 %), Attention deficit hyperactivity disorder (8 %), Anxiety disorder (9 %) และ Affective disorder (6%)

รัชกินและ คณะ (Ruchkin et.al., 2002) ทำการศึกษาวัยรุ่นชายที่ก่ออาชญากรรมรุนแรงในรัสเซียจำนวน 370 ราย พบว่าร้อยละ 42 มีอาการบางประการของ post traumatic stress disorder (PTSD) และร้อยละ 25 มีอาการครบเกณฑ์วินิจฉัยของ PTSD วัยรุ่นส่วนใหญ่เคยพบเห็นเหตุการณ์รุนแรง หรือเคยตกเป็นเหยื่อความรุนแรงมาก่อน การพบเหตุการณ์รุนแรงทำให้วัยรุ่นมีลักษณะชอบแสวงหาความตื่นเต้น มีการตื่นตัวของพฤติกรรมเพิ่มขึ้น ซึ่งจะทำให้วัยรุ่นประสบกับสถานการณ์ที่มีความเสี่ยงหรือมีความรุนแรงง่ายขึ้น

บุคลิกภาพที่ผิดปกติมีความเกี่ยวข้องกับการมีพฤติกรรมรุนแรง จากการศึกษาพบว่าร้อยละ 36 ของวัยรุ่นที่มีความแปรปรวนของบุคลิกภาพจะก่อพฤติกรรมรุนแรงเปรียบเทียบกับร้อยละ 16 ของกลุ่มที่ไม่มีความแปรปรวน ความสัมพันธ์ดังกล่าวนี้ยังคงอยู่แม้จะตัดตัวแปรอื่นๆออกไปแล้ว เช่น ภาวะซึมเศร้า วิตกกังวล หรือการใช้สารเสพติด สิ่งที่น่าเป็นห่วง คือเพียงร้อยละ 13 ของวัยรุ่นที่มีบุคลิกภาพแปรปรวนเท่านั้นที่ได้รับการบำบัดรักษา (กรมสุขภาพจิต, 2549)

การศึกษาพบว่าวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมเกรี้ยวในระดับสูงจะมีโอกาสเกิดภาวะซึมเศร้าในวัยผู้ใหญ่ตอนต้นได้สูงถึง 4 เท่า ของผู้ที่มีพฤติกรรมเกรี้ยวในระดับต่ำ (Mason et al., 2004) การศึกษาของเพนนีและคณะ (Penn et al., 2003) ในวัยรุ่นที่อยู่ในสถานพินิจจำนวน 287 ราย พบว่าร้อยละ 12 เคยมีการพยายามฆ่าตัวตายมาก่อนในอดีต เมื่อวิเคราะห์เป็นกลุ่ม พบว่าวัยรุ่นที่ก่อคดีรุนแรง

มีอัตราการพยายามฆ่าตัวตายในอิตาลีร้อยละ 12.8 ในขณะที่วัยรุ่นที่ก่อคดีไม่รุนแรงมีร้อยละ 9.2 และวัยรุ่นในชุมชนมีร้อยละ 7-10

ปัจจัยระดับครอบครัว ปัจจัยระดับครอบครัวที่เกี่ยวข้องกับการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวในวัยรุ่น มีดังนี้

ครอบครัวและการอบรมเลี้ยงดู อูสา สุทธิสาคร (2542) กล่าวว่าความก้าวร้าวได้รับอิทธิพลจากตัวแบบและการเสริมแรงจากสมาชิกในครอบครัว มีรายงานว่ากลุ่มเยาวชนอาชญากรชายมีตัวแบบที่ก้าวร้าวจากครอบครัวมากกว่าที่ไม่ใช่กลุ่มเยาวชนอาชญากร นอกจากนี้การศึกษาของ Bandura (1976) ยังพบว่า บิดามารดาที่ชอบใช้ความรุนแรงในการแก้ปัญหา จะมีเด็ก ๆ ในครอบครัวที่มีแนวโน้มจะใช้ความก้าวร้าวในการติดต่อสัมพันธ์กับคนอื่นด้วย องค์ประกอบเหล่านี้มีความสัมพันธ์กันในอันที่จะก่อให้เกิดพฤติกรรมที่เป็นปัญหา มีบ่อยครั้งที่พบว่า การที่คนเรามีพัฒนาการที่บกพร่องนั้น เนื่องจากการขาดการอบรมเลี้ยงดูอย่างอบอุ่นภายในครอบครัวหรือกำพร้ามารดา

สุขภาพจิตของพ่อแม่ จากการศึกษาของ Stouthamer – Loeber และ Thomas (1992) พบว่า พ่อแม่ของวัยรุ่นที่กระทำผิดกฎหมายรุนแรงมีปัญหาสุขภาพจิตและการใช้สุรา หรือสารเสพติดมากกว่ากลุ่มที่กระทำผิดกฎหมายไม่รุนแรง และกลุ่มวัยรุ่นทั่วไป นอกจากนี้การที่พ่อแม่เป็นอันธพาลก็มีผลต่อเด็กในแง่ทำให้เด็กเห็นหรือเรียนรู้แบบอย่างพฤติกรรมรุนแรง นอกเหนือไปจากการถ่ายทอดทางพันธุกรรมของความเป็นอันธพาล

เศรษฐฐานะของครอบครัว การศึกษาระดับชาติในสหรัฐอเมริกาพบว่า อุบัติการณ์การทำร้ายร่างกายและการปล้นทรัพย์ในวัยรุ่นจากฐานะต่ำสุดเป็นสองเท่าของวัยรุ่นจากฐานะระดับกลาง (Elliott, Huizinga, 1996 & Jakob-chien, 1998) นอกจากฐานะต่ำที่เกี่ยวข้องกับการที่วัยรุ่นใช้ความรุนแรงแล้ว ยังเกี่ยวข้องกับการตกเป็นเหยื่อแห่งความรุนแรงด้วย การศึกษาในบราซิล เดนมาร์ก นิวซีแลนด์ และสวีเดน พบว่ากลุ่มวัยรุ่นที่มีฐานะต่ำมีความเสี่ยงในการตกเป็นเหยื่อของความรุนแรงสูงกว่ากลุ่มที่มีฐานะสูงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ฐานะที่ต่ำเกี่ยวข้องกับการที่พ่อแม่มีการศึกษาค่ำ มีอาชีพที่รายได้ต่ำ อยู่แออัด และสภาพแวดล้อมที่ไม่ดี ทั้งหมดนี้ทำให้พ่อแม่ไม่สามารถดูแลเด็กได้ใกล้ชิดพอ หรือช่วยเด็กด้านการเรียนได้ดีพอ และเด็กเองขาดโอกาสทำกิจกรรมที่สร้างเสริมดังเช่นเด็กจากฐานะที่ดี สภาพแวดล้อมบางแห่งมีอาชญากรรม ความรุนแรง และยาเสพติด พ่อแม่มักมีความตึงเครียด ขาดทรัพยากรและเครือข่ายประคับประคอง อาจเกิดการทอดทิ้งหรือทารุณเด็ก ความสัมพันธ์ระหว่างพ่อกับแม่เองก็มีปัญหา และอาจเกิดครอบครัวแตกแยกในที่สุด (WHO, 2002)

ปัจจัยเกี่ยวกับเพื่อน

เพื่อนเป็นปัจจัยที่สำคัญมากในวัยรุ่น การศึกษาทั้งในประเทศที่พัฒนาแล้วและประเทศกำลังพัฒนาพบว่า การมีเพื่อนที่กระทำผิดกฎหมายหรือใช้สารเสพติดสัมพันธ์กับการมีพฤติกรรมรุนแรง (WHO, 2002) การศึกษาของ Elliot และ Menard (1996) พบว่าการกระทำผิดกฎหมายทำให้เกิดความผูกพันระหว่างกลุ่มเพื่อน และในขณะเดียวกันการไปผูกพันกับเพื่อนที่เกรงก็ทำให้เกิดพฤติกรรมเกรงตามมา เพื่อนที่เป็นอันธพาลเกรงเป็นตัวชี้สำคัญที่สุดของพฤติกรรมรุนแรงหรือการกระทำผิดกฎหมายรุนแรงในอนาคต แต่การเข้าร่วมแก๊งเป็นปัจจัยเสี่ยงที่มีน้ำหนักมากกว่าการคบเพื่อนเกรงและ การศึกษาในนักเรียนมัธยมปลาย พบว่า การคบเพื่อนเกรงร่วมกับการมีความผูกพันต่อสังคมต่ำทำให้มีความเสี่ยงสูงต่อการกระทำผิด (อารียา นุชอนงค์, 2529) การวิเคราะห์โอกาสเสี่ยงต่อการกระทำผิดในวัยรุ่นสถานพินิจและวัยรุ่นที่กระทำผิดซ้ำหรือมีแนวโน้มกระทำความผิดซ้ำ และผู้ต้องขังวัยหนุ่มคลั่งซ้ำกระทำความผิดซ้ำเราได้ผลเช่นเดียวกัน คือการคบเพื่อนที่มีพฤติกรรมเบี่ยงเบน (ชอบหนีโรงเรียน เทร็ดเตร่กลางคืน ใช้สารเสพติด เล่นการพนัน) และการคบเพื่อนที่เคยกระทำความผิดกฎหมายมาก่อนทำให้โอกาสกระทำผิดสูงขึ้น ระดับความรุนแรงของการกระทำผิดก็สูงขึ้นด้วย (กรมสุขภาพจิต, 2549)

ความผูกพันน้อยกับเพื่อนที่ประพฤติดี และการคบหาสมาคมกับเพื่อนที่เป็นอันธพาล เป็นสิ่งที่ส่งผลต่อกัน เมื่อคบหาเพื่อนที่เป็นอันธพาล เพื่อนที่ดีก็จะไม่ยอมรับ เด็กที่ก้าวร้าวมักจะถูกเด็กที่เรียบร้อยปฏิเสธไม่ให้เข้ากลุ่ม ทำให้เป็นการยากสำหรับเด็กเกรงที่จะสร้างสัมพันธภาพกับเด็กดี และเด็กจะได้รับการยอมรับก็เฉพาะในกลุ่มเพื่อนที่เกรง (กรมสุขภาพจิต, 2549)

ปัจจัยเกี่ยวกับโรงเรียนและครู

Garnefski (2000) ได้ทำการศึกษาในประเทศเนเธอร์แลนด์ในวัยรุ่นอายุ 12-18 ปี จำนวน 11,516 คนพบว่า การรับรู้เชิงลบเกี่ยวกับครอบครัวและเพื่อนมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมอันธพาล ความสัมพันธ์ที่ชัดเจนที่สุด คือ การรับรู้เชิงลบที่มีต่อครอบครัว รองลงมาคือต่อโรงเรียน และต่อเพื่อนตามลำดับ การช่วยให้วัยรุ่นมีทัศนคติที่ดีเกี่ยวกับครอบครัวและต่อโรงเรียนจึงเป็นเรื่องสำคัญมาก นอกจากนี้ยังพบว่าครูยังมีส่วนเกี่ยวข้องกับการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวของเด็กนักเรียน ดังตัวอย่างการศึกษาของ ทศนีย์พรรณ อุดมเวช (2530) พบว่า ครูบางคนไม่เป็นแบบอย่างที่เหมาะสม เช่นการไม่ควบคุมอารมณ์ของตนต่อเด็ก โดนเฉพาะเมื่อต้องลงโทษเมื่อเด็กกระทำผิด มีความสัมพันธ์กับการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวของเด็กนักเรียน

ปัจจัยเกี่ยวกับชุมชน

ลักษณะของชุมชนที่วัยรุ่นอาศัยอยู่มีอิทธิพลต่อครอบครัว กลุ่มเพื่อน รวมทั้งโอกาสที่วัยรุ่นจะตกไปสู่สถานการณ์ที่นำไปสู่ความรุนแรง โดยทั่วไปแล้ววัยรุ่นชายในเขตเมืองมีโอกาสมาก

พฤติกรรมรุนแรงได้มากกว่าวัยรุ่นในเขตชนบท และวัยรุ่นที่อยู่ในเขตเมืองที่มีอาชญากรรมสูงก็มีโอกาสเข้าไปเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมรุนแรงได้สูงกว่าวัยรุ่นที่อยู่ในเขตเมืองบริเวณอื่นๆ (Farrington, 2001) ความรุนแรงที่เกิดขึ้นในชุมชนจะทำให้เด็กและวัยรุ่นรู้สึกไม่ปลอดภัย ช่วยตนเองไม่ได้และมีพฤติกรรมรุนแรงเพื่อให้อารมณ์ดีหรือไม่ก็เข้าร่วมแก๊งเพื่อให้ตนได้รับความคุ้มครอง (กรมสุขภาพจิต, 2549)

ความยากจนที่มีผลต่อความรุนแรงในชุมชนอาจปรากฏออกมาในรูปแบบต่างๆ เช่น อัตราการว่างงานที่สูง ความเป็นอยู่ที่แออัด การไม่มีส่วนร่วมในชุมชน และการที่ชุมชนขาดการจัดระบบที่ดีการศึกษาพบว่า การเติบโตทางเศรษฐกิจและความไม่เท่าเทียมกันของรายได้เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมรุนแรงในวัยรุ่น ผลการศึกษาของ พิมรัตน์ จงเจษฎากุล (2527) เกี่ยวกับการกระทำผิดเกี่ยวกับทรัพย์สินของเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็ก พบว่า รายได้ อาชีพของพ่อแม่และรายได้รายจ่ายของเด็กและเยาวชน มีความสัมพันธ์กับความรุนแรงของการกระทำผิดเกี่ยวกับทรัพย์สินของเด็กและเยาวชน คือพ่อแม่ของเด็กและเยาวชนส่วนใหญ่มีอาชีพเป็นกรรมกร รับจ้างชั่วคราว อาชีพไม่แน่นอนและว่างงาน มีรายได้ต่ำกว่า 3,000 บาท ซึ่งถือว่าเป็นผู้ที่ฐานะทางเศรษฐกิจไม่ดี ทำให้เด็กต้องดิ้นรนหาเลี้ยงชีพและชักนำไปสู่การกระทำผิดเกี่ยวกับทรัพย์สิน

กระบวนการยุติธรรม

ความพึงพอใจของประชาชนต่อสถาบันยุติธรรมและเจ้าหน้าที่ตำรวจเป็นปัจจัยทางสังคมที่สำคัญอันหนึ่ง หากประชาชนไม่พอใจในกระบวนการยุติธรรมของบ้านเมืองหรือรู้สึกถึงความไม่ยุติธรรมในสังคมแล้ว ก็จะใช้วิธีการให้ได้มาซึ่งความยุติธรรมแบบนอกกระบวนการ รู้สึกว่าความยุติธรรมของบ้านเมืองขึ้นอยู่กับฐานะทางเศรษฐกิจของประชาชน (หากฐานะดีจะได้รับการปฏิบัติจากเจ้าหน้าที่อย่างยุติธรรม หากฐานะต่ำก็จะได้รับการปฏิบัติตรงข้าม) เป็นสาเหตุสำคัญที่ทำให้เกิดความรุนแรงขึ้นในกลุ่มวัยรุ่นและคนหนุ่มสาวที่ด้อยโอกาส (กรมสุขภาพจิต, 2549)

อิทธิพลของวัฒนธรรม

ปัจจัยทางวัฒนธรรมมีผลต่อความรุนแรงในสังคมโดยเฉพาะการสร้างค่านิยมว่าความรุนแรงเป็นสิ่งปกติธรรมดา วิธีการหนึ่งที่ค่านิยมและบรรทัดฐานแห่งความรุนแรงได้รับการถ่ายทอดออกไปอย่างต่อเนื่องก็คือสื่อมวลชนไม่ว่าจะเป็นโทรทัศน์ วิทยุ โทรทัศน์ ภาพยนตร์ หนังสือพิมพ์หรืออินเทอร์เน็ต (กรมสุขภาพจิต, 2549) การศึกษาในสหรัฐอเมริกาพบว่า โดยเฉลี่ยแล้วเด็กจะเห็นฉากความรุนแรงถึง 25 ฉากต่อวันทางโทรทัศน์ และรวมทั้งหมดเป็นจำนวน 200,000 ฉากตั้งแต่เด็กจนอายุ 18 ปี (Horn, 2000) การเล่นเกมเป็นกิจกรรมที่วัยรุ่นไทยนิยมมากอย่างหนึ่งในปัจจุบัน จากผลการศึกษาจำนวนมากสรุปว่าการเล่นเกมที่มีความรุนแรงสัมพันธ์กับการเกิดความคิด อารมณ์ และพฤติกรรมก้าวร้าวของวัยรุ่นอย่างมีนัยสำคัญ โดยมีอิทธิพลต่อวัยรุ่นแต่

ละคนแตกต่างกันไป เช่น ทำให้เกิดพฤติกรรมก้าวร้าวในวัยรุ่นเพศชายมากกว่าเพศหญิง ทำให้เกิดพฤติกรรมก้าวร้าวในช่วงอายุวัยรุ่นตอนต้นมากที่สุด และยังขึ้นกับปัจจัยส่วนบุคคลและครอบครัวหลายประการ ในทางการทหารของบางประเทศมีการใช้วิดีโอเกมเป็นเครื่องมือกระตุ้นให้ทหารเกิดความก้าวร้าวและกล้าลงมือทำร้ายข้าศึก การติดตามเกมที่วัยรุ่นนิยมเล่นพบว่ามากกว่าร้อยละ 80 เป็นเกมที่มีความรุนแรง การศึกษาในประเทศไทยพบว่านักเรียนระดับมัธยมศึกษา มีพฤติกรรมเล่นเกมถึงขั้นติดเกมประมาณร้อยละ 17 และนักเรียนประมาณร้อยละ 50 เล่นวิดีโอเกมเป็นประจำ โดยใช้เวลาในการเล่นเกมเฉลี่ยประมาณ 2 ชั่วโมงต่อวัน และใช้เวลาเล่นเกมเฉลี่ยนานถึง 3.6 ชั่วโมงต่อวันในกลุ่มที่เล่นเกมทุกวัน (สำนักพัฒนาสุขภาพจิต กรมสุขภาพจิต, 2550)

จากสาเหตุที่กล่าวมาแล้ว พอสรุปได้ว่า ปัจจัยที่ทำให้เกิดพฤติกรรมก้าวร้าวในวัยรุ่นมีทั้งปัจจัยระดับบุคคล ระดับครอบครัว ระดับโรงเรียน ระดับชุมชน รวมทั้งสังคมสิ่งแวดล้อมและอิทธิพลของวัฒนธรรม

แนวทางการป้องกันและลดการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวในวัยรุ่น

ความรุนแรงในวัยรุ่นเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นอย่างซ้ำๆ ปัจจัยเสี่ยงต่างๆจะค่อยๆก่อตัวและสะสมเป็นเวลานานนับปีก่อนที่จะแสดงออกมาเป็นความรุนแรง ดังนั้นวิธีแก้ปัญหาคือความรุนแรงในวัยรุ่นที่ดีที่สุด ก็คือ การป้องกัน ซึ่งสามารถแบ่งมาตรการได้เป็น 3 แบบ (US Surgeon Report on Youth Violence, 2001 อ้างถึงใน กรมสุขภาพจิต , 2549)

1. Universal prevention เป็นการป้องกันก่อนที่จะเกิดปัญหาพฤติกรรมรุนแรง มาตรการ ข้อนี้นี้จะมุ่งที่เด็กและวัยรุ่นทั่วไปที่ยังไม่เคยมีพฤติกรรมรุนแรง หรือยังไม่เคยมีปัจจัยเสี่ยงใดๆ อันจะนำไปสู่พฤติกรรมรุนแรง

2. Selective prevention เป็นการพยายามลดโอกาสที่จะเกิดพฤติกรรมรุนแรงในกลุ่มเด็กและวัยรุ่นที่มีความเสี่ยง มาตรการในข้อนี้จะมุ่งไปในการลดปัจจัยเสี่ยงหรือโอกาสเสี่ยงต่างๆที่จะก่อให้เกิดพฤติกรรมรุนแรงขึ้นมาเช่น โปรแกรมสอนทักษะในการคิดแก้ปัญหา เป็นโปรแกรมสำหรับนักเรียนกลุ่มเสี่ยง เช่น เด็กที่มาจากครอบครัวที่ฐานะไม่ดีและมีปัญหาพฤติกรรมเป็นวิธีที่ได้ผลในการลดพฤติกรรมรุนแรง เนื้อหาที่สอนมีทั้งกระบวนการคิด การแก้ปัญหา การจัดการกับความขัดแย้ง และการใช้เหตุผลเชิงศีลธรรมจรรยา การติดตามนักเรียนที่เข้าโปรแกรมดังกล่าวพบว่า อัตราการฝ่าฝืนกฎโรงเรียน พฤติกรรมก้าวร้าวและการฝ่าฝืนกฎหมายลดลง โปรแกรมฝึกทักษะสังคมและทักษะจัดการกับความโกรธในเด็กที่มีปัญหาพฤติกรรมก้าวร้าวในชั้นประถมปีที่ 4 ถึงปีที่ 6 ก็ได้ผลดีเช่นกัน การศึกษาพบว่า แม้โปรแกรมจะสิ้นสุดลงแล้วแต่พฤติกรรมก้าวร้าวก็ยังลดลง

อย่างต่อเนื่อง การใช้สารเสพติดลดลงตลอดระยะเวลา 3 ปีหลังสิ้นสุดโปรแกรม นอกจากนี้ผลการเรียนของนักเรียนก็ดีขึ้นด้วย (กรมสุขภาพจิต, 2549)

3. Indicated prevention เป็นการป้องกันไม่ให้เกิดพฤติกรรมรุนแรงซ้ำอีก หรือเลวร้ายมากขึ้นกว่าเดิม มาตรการนี้จะมุ่งไปในเด็กและวัยรุ่นที่ก่อความรุนแรงมาแล้ว เช่น เด็กและวัยรุ่นที่ถูกจับเพราะการกระทำความผิดกฎหมาย กำลังอยู่ในระหว่างพิจารณาของศาล หรือถูกตัดสินให้เข้าการอบรมในสถานพินิจ ตัวอย่างการป้องกันแบบนี้ได้แก่การศึกษาของสุดา รองเมือง (2551) เกี่ยวกับผลของกลุ่มจิตบำบัดตามทฤษฎีละครจิตบำบัดและปัจจัยบำบัดต่อความฉลาดทางอารมณ์ในเยาวชนชายกระทำความผิดที่อยู่ในศูนย์ฝึกอบรมเด็กและเยาวชนสตรีนธรพบว่า หลังเข้าร่วมจิตบำบัดตามทฤษฎีละครจิตบำบัด กลุ่มเยาวชนมีค่าคะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์ในภาพรวม สูงกว่าก่อนการทดลองซึ่งจะส่งผลต่อการลดพฤติกรรมก้าวร้าวได้ดีขึ้น

การป้องกันทั้งสามแบบแม้จะมุ่งไปที่ตัวเด็กและเยาวชนก็จริง แต่จะมีการดำเนินงานในหลายระดับ คือระดับตัวเด็กและเยาวชนเอง ระดับครอบครัว ระดับโรงเรียน ระดับชุมชน และระดับสังคม การศึกษาครั้งนี้เห็นความสำคัญของการป้องกันในการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าว ซึ่งควรจะเริ่มตั้งแต่วัยรุ่นตอนต้น เพื่อเน้นการป้องกันและการปลูกฝังจิตสำนึกตั้งแต่วัยเด็กให้รู้จักอารมณ์ของตนเองและเข้าใจผู้อื่น

Universal prevention

ซึ่งเป็นการป้องกันก่อนที่จะเกิดปัญหาพฤติกรรมรุนแรง มาตรการ ข้อนี้อาจมุ่งที่เด็กและวัยรุ่นทั่วไปที่ยังไม่เคยมีพฤติกรรมรุนแรง หรือยังไม่เคยมีปัจจัยเสี่ยงใดๆ อันจะนำไปสู่พฤติกรรมรุนแรง ซึ่งจะสามารถทำได้หลายระดับ ดังต่อไปนี้

กลยุทธ์ระดับครอบครัว ได้แก่การฝึกทักษะให้พ่อแม่ ซึ่งมีตัวอย่างของโปรแกรมนี้อย่างเช่น โปรแกรมพัฒนาทางสังคมในเด็กจะได้ผลดี หากมีการฝึกทักษะให้พ่อแม่ ร่วมไปด้วยการฝึกทักษะพ่อแม่จะมุ่งไปที่การเสริมสร้างความผูกพันทางอารมณ์ระหว่างพ่อแม่และเด็ก ให้พ่อแม่ฝึกวินัยด้วยวิธีที่มีประสิทธิภาพ และมีการควบคุมตนเองที่ดีพอ ทั้งหมดนี้จะทำให้พ่อแม่มีประสิทธิภาพมากขึ้นในการดูแลลูก ลดโอกาสที่พ่อแม่จะกระทำความรุนแรงต่อเด็ก ลดการเกิดความรุนแรงในวัยรุ่น และทำให้ความสัมพันธ์ในครอบครัวดีขึ้น โปรแกรมฝึกพ่อแม่อาจทำได้หลายรูปแบบ อาจทำในครอบครัวโดยตรง เช่น The Iowa Strengthening Families Program (Molgaard & Spoth, 2002) หรือเป็นการผสมผสานไปกับโปรแกรมในโรงเรียน เช่น Linking the Interests of Families and Teachers (LIFT) บางโปรแกรมจัดกลุ่มให้พ่อแม่มาพบปะกันสัปดาห์ละ 2 ชั่วโมง เป็นระยะเวลา 24 สัปดาห์ และมีการใช้วิดีโอเทปในการแสดงเทคนิคจัดการกับลูกอย่างมีประสิทธิภาพ การประเมิน

พบว่า ในระยะยาวโปรแกรมเหล่านี้สามารถลดอาชญากรรมและคุ้มค่างบเงินที่ลงทุนไป (กรมสุขภาพจิต, 2549)

Sander, Markie-Dadds และ Turner (2003) ศึกษาการนำโปรแกรม Triple – P Positive Parenting Program มาใช้ ซึ่งเป็นโปรแกรมฝึกพ่อแม่แบบ comprehensive ในประเทศออสเตรเลีย โปรแกรมนี้จะใช้วิธีเข้าถึงพ่อแม่ด้วยการณรงค์ผ่านสื่อมวลชน มีการปรึกษากับแพทย์ประจำครอบครัว เพื่อให้คำแนะนำในการจัดการกับเด็ก มีการช่วยเหลือแบบเข้มข้นต่อครอบครัวที่ลูกมีพฤติกรรมรุนแรงหรือมีความเสี่ยงที่จะเกิดพฤติกรรมดังกล่าว โปรแกรมนี้มีการนำไปใช้ในหลายประเทศ เช่น ประเทศจีน เยอรมนี นิวซีแลนด์ สิงคโปร์ และอังกฤษ

แมคโดนัลและคณะ (McDonald et al, 1997) ศึกษาการนำโปรแกรม Family and Schools Together (FAST) มาใช้ ซึ่งเป็นโปรแกรมที่มีการฝึกพ่อแม่ร่วมไปกับการเยี่ยมบ้าน รวมทั้งการช่วยเหลือเด็กในโรงเรียนให้มีทักษะทางสังคมที่ดี และมีความสามารถในการเรียนดีขึ้น โปรแกรมนี้จัดสำหรับเด็กประถม ปัจจุบันมีการทำอย่างแพร่หลายในประเทศสหรัฐอเมริกา

กลยุทธ์ระดับโรงเรียน ซึ่งตัวอย่างของโปรแกรมระดับโรงเรียน เช่น

การดูแลสุขภาพจิตในโรงเรียน (School-based mental health care)

การบริการทางสุขภาพจิตควรจัดเป็นส่วนหนึ่งของการดูแลสุขภาพขั้นพื้นฐานในโรงเรียน ทั้งนี้เพื่อให้นักเรียนสามารถเข้าถึงบริการมากขึ้น และการมีบริการดังกล่าวจะช่วยให้ตรวจค้นหาปัญหาได้รวดเร็วและให้การรักษาได้ทันเวลาที่ ซึ่งจะทำให้เด็กมีภาวะทางสุขภาพจิตที่ดีพอ บริการด้านสุขภาพจิตในโรงเรียนควรเป็นการทำงานแบบสหวิชาชีพ ระหว่างจิตแพทย์ กุมารแพทย์ ครู นักจิตวิทยา นักให้การศึกษา และมีการร่วมมือของผู้ปกครองด้วย (กรมสุขภาพจิต, 2549)

บริการสุขภาพจิตในโรงเรียนเป็นกลยุทธ์ที่สำคัญมากในการป้องกันปัญหาทางอารมณ์ของเด็ก และเป็นวิธีที่จะสกัดไม่ให้ปัญหาลูกกลายไปจนเกิดเป็นความรุนแรงหรือการพยายามฆ่าตัวตาย แม้จะเป็นงานที่สำคัญ แต่ในหลายประเทศ งานดังกล่าวก็ยังไม่ได้รับความสนใจเท่าที่ควร ในสหรัฐอเมริกาเองบริการด้านนี้ก็มีไม่เพียงพอ มีครูแนะแนวเพียง 1 คน ต่อนักเรียน 1000 คน มีนักสังคมสงเคราะห์หรือนักจิตวิทยาโรงเรียน 1 คน ต่อนักเรียน 2,500 คน ซึ่งนับว่าเป็นอัตราที่น้อยมาก (Kestenbaum, 2000)

การปรับพฤติกรรม

เป็นวิธีการที่ได้ผลในการป้องกันความรุนแรงและการกระทำผิดกฎหมาย การปรับพฤติกรรม โดยทั่วไปมักทำในโรงเรียน โดยจัดระบบสอดส่องดูแลพฤติกรรมของนักเรียนในด้านต่างๆ เช่น การมาโรงเรียน พฤติกรรมในห้องเรียน และความก้าวหน้าในการเรียน การศึกษาถึง

ผลของการปรับพฤติกรรมในห้องเรียนพบว่า การที่โรงเรียนสอดส่องดูแลพฤติกรรมนักเรียน ให้รางวัลหรือแรงเสริมเพิ่มพฤติกรรมเชิงบวก ช่วยให้นักเรียนมาโรงเรียนอย่างสม่ำเสมอ และสามารถเรียนได้ดีตามศักยภาพของตน จะลดอัตราการใช้สารเสพติด การมีพฤติกรรมรุนแรง และการถูกจับ เพราะกระทำผิดกฎหมายในนักเรียนชั้นมัธยมต้น นอกจากนี้ยังทำให้นักเรียนมีผลการเรียนดีขึ้นอีกด้วย สิ่งสำคัญในการช่วยให้นักเรียนมีพฤติกรรมเชิงบวกก็คือ การมีกฎระเบียบที่ชัดเจน การให้แรงเสริม(เช่น คำชม รางวัล) การมีแบบอย่างที่ดี ส่วนวิธีลดพฤติกรรมทางลบ ได้แก่ การเพิกเฉย การให้แรงเสริมเมื่อมีพฤติกรรมเชิงบวก สอนวิธีการผ่อนคลาย และมีการลงโทษในรูปแบบต่างๆ เช่น การดุ การตัดคะแนน เป็นต้น (กรมสุขภาพจิต, 2549)

โปรแกรมป้องกันการรังแกในโรงเรียน

การรังแก เป็นปัญหาใหญ่ที่มักจะถูกละเลยไป คนจำนวนมากคิดว่าการรังแกเป็นสิ่งธรรมดา ที่หลีกเลี่ยงไม่ได้ในชีวิตของเด็ก แต่การศึกษาพบว่า การรังแกมีผลกระทบอย่างมากต่อการปรับตัวทางสังคมของเด็ก เด็กที่ถูกรังแกบ่อยๆ จะมีปัญหาทางสุขภาพจิต เช่น ซึมเศร้า กังวล ความนับถือตนเองต่ำ นอกจากนี้เด็กจะรู้สึกไม่ปลอดภัยที่โรงเรียนและจะไม่อยากมาโรงเรียน ปัญหาในการปรับตัวอาจมีไปจนถึงวัยผู้ใหญ่ ส่วนเด็กที่ชอบรังแกคนอื่นนั้นก็มีทัศนคติและค่านิยม ซึ่งนำไปสู่พฤติกรรมรุนแรงก้าวร้าวเมื่อเป็นวัยรุ่น การที่ผู้ใหญ่ปล่อยมีการรังแกเกิดขึ้นนั้นเป็นการสื่อให้เด็กรู้ว่าผู้ใหญ่ยอมรับการใช้กำลังเพื่อควบคุมผู้อื่น (กรมสุขภาพจิต, 2549)

การลดการรังแกในโรงเรียน อาจทำได้โดยการรณรงค์ในระดับโรงเรียนเพื่อประณามการรังแก และกระตุ้นให้นักเรียนมีพฤติกรรมที่ดีต่อกัน Olweus ได้พัฒนาโปรแกรมป้องกันการรังแกในโรงเรียน ซึ่งเป็นโปรแกรมที่ประสบความสำเร็จมากในนอร์เวย์และต่อมาได้นำมาใช้ที่สหรัฐอเมริกาและหลายประเทศในยุโรป ลักษณะของโปรแกรมเป็นการพัฒนาด้านสังคมในระดับโรงเรียน โดยอาศัยวิธีการทางพฤติกรรม โปรแกรมนี้ทำในระดับชั้นประถมและมัธยมต้น การประเมินประสิทธิภาพของโปรแกรมนี้ในโรงเรียน 42 แห่ง ในนอร์เวย์พบว่า อัตราการรังแกในโรงเรียนลดลงร้อยละ 50 ภายใน 2 ปี อัตราการหนีโรงเรียน การวิวาท ชกต่อยและการทำลายข้าวของก็ลดลงอย่างมากเช่นกัน นอกจากนี้โปรแกรมยังมีผลระยะยาวคือ ลดอัตราการกระทำผิดกฎหมายเมื่อเข้าสู่วัยรุ่น และทำให้นักเรียนผูกพันกับโรงเรียนมากขึ้น (Olweus, Limber & Mihalic, 1998)

โปรแกรม Bully-Proofing Your School เป็นโปรแกรมป้องกันการรังแกโดยมุ่งให้บรรยากาศในโรงเรียนมีความปลอดภัยขึ้น มีการฝึกอบรมครูอาจารย์และนักเรียน มีการเข้าไปแทรกแซงเมื่อเกิดกรณีรังแก และการช่วยเหลือนักเรียนที่ตกเป็นเหยื่อ ในโปรแกรมนี้จะใช้บทบาทสมมติ การสาธิต และการวิเคราะห์กันในห้องเรียน เนื้อหาที่สอนได้แก่ การควบคุมความโกรธ และ

การมีความเห็นอกเห็นใจคนอื่น รวมทั้งการสอนให้นักเรียนที่ถูกรังแกมีกลยุทธ์ที่จะจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้น นอกจากนี้บางโรงเรียนยังให้นักเรียนเข้ามามีส่วนร่วมในการแก้ไขปัญหาการรังแกกันด้วยการติดตามพบว่าทำให้อัตราการทะเลาะวิวาทชด้อยในโรงเรียนลดลง และครูอาจารย์เองก็ปลอดภัยมากขึ้น (กรมสุขภาพจิต, 2549)

การช่วยให้นักเรียนประสบความสำเร็จในการเรียน

การประสบความสำเร็จในการเรียนเป็นสิ่งที่สำคัญมาก ทั้งนี้เพราะเด็กที่เรียนไม่ดีมีโอกาสเกิดปัญหาพฤติกรรมและการกระทำผิดกฎหมายได้ง่าย ในต่างประเทศมีโปรแกรมที่เรียกว่า Continuous Progress Programs (CPP) ที่จะช่วยให้นักเรียนมีการพัฒนาทักษะและก้าวไปตามขั้นตอนที่เหมาะสมสำหรับแต่ละคน การศึกษาพบว่าวิธีการนี้ทำให้เด็กชั้นประถมประสบความสำเร็จในการเรียนอย่างต่อเนื่อง อีกโปรแกรมหนึ่งที่ได้ผล คือ cooperative learning ซึ่งเป็นการพัฒนาสัมฤทธิ์ผลทางการเรียนในเด็กนักเรียน โดยการให้เด็กมีทักษะความสามารถต่างกันมาอยู่ร่วมกันเป็นกลุ่มเล็กๆ เพื่อให้เด็กได้ช่วยเหลือกันและเรียนรู้จากกันและกัน การศึกษาพบว่าเด็กมีทัศนคติต่อโรงเรียนและต่อเพื่อนดีขึ้น การรังเกียจเพื่อนต่างสีผิวหรือเพื่อนที่มีปัญหาการเรียน (เด็กพิเศษ) ลดลง และเด็กประสบความสำเร็จในโรงเรียนมากขึ้น (กรมสุขภาพจิต, 2549)

โปรแกรมพัฒนาด้านสังคม

มีวัตถุประสงค์ที่จะลดหรือป้องกันไม่ให้เกิดพฤติกรรมก้าวร้าวและอันธพาล รวมทั้งการใช้ความรุนแรงด้วยการเพิ่มประสิทธิภาพทักษะสังคม โดยเฉพาะในแง่ของการเข้ากลุ่มเพื่อน ให้เด็กพัฒนาพฤติกรรมเชิงบวก เป็นมิตรต่อกันและร่วมมือกัน โปรแกรมดังกล่าวมักจัดในโรงเรียน เป้าหมายอาจเป็นเด็กทั่วไปและเด็กที่มีความเสี่ยงสูงก็ได้ โดยจะเน้นที่การพัฒนาทักษะด้านใดด้านหนึ่งหรือหลายด้าน เช่น การจัดการกับความโกรธ การปรับเปลี่ยนพฤติกรรม การพัฒนาศีลธรรมจรรยา การพัฒนาทักษะสังคม การพัฒนาทักษะการแก้ปัญหา และการพัฒนาทักษะจัดการกับความขัดแย้ง (กรมสุขภาพจิต, 2549)

Conflict negotiation skills for youth เป็นโปรแกรมที่มีเนื้อหาสอนวัยรุ่นให้มีความรู้เทคนิคจัดการกับความขัดแย้ง การตระหนักรู้ในตนเอง มีทักษะในการสื่อสาร การประนีประนอม การร่วมมือกันทำงานเป็นทีม โดยจะมีคู่มือสำหรับครูผู้สอน หรือผู้ทำงานเกี่ยวกับวัยรุ่นเพื่อจะได้มีแนวทางการสอนที่ชัดเจน (UNESCAP, 2003)

Conflict Resolution and Peer Mediation เป็นการสอนนักเรียนให้รับฟังความคิดเห็นของคนอื่น ยอมรับความแตกต่างระหว่างกัน หาวิธีแก้ปัญหาคความขัดแย้งได้อย่างสร้างสรรค์ และเป็นที่พึงพอใจของทั้งสองฝ่าย นอกจากนี้ยังมีการสอนนักเรียนให้สามารถไกล่เกลี่ยความขัดแย้งระหว่างเพื่อนช่วยเพื่อนพูดคุยและแก้ปัญหาระหว่างกัน (กรมสุขภาพจิต, 2549)

จะเห็นได้ว่า กลยุทธ์ในระดับ Universal prevention ส่วนใหญ่เป็นกลยุทธ์ในระดับโรงเรียน ทั้งนี้เพราะเด็กและวัยรุ่นใช้เวลาส่วนใหญ่ในโรงเรียน และโรงเรียนก็เป็นจุดที่จะเข้าถึงเด็กจำนวนมากได้ง่าย ทั้งนี้มีระบบที่เอื้อต่อการดำเนินงานเป็นพื้นฐานอยู่แล้ว อย่างไรก็ตาม มีกลยุทธ์หลายอย่างที่มีการศึกษาแล้วว่าไม่ได้ผลหากมีการกระทำแบบโดดๆ โดยไม่ได้ร่วมไปกับโปรแกรมอื่น

นโยบายที่เอื้อต่อการเปลี่ยนแปลง

แม้ว่าโรงเรียนจะมีโปรแกรมที่ดีเยี่ยมในการพัฒนาทักษะนักเรียน ทำให้โรงเรียนปลอดภัย และจัดการเรียนการสอนอย่างมีประสิทธิภาพเท่าไรก็ตาม แต่หากไม่ได้มีการวางนโยบายและแนวทางปฏิบัติที่จะให้การเปลี่ยนแปลงที่ดินนั้นดำเนินไปอย่างต่อเนื่อง โครงการต่างๆที่ทำไปก็ไร้ประโยชน์การเพิ่มศักยภาพของโรงเรียนในการวางแผนและการจัดการจึงเป็นสิ่งสำคัญ (กรมสุขภาพจิต, 2549)

กลยุทธ์ระดับสังคม ซึ่งมาตรการการป้องกันพฤติกรรมรุนแรงในวัยรุ่นระดับสังคม เช่น

การแก้ปัญหาอาวุธปืน

การแก้ปัญหาอาวุธปืนอย่างจริงจังเป็นสิ่งสำคัญ และอาจทำได้โดยการมีกฎหมายจัดการเรื่องอาวุธปืนเถื่อน ควบคุมการมีอาวุธปืนในผู้ที่มีอายุน้อย ลงโทษผู้ขายอาวุธให้วัยรุ่น ผู้มีอาวุธปืนเถื่อนในครอบครองและผู้ที่เกี่ยวข้องความรุนแรงด้วยอาวุธปืนอย่างจริงจัง รวมทั้งให้ความรู้แก่วัยรุ่น ครอบครัว และชุมชนเกี่ยวกับอันตรายอันเกิดจากอาวุธปืน (กรมสุขภาพจิต, 2549)

ปัญหาสุราและสารเสพติดในวัยรุ่น

สุราและสารเสพติดทำให้พฤติกรรมรุนแรงเกิดได้ง่ายขึ้น มาตรการลดโอกาสที่วัยรุ่นจะเข้าถึงสุราและสารเสพติดได้ง่ายจึงเป็นสิ่งที่สำคัญมาก ในประเทศนิวซีแลนด์ในเมืองที่มีการจำกัดการซื้อสุราในวัยรุ่น พบว่าอาชญากรรมลดลงอย่างมีนัยสำคัญ เมื่อเปรียบเทียบกับเมืองที่ไม่มีมาตรการใดๆ (WHO, 2002)

การควบคุมสื่อที่มีความรุนแรง

การดูโทรทัศน์ของเด็กเป็นปัญหาทางสาธารณสุขที่สำคัญมากเช่นเดียวกับปัญหาอื่นๆ เช่น ปัญหาการสูบบุหรี่ ควรมีการจำกัดการแพร่ภาพความรุนแรงในรายการโทรทัศน์ของเด็ก และจำกัดเวลาที่เด็กดูโทรทัศน์ นอกจากนี้ควรมีระบบการประเมินความรุนแรงของรายการโทรทัศน์เช่นเดียวกับที่มีสำหรับภาพยนตร์ที่ฉายตามโรงภาพยนตร์ ทั้งนี้เพื่อเป็นแนวทางสำหรับพ่อแม่ในการควบคุมดูแลการดูโทรทัศน์ของเด็ก (กรมสุขภาพจิต, 2549)

การรณรงค์เกี่ยวกับสื่อที่มีความรุนแรงอย่างจริงจังจะทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงเช่นเดียวกับการรณรงค์เรื่องการสูบบุหรี่ในประเทศแคนาดามีการรณรงค์ในระดับรากหญ้าที่จะลดการดูรายการโทรทัศน์ที่รุนแรงและลดการแพร่ภาพความรุนแรงทางโทรทัศน์ รวมทั้งการเปลี่ยนแปลงนโยบายเกี่ยวกับสื่อและอุตสาหกรรมผลิตรายการโทรทัศน์ด้วย (กรมสุขภาพจิต, 2549)

จะเห็นได้ว่าการศึกษางานวิจัยต่างๆในปัจจุบันการแก้ไขปัญหาในการป้องกันการเกิดพฤติกรรมความรุนแรงในวัยรุ่นนั้นต้องมีปัจจัยหลายอย่างเข้ามาเกี่ยวข้องการใช้โปรแกรมในโรงเรียนเพียงอย่างเดียวอาจยังไม่มีประสิทธิภาพเพียงพอในการป้องกันการเกิดพฤติกรรมความรุนแรงในวัยรุ่นอาจต้องมีครอบครัวซึ่งเป็นบุคคลที่ใกล้ชิดกับวัยรุ่นที่สุดและเป็นต้นแบบที่ดีสำหรับวัยรุ่นเข้ามามีส่วนร่วมในการสร้างแนวทางป้องกันและสิ่งแวดล้อมรอบๆที่มีปัจจัยสำคัญไม่น้อยไปกว่ากันคือชุมชนจะเห็นได้ว่าในงานวิจัยบางงานได้ให้กิจกรรมที่ผสมผสานระหว่างครอบครัว ชุมชน และการสื่อสารระหว่างคนในครอบครัวทำให้เกิดประสิทธิผลในการป้องกันการเกิดพฤติกรรมความรุนแรงวัยรุ่นได้ดีมากขึ้นในการติดตามผลระยะยาว การเคร่งครัดโดยการใช้มาตรการต่างๆโดยการใช้กฎหมายบังคับและการณรงค์แบบอย่างที่ดีแก่วัยรุ่น ผู้นำในสังคมของทุกวงการ ครู ศิลปินดาราก็มีส่วนสำคัญที่จะร่วมกันเป็นแนวทางการป้องกันการเกิดพฤติกรรมความรุนแรงในวัยรุ่น

ความฉลาดทางอารมณ์ (Emotional Intelligence)

จากการทบทวนวรรณกรรม มีผู้ให้ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์ไว้หลายความหมายดังนี้

เมเยอร์และซาโลเวย์ (Mayer & Salovey, 1997) ให้ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์คือ ความสามารถในการรับรู้ ประเมินและแสดงอารมณ์ออกได้อย่างเหมาะสม สามารถเข้าถึงและสร้างความรู้สึที่ดี ที่เกื้อกูลความคิดได้ เข้าใจอารมณ์และกระบวนการของอารมณ์ได้ดี คิด ไตร่ตรองและควบคุมภาวะอารมณ์

โกลแมน (Goleman, 1995) ได้ให้ความหมายของอารมณ์ไว้ว่า เป็นความสามารถในการตระหนักถึงความรู้สึกของตนเองและความรู้สึกของผู้อื่น จนสามารถบริหารจัดการกับอารมณ์ของตนเพื่อเป็นแรงจูงใจในการสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่นได้อย่างประสบผลสำเร็จ โดยเขามีความเชื่อว่า ความฉลาดทางอารมณ์นี้แตกต่างจากเชาว์ปัญญาแต่เสริมเกื้อกูลกัน

กรมสุขภาพจิต (2546) ให้ความหมายของ ความฉลาดทางอารมณ์ คือ ความสามารถทางอารมณ์ที่จะช่วยให้การดำเนินชีวิตเป็นไปอย่างสร้างสรรค์และมีความสุขเหมาะสมกับวัย

แสงอุษา รุ่งโรจน์นันทน์ และ กฤษณ์ รุยาพร (2543) ได้ให้ความหมายความฉลาดทางอารมณ์ว่า เป็นความสามารถของบุคคล ในการตระหนักถึงการใช้ปัญญากำกับอารมณ์ของตนเอง และการใช้ปัญญาในการบริหารอารมณ์ผู้อื่น โดยส่วนของความสามารถในการใช้ปัญญากำกับอารมณ์ของตนเอง มีความสามารถในการรับรู้ เข้าใจ สามารถควบคุมและสร้างแรงกระตุ้นจากภายใน ให้กับตัวเองเพื่อให้เกิดเป็นแรงจูงใจในการทำงานต่างๆ ได้อย่างเหมาะสม ถูกกับกาลเทศะ และถูกทำนองคลองธรรม พร้อมทั้งมีความสามารถในการแสดงออกของอารมณ์ตนเองได้อย่าง

เหมาะสมในส่วนการใช้ปัญญากำกับอารมณ์ของผู้อื่น หมายถึงการเห็นอกเห็นใจผู้อื่น เพื่อการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข

เท็ดสจค์ เดชคง (2542) ได้ให้คำจำกัดความของความฉลาดทางอารมณ์ว่า หมายถึงความสามารถของบุคคลในการที่จะมุ่งมั่น อดทน ที่คอยดำเนินกิจกรรมของตนเองเพื่อนำไปสู่เป้าหมาย กระทั่งประสบความสำเร็จ ระหว่างที่ดำเนินกิจกรรมนั้น ถ้ามีปัญหาหรือความคับข้องใจก็ค่อยๆ แก้ไขไปด้วยวิธีการที่เหมาะสม

จากความหมายของความฉลาดทางอารมณ์ดังกล่าวข้างต้น สรุปได้ว่า ความฉลาดทางอารมณ์คือ ความสามารถของบุคคลที่จะตระหนักรู้ในความคิดความรู้สึกและอารมณ์ของตนเองและผู้อื่น สามารถควบคุมอารมณ์และแรงกระตุ้นภายใน ตลอดจนการสามารถรอคอยการตอบสนองความต้องการของตนเองได้อย่างเหมาะสม ถูกกาลเทศะ สามารถให้กำลังใจตนเองในการที่จะเผชิญข้อขัดแย้งต่างๆ ได้อย่างไม่คับข้องใจ รู้จักจัดการความเครียด ที่จะขัดขวางความคิดริเริ่มสร้างสรรค์อันมีค่าของตนเองได้ สามารถชี้นำความคิดและการกระทำของตนในการทำงานร่วมกับผู้อื่นทั้งในฐานะผู้นำหรือผู้ตามได้อย่างมีความสุข

องค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์

นักจิตวิทยาชาวต่างชาติได้ทำการศึกษาและให้แนวคิดเกี่ยวกับองค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์ไว้หลากหลาย (Salovey & Mayer, 1990; Wagner & Stenberg, 1985; Mayer & Salovey, 1997; Goleman, 1988; Cooper & Sawaf, 1997 อ้างถึงในกรมสุขภาพจิต, 2543) สรุปได้ดังนี้

1. การตระหนักรู้ตนเอง หมายถึง การรับรู้และเข้าใจ ความรู้สึก ความคิดและอารมณ์ของตนตามความเป็นจริงและสามารถควบคุมความรู้สึกได้
2. สามารถในการบริหารจัดการกับอารมณ์ ของตนได้อย่างเหมาะสมตามสถานการณ์ เพื่อไม่ให้เกิดความเครียด มีเทคนิคในการคลายเครียด สดักความวิตกกังวลรุนแรงได้อย่างรวดเร็วไม่รุนแรงง่าย ทำให้อารมณ์ชุ่มฉ่ำหายไปโดยเร็ว
3. การรับรู้อารมณ์และความต้องการของผู้อื่น เห็นอกเห็นใจผู้อื่น เอาใจเขามาใส่ใจเราและสามารถแสดงออกได้อย่างเหมาะสม
4. สามารถจูงใจตนเองได้ ควบคุมความต้องการจากแรงกระตุ้นได้อย่างเหมาะสม สามารถรอคอยการสนองตอบความต้องการ เพื่อบรรลุเป้าหมายที่ดีกว่า มองโลกในแง่ดี สามารถจูงใจและให้กำลังใจตนเองได้ สามารถสร้างความสัมพันธ์กับคนรอบข้างได้

5. การจัดการกับสัมพันธภาพ การที่สามารถจัดการกับอารมณ์ ความต้องการของผู้อื่น ได้อย่างเหมาะสม มีศิลปะในการสร้างสัมพันธภาพ มีการจัดการกับความขัดแย้งได้ดี มีทักษะทางสังคม

สำหรับองค์ประกอบความฉลาดทางอารมณ์ตามแนวคิดของไทย กรมสุขภาพจิตได้รวบรวมแนวความคิดทฤษฎีจากนักวิชาการร่วมกับการศึกษาทบทวนตามแนวคิดความฉลาดทางอารมณ์จากต่างประเทศ แล้วสรุปองค์ประกอบความฉลาดทางอารมณ์ตามแนวคิดของไทย ที่ประกอบด้วย 3 ด้านคือ ด้านดี หมายถึง ความสามารถในการควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง รู้จักเห็นใจผู้อื่นและมีความรับผิดชอบต่อส่วนรวม ด้านเก่ง หมายถึง ความสามารถในการรู้จักตนเอง มีแรงจูงใจ สามารถตัดสินใจแก้ปัญหา และแสดงออกได้อย่างมีประสิทธิภาพ รวมทั้งมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น ประกอบด้วยความสามารถ ด้านสุข หมายถึง ความสามารถในการดำเนินชีวิตอย่างเป็นสุข มีความภาคภูมิใจในตนเองพอใจในชีวิต และมีความสุขสงบทางใจ ประกอบด้วย (กรมสุขภาพจิต, 2543)

ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความฉลาดทางอารมณ์

ความฉลาดทางอารมณ์ของแต่ละบุคคลมีมากหรือมีน้อยขึ้นอยู่กับปัจจัยหลักๆดังนี้

1. พื้นฐานทางอารมณ์ที่ติดตัวมาตั้งแต่กำเนิด มีการศึกษาพบว่า สภาพแวดล้อมขณะอยู่ในครรภ์มารดา มีส่วนต่อการสร้างพื้นฐานทางอารมณ์ของบุตรที่จะถือกำเนิดออกมา โดยพบว่ามารดาที่มีความเครียด อาจทำให้บุตรมีพื้นฐานทางอารมณ์ไม่ดี อ่อนไหวง่าย เปราะบาง ส่วนมารดาที่มีอารมณ์ดีมีความสบายกายสบายใจในขณะตั้งครรภ์ ก็จะส่งผลให้บุตรที่เกิดมาเป็นเด็กเลี้ยงง่าย ร่าเริงเติบโตเป็นคนที่จิตใจที่มั่นคง เข้มแข็ง สามารถเผชิญกับปัญหาต่างๆได้ดี ตรงกันข้ามกับผู้ที่พื้นฐานทางอารมณ์ไม่ดี ที่มักมีความอดทนต่อแรงกดดันต่างๆได้น้อย ส่งผลให้มีความฉลาดทางอารมณ์ต่ำ (กรมสุขภาพจิต, 2543)

2. สภาพแวดล้อมและการอบรมเลี้ยงดู การอบรมเลี้ยงดูที่ดีในสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมสามารถช่วยพัฒนาพ่อแม่และควบคุมพื้นฐานทางอารมณ์ด้านลบของเด็กได้ ในขณะที่เดียวกันก็จะช่วยส่งเสริมพื้นฐานทางอารมณ์ด้านบวกให้ดียิ่งขึ้น ซึ่งพบว่า การอบรมเลี้ยงดูด้วยบรรยากาศที่เป็นประชาธิปไตยรับฟังความคิดเห็นของกันและกัน มีการสื่อสารที่เปิดเผย สามารถไว้วางใจกันได้ ไม่มีการทำร้ายจิตใจและอารมณ์ซึ่งกันและกันในครอบครัว จะช่วยเสริมสร้างให้เด็กมีความฉลาดทางอารมณ์ที่ดี (กรมสุขภาพจิต, 2543) จากการศึกษาของ ชมนน สุขวงศ์ (2543) ในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดสกลนคร จำนวน 400 คน พบว่า การเลี้ยงดูแบบให้ความรักและแบบคาดหวังกับเด็กมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความเฉลียวฉลาดทาง

อารมณ์ของวัยรุ่นตอนต้น ในขณะที่พบว่า การเลี้ยงดูแบบลงโทษแบบแสดงความเป็นเจ้าของมากเกินไป แบบขอมบุตร และปล่อยปละละเลยไม่มีความสัมพันธ์กับความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์

3. การศึกษา ความฉลาดทางอารมณ์เป็นสิ่งที่สามารถเรียนรู้และพัฒนาได้ตลอดเวลา ทั้งที่เป็นทางการและไม่เป็นทางการ โรงเรียนจึงเป็นแหล่งพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ที่สำคัญอีกแห่งหนึ่ง โดยครูอาจารย์สามารถช่วยส่งเสริมการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กได้ ด้วยการสร้างบรรยากาศการเรียนรู้ที่เป็นประชาธิปไตย ให้อิสระทางความคิด ยินดีรับฟัง และเกื้อหนุนนักเรียนช่วยให้นักเรียนได้เข้าใจความรู้สึก อารมณ์ของตน ด้วยการสอนถึงคำศัพท์ต่างๆ ที่เกี่ยวกับอารมณ์ สนับสนุนให้ในการจัดการกับภาวะอารมณ์และให้มีการแสดงออกที่เหมาะสม ฝึกฝนการให้ความเอื้ออาทรกับผู้อื่น ซึ่งครูอาจารย์ต้องวางตัวเป็นแบบอย่างที่ดี โดยการระมัดระวังคำพูด การแสดงออกทางอารมณ์ของตนเอง (กรมสุขภาพจิต, 2543)

สำหรับการใช้โปรแกรมการจัดกิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เพื่อป้องกันปัญหาพฤติกรรมการใช้ความรุนแรง ถือได้ว่าเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา เนื่องจากเป็นกิจกรรมที่เปิดโอกาสให้นักเรียนได้เรียนรู้และทำความเข้าใจเกี่ยวกับอารมณ์ต่างๆ โดยใช้บทบาทสมมติสถานการณ์จำลองให้นักเรียนได้มีการฝึกทักษะในการจัดการทางอารมณ์และพัฒนาความสามารถในการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น

พฤติกรรมก้าวร้าวกับความฉลาดทางอารมณ์

พฤติกรรมก้าวร้าวที่วัยรุ่นแสดงออก สะท้อนให้เห็นถึงภูมิคุ้มกันทางอารมณ์ที่บกพร่อง ขาดความยับยั้งชั่งใจและการควบคุมอารมณ์ที่ดี ขาดการตัดสินใจด้วยเหตุผลทำให้ไม่สามารถหาทางออกที่เหมาะสมและควบคุมตนเองได้ ดังนั้นคนที่มีความฉลาดทางอารมณ์หรือมีทักษะทางอารมณ์ที่ได้รับการพัฒนามาอย่างดีจะสามารถรับรู้และเข้าใจและจัดการกับความรู้สึกของตนเองได้ดี รวมทั้งเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น สามารถจัดการกับอารมณ์และควบคุมอารมณ์ของตนเองได้รวมทั้งการแสดงออกถึงพฤติกรรมที่เหมาะสม

สุดา รองเมือง (2551) กล่าวว่าจากลักษณะการกระทำผิดของเด็กและเยาวชนในรูปแบบต่างๆ ที่ได้สร้างความเดือดร้อนให้แก่ตนเองและผู้อื่นอย่างมากมาย จะเห็นว่า เกิดจากเด็กและเยาวชนขาดสติยับยั้งชั่งใจไม่อดทนต่อสิ่งที่ยั่วยุปล่อการกระทำไปตาม ความโลภ ความโกรธ ความหลง ไม่พึงพอใจในสิ่งที่ตนเองมีอยู่ กระทำพฤติกรรมต่างๆ เพื่อตอบสนองความต้องการตนเองฝ่ายเดียว ไม่มีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น ใช้อารมณ์ด้านลบในการตัดสินใจปัญหามากกว่าการพิจารณาเหตุผล ซึ่งเป็นวิธีการแก้ปัญหาที่ยังทำให้เกิดปัญหาเพิ่มขึ้นอย่างไม่จบสิ้น จึงเป็นข้อบ่งชี้ที่แสดงให้เห็นว่าขาดวุฒิภาวะทางอารมณ์ หรือที่เรียกว่า ขาดความฉลาดทางอารมณ์ นักจิตวิทยาหลาย

ท่านได้กล่าวไว้ว่า ส่วนใหญ่เด็กและเยาวชนที่ก่ออาชญากรรม นิยมใช้ความรุนแรง มีพฤติกรรม อันธพาล เสพติดยา และออกจากโรงเรียนกลางคัน มักมีปัญหาขาดความฉลาดทางอารมณ์ สอดคล้องกับการศึกษาของ อุสา สุทธิสาคร (2543) พบว่า บรรดาอาชญากรหรือผู้ที่ทำร้ายผู้อื่นทั้ง ด้านร่างกายและจิตใจ มักเกิดจากการที่ไม่สามารถควบคุมพฤติกรรมให้แสดงออกในทางที่ถูกต้อง และขาดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

การทบทวนงานวิจัยที่ผ่านมา พบว่ามีงานวิจัยที่ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความ ฉลาดทางอารมณ์กับการใช้ความรุนแรงของเด็กและเยาวชน ดังตัวอย่างเช่น การศึกษาของ ศิริ ปาน แดง (2547) พบว่าความฉลาดทางอารมณ์ด้านดี ด้านเก่ง และด้านสุขของนักเรียนมัธยมศึกษา มีความสัมพันธ์ทางบวกกับทัศนคติต่อการใช้ความรุนแรง และการศึกษาของ Liao และคณะ (2003) พบว่าเด็กที่มีพฤติกรรมภายนอก เช่น พฤติกรรมก้าวร้าว เกร และกระทำ ความผิด มีความสัมพันธ์ แบบแปรผกผันกับความฉลาดทางอารมณ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ รวมทั้งการศึกษาของ สิทธิ ศักดิ์ วณิชกิจ และคณะ (2544) ศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อการกระทำความผิดในคดีรุนแรงของเด็กและ เยาวชน พบว่าเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กมีค่าคะแนนเฉลี่ยของความฉลาดทาง อารมณ์รายด้านคือ ด้านดี ด้านเก่ง และด้านสุข อยู่ในระดับเกณฑ์มาตรฐานของกรมสุขภาพจิต และ เมื่อพิจารณาในองค์ประกอบย่อยของแต่ละด้านพบว่าเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็ก มีความฉลาดทางอารมณ์อยู่ในระดับต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐาน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

จากการศึกษาดังกล่าว ในเรื่องของเด็กและเยาวชนมีปัญหาเกี่ยวกับการขาดความฉลาด ทางอารมณ์ทำให้การแสดงออกด้านอารมณ์ไม่เหมาะสม ทำให้เกิดผลกระทบต่อตนเอง ครอบครัว สังคม จนถึงขั้นต้องรับโทษตามกฎหมายจนเกิดปัญหาด้านสุขภาพจิตตามมาเช่น ซึมเศร้า เครียด หดหู่และการฆ่าตัวตายตามมา ผู้ศึกษาจึงเห็นว่ามีผลสำคัญและจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องให้การ ป้องกันการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าว ชอบใช้ความรุนแรงในวัยรุ่นโดยการเน้นที่จะส่งเสริมความฉลาด ทางอารมณ์ เพราะสังคมควรให้ความสำคัญกับการป้องกันมากกว่าการตามแก้ไขปัญหาล่าช้า และการป้องกันปัญหาที่ดีนั้นก็คือ การเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ให้แก่เยาวชนตั้งแต่วัยเด็ก โดยเฉพาะในช่วงวัยอนุบาลถึงประถมศึกษา ด้วยความเชื่อในแนวคิดที่ว่า ความฉลาดทางอารมณ์ เป็นสิ่งที่บุคคลสามารถพัฒนาได้ตลอดชีวิต (กรมสุขภาพจิต, 2543) เพื่อเสริมสร้างให้เยาวชนซึ่งเป็น อนาคตของชาติได้เติบโตเป็นผู้มีจิตใจมั่นคง รู้เท่าทันอารมณ์ของตนเองและผู้อื่น สามารถควบคุม และจัดการกับอารมณ์ตนเองได้อย่างเหมาะสม ส่งผลระยะยาวต่อการลดความรุนแรงของสังคมใน อนาคต สร้างความสงบสุขต่อครอบครัว ชุมชน สังคมและประเทศชาติ

การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์เพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าว

จากการทบทวนวรรณกรรม พบว่าสาเหตุการใช้พฤติกรรมรุนแรงในเด็กและเยาวชนส่วนหนึ่งมาจากปัญหาการขาดความฉลาดทางอารมณ์ (ปรีดีหทัย ถนิมพาสน์, 2541; อุสา สุทธิสาคร, 2542; สิทธิศักดิ์ วนะชกิจและคณะ, 2544) ทำให้เกิดพฤติกรรมการแสดงออกที่ไม่เหมาะสมในการเผชิญกับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น ไม่สามารถควบคุมและจัดการอารมณ์ของตนเองได้ขาดการยับยั้งชั่งใจ และมีการแก้ปัญหาด้วยการใช้ความรุนแรงหรือพฤติกรรมก้าวร้าว เช่น ข่มขู่ ทะเลาะวิวาท ชกต่อย ทำร้ายร่างกายผู้อื่นจนเสียชีวิต ทำให้เกิดผลเสียตามมาทั้งต่อตนเองและผู้อื่น จากปัญหาดังกล่าว จึงมีความจำเป็นที่จะให้ความช่วยเหลือแก่เด็กและเยาวชนในการป้องกันการเกิดปัญหาการใช้ความรุนแรง ในการวางรากฐานทางอารมณ์ การปลูกฝังคุณธรรม จริยธรรมที่ดีงาม ด้วยการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ เพื่อให้เด็กและเยาวชน เป็นบุคคลที่สามารถควบคุมและจัดการเกี่ยวกับอารมณ์ของตนเองได้อย่างเหมาะสม รู้จักเห็นใจผู้อื่น สามารถตัดสินใจแก้ปัญหาด้วยการใช้เหตุผล การผ่อนคลายความเครียดตลอดจนสามารถสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่นได้

การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ให้แก่เด็กและเยาวชน ควรมีรูปแบบและกิจกรรมที่เหมาะสมกับวัย และสภาพปัญหา สิ่งที่สำคัญต้องพัฒนาให้เกิดความสามารถในการจัดการหรือควบคุมและกำกับการแสดงออกทางอารมณ์ให้เป็นไปในทางที่ตนเองและบุคคลอื่นๆยอมรับเกิดการพัฒนาทักษะทางสังคมเพื่อให้รู้จักและเข้าใจความรู้สึก ความต้องการของผู้อื่น รู้จักการเห็นอกเห็นใจ มีความรักเอาใจใส่ซึ่งกันและกัน รู้จักแสดงออกให้เหมาะสมต่อสถานการณ์ต่างๆและเกิดทักษะทางสังคม สอดคล้องกับ เทิดศักดิ์ เดชคง (2542) ที่กล่าวว่า iva การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ในเด็กและเยาวชนให้ได้ผลดีนั้น ควรเน้นกิจกรรมที่เปิดโอกาสให้เด็กและเยาวชนได้เรียนรู้จากประสบการณ์จริง ด้วยการฝึกแสดงออกด้วยตนเอง เพราะจะทำให้เด็กและเยาวชนเกิดการเรียนรู้สามารถจดจำและมีความมั่นใจในการนำไปปฏิบัติได้ในการเผชิญสถานการณ์ปัญหาจริง

จากการทบทวนวรรณกรรมเกี่ยวกับโปรแกรมพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์เพื่อป้องกันปัญหาพฤติกรรมก้าวร้าวและความรุนแรงพบว่ามีโปรแกรมหลายโปรแกรม ตัวอย่างเช่น รัชนี สุวะมาตย์ (2544) ศึกษาผลของโปรแกรมการฝึกการเห็นคุณค่าในตนเองตามกรอบแนวคิดของ ชิค โคนที่มีต่อระดับเชาว์อารมณ์และพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนอำนาจเจริญ จังหวัดอำนาจเจริญพบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองมีระดับเชาว์อารมณ์สูงกว่าการทดลองและคะแนนพฤติกรรมก้าวร่ววน้อยกว่าการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ นิรดา อุดลยพิเชษฐ์ (2542) ศึกษาผลของการใช้โปรแกรมพัฒนาเชาว์อารมณ์ที่มีต่อระดับเชาว์อารมณ์ของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยพยาบาลกองทัพบกพบว่า หลังการทดลองนักศึกษาที่มีระดับเชาว์อารมณ์ปานกลางและต่ำมีระดับเชาว์อารมณ์สูงกว่าการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติและการศึกษาของ

กรวิดา ศรีสุภา (2547) ศึกษาผลของการใช้กระบวนการจัดการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ตามแนวคิดของโกล์แมนที่มีต่อการลดพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรงของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 พบว่าค่าเฉลี่ยของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนสูงกว่าการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรงของนักเรียนน้อยกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และการศึกษาของสำนักพัฒนาสุขภาพจิต กรมสุขภาพจิต (2550) ศึกษาเกี่ยวกับการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เพื่อป้องกันการใช้ความรุนแรงในเด็กประถมศึกษา พบว่า นักเรียนประถมศึกษาที่ได้รับโปรแกรมมีพฤติกรรมเสี่ยงต่อความรุนแรงลดลงและน้อยกว่านักเรียนประถมศึกษานักเรียนประถมศึกษาที่ไม่ได้รับโปรแกรมป้องกันพฤติกรรมรุนแรง และนักเรียนที่รับโปรแกรมป้องกันพฤติกรรมรุนแรงมีทักษะชีวิตเพื่อป้องกันความรุนแรงในโรงเรียนสูงกว่าก่อนการทดลองและสูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้รับโปรแกรมป้องกันพฤติกรรมรุนแรง

โปรแกรม Second Step เป็นโปรแกรมในโรงเรียนที่สอนทักษะในการเข้าสังคมและแก้ปัญหาความขัดแย้งให้กับเด็กนักเรียนชั้นประถมศึกษา (สำนักพัฒนาสุขภาพจิต กรมสุขภาพจิต, 2550) ซึ่ง Riesa (2005) ได้ประเมินประสิทธิผลของกลวิธีป้องกันความรุนแรงเพื่อลดความก้าวร้าวและพฤติกรรมต่อต้านสังคมของเด็กประถมศึกษา โดยนำ Second Step ซึ่งเป็นโปรแกรมการป้องกันที่มีชื่อเสียงของคณะกรรมการสำหรับเด็กมาใช้ในโรงเรียนประถมศึกษาของมลรัฐโอริโซนา ในระดับชั้นอนุบาลถึงชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 มีโรงเรียนประถมศึกษาแห่งหนึ่งในเขตเดียวกันเป็นกลุ่มควบคุม มีการสอน Second Step ทุกสัปดาห์โดยครูประจำชั้น เป็นเวลา 4 เดือน บทเรียนที่สอน ได้แก่ ความเห็นอกเห็นใจ การควบคุมอารมณ์และการจัดการกับความโกรธ มีการทดสอบนักเรียนก่อนและหลังให้โปรแกรม มีการเปรียบเทียบระดับของพฤติกรรมต่อต้านสังคมและความรุนแรงด้วยการนับจำนวนการกระทำผิดระเบียบข้อบังคับของทางโรงเรียนจากกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมเป็นจำนวน 20 วันก่อนดำเนินโปรแกรมและอีก 20 วันต่อมานับจากภายหลังเสร็จสิ้นโปรแกรมแล้ว มีการใช้แบบทดสอบประเมินความเสี่ยงของนักเรียน โดยครูทั้งก่อนและหลังโปรแกรมเพื่อวัดการเปลี่ยนแปลงของพฤติกรรมและพฤติกรรมในชั้นเรียนด้วย ผลการศึกษาพบว่า Second Step เป็นโปรแกรมที่มีประสิทธิผลภายหลังการดำเนินการนาน 1 ปี โดยเฉพาะได้ผลดีกับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 และ 5

การพัฒนาโปรแกรมส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ของกรมสุขภาพจิต

จากแนวคิดและวิธีการจัดการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ต่อพฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรง จะเห็นได้ว่ามีความสอดคล้องกันที่จะส่งเสริมให้เด็กและเยาวชน เรียนรู้ที่จะเข้าใจอารมณ์

ของตนเองและผู้อื่นเพื่อเพิ่มประสิทธิภาพการตอบสนองทางอารมณ์ที่เหมาะสม เพราะอารมณ์ที่ไม่มั่นคงอาจเป็นสาเหตุของการกระทำผิดของเด็กได้ทั้งสิ้น (ประธาน วัฒนวานิชย์, 2530) และมีวิธีการดำเนินกลุ่มที่มีความสอดคล้องกับแนวทางการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของกรมสุขภาพจิต (2543) ตามคู่มือการจัดกิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เพื่อป้องกันปัญหาการใช้ความรุนแรงในโรงเรียนระดับประถมศึกษา พัฒนาโดย สำนักพัฒนาสุขภาพจิต กรมสุขภาพจิต (2548) ซึ่งเป็นผลจากการประชุมเชิงปฏิบัติการเพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ เพื่อป้องกันปัญหาพฤติกรรมในวัยรุ่น ระหว่างวันที่ 1-3 กุมภาพันธ์ 2548 ณ โรงแรมมารวยการ์เด็น กรุงเทพมหานคร ซึ่งเป็นเวทีที่สำนักพัฒนาสุขภาพจิต กรมสุขภาพจิต ได้จัดขึ้นเพื่อให้ผู้เชี่ยวชาญและผู้ปฏิบัติงานในการดูแลเด็กไทย ได้ระดมสมองเพื่อจัดทำคู่มือการจัดกิจกรรมเสริมสร้างเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เพื่อป้องกันปัญหาการใช้ความรุนแรงในโรงเรียน โดยหลักการสำคัญคือ การป้องกันปัญหาการใช้ความรุนแรงในวัยรุ่นต้องป้องกันตั้งแต่วัยเด็ก โดยเน้นที่เด็กในระบบโรงเรียนและรูปแบบกิจกรรมต้องมีความสนุก ใช้กระบวนการกลุ่มในการเรียนรู้

โดยคู่มือการจัดกิจกรรมเสริมสร้างเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เพื่อป้องกันปัญหาการใช้ความรุนแรงในโรงเรียนมีเนื้อหาเกี่ยวกับ 1) **การรับรู้อารมณ์** เป็นการฝึกสิ่งที่มีอิทธิพลต่อการจัดการทางอารมณ์ของนักเรียนมีหลายประการ นักเรียนจำเป็นต้องได้รับการฝึกฝนและประสบการณ์ในการรับรู้และเข้าใจอารมณ์ตนเองและผู้อื่น ซึ่งจะทำให้เกิดสติในการควบคุมอารมณ์มากขึ้น เพื่อจะปฏิบัติตามกฎข้อบังคับของสังคมได้อย่างเหมาะสม 2) **การยอมรับความแตกต่างระหว่างบุคคล** การมองเห็นคุณค่าหรือความสำคัญในบทบาทหน้าที่ของผู้อื่น ที่แตกต่างจากตนเอง การยอมรับฟังเหตุผลของกันและกัน และมีมุมมองที่เห็นว่าทุกคนล้วนมีความสำคัญแม้จะต่างความสามารถ ต่างความคิด ต่างความรู้สึก แต่ทุกคนก็มีคุณค่าในตัวเอง 3) **การเสริมสร้างสัมพันธภาพ** ในการทำงานใดๆ ให้สำเร็จนั้น บางครั้งเราไม่สามารถทำตามลำพังให้สำเร็จได้ เมื่อมีการทำงานร่วมกัน หากผู้ที่ร่วมงานกัน มีการมุ่งมั่นตั้งใจทำงาน รวมทั้งมีการสื่อสารที่ดีต่อกัน สามัคคีกัน ก็จะทำให้การงานนั้นสำเร็จลงได้ 4) **การคิดทางบวก** การที่นักเรียนได้มีโอกาสคิดทบทวนความสำเร็จ หรือสิ่งที่ดีในชีวิตอย่างต่อเนื่อง จะทำให้นักเรียนมองตนเองว่าเป็นคนที่มีความสามารถ เป็นที่ยอมรับ สามารถฟันฝ่าปัญหาอุปสรรคต่างๆ ได้ 5) **ทักษะการสื่อสาร** เมื่อเจอสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อการเกิดความรุนแรง การตีความ อารมณ์หรือคำพูดในสถานการณ์นั้นโดยไม่ยับยั้งชั่งใจหรือใช้เหตุผล มักจะก่อให้เกิดการทะเลาะวิวาทหรือการ บางครั้งเมื่อคนสองคนทะเลาะกัน ไม่สามารถหาข้อยุติได้ ก็จำเป็นต้องหาผู้ไกล่เกลี่ยหรือประนีประนอม เพื่อให้เหตุการณ์นั้นสามารถยุติได้ด้วยสันติวิธี 6) **ทักษะการควบคุมอารมณ์** การเรียนรู้ที่จะจัดการกับสถานการณ์ต่างๆ ได้อย่างมีสติ มีเหตุผล รู้จักอดทน อดกลั้น จะทำให้นักเรียนสามารถควบคุมอารมณ์และแสดงออก

ในทางที่สังคมยอมรับ 7) **ทักษะการผ่อนคลาย** จะช่วยให้นักเรียนพัฒนาสติและสมาธิในการรับรู้สิ่งต่างๆ 8) **ทักษะการจัดการกับปัญหา/ความขัดแย้ง** เหตุการณ์ความขัดแย้งที่เกิดขึ้นในสังคมมีหลากหลายรูปแบบและมีความรุนแรงหลายระดับการหาวิธีแก้ไขความขัดแย้งด้วยสันติวิธี จะช่วยลดการใช้ความรุนแรงความรุนแรงและช่วยปลูกฝังทัศนคติที่ดีต่อการอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างสันติ ดังนั้นการที่ฝึกฝนให้เด็กและเยาวชนรับรู้และเข้าใจในอารมณ์ของตนเอง สามารถควบคุมและแสดงออกอย่างเหมาะสมจะเป็นแนวทางการแก้ไขปัญหาในการลดพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรงของเด็กได้ ซึ่งถ้าเด็กสามารถบอกอารมณ์ด้านลบออกมาได้จะทำให้พฤติกรรมรุนแรงลดลงไปและจากผลการรายงานการนำคู่มือการจัดการกิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เพื่อป้องกันปัญหาการใช้ความรุนแรงในโรงเรียนระดับประถมศึกษาไปใช้แล้วพบว่าพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้ความรุนแรงลดลง ความฉลาดทางอารมณ์เพิ่มขึ้นซึ่งโปรแกรมนี้ได้มีการนำไปปรับใช้หลายโรงเรียน และพบว่าใช้ได้ผลดี (สำนักพัฒนาสุขภาพจิต กรมสุขภาพจิต, 2550)

บทบาทพยาบาลจิตเวชและสุขภาพจิตเกี่ยวกับพฤติกรรมก้าวร้าวในวัยรุ่น

พฤติกรรมก้าวร้าวในวัยรุ่นนับเป็นปัญหาที่ซับซ้อนและมีความเกี่ยวข้องกับหลายวิชาชีพ เช่น แพทย์ พยาบาล นักจิตวิทยา นักสังคมสงเคราะห์ ครู และตำรวจ เป็นต้น สำหรับในวิชาชีพพยาบาลเอง พยาบาลที่ดูแลให้ความช่วยเหลือเกี่ยวกับปัญหาพฤติกรรมก้าวร้าวในวัยรุ่นได้แก่ พยาบาลเด็กและวัยรุ่น พยาบาลประจำโรงเรียน และพยาบาลจิตเวชและสุขภาพจิต โดยพยาบาลจิตเวชและสุขภาพจิตมีบทบาทในการป้องกันและลดพฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรงในวัยรุ่นดังต่อไปนี้ (ทัศน ทวีคุณ, 2552)

1) ผู้ให้บริการโดยตรง (Direct care) ซึ่งพยาบาลมีบทบาทในการให้การช่วยเหลือในเด็กและวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีพฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรง หรือมีพฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรง และเป็นรายที่มีปัญหาซับซ้อน โดยการให้คำปรึกษารายบุคคลและรายกลุ่ม การให้คำปรึกษาครอบครัว การเรียนการสอนในห้องเรียนเกี่ยวกับการพัฒนาทักษะทางสังคม การให้คำปรึกษาครอบครัว การจัดการรายกรณี และการจัดการภาวะวิกฤติ

2) ผู้ให้คำปรึกษา (Consultant) ซึ่งพยาบาลทำหน้าที่ช่วยโรงเรียนในการพัฒนาศักยภาพในการจัดการดำเนินโปรแกรมการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวในนักเรียน โดยช่วยในการจัดตั้งทีมผู้ดำเนินการหลักของโรงเรียน การฝึกอบรมครูในโรงเรียนถึงวิธีการดำเนินโปรแกรม โดยมีพยาบาลช่วยให้คำแนะนำเป็นระยะๆ เพื่อให้ครูสามารถที่จะดำเนินโปรแกรมได้ตามที่วางแผนไว้

3) ผู้ให้การสนับสนุน (Advocate) พยายามมีบทบาทในการช่วยเหลือสนับสนุนทีมบุคลากรในโรงเรียน โดยมีส่วนร่วมในการสร้างบรรยากาศที่มีความปลอดภัยในโรงเรียนให้ข้อมูลเกี่ยวกับอุบัติการณ์และความสุขของพฤติกรรมก้าวร้าวในเด็กและวัยรุ่นแก่บุคลากรในโรงเรียนเพื่อช่วยในการตัดสินใจเกี่ยวกับความต้องการที่จะดำเนินมาตรการหรือเปลี่ยนแปลงนโยบาย นอกจากนี้พยายามยังทำหน้าที่ติดต่อประสานงานกับแหล่งประโยชน์ในชุมชนในการสนับสนุนโครงการป้องกันและลดพฤติกรรมรุนแรงในโรงเรียน

บทบาทหน้าที่ของพยาบาลจิตเวชชุมชน มีทั้งทางตรงและทางอ้อม ซึ่งพยาบาลต้องปฏิบัติงานร่วมกับบุคลากรทีมสุขภาพ บุคลากรวิชาชีพอื่นๆ องค์กรในชุมชนและประชาชน



บทที่ 3

วิธีการดำเนินการศึกษา

การศึกษานี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลและความเป็นไปได้ของการประยุกต์ใช้โปรแกรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เพื่อป้องกันพฤติกรรมก้าวร้าวในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โดยมีขั้นตอนการดำเนินการศึกษา ดังต่อไปนี้

กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษา

กลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนป่าไม้อุทิศ 9 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2551 จำนวน 1 ชั้นเรียน มีจำนวนนักเรียนทั้งหมด 13 คน

สถานที่ใช้ในการศึกษา

การศึกษานี้ ทำการศึกษาที่โรงเรียนป่าไม้อุทิศ 9 ในสังกัดสำนักงานคณะกรรมการ การศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการตั้งอยู่ในเขตองค์การบริหารส่วนท้องถิ่น ตำบลบางรักน้อย อำเภอเมือง จังหวัดนนทบุรี ซึ่งเป็นพื้นที่กึ่งเมืองกึ่งชนบทลักษณะเป็นสวนเกษตรกรรม การคมนาคมสะดวก เป็นโรงเรียนที่เปิดสอนตั้งแต่ระดับชั้นอนุบาล ถึงประถมศึกษาปีที่ 6 มีนักเรียนทั้งหมด 190 คน มีครูจำนวน 18 คนและเป็นโรงเรียนที่ยังไม่มีการดำเนินโครงการหรือกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับความฉลาดทางอารมณ์และการป้องกันการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวในเด็กและเยาวชนมาก่อน

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษานี้มี 2 ประเภทคือ เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลและเครื่องมือที่ใช้ดำเนินการศึกษา

1. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล มีทั้งหมด 7 ส่วน ดังต่อไปนี้

1.1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคลของนักเรียน ผู้ศึกษาได้พัฒนาแบบสอบถามข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับ เพศ อายุ ศาสนา เกรดเฉลี่ยสะสม สถานภาพสมรสระหว่างบิดามารดา บุคคลที่นักเรียนพักอาศัยด้วย (ภาคผนวก ก)

1.2 แบบวัดความฉลาดทางอารมณ์สำหรับประชาชนไทยอายุ 12-17 ปี ผู้ศึกษา

ได้นำเอาแบบวัดความฉลาดทางอารมณ์สำหรับวัยรุ่น อายุระหว่าง 12-17 ปี ซึ่งพัฒนาโดย กรมสุขภาพจิต (2543) มาประเมินความฉลาดทางอารมณ์ โดยมีลักษณะเป็นแบบสอบถามแบบมาตราส่วน (Rating scale) 4 คือ 4, 3, 2, 1 จำนวนทั้งหมด 52 ข้อ โดยมีค่าความความเที่ยง ของครอนบาคแอลฟา (Cronbach alpha) ได้ค่าสัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่นในด้านดี เก่ง สุข และภาพรวมคือ .75. , 76, .81 และ .85 ตามลำดับ และค่าความเชื่อมั่นแบบแบ่งครึ่ง (Split half reliability) ของแบบประเมินในด้านดี เก่ง สุข และภาพรวม คือ .83, .86, .71 และ .84 ตามลำดับ

องค์ประกอบด้านดี มี 18 ข้อ คือ ข้อ 1-18

องค์ประกอบด้านเก่ง มี 18 ข้อ คือ ข้อ 19-36

องค์ประกอบด้านสุข มี 18 ข้อ คือ ข้อ 37-52

การให้คะแนน แบ่งเป็น 2 กลุ่ม ในการให้คะแนนดังต่อไปนี้

กลุ่มที่ 1 ได้แก่ ข้อ

1, 4, 6, 7, 10, 12, 14, 17, 20, 22, 23, 25, 28, 31, 32, 34, 36, 38, 39, 41, 42, 43, 44, 46,

49 และ 50

แต่ละข้อให้คะแนนดังต่อไปนี้

ตอบไม่จริง	ให้	1	คะแนน
ตอบจริงบางครั้ง	ให้	2	คะแนน
ตอบค่อนข้างจริง	ให้	3	คะแนน
ตอบจริงมาก	ให้	4	คะแนน

กลุ่มที่ 2 ได้แก่ข้อ

2, 3, 5, 8, 9, 11, 13, 16, 18, 19, 21, 24, 26, 27, 29, 30, 33, 35, 37, 40, 47, 51 และ 52

แต่ละข้อให้คะแนนดังต่อไปนี้

ตอบไม่จริง	ให้	4	คะแนน
ตอบจริงบางครั้ง	ให้	3	คะแนน
ตอบค่อนข้างจริง	ให้	2	คะแนน
ตอบจริงมาก	ให้	1	คะแนน

การรวมคะแนนและแปลผล

การรวมคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ในภาพรวม

การรวมคะแนนในภาพรวม ทำได้โดยนำคะแนนที่ผู้ตอบแบบสอบถามทั้ง 52 ข้อ มาบวกกัน จะได้ค่าคะแนนอยู่ในช่วง 52-208 แปลผลว่า ค่าคะแนนที่มาก หมายถึงการมีความฉลาดทางอารมณ์ในภาพรวมสูง

คะแนนความฉลาดทางอารมณ์ด้านดี

การรวมคะแนนด้านดี ทำได้โดยการนำคะแนนที่ผู้ตอบแบบสอบถามตั้งแต่ข้อ 1 ถึง ข้อ 18 มาบวกกัน จะได้ค่าคะแนนอยู่ในช่วงระหว่าง 18 – 72 แปลผลว่า ค่าคะแนนที่มาก หมายถึงการมีความฉลาดทางอารมณ์ด้านดีสูง

คะแนนความฉลาดทางอารมณ์ด้านเก่ง

การรวมคะแนนด้านเก่ง ทำได้โดยการนำคะแนนที่ผู้ตอบแบบสอบถามตั้งแต่ข้อ 19 ถึง ข้อ 36 มาบวกกัน จะได้ค่าคะแนนอยู่ในช่วงระหว่าง 18 – 72 แปลผลว่า ค่าคะแนนที่มาก หมายถึงการมีความฉลาดทางอารมณ์ด้านเก่งสูง

คะแนนความฉลาดทางอารมณ์ด้านสุข

การรวมคะแนนด้านสุข ทำได้โดยการนำคะแนนที่ผู้ตอบแบบสอบถามตั้งแต่ข้อ 37 ถึง ข้อ 52 มาบวกกัน จะได้ค่าคะแนนอยู่ในช่วงระหว่าง 16 – 64 แปลผลว่า ค่าคะแนนที่มาก หมายถึงการมีความฉลาดทางอารมณ์ด้านสุขสูง

ซึ่งเกณฑ์ในการให้คะแนนความฉลาดทางอารมณ์จะแบ่งตามช่วงอายุ คือ ช่วงอายุ 12-17 ปี ช่วงอายุ 18-25 ปี และช่วงอายุ 26-60 ปี สำหรับการศึกษาครั้งนี้ใช้เกณฑ์การให้คะแนน ความฉลาดทางอารมณ์ในภาพรวมและรายด้าน ในกลุ่มตัวอย่างช่วงอายุ 12-17 ปี ดังแสดงในตาราง 1

ตาราง 1 แสดงเกณฑ์ปกติของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ในภาพรวมแต่ละรายด้าน สำหรับบุคคลที่มีช่วงอายุ 12- 17 ปี

องค์ประกอบ EQ	ต่ำกว่าปกติ	เกณฑ์ปกติ	สูงกว่าปกติ
คะแนน EQ รวม	< 140	140-170	>170
1. องค์ประกอบด้านดี	< 48	48-58	>58
1.1 ควบคุมอารมณ์	< 13	13-17	>17
1.2 เห็นใจผู้อื่น	< 16	16-20	>20
1.3 รับผิดชอบ	< 16	16-22	>22

ตาราง 1 แสดงเกณฑ์ปกติของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ในภาพรวมแต่ละรายด้าน สำหรับบุคคลที่มีช่วงอายุ 12- 17 ปี (ต่อ)

องค์ประกอบ EQ	ต่ำกว่าปกติ	เกณฑ์ปกติ	สูงกว่าปกติ
2. องค์ประกอบด้านเก่ง	< 45	45-47	>57
2.1 มีแรงจูงใจ	< 14	14-20	>20
2.2 ตัดสินใจและแก้ปัญหา	< 13	13-19	>19
2.3 สัมพันธภาพกับผู้อื่น	< 14	14-20	>20
3. องค์ประกอบด้านสุข	< 40	40-55	>55
3.1 ภูมิใจตนเอง	< 9	9-13	>13
3.2 พึงพอใจในชีวิต	< 16	16-22	>22
3.3 สุขสงบทางใจ	< 15	15-21	>21

แหล่งที่มา: จากกรมสุขภาพจิต (2543)

1.3 แบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรง ผู้ศึกษาได้นำเอาแบบวัดซึ่งพัฒนา โดยกรวิดา ศรีสุภา (2547) มาประเมินพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรง โดยให้นักเรียนและผู้ปกครองนักเรียนตอบคำถามเกี่ยวกับพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรงของตัวนักเรียน มีจำนวนข้อคำถามทั้งหมด 40 ข้อ ประกอบด้วยคำถามเกี่ยวกับพฤติกรรมก้าวร้าวทางวาจา 20 ข้อ พฤติกรรมก้าวร้าวทางกายและการใช้ความรุนแรง 20 ข้อ (ภาคผนวก ค) มีค่าสัมประสิทธิ์ความเที่ยงของแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรงเท่ากับ 0.89 ซึ่งจะประกอบด้วยลักษณะข้อความดังนี้ คือ

ประกอบด้วยข้อความเชิงนิมาน (Positive) เป็นข้อความทางบวก จำนวน 20 ข้อ ประกอบด้วยข้อที่ 2, 3, 5, 7, 8, 12, 13, 15, 19, 20, 22, 26, 27, 29, 31, 33, 34, 37, 38, 40

ข้อความเชิงปฏิเสธ (Negative) เป็นข้อความทางลบ จำนวน 20 ข้อ ประกอบด้วยข้อที่ 1, 4, 6, 9, 10, 11, 14, 16, 17, 18, 21, 23, 24, 25, 28, 30, 32, 35, 36, 39

ลักษณะของแบบสอบถามตอบแบบวัดเป็นมาตรประมาณค่า (Rating Scale) 5 ตัวเลือก คือ “ทำเป็นประจำบ่อยๆ” , “ทำบ่อยๆ” , “ทำบ้างเป็นบางครั้ง” , “นานๆครั้ง” และ “ไม่เคยทำเลย” แทนระดับความก้าวร้าวจากสูงสุดไปหาต่ำสุด โดยให้ผู้ตอบอ่านข้อความที่เป็นสถานการณ์ต่างๆในแต่ละข้อ แล้วเลือกตอบข้อความแต่ละข้อนั้นเกิดระดับใด

ตาราง 2 เกณฑ์การให้คะแนนของมาตราส่วนประเมินค่าของแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้
ความรุนแรง

รายการ	ทำเป็นประจำ	ทำบ่อยๆ	ทำบ้างเป็นบางครั้ง	นานๆครั้ง	ไม่เคยทำเลย
ข้อความเชิงนิมิต (Positive)	0	1	2	3	4
ข้อความเชิงปฏิเสธ (Negative)	4	3	2	1	0

เกณฑ์การแปลความหมายของคะแนน

ค่าเฉลี่ย	ระดับพฤติกรรมก้าวร้าว
3.50-4.0	มากที่สุด
2.50-3.49	มาก
1.50-2.49	ปานกลาง
0.50-1.49	น้อย
0.00-0.49	น้อยมาก

1.4 แบบประเมินเหตุการณ์การเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวในชั้นเรียน พัฒนาโดยผู้ศึกษา โดยการที่ผู้ศึกษา/ครูและนักเรียนประชุมกลุ่มทุกสัปดาห์หลังดำเนินกิจกรรม เพื่อประเมินเหตุการณ์การเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวรายบุคคล แบบประเมินเป็นลักษณะคำถามปลายเปิดทั้งหมด 3 ข้อ เกี่ยวกับเหตุการณ์ในชั้นเรียน ผลกระทบต่อนักเรียนและเพื่อน วิธีการแก้ไขปัญหาจากเหตุการณ์ (ภาคผนวก ง)

1.5 แบบบันทึกรายงานการสังเกตพฤติกรรมก้าวร้าวโดยครู แบบบันทึกที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ พัฒนาโดย สำนักพัฒนาสุขภาพจิต (2550) โดยให้ครูเป็นผู้สังเกตและบันทึกพฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรงตามที่เกิดขึ้นจริงของนักเรียนในชั้นเรียนหรือระหว่างพักกลางวัน โดยลงบันทึกเป็นความถี่ของการเกิดพฤติกรรมรุนแรง ระดับความรุนแรงของพฤติกรรม และ ระยะเวลาที่เกิดพฤติกรรม (ภาคผนวก จ)

1.6 แบบบันทึกการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวรายบุคคลโดยนักเรียน ผู้ศึกษาได้พัฒนาแบบบันทึกนี้เพื่อให้นักเรียนได้บันทึกพฤติกรรมของเพื่อนที่แสดงพฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรงทั้งทางด้านร่างกายและวาจาต่อผู้อื่นหรือต่อสิ่งของ โดยลงบันทึกสถานที่และเวลาที่เกิดขึ้นจริง (ภาคผนวก ฉ)

แบบสัมภาษณ์ความรู้สึกของนักเรียนที่มีต่อตนเอง เพื่อน และสังคม แบบสัมภาษณ์นี้ พัฒนาโดย กรวิดา ศรีสุภา (2547) โดยแนวทางการสัมภาษณ์เป็นประเด็นที่เกี่ยวข้องกับความรู้สึกของนักเรียนที่มีต่อตนเอง เพื่อน และสังคม รวมทั้งการสรุปประโยชน์ที่ได้รับจากการเรียน การนำความรู้ที่รับไปประยุกต์ใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อตนเอง การเรียน ครอบครัว ชุมชนและสังคม (ภาคผนวก ข)

2. เครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินการศึกษา

ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้ศึกษาได้นำโปรแกรมการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เพื่อป้องกันปัญหาการใช้ความรุนแรงในโรงเรียนระดับประถมศึกษา ซึ่งพัฒนาโดยสำนักพัฒนา กรมสุขภาพจิต (2548) มาใช้เป็นแนวทางในการจัดกิจกรรมให้กับนักเรียน ซึ่งประกอบด้วยกิจกรรมการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ 8 ด้าน ทั้งหมด 9 กิจกรรม ดังต่อไปนี้

กิจกรรมที่ 1 การรับรู้อารมณ์: กิจกรรมเรื่อง เส้นทางแห่งความรู้สึก

ในกิจกรรมนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อให้ให้นักเรียนเข้าใจถึงอารมณ์ที่หลากหลายได้ สาเหตุที่มาของอารมณ์ได้ นักเรียนมีโอกาสแบ่งปันความคิด ความรู้สึกและประสบการณ์กับเพื่อน และให้เห็นถึงความสำคัญของการพูดถึงอารมณ์ มากกว่าการแสดงออกด้วยความก้าวร้าว ผู้ศึกษาและผู้ช่วยผู้ศึกษาเข้าพบนักเรียนในชั้นเรียนชี้แจงถึงวัตถุประสงค์ การดำเนินกิจกรรม โดยการแบ่งกลุ่มนั่งล้อมกันเป็นวงกลม แล้วให้หลับตา ฟังเพลงบรรเลงเบาๆและจับคู่ทำกิจกรรม และมีการสรุปกิจกรรมบอกถึงความรู้สึกที่ได้รับ

กิจกรรมที่ 2 การยอมรับความแตกต่างระหว่างบุคคล: กิจกรรมเรื่อง ทุกคนล้วนสำคัญ

ในกิจกรรมนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อให้ให้นักเรียนได้เรียนรู้เกี่ยวกับการยอมรับฟังเหตุผลซึ่งกันและกัน ควบคุมอารมณ์ได้เมื่ออยู่ในบรรยากาศของการถกเถียงให้เหตุผลต่อกัน ยอมรับ บทบาทหน้าที่ ที่แตกต่างกันของคนอื่น ผู้ศึกษาและผู้ช่วยผู้ศึกษาเข้าพบนักเรียนในชั้นเรียนชี้แจงถึงวัตถุประสงค์ การดำเนินกิจกรรม โดยการให้แสดงบทบาทสมมุติในสถานการณ์ต่างๆตามใบกิจกรรมที่กำหนด มีผู้สังเกตการณ์และให้คะแนนบทบาทสมมุติผู้ศึกษาสอบถามความรู้สึกของผู้แสดงบทบาทสมมุติ และสรุปกิจกรรมที่ได้รับ

กิจกรรมที่ 3 การเสริมสร้างสัมพันธภาพ: กิจกรรมเรื่อง การทำงานเป็นทีม

ในกิจกรรมนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อให้ให้นักเรียนได้ตระหนักถึงคุณค่าของการทำงานเป็นทีมและเรียนรู้วิธีการทำงานเป็นทีม ผู้ศึกษาและผู้ช่วยผู้ศึกษาเข้าพบนักเรียนในชั้นเรียนชี้แจงถึงวัตถุประสงค์ การดำเนินกิจกรรม โดยการแบ่งกลุ่ม ใช้เกมส์นันทนาการให้นักเรียนรวมกลุ่มกันตามจำนวนที่ต้องการ ทำกิจกรรมตัวต่อกลไกโดยให้ช่วยกันต่อตัวนั้นประกอบด้วยอะไรบ้างและมี

การสรุปกลุ่ม ผู้ศึกษาชี้ให้นักเรียนเห็นว่าแต่ละชิ้นส่วนนั้นมีรูปร่าง ลักษณะ หน้าทีและคุณสมบัติที่แตกต่างกัน แต่เมื่อประกอบเข้าด้วยกันกลับทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ หากขาดชิ้นใดชิ้นหนึ่งจะทำให้หยุดการทำงานเปรียบได้กับการที่คนเราอยู่ร่วมกัน ทุกคนก็มีความสำคัญต่อการทำงานต่างๆ ใ้บรรลุความสำเร็จได้ ถ้าทุกคนรู้บทบาทหน้าที่ของตัวเอง ขณะเดียวกันก็เห็นความสำคัญของผู้อื่นด้วย

กิจกรรมที่ 4 การคิดทางบวก: กิจกรรมเรื่อง สมุดบันทึกเพื่อนรัก

ในกิจกรรมนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อให้นักเรียนได้ฝึกหัดการคิดทบทวนการกระทำด้านบวกของตัวเองและเกิดความภาคภูมิใจตนเองและสามารถชื่นชมกับความสำเร็จของผู้อื่น ผู้ศึกษาและผู้ช่วยผู้ศึกษาเข้าพบนักเรียนในชั้นเรียนชี้แจงถึงวัตถุประสงค์ การดำเนินกิจกรรม ผู้ศึกษาแจกอุปกรณ์ให้นักเรียนทำสมุดบันทึกส่วนตัว ตกแต่งสมุดให้สวยงามสมุดบันทึกเล่มนี้จะเป็นสมุดบันทึกเรื่องราวที่ดั่งใจในแต่ละวัน โดยนักเรียนสามารถเขียนเป็นคำบรรยาย หรือเรื่องที่เป็นปัญหาอุปสรรคและนักเรียนสามารถผ่านอุปสรรคไปได้อย่างไร ผู้ศึกษาสุ่มให้นักเรียนออกมาอ่านหน้าชั้น กล่าวคำชมเชยและให้แรงเสริมทางบวก จูงใจให้นักเรียนเห็นคุณค่าของการทำบันทึกเพื่อช่วยให้จิตใจสดชื่นขึ้นมา และนักเรียนยังได้ฝึกหัดที่จะมองสิ่งดีๆ ในแต่ละวัน

กิจกรรมที่ 5 ทักษะการสื่อสาร: กิจกรรมเรื่อง ผู้ใกล้ชิด

ในกิจกรรมนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อให้นักเรียนได้เข้าใจถึงการใช้คำพูดและวิธีการในการประนีประนอมและไม่ทำให้เกิดความขัดแย้งกันผู้อื่น ผู้ศึกษาและผู้ช่วยผู้ศึกษาเข้าพบนักเรียนในชั้นเรียนชี้แจงถึงวัตถุประสงค์ การดำเนินกิจกรรม โดยให้แบ่งกลุ่มละ 4 คนแสดงบทบาทสมมติเรื่องความขัดแย้ง ให้นักเรียนช่วยกันวิเคราะห์ ว่าการขัดแย้งเกิดจากการใช้คำพูดแบบใด คำพูดใกล้ชิดแบบใดได้ผลและไม่ได้ผล และนักเรียนมีแนวทางในการพูดใกล้ชิดได้อย่างไรเหมาะสม

กิจกรรมที่ 6 ทักษะการสื่อสาร: กิจกรรมเรื่อง วิจัยอย่างสร้างสรรค์

ในกิจกรรมนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อให้นักเรียนได้เข้าใจถึงการวิพากษ์วิจารณ์ไม่ทำให้เกิดความรุนแรงและสามารถเป็นได้ทั้งผู้วิจารณ์ที่ดีและผู้ถูกวิจารณ์ที่ดีได้ โดยขออาสาสมัคร 2-3 คน ให้เตรียมการพูดคนละ 1 ประเด็น นักเรียนในห้องช่วยกันวิจารณ์ข้อดี ข้อเสียของเพื่อน และข้อเสนอแนะเพื่อปรับปรุงการพูด และเปิดโอกาสให้เพื่อนๆ ได้วิจารณ์ รวมทั้งให้คำแนะนำและติชมด้วย และถามถึงความรู้สึก มีการจับคู่ฝึกการเป็นผู้วิจารณ์และผู้ถูกวิจารณ์ ตามสถานการณ์ในใบงาน ผู้ศึกษาและนักเรียนช่วยกันวิเคราะห์ผลการปฏิบัติทั้งคำพูดของผู้วิจารณ์และผู้ถูกวิจารณ์ แล้วสรุปผลด้วยการให้ข้อเสนอแนะตามวิธีการวิจัยอย่างสร้างสรรค์ที่นักเรียนได้เรียนรู้มา

กิจกรรมที่ 7 ทักษะการควบคุมอารมณ์: กิจกรรมเรื่อง ใช้ปัญญาพัฒนาอารมณ์

ในกิจกรรมนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อให้ นักเรียนแสวงหาและรับข้อมูลแนวคิดใหม่ๆ นำมาวิเคราะห์ใช้กับตนเองอย่างมีเหตุผล ควบคุมความรู้สึกโกรธ กลัว เมื่อเผชิญกับภาวะอารมณ์ที่ไม่พึงประสงค์ได้อย่างมีเหตุผล ผู้ศึกษาและผู้ช่วยผู้ศึกษาเข้าพบนักเรียนในชั้นเรียนชี้แจงถึงวัตถุประสงค์ การดำเนินกิจกรรม ผู้ศึกษาเล่านิทานเรื่อง “ลูกไก่เจ็ดสี” ให้นักเรียนฟัง ให้นักเรียนตอบคำถามจากนิทาน และให้ร่วมกันอภิปรายเกี่ยวกับอารมณ์กลัว โกรธ และการควบคุมอารมณ์ ผู้ศึกษารวบรวมวิธีการควบคุมอารมณ์ที่นักเรียนนำเสนอ แล้วสรุปเกี่ยวกับการที่เราควบคุมอารมณ์ตนเองได้นั้น เราต้องรู้จักอารมณ์ของตนเองในขณะนั้นก่อน ควรมีสติและหาวิธีการจัดการกับอารมณ์นั้นๆ อย่างเหมาะสมมีเหตุผล แล้วให้นักเรียนฝึกวิธีการขจัดความโกรธ ตามขั้นตอนในใบความรู้

กิจกรรมที่ 8 ทักษะการผ่อนคลายอารมณ์: กิจกรรมเรื่อง ฟังเสียงธรรมชาติ

ในกิจกรรมนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อให้ นักเรียนฝึกหัดการมีสมาธิแบบง่ายๆ ผู้ศึกษาและผู้ช่วยผู้ศึกษาเข้าพบนักเรียนในชั้นเรียนชี้แจงถึงวัตถุประสงค์ การดำเนินกิจกรรม ให้นักเรียนแต่ละคน เดินเงียบๆ คนเดียวในบริเวณสวนที่ผู้ศึกษากำหนดพื้นที่ให้โดยขอให้ นักเรียนลองอยู่กับความเงียบ ไม่พูดคุยกันขณะเดินจดบันทึกทุกๆ เสียงที่นักเรียนได้ยินว่ามีเสียงอะไรบ้าง กำหนดเวลาประมาณ 5 – 10 นาที ผู้ศึกษาให้ข้อสรุปว่า ขณะที่นักเรียนจดจ่อรับฟังเสียงต่างๆ นั้น นักเรียนจะสามารถรับรู้เสียงต่างๆ ได้ละเอียดและชัดเจนยิ่งขึ้น และนักเรียนจะพบความสบายๆ จากการได้รับสัมผัสและรับรู้ธรรมชาติ ซึ่งเป็นการสร้างความสงบทางจิตใจที่ดีวิธีการหนึ่ง

กิจกรรมที่ 9 ทักษะการจัดการกับปัญหาหรือความขัดแย้ง: กิจกรรมเรื่อง แผนของลูกขุนน้อย

ในกิจกรรมนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อให้ นักเรียนสามารถฝึกแก้ไขปัญหาเพื่อลดความขัดแย้งและตระหนักถึงการแก้ไขปัญหาคความขัดแย้งโดยลดความรุนแรงผู้ศึกษาและผู้ช่วยผู้ศึกษาเข้าพบนักเรียนในชั้นเรียนชี้แจงถึงวัตถุประสงค์ การดำเนินกิจกรรม แบ่งนักเรียนเป็นกลุ่มๆ ละ 6 – 8 คน ผู้ศึกษาทบทวนการแก้ไขปัญหาความขัดแย้ง โดยใช้ขั้นตอนหน้าต่างสันติภาพ 6 บาน ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มช่วยกันวางแผนแก้ไขปัญหาคความรุนแรงจากข่าวในหนังสือพิมพ์ แต่ละกลุ่มนำเสนอการวางแผน และถามความรู้สึก กระตุ้นให้นักเรียนลองนำวิธีการที่ได้เรียนรู้ไปใช้ในชีวิตประจำวันเพื่อลดปัญหาคความขัดแย้ง

การพิทักษ์สิทธิของผู้เข้าร่วมโครงการ

ผู้ศึกษาตระหนักถึงจริยธรรมในการศึกษาวิจัย และคำนึงถึงผลกระทบที่อาจเกิดขึ้นกับผู้ให้ข้อมูล ดังนั้นก่อนดำเนินการศึกษาและเก็บข้อมูล โครงการศึกษาได้ผ่านการพิจารณาความเห็นชอบของคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ของคณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดลก่อน และเมื่อได้รับอนุญาตแล้ว ก่อนเริ่มเก็บรวบรวมข้อมูลจากนักเรียน ผู้ศึกษาจะอธิบายให้นักเรียนและผู้ปกครองทราบถึงวัตถุประสงค์และขั้นตอนในการศึกษาและการรวบรวมข้อมูล และเน้นให้ทราบว่านักเรียนมีอิสระที่จะสมัครเข้าร่วมโครงการ โดยไม่มีข้อบังคับใดๆและมีเวลาในการตัดสินใจในการให้ข้อมูล นักเรียนมีสิทธิที่จะยกเลิก หรือถอนตัวออกจากโครงการตลอดระยะเวลาของการศึกษา โดยจะไม่มีคำถามใดๆ และจะไม่มีผลกระทบใดๆต่อนักเรียนทั้งสิ้น ในขั้นตอนการเสนอผลการศึกษา หรือการอภิปรายผลข้อมูลในรายงานการศึกษา ผู้ศึกษาจะนำเสนอข้อมูลในภาพรวมของนักเรียนทั้งหมดโดยไม่อ้างอิงถึงชื่อผู้หนึ่งผู้ใดอย่างเด็ดขาด หากนักเรียนสมัครใจเข้าร่วมการศึกษา ผู้ศึกษาจะให้นักเรียนและผู้ปกครองนักเรียนลงนามในใบยินยอมเข้าร่วมโครงการ

ขั้นตอนการดำเนินการศึกษา

การเตรียมตัวผู้ศึกษา

ผู้ศึกษาได้รับการศึกษาเกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์ และเป็นผู้มีประสบการณ์ในการดำเนินงานเรื่องโรงเรียนพ่อแม่เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ในเด็ก 0-5 ปีและเป็นผู้รับผิดชอบงานอนามัยโรงเรียนเพื่อส่งเสริมพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ และป้องกันพฤติกรรมรุนแรงในเด็กและเยาวชนในโรงเรียนโดยมีการเชื่อมบ้านร่วมกันระหว่างครูและเจ้าหน้าที่สาธารณสุขในเด็กที่มีพฤติกรรมเสี่ยงด้านพฤติกรรม หน้าที่ของผู้ศึกษามีดังนี้

1. เตรียมอุปกรณ์, เตรียมสถานที่สำหรับดำเนินกิจกรรม
2. เตรียมนักเรียน โดยการแจ้งวัน เวลา และสถานที่
3. ทำหน้าที่เป็นผู้นำกิจกรรมต่างๆ
4. สรุปการทำกิจกรรมหลังเสร็จสิ้นการดำเนินกิจกรรมทุกครั้ง

การเตรียมตัวผู้ช่วยศึกษา

เป็นครูผู้รับผิดชอบงานอนามัยประจำโรงเรียน มีประสบการณ์ในการเข้ารับการอบรมการป้องกันปัญหาความรุนแรงในเด็กและเยาวชน และมีประสบการณ์ในการเข้ารับการอบรมเกี่ยวกับการจัดกิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เพื่อป้องกันปัญหาพฤติกรรมการใช้ความรุนแรงเบื้องต้นจากผู้ศึกษา ผู้ช่วยศึกษามีหน้าที่

1. ช่วยจัดอุปกรณ์ที่ใช้ในกิจกรรม
2. ช่วยดูแลและจัดให้นักเรียนเข้าร่วมกิจกรรม
3. คอยสนับสนุนและกระตุ้นให้นักเรียนแต่ละคนมีส่วนร่วมในกิจกรรม
4. ช่วยเสริมในสิ่งที่ผู้ศึกษาคิดขาด

ผู้ศึกษาและครูจะมีการพบกันก่อนดำเนินกลุ่มครั้งละ 15 นาที เพื่อประชุมปรึกษาและวางแผนในการดำเนินกิจกรรม และหลังจากการดำเนินกิจกรรมจะมีการปรึกษา ครั้งละ 15 นาทีเพื่อสรุปผลการดำเนินงาน อุปสรรค ปัญหา และวางแผนแก้ไขในการดำเนินกิจกรรมครั้งต่อไป

การดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล

ขั้นเตรียมการ

1. ทำหนังสือขอความร่วมมือในการศึกษาจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล ไปยังผู้อำนวยการโรงเรียนป่าไม้อุทิศ สังกัดสำนักงานคณะกรรมการ การศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ เพื่อขออนุญาตการศึกษาและเก็บรวบรวมข้อมูล

2. ผู้ศึกษาเข้าพบผู้อำนวยการโรงเรียนเพื่อชี้แจงและทำความเข้าใจกับผู้บริหาร โรงเรียน ครูหัวหน้าสายชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ครูอนามัยโรงเรียน เกี่ยวกับวัตถุประสงค์ ขั้นตอน การศึกษา การรวบรวมข้อมูล และขอความร่วมมือในการศึกษาและการเก็บข้อมูล

3. ประชุมครูอนามัยโรงเรียนและร่วมกันศึกษาการใช้คู่มือการจัดกิจกรรม เสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เพื่อป้องกันปัญหาการใช้ความรุนแรงในโรงเรียนระดับ ประถมศึกษาและการทำงาน

ขั้นดำเนินการศึกษา

1. ผู้ศึกษาเข้าพบนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 6 เพื่อแนะนำตัวผู้ศึกษา แจ้ง วัตถุประสงค์ของโครงการ ประโยชน์ในการเข้าร่วมโครงการ ผลกระทบ และการพิทักษ์สิทธิของ ผู้เข้าร่วมโครงการ ทั้งผู้ปกครองนักเรียนและตัวนักเรียนเองต้องลงนามในใบยินยอมเข้าร่วม โครงการก่อนเริ่มการศึกษา

2. ให้นักเรียนทำแบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล

3. ให้ผู้ปกครองและนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ทำแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าว และการใช้ความรุนแรง การตอบแบบวัดนี้ผู้ตอบจะตอบจำนวน 2 ครั้ง คือ ก่อนเข้าร่วมโครงการ และหลังสิ้นสุดโครงการ

4. ให้นักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ทำ แบบวัดความฉลาดทางอารมณ์ การ ตอบแบบวัดนี้ผู้ตอบจะต้องตอบจำนวน 2 ครั้งคือก่อนเข้าร่วมโครงการ และหลังการร่วมโครงการ

5. ให้ครูทำแบบบันทึกรายงานการสังเกตพฤติกรรมโดยคอยสังเกตพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนในชั้นเรียนหรือระหว่างพักกลางวันตั้งแต่เริ่มดำเนินโครงการ จนจบสิ้นโครงการ

6. ให้นักเรียนทำแบบบันทึกพฤติกรรมก้าวร้าวรายบุคคลโดยนักเรียน ตลอดระยะเวลาการดำเนินโครงการ

7. ดำเนินการโครงการโดยการจัดกระบวนการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ในการป้องกันพฤติกรรมก้าวร้าวในนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 ตามคู่มือของกรมสุขภาพจิตที่มีทั้งหมด 8 ด้าน จำนวน 9 กิจกรรม ใช้เวลาในการดำเนินกิจกรรม 4 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 วัน คือ วันอังคาร และ วันศุกร์ในเวลาเรียนปกติ วันละ 1 คาบ คาบละ 50 นาที ช่วงเวลา 14.30-15.20 น. วันที่ 1 กุมภาพันธ์ 2552 – 28 กุมภาพันธ์ 2552

8. หลังสิ้นสุดการดำเนินกิจกรรมทุกสัปดาห์มีการประชุมกลุ่มเพื่อประเมินเหตุการณ์การเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวในชั้นเรียน

9. หลังสิ้นสุดการทำกิจกรรมครบทั้ง 8 ด้าน 9 กิจกรรม ผู้ศึกษาให้นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ตอบแบบสัมภาษณ์ความรู้สึกของนักเรียนที่มีต่อตนเอง เพื่อน และสังคม

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้ศึกษานำข้อมูลที่รวบรวมมาได้ทั้งหมด มาตรวจสอบความสมบูรณ์ของแบบประเมินทั้งก่อน และหลังการศึกษา ข้อมูลที่ได้แบ่งเป็น 2 ประเภท คือ ข้อมูลเชิงปริมาณ และข้อมูลเชิงคุณภาพ

1. ข้อมูลเชิงปริมาณ ได้แก่ ข้อมูลส่วนบุคคล คะแนนความฉลาดทางอารมณ์ และคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรง นำมาวิเคราะห์ด้วยการแจกแจงความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

2. ข้อมูลเชิงคุณภาพ ผู้ศึกษาได้รวบรวมข้อมูลเชิงคุณภาพทั้งหมด ได้แก่ ข้อมูลจากแบบสัมภาษณ์ความรู้สึกของนักเรียนที่มีต่อตนเอง เพื่อน และสังคม ข้อมูลจากแบบบันทึกรายงานการสังเกตพฤติกรรมความรุนแรงในครู ข้อมูลจากแบบบันทึกรายงานการสังเกตพฤติกรรมความรุนแรงในครู ข้อมูลจากการบันทึกการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวรายบุคคลโดยนักเรียน และข้อมูลจากแบบประเมินเหตุการณ์การเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวในชั้นเรียนจากการประชุมกลุ่มทุกสัปดาห์ นำมาวิเคราะห์เชิงเนื้อหาตามวัตถุประสงค์โดยนำมาจัดเป็นหมวดหมู่

บทที่ 4

ผลการศึกษา

การศึกษานี้เป็นการศึกษาผลและความเป็นไปได้ของการประยุกต์ใช้โปรแกรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เพื่อป้องกันพฤติกรรมก้าวร้าวในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ผู้ศึกษา ได้ดำเนินเก็บรวบรวมข้อมูลก่อนและหลังการดำเนินกิจกรรมตามโปรแกรม จากนั้นนำข้อมูลที่ได้มาทำการวิเคราะห์และเสนอผลการศึกษาโดยแบ่งออกเป็น 2 ส่วน ดังต่อไปนี้

ส่วนที่ 1 ผลที่ได้รับจากการนำโปรแกรมไปใช้

- 1.1 ข้อมูลส่วนบุคคล
- 1.2 ประสิทธิภาพของโปรแกรม

ส่วนที่ 2 ความเป็นไปได้ของการนำโปรแกรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ เพื่อป้องกันพฤติกรรมก้าวร้าวมาใช้

- 2.1 การประเมินพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียน
- 2.2 เนื้อหาและกลวิธีในการดำเนินกิจกรรม

ส่วนที่ 1 ผลที่ได้รับจากการนำโปรแกรมไปใช้

1.1 ข้อมูลส่วนบุคคล

ตาราง 3 จำนวนร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามข้อมูลส่วนบุคคล (n = 13)

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน	ร้อยละ
เพศ		
ชาย	10	76.9
หญิง	3	23.1
อายุ		
12-13 ปี	13	100
ศาสนา		
พุทธ	13	100
เกรดเฉลี่ย		
2.50-3.00	10	77
3.01-3.50	2	15.3
3.51-4.00	1	7.7
สถานภาพสมรสของบิดามารดา		
บิดามารดาอยู่ด้วยกัน	6	46.2
บิดามารดาแยกกันอยู่	6	46.2
บิดาถึงแก่กรรม	1	7.7
มารดาถึงแก่กรรม	-	-
การพักอยู่อาศัย		
บิดา	2	15.4
มารดา	3	23.1
บิดาและมารดา	7	53.8
ญาติ	1	7.7

จากตาราง 3 แสดงให้เห็นว่านักเรียนกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 13 คน ส่วนใหญ่ เป็นเพศชาย จำนวน 10 คน เพศหญิง 3 คน มีอายุเฉลี่ย 12-13 ปี นับถือศาสนาพุทธทั้งหมด มีระดับเกรดเฉลี่ยสะสมระหว่าง 2.50 - 3.00 จำนวน 10 คน (ร้อยละ 77) สถานภาพสมรสระหว่างบิดาและมารดาของกลุ่มตัวอย่าง ส่วนใหญ่ บิดามารดาอยู่ด้วยกัน จำนวน 6 คน (ร้อยละ 46.2) และ บิดา

มารดาแยกกันอยู่ จำนวน 6 คน (ร้อยละ 46.2) กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่พักอาศัยอยู่กับบิดาและมารดามากที่สุด จำนวน 7 คน (ร้อยละ 53.8) รองลงมาอาศัยอยู่กับมารดา จำนวน 3 คน (ร้อยละ 3) และอาศัยอยู่กับบิดา จำนวน 2 คน (ร้อยละ 15.4) ตามลำดับ

1.2 ประสิทธิภาพของโปรแกรม

ตาราง 4 ค่าเฉลี่ยของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรม (n=13)

ความฉลาดทางอารมณ์	ก่อนเข้าร่วมกิจกรรม		หลังเข้าร่วมกิจกรรม	
	Mean	SD	Mean	SD
ความฉลาดทางอารมณ์				
ด้านดี	48.30	6.16	54.30	4.17
ด้านเก่ง	45.69	5.61	51.61	6.22
ด้านสุข	44.30	8.20	53.15	3.33
ความฉลาดทางอารมณ์โดยรวม	138.31	17.83	159.08	11.40

จากตาราง 4 พบว่า นักเรียนกลุ่มตัวอย่าง มีคะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์ในภาพรวมหลังเข้าร่วมกิจกรรม (159.08 ± 11.40) สูงวก่าก่อนเข้าร่วมกิจกรรม (138.31 ± 17.83) เมื่อพิจารณาคะแนนความฉลาดทางอารมณ์เป็นรายด้านพบว่า คะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์ด้านดีหลังเข้าร่วมกิจกรรม (54.30 ± 4.17) สูงวก่าก่อนเข้าร่วมกิจกรรม (48.30 ± 6.16) คะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์ด้านเก่งหลังเข้าร่วมกิจกรรม (51.61 ± 6.22) สูงวก่าก่อนเข้าร่วมกิจกรรม (45.69 ± 5.61) และคะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์ด้านสุขหลังเข้าร่วมกิจกรรม (53.15 ± 3.33) สูงวก่าก่อนเข้าร่วมกิจกรรม (44.30 ± 8.20)

จากตาราง 5 เปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรงจากการประเมินของนักเรียน ก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรม ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรงจากการประเมินของนักเรียนทางวาจา (1.29 ± 0.28) ทางกาย (1.45 ± 0.39) และโดยรวม (1.31 ± 0.34) ภายหลังเข้าร่วมกิจกรรมลดลงก่าก่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรงทางวาจา (1.76 ± 0.41) ทางกาย (1.89 ± 0.55) และโดยรวม (1.82 ± 0.45) ก่อนเข้าร่วมกิจกรรม และ ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรงจากการประเมินของผู้ปกครองทางวาจา (1.39 ± 0.26) ทางกาย (1.45 ± 0.39)

และโดยรวม (1.42 ± 0.28) ภายหลังเข้าร่วมกิจกรรมลดลงกว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรงทางวาจา (1.96 ± 0.41) ทางกาย (1.86 ± 0.45) และโดยรวม (1.91 ± 0.39) ก่อนเข้าร่วมกิจกรรม

ตาราง 5 ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรงของนักเรียน จากการประเมินของนักเรียนและผู้ปกครอง ทั้งก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรม ($n = 13$)

พฤติกรรมก้าวร้าว	นักเรียน				ผู้ปกครอง			
	ก่อนเข้าร่วม		หลังเข้าร่วม		ก่อนเข้าร่วม		หลังเข้าร่วม	
	กิจกรรม		กิจกรรม		กิจกรรม		กิจกรรม	
	Mean	SD	Mean	SD	Mean	SD	Mean	SD
พฤติกรรมก้าวร้าวทางวาจา	1.76	0.41	1.29	0.28	1.96	0.41	1.39	0.26
พฤติกรรมก้าวร้าวทางกาย	1.89	0.55	1.45	0.39	1.86	0.45	1.45	0.39
พฤติกรรมก้าวร้าวโดยรวม	1.82	0.45	1.31	0.34	1.91	0.39	1.42	0.28

ส่วนที่ 2 ความเป็นไปได้ของการนำโปรแกรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เพื่อป้องกันพฤติกรรมก้าวร้าวมาใช้

2.1 การประเมินพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียน

2.1.1 การใช้แบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรงของนักเรียน แบบวัดนี้เป็นแบบประเมินพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียน โดยให้นักเรียนประเมินตนเอง และให้ผู้ปกครองประเมิน พบว่าค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรงของนักเรียนซึ่งประเมินโดยตัวนักเรียนเองและประเมินโดยผู้ปกครอง เป็นไปในทิศทางเดียวกัน แต่จะเห็นได้ว่าผู้ปกครองมีแนวโน้มที่จะประเมินพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรงทั้งทางกายและวาจาของนักเรียนสูงกว่าที่นักเรียนประเมินตนเอง ซึ่งการที่ให้ผู้ปกครองประเมินพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนเพิ่มเติมจากที่นักเรียนประเมินตนเองทำให้สามารถประเมินพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรงของนักเรียนได้น่าเชื่อถือมากขึ้น และผู้ปกครองได้สังเกตพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียน ซึ่งนักเรียนและผู้ปกครองให้ความร่วมมือในการประเมินพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรงของนักเรียนเป็นอย่างดี

2.1.2 การใช้แบบบันทึกพฤติกรรมก้าวร้าวรายบุคคลโดยนักเรียน ผลของข้อมูลจากแบบบันทึกการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวรายบุคคลโดยนักเรียนโดยการจัดเป็นหมวดหมู่ดัง ตาราง 6 พบว่านักเรียนได้บันทึกพฤติกรรมก้าวร้าวรายบุคคลจำนวน 6 คนจากนักเรียนทั้งหมด 13 คน โดยพฤติกรรมก้าวร้าวทางวาจา ได้แก่ ตวาด ตะโกน ด่าด้วยถ้อยคำหยาบคาย พุดเยาะเย้ยพุดข่มขู่ผู้อื่น พุดโอ้อวด นักเรียนบันทึกพฤติกรรมก้าวร้าวด้านภาษาถ้อยคำจำนวน 12 ครั้ง เวลาที่เกิดพฤติกรรมก้าวร้าวด้านภาษาถ้อยคำมากที่สุด คือ ช่วงเวลา 9.00-10.00 น. รองลงมาคือช่วงเวลา 11.01-12.00 น. ส่วนพฤติกรรมก้าวร้าวทางกาย ได้แก่ ตะ ตี ขว้างปาสิ่งของ ผลัก ถีบ เขกศีรษะ ชกต่อย ให้ผู้อื่นได้รับบาดเจ็บ นักเรียนบันทึกพฤติกรรมก้าวร้าวด้านท่าทางจำนวน 15 ครั้ง เวลาที่เกิดพฤติกรรมก้าวร้าวด้านท่าทางมากที่สุด คือ ช่วงเวลา 11.01-12.00 น. รองลงมาคือช่วงเวลา 9.00-10.00 น.

ตาราง 6 สรุปผลการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวรายบุคคลโดยนักเรียน

พฤติกรรมก้าวร้าว	เวลา	สถานที่เกิดเหตุ
พฤติกรรมก้าวร้าวทางวาจา (12 ครั้ง)	09.00-10.00 (4 ครั้ง)	ห้องเรียน (7 ครั้ง)
	10.01-11.00 (2 ครั้ง)	โรงอาหาร (3 ครั้ง)
	11.01-12.00 (3 ครั้ง)	หน้าห้องน้ำ (2 ครั้ง)
	12.01-13.00 (1 ครั้ง)	
	13.01-14.00 (1 ครั้ง)	
	14.01-15.00 (1 ครั้ง)	
พฤติกรรมก้าวร้าวทางกาย (15 ครั้ง)	09.00-10.00 (4 ครั้ง)	ห้องเรียน (7 ครั้ง)
	10.01-11.00 (2 ครั้ง)	โรงอาหาร (2 ครั้ง)
	11.01-12.00 (6 ครั้ง)	หน้าห้องน้ำ (1 ครั้ง)
	12.01-13.00 (1 ครั้ง)	สนามตะกร้อ (4 ครั้ง)
	13.01-14.00 (1 ครั้ง)	หน้าโรงเรียน (1 ครั้ง)
	14.01-15.00 (1 ครั้ง)	

ความเป็นไปได้ของการใช้แบบบันทึกพฤติกรรมก้าวร้าวรายบุคคลพบว่า มีนักเรียนจำนวน 6 คนจากนักเรียนทั้งหมด 13 คน ที่ได้บันทึกพฤติกรรมก้าวร้าวรายบุคคล แสดงถึงนักเรียนไม่ได้ให้ความสนใจกับการบันทึก อาจเนื่องมาจากการออกแบบการบันทึกที่ไม่น่าสนใจ ยากเกินไป ไม่เหมาะสมสำหรับนักเรียนวัยนี้ ควรมีการปรับแบบบันทึกให้เหมาะสมและง่ายขึ้น รวมถึงควรมีการ

ประเมินผลติดตามเป็นระยะทุกสัปดาห์เพื่อเป็นการกระตุ้นเตือนให้นักเรียนบันทึกและส่งแบบบันทึกตามระยะเวลาที่กำหนด

ตาราง 7 สรุปผลการประเมินการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าว รุนแรงในชั้นเรียนทุกสัปดาห์

หัวข้อ	สัปดาห์ที่ 1	สัปดาห์ที่ 2	สัปดาห์ที่ 3	สัปดาห์ที่ 4
พฤติกรรมก้าวร้าว รุนแรงที่เกิดขึ้นในชั้นเรียนในหนึ่งสัปดาห์ที่ผ่านมา	- เพื่อนแกล้งกันในชั้นเรียนผลัดกัน (10 ครั้ง) - พุดจาไม่สุภาพ (6 ครั้ง) - ขว้างปาสิ่งของใส่กัน(2 ครั้ง)	- เพื่อนชอบแกล้งกันในชั้นเรียน เช่น ดึงผม ผลักกัน ตีกัน - แย่งของ (8 ครั้ง) - พุดจาไม่สุภาพ - ตะโกนแข่งกัน (4 ครั้ง)	- แกล้งกันในชั้นเรียน (5 ครั้ง) - ล้อเลียนชื่อพ่อแม่ (4 ครั้ง)	- ทะเลาะแย่งของกัน (4 ครั้ง) - พุดจาไม่สุภาพ (3 ครั้ง)
ผลกระทบต่อนักเรียนเองและเพื่อนเมื่อเกิดพฤติกรรมก้าวร้าว รุนแรง	- ต่อตนเอง เจ็บตัว ไม่พอใจเพื่อน เมื่อ - ต่อเพื่อน เป็นคนเกร ก้าวร้าว ถูกครูทำโทษ	- ต่อตนเอง เจ็บตัว ไม่พอใจเพื่อน เมื่อ - ไม่อยากอยู่ในชั้นเรียน - ต่อเพื่อน เป็นคนเกร ก้าวร้าว ถูกครูทำโทษ เพื่อนไม่ อยากเล่นด้วย	- ต่อตนเอง รู้สึกต่อเพื่อนดีขึ้น ห้องเรียนสงบขึ้น - ต่อเพื่อน ไม่ค่อยถูกครูทำโทษ ตั้งใจเรียนมากขึ้น	- ต่อตนเอง รู้สึกต่อเพื่อนดีขึ้น ห้องเรียนสงบขึ้น - ต่อเพื่อน ไม่ค่อยถูกครูทำโทษ ตั้งใจเรียนมากขึ้น
วิธีแก้ปัญหาเมื่อเกิดพฤติกรรมก้าวร้าว รุนแรง	- ได้ตอบ เอาคืนยิ่งกว่าเดิม - ฟ้องครู	- ได้ตอบบ้างแต่ถ้า เลียงได้ก็จะพยายามเลียง - ฟ้องครู	- พยายามใช้ความอดทนมากขึ้น เลียงโดยการเดินหนีหรือหาอย่างอื่นทำ ถ้า เพื่อนคนไหน ทะเลาะกันก็จะพยายามไกล่เกลี่ย	- พยายามใช้ความอดทนมากขึ้น เลียงโดยการเดินหนีหรือหาอย่างอื่นทำ ถ้าเพื่อนคนไหนทะเลาะกันก็จะพยายามไกล่เกลี่ย

2.1.3 การใช้แบบประเมินเหตุการณ์ในชั้นเรียนทุกสัปดาห์ จากตาราง 7 สรุปการประเมินเหตุการณ์การเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวในชั้นเรียนทุกสัปดาห์โดยการประชุมกลุ่มหลังทำกิจกรรม พบว่าเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรงสัปดาห์ที่ 1 จำนวน 18 ครั้ง สัปดาห์ที่ 2 จำนวน 12 ครั้ง สัปดาห์ที่ 3 จำนวน 9 ครั้ง และสัปดาห์ที่ 4 จำนวน 7 ครั้ง

ส่วนเหตุการณ์การเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวในชั้นเรียนส่งผลกระทบต่อนักเรียนและเพื่อนดังต่อไปนี้คือ ในสัปดาห์ที่ 1 ผลกระทบต่อตนเองคือ เจ็บตัว ไม่พอใจเพื่อน เมื่อ ผลกระทบต่อเพื่อนคือ เป็นคนเกร ก้าวร้าว ถูกครูทำโทษ สัปดาห์ที่ 2 ผลกระทบต่อตนเองคือ เจ็บตัว ไม่พอใจเพื่อน เมื่อ ไม่อยากอยู่ในชั้นเรียน ผลกระทบต่อเพื่อนคือ เป็นคนเกร ก้าวร้าว ถูกครูทำโทษ เพื่อนไม่ยอมเล่นด้วย ในสัปดาห์ที่ 3 และสัปดาห์ที่ 4 ผลกระทบต่อตนเองคือ รู้สึกต่อเพื่อนดีขึ้น ห้องเรียนสงบขึ้น ผลกระทบต่อเพื่อนคือ ไม่ค่อยถูกครูทำโทษ ตั้งใจเรียนมากขึ้น

จากเหตุการณ์การเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวในชั้นเรียนนักเรียนมีวิธีแก้ปัญหาดังต่อไปนี้คือ ในสัปดาห์ที่ 1 นักเรียนตอบว่าได้ตอบ เอาคืนยิ่งกว่าเดิม ฟ้องครู สัปดาห์ที่ 2 ได้ตอบบ้างแต่ถ้าเลียงได้ก็จะพยายามเลียง ฟ้องครู และในสัปดาห์ที่ 3 และ สัปดาห์ที่ 4 นักเรียนพยายามใช้ความอดทนมากขึ้น เลียงโดยการเดินหนีหรือหาอย่างอื่นทำ ถ้าเพื่อนคนไหนทะเลาะกันก็จะพยายามไกล่เกลี่ยทำให้เกิดพฤติกรรมก้าวร้าวในชั้นเรียนลดลง

ความเป็นไปได้ของการประเมินเหตุการณ์การเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวในชั้นเรียนทุกสัปดาห์โดยการประชุมกลุ่มหลังทำกิจกรรม เกี่ยวกับจำนวนครั้งของการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าว ผลกระทบจากการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าว และวิธีการแก้ปัญหาเมื่อเกิดพฤติกรรมก้าวร้าว พบว่านักเรียนมีพฤติกรรมก้าวร้าวที่ลดลงในแต่ละสัปดาห์ และมีแนวทางในการแก้ปัญหาเมื่อเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวอย่างถูกต้อง เหมาะสมมากขึ้น อีกทั้งนักเรียนยังให้ความสนใจร่วมกับการอภิปรายและสามารถแสดงความคิดเห็นของตนเองได้ดี

2.1.4 การใช้แบบบันทึกรายงานสังเกตพฤติกรรมโดยครู จากตาราง 8 พบว่าครูได้สังเกตพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนจำนวน 13 คน เป็นเวลา 4 สัปดาห์ สรุปในสัปดาห์ที่ 1 ครูบันทึกพฤติกรรมก้าวร้าว จำนวน 8 ครั้ง สัปดาห์ที่ 2 จำนวน 8 ครั้ง สัปดาห์ที่ 3 จำนวน 7 ครั้ง ส่วนในสัปดาห์ที่ 4 ครูบันทึกพฤติกรรมก้าวร้าว จำนวน 5 ครั้งเท่านั้น โดยชั่วโมงวิชาที่สอน/สถานที่เกิดพฤติกรรมก้าวร้าวมากที่สุดในสัปดาห์ที่ 1 คือ วิชาภาษาไทยและคอมพิวเตอร์ รองลงมาคือวิชา วิทยาศาสตร์และศิลปะตามลำดับ ชั่วโมงวิชาที่สอน/สถานที่เกิดพฤติกรรมก้าวร้าว สัปดาห์ที่ 2 คือวิชาคณิตศาสตร์ รองลงมาคือวิชาภาษาไทยและวิชาวิทยาศาสตร์ ชั่วโมงวิชาที่สอน/สถานที่เกิดพฤติกรรมก้าวร้าวสัปดาห์ที่ 3 มากที่สุดคือ วิชาคอมพิวเตอร์และคณิตศาสตร์ รองลงมาคือวิชา วิชาวิทยาศาสตร์ วิชาพลศึกษาและภาษาอังกฤษ และในสัปดาห์ที่ 4 ชั่วโมงวิชา

ที่สอน/สถานที่เกิดพฤติกรรมก้าวร้าวมากที่สุดคือวิชาภาษาไทยและภาษาอังกฤษ รองลงมาคือวิชาคณิตศาสตร์ ในการบันทึกพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนในสัปดาห์ที่ 1 พฤติกรรมก้าวร้าวที่พบมากคือ เถียงครู

ตาราง 8 สรุปผลการสังเกตพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนโดยครู

สัปดาห์/จำนวนครั้งที่บันทึก	ชั่วโมงวิชาที่สอน/จำนวนครั้งที่บันทึก	พฤติกรรมต่อต้านสังคมเช่นก้าวร้าว ก่อความในชั้นเรียน ข่มขู่ ทะเลาะวิวาท/จำนวนครั้งที่บันทึก
สัปดาห์ที่ 1 บันทึก 8 ครั้ง	วิทยาศาสตร์ (1 ครั้ง) ภาษาไทย (3 ครั้ง) คอมพิวเตอร์ (3 ครั้ง) ศิลปะ (1 ครั้ง)	- เถียงครู (2 ครั้ง) - นั่งขาพาดเก้าอี้ (1 ครั้ง) - เถียงกับเพื่อนแย่งกันเล่นของเล่น (1 ครั้ง) - พุดจาไม่สุภาพ (1 ครั้ง) - ผลักเพื่อน (2 ครั้ง) - ใช้รองเท้าปาใส่เพื่อน (1 ครั้ง)
สัปดาห์ที่ 2 บันทึก 8 ครั้ง	วิทยาศาสตร์ (2 ครั้ง) ภาษาไทย (2 ครั้ง) คณิตศาสตร์ (3 ครั้ง) พลศึกษา (1 ครั้ง)	- ขัดขาเพื่อน (1 ครั้ง) - ตะโกนเสียงดัง (1 ครั้ง) - ผลักเพื่อนล้ม (1 ครั้ง) - ไม่ส่งการบ้าน (1 ครั้ง) - แย่งของเพื่อน (1 ครั้ง) - พุดคำหยาบ (1 ครั้ง) - ล้อเลียนชื่อพ่อเพื่อน (1 ครั้ง) - แย่งปากกาจากเพื่อน (1 ครั้ง)
สัปดาห์ที่ 3 บันทึก 7 ครั้ง	วิทยาศาสตร์ (1 ครั้ง) คอมพิวเตอร์ (2 ครั้ง) คณิตศาสตร์ (2 ครั้ง) พลศึกษา (1 ครั้ง) อังกฤษ (1 ครั้ง)	- ตะโกนใส่เพื่อน (2 ครั้ง) - แกะลังผลักเพื่อน (1 ครั้ง) - โยนของลงหน้าต่าง (1 ครั้ง) - กระโดดถีบเพื่อน (1 ครั้ง) - ขวนเพื่อนเล่นไม่ทำงาน (1 ครั้ง) - เล่นกันในแถว (1 ครั้ง)
สัปดาห์ที่ 4 บันทึก 5 ครั้ง	คณิตศาสตร์ (1 ครั้ง) อังกฤษ (2 ครั้ง) ภาษาไทย (2 ครั้ง)	- เดินเหยียบหนังสือพิมพ์ (2 ครั้ง) - โวยวายเสียงดัง (1 ครั้ง) - ตะปากเพื่อน (1 ครั้ง) - ถีบเพื่อน (1 ครั้ง)

และ ผลักเพื่อน ในสัปดาห์ที่ 2 ได้แก่ ชัดขาเพื่อน ตะโกนเสียงดัง ผลักเพื่อนล้ม ไม่ส่งการบ้าน แย่งของเพื่อน พุดคำหยาบ ล้อเลียนชื่อเพื่อน แย่งปากกาจากเพื่อน และสัปดาห์ที่ 3 พฤติกรรมก้าวร้าวที่พบมากคือตะโกนใส่เพื่อน รองลงมาคือ แกล้งผลักเพื่อน โยนของลงหน้าต่าง กระโดดถีบเพื่อน ชวนเพื่อนเล่นไม่ทำงานและเล่นกันในแถว ส่วนสัปดาห์ที่ 4 นักเรียนมีพฤติกรรมก้าวร้าวลดลงมากที่สุด โดยมีพฤติกรรมก้าวร้าวที่พบมากที่สุดคือ เดินเหยียบหนังสือพิมพ์ รองลงมาคือ โวยวายเสียงดัง ตะโกนจากเพื่อนและถีบเพื่อน

ความเป็นไปได้จากการประเมินกระบวนการทำการศึกษาโดยให้ครูประจำชั้นลงบันทึกในแบบบันทึกรายงานสังเกตพฤติกรรมก้าวร้าวแล้วพบว่า ครูประจำชั้นไม่สามารถบันทึกพฤติกรรมของนักเรียนได้ตลอดเวลา เพราะครูที่สอนนักเรียนมีหลายคนในหลายวิชา และเป็นครูคนละคนกับครูที่สังเกตพฤติกรรมซึ่งเป็นครูประจำชั้น มีเพียงบางวิชาเท่านั้นที่ครูประจำชั้นนั่งสังเกตการณ์ขณะที่นักเรียนเข้าเรียนวิชาอื่น ทำให้พฤติกรรมที่ครูบันทึกได้อาจเป็นข้อมูลที่ไม่ครอบคลุมทั้งหมด

2.1.5 ผลของข้อมูลจากแบบสัมภาษณ์ความรู้สึกของนักเรียนที่มีต่อตนเอง เพื่อน และสังคม โดยจะนำเสนอตามหัวข้อคำถาม ดังต่อไปนี้

1. ความรู้สึกของนักเรียนที่มีต่อตนเอง หลังทำกิจกรรมเป็นอย่างไร
 - รู้สึกว่าตนเองมีสมาธิมากขึ้น ไม่ฟุ้งซ่าน ระวังอารมณ์ได้ดีขึ้น ใจเย็นลง (3 คน)
 - รู้สึกสนุกที่ได้ทำกิจกรรม (4 คน)
 - รู้สึกมีความภูมิใจในตนเองมากขึ้น (5 คน)
 - รู้สึกประทับใจที่ได้ทำกิจกรรมร่วมกับเพื่อน และกล้าแสดงออก (3 คน)
2. ความรู้สึกของนักเรียนที่มีต่อเพื่อนหลังจากทำกิจกรรมเป็นอย่างไร
 - รักเพื่อนมากขึ้น มีความสามัคคีกัน (5 คน)
 - รู้สึกว่าเพื่อนดีขึ้น ไม่ค่อยเถร (4 คน)
 - เห็นใจเพื่อนเวลาเพื่อนมีความทุกข์ (3 คน)
3. จงยกตัวอย่างความรู้ที่นักเรียนสามารถนำไปใช้ให้เกิดประโยชน์ได้ว่ามีอะไรบ้าง
 - กิจกรรมผู้นำดัด คือคนเราต้องเห็นความสำคัญของผู้อื่น และความสำคัญของการอยู่ร่วมกัน (4 คน)
 - กิจกรรมผู้ไกล่เกลี่ยสามารถนำไปใช้เวลาเพื่อนทะเลาะกันก็สามารถไกล่เกลี่ยได้ (5 คน)
 - การรู้จักระงับอารมณ์เวลาโกรธ และหลีกเลี่ยงการใช้อารมณ์รุนแรง (4 คน)

- การทำงานเป็นทีมและความสามัคคีจะช่วยให้ประสบความสำเร็จในการทำงาน

(3 คน)

4. นักเรียนจะนำความรู้ไปใช้ประโยชน์อย่างไร

- ช่วยไถ่เกตุไถ่ไมใหัเพื่อนทะเละกัน (4 คน)
- นำไปใชักับครอบครัวที่บ้านเวลาทะเละกับพี่/น้องที่บ้านสามารถหลีกเลียงการ

ใชัความรุนแรง ระงับอารมณ์ไดัดีขึ้น (3 คน)

- การรู้จักสร้างสามัคคี การฟังความคิดเห็นเพื่อน การสร้างสัมพันธภาพที่ไดักับเพื่อนและทำงานเป็นทีมไดัดีขึ้น (5 คน)

- รู้จักการผ่อนคลายความเครียด และการใชัสมาธิเพื่อใหัเกิดปัญญา (3 คน)

5. เราสามารถนำความรู้ที่ไดัจากการทำกิจกรรมไปประยุกต์ใชัใหัเกิดประโยชน์ต่อตนเองอย่างไร

- สามารถเป็นผู้ไถ่เกตุไถ่ที่ดี (3 คน)
- รู้จักตัวเองมากขึ้นสามารถให้อภัยผู้อื่นไดั (2 คน)
- รู้จักการหลีกเลียงการใชัอารมณ์รุนแรง ควบคุมตนเองดีขึ้น (4 คน)
- มั่นใจในตนเอง และมีความภาคภูมิใจในตนเองมากขึ้น จากการไดัเขียนบันทึก

ของนัน (4 คน)

6. เราสามารถนำความรู้ที่ไดัจากการทำกิจกรรมไปประยุกต์ใชัใหัเกิดประโยชน์ต่อสมาชิกในครอบครัวอย่างไร

- การไดัรู้จักเห็นอกเห็นใจผู้อื่นใน ครอบครัวของตัวเองมากขึ้น รู้จักรับผิดชอบหน้าที่ต่างๆที่ครอบครัวไดัมอบหมายใหัทำ (4 คน)

- เวลาต้องเผชิญหน้าหรือทะเละกับครอบครัว สามารถจัดการกับอารมณ์หลีกเลียงไดั เกิดปัญหาทะเละเบาะแว้งกันน้อยลง (5 คน)

- ถ้าพี่น้องหรือคนในครอบครัว ไมัเข้าใจทะเละหรือใชัความรุนแรง สามารถเป็นผู้ไถ่เกตุไถ่หรือประนีประนอมไดั (2 คน)

7. เราสามารถนำความรู้ที่ไดัจากการทำกิจกรรมไปประยุกต์ใชัใหัเกิดประโยชน์ต่อชุมชนและ สังคมอย่างไร

- ใหัชุมชน ไดัรู้จักรักและสามัคคีกัน อยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข (5 คน)

- ควรให้อภัยซึ่งกันและกันและไมัควรแบ่งฝายกัน (4 คน)

- รู้จักการอยู่ด้วยกันอย่างสันติภาพให้อภัยซึ่งกันและกัน ฟังเหตุผลและเคารพการตัดสินใจของผู้อื่น (4 คน)

ความเป็นไปได้จากแบบสัมภาษณ์ความรู้สึกของนักเรียนที่มีต่อตนเอง เพื่อน และ สังคมพบว่านักเรียนตอบแบบสัมภาษณ์ได้ ซึ่งเป็นคำถามปลายเปิดทำให้สามารถประเมินความรู้สึก ข้อคิดเห็นและการนำไปใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อชุมชนและ สังคม การประเมินโดยการสัมภาษณ์ ความรู้สึกนักเรียนไม่เหมาะสมกับนักเรียนกลุ่มใหญ่เนื่องจากจะต้องใช้เวลาในการสัมภาษณ์รวมทั้ง การเพิ่มบุคลากรมากขึ้นทำให้ต้องสูญเสียงบประมาณและเป็นการเพิ่มต้นทุน

2.2 เนื้อหาและกลวิธีในการดำเนินกิจกรรม

ผู้ศึกษาได้ดำเนินกิจกรรมตามที่กำหนดไว้ในคู่มือกิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ แต่เมื่อนำไปใช้ในสถานการณ์จริง ผู้ศึกษาได้มีการปรับวิธีในการดำเนินกิจกรรมบางส่วน เพื่อให้เข้ากับความต้องการของนักเรียน และบริบทรอบข้างตามความเหมาะสม ดังจะรายงานผลที่เกิดขึ้นในการดำเนินกิจกรรมแต่ละครั้ง ปัญหาอุปสรรคที่เกิดขึ้นและการแก้ปัญหา ตลอดจนสรุป ความเป็นไปได้เมื่อต้องนำไปปรับใช้นี้มาใช้

กิจกรรมเส้นทางแห่งความรู้สึก

นักเรียนได้รู้จักกับอารมณ์และสิ่งที่มีอิทธิพลต่อการจัดการกับอารมณ์ซึ่งเปรียบได้กับ อุปสรรคต่างที่เป็นสิ่งกีดขวางขณะปิดตาเดินในช่วงดำเนินกลุ่มในตอนแรกนักเรียนส่วนใหญ่ยังมีความกังวลและขาดความมั่นใจในการทำกิจกรรม สังเกตได้จากการเข้าร่วมกิจกรรม นักเรียนยังเก็ง กันในการให้ความร่วมมือกับผู้นำกิจกรรม ผู้นำจึงได้เล่นเกมส์ สันทนาการ เพื่อให้เกิดความคุ้นเคย ระหว่างผู้นำและนักเรียนจากนั้นไม่นานนักเรียนเริ่มมีความคุ้นเคยมากขึ้น ซึ่งในกิจกรรมเส้นทาง แห่งความรู้สึกได้ให้ประสบการณ์กับนักเรียนในเรื่องของ การรู้จักอารมณ์ของตนเองและสังเกต อารมณ์ของผู้อื่นจากเกมส์ปิดตาเดิน และให้เพื่อนจูงมือเบาๆเพื่อสัมผัสสิ่งของต่างโดยสลับบทบาท กัน จากกระบวนการดังกล่าวได้เน้นให้เห็นถึงการจัดการกับอารมณ์ของนักเรียน และบทบาทที่ สลับกันเน้นให้เห็นถึงความเข้าใจถึงอารมณ์ ความรู้สึกของผู้อื่นเพื่อให้เกิดการเรียนรู้ที่จะเข้าใจ ความต้องการของตนเองและผู้อื่น จะช่วยให้นักเรียนตัดสินใจได้ดีขึ้นในการที่จะควบคุมหรือ ระวังการแสดงพฤติกรรมทางลบออกมา และกิจกรรมการปิดตาเพื่อสำรวจความรู้สึกนี้เหมาะกับ นักเรียนที่จะให้เกิดการเรียนรู้เนื่องจากนักเรียนชอบความตื่นเต้น และท้าทายที่จะได้เรียนรู้สิ่งใหม่ๆ และไม่น่าเบื่อ

ปัญหาอุปสรรค ในขณะที่ดำเนินกลุ่มในขั้นตอนที่สร้างสมาธินักเรียนไม่ค่อยมีสมาธิ เนื่องจากโรงเรียนมีเสียงภายนอกค่อนข้างเสียงดัง จึงปรับเปลี่ยนจากการหลับตาทำสมาธิเป็นการร้องเพลงเบาๆเพื่อสร้างสมาธิ ซึ่งนักเรียนให้ความสนใจเป็นอย่างดี

กิจกรรมทุกคนล้วนสำคัญ

กิจกรรมทุกคนล้วนสำคัญเป็นกิจกรรมที่เน้นให้นักเรียนได้เรียนรู้เกี่ยวกับการยอมรับเหตุผลซึ่งกันและกัน ยอมรับบทบาทหน้าที่ ที่แตกต่างกันโดยให้นักเรียนแสดงบทบาทสมมติโดยการจับสลาก และแสดงตามบทบาทที่ได้รับ โดยมีบทบาทของผู้นำประเทศ ทหาร ตำรวจ หมอ ช่างไฟฟ้า แต่ละคนที่จับสลากได้ แสดงออกในบทบาทของตนเองอย่างชัดเจนและคิดว่าเหตุผลของตนเองสำคัญที่สุด ได้เถียงกันเสียงดัง โดยไม่ค่อยยอมฟังกัน นักเรียนสามารถเชื่อมโยงจากบทบาทสมมติที่นักเรียนแสดงกับนิทานผู้นำคดและสรุปได้ว่า การมองเห็นคุณค่าหรือความสำคัญในบทบาทหน้าที่ของผู้อื่นที่แตกต่างจากตนเอง การรู้จักยอมรับเหตุผลของกันและกัน นั้นล้วนสำคัญแม้จะต่างความคิด ความรู้สึก จากกิจกรรมนี้เป็นการเชื่อมโยงความคิดจากบทบาทสมมติกับนิทานทำให้นักเรียนเกิดกระบวนการเรียนรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับ การยอมรับ บทบาทหน้าที่ ที่แตกต่างกันของคนอื่นได้โดยไม่ได้เถียงกันเรื่องบทบาทแต่ละบทบาทที่ตัวเองได้รับในข้างต้น

ปัญหาอุปสรรค ไม่มี

กิจกรรมการทำงานเป็นทีม

กิจกรรมการทำงานเป็นทีม เป็นกิจกรรมที่ให้นักเรียนได้ตระหนักถึงคุณค่าของการทำงานเป็นทีมรูปแบบของกิจกรรม ให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม เล่นเกมส์เกี่ยวกับการใช้ร่างกายต่อเป็นรถยนต์ เป็นเรือบิน เป็นปลา เป็นช้าง ผู้นำได้ชี้แนะว่าลักษณะของสิ่งของแต่ละชนิดที่ให้นักเรียนทำถ้าขาดอุปกรณ์ชิ้นใดชิ้นหนึ่งก็ไม่สามารถทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ เปรียบเสมือนกับนักเรียนอยู่ด้วยกัน มีหน้าที่ที่ต้องรับผิดชอบร่วมกัน ทุกคนก็มีความสำคัญให้งานที่ได้รับมอบหมายบรรลุสำเร็จได้ ผู้นำได้มอบหมายให้นักเรียนทำงานร่วมกัน โดยการคิดคำขวัญสั้นๆ โดยมีอุปกรณ์ดินสอสี กระดาษโปสเตอร์ ไม้ขีดไฟ นักเรียนช่วยกันกันใช้ไม้ขีดไฟตกแต่งด้วยกระดาษสวยงามเสร็จตามเวลา ขั้นตอนการนำเสนอผลงานนักเรียนมีความภาคภูมิใจในงานของตนเอง ผู้นำถามถึงปัญหาอุปสรรคการทำงานนักเรียนสามารถบอกได้ว่าปัญหาคือความคิดเห็นไม่ตรงกัน การแก้ไขปัญหาคือการที่กลุ่มพยายามยอมรับและฟังเหตุผลกันเพื่อให้งานของกลุ่มสำเร็จ จากกระบวนการกลุ่มเน้นให้นักเรียนทุกคนมีส่วนร่วมภายในกลุ่ม การเข้ากลุ่มเพื่อช่วยเพื่อนทำงาน ทำให้นักเรียนได้พัฒนาความสัมพันธ์ระหว่างเพื่อน รวมทั้งการที่นักเรียนช่วยกันแสดงความคิดเห็นที่จะสามารถทำงานให้สำเร็จได้ และจากการทำงานเป็นกลุ่มบางครั้งความคิดเห็นไม่ลงรอยกัน ทักษะการสื่อสาร

และการจัดการความขัดแย้งด้วยวิธีการที่ดีสามารถนำมาใช้ให้การแก้ไขปัญหามีได้อย่างแท้จริง ซึ่งสิ่งเหล่านี้จะเป็นประโยชน์อย่างมากในการจัดการกับปัญหาความรุนแรงที่เกิดขึ้นในสังคมได้ถูกจุดยิ่งขึ้น

ปัญหาอุปสรรค ปัญหาที่พบ คือนักเรียนบางคนมีแต่เฉพาะเพื่อนสนิท 1-2 คน เวลาจับกลุ่มมักไม่ยอมร่วมกับกลุ่มเพื่อนคนอื่นทำให้ผู้นำต้องคอยสับเปลี่ยน หมุนเวียนกลุ่มโดยใช้เกมส์ต่างๆ เพื่อนักเรียนจะได้ไม่รู้สึกว่ามีผู้นำจับแยกออกจากกัน เพื่อเป็นการสร้างสายสัมพันธ์ใหม่ๆ ให้เกิดขึ้นและการทำงานร่วมกับผู้อื่น

กิจกรรมสมุดเพื่อนรัก

กิจกรรมสมุดเพื่อนรัก เป็นกิจกรรมที่ให้นักเรียนฝึกคิดทบทวนการกระทำด้านบวกของตนเองเพื่อให้เกิดความภาคภูมิใจในตนเองและสามารถชื่นชมกับความสำเร็จของผู้อื่น ผู้นำแจกอุปกรณ์ให้นักเรียนทำสมุดบันทึกส่วนตัว ตกแต่งให้สวยงามและเขียนตราสัญลักษณ์ที่แทนตัวนักเรียนเอง หรือสโลแกนคำขวัญที่ชื่นชอบไว้บนปกสมุด และให้นักเรียนนึกถึงเรื่องราวสิ่งดีๆ หรือประทับใจที่เกิดขึ้นกับตนเอง เพื่อให้นักเรียนได้เกิดแนวคิด การมองสิ่งที่ดี ฝึกคิดทางบวก โดยเรียนรู้ผ่านกิจกรรมศิลปะหรือเขียนบันทึก ผู้นำได้เชื่อมโยงให้นักเรียนเข้าใจว่า การที่นักเรียนได้มีโอกาสคิดทบทวนความสำเร็จ หรือสิ่งที่ดีในชีวิตอย่างต่อเนื่อง จะทำให้นักเรียนมองตนเองว่าเป็นคนที่มีความสามารถ เป็นที่ยอมรับ สามารถฟันฝ่าปัญหาอุปสรรคได้ และหลังจากทำกิจกรรมมีการคัดเลือก เพื่อให้รางวัลแก่นักเรียนที่ตั้งใจทำงานและให้เพื่อนรู้จักชื่นชมการทำงานผู้อื่นโดยเรื่องราวที่นำมาเสนอขออนุญาตนักเรียนก่อนนำมาให้เพื่อนดูเพื่อเป็นการชมเชยแก่นักเรียนที่ตั้งใจทำงาน ทำให้นักเรียนเกิดความภาคภูมิใจในตนเอง เกิดแรงจูงใจในการเขียนสมุดบันทึก

ปัญหาอุปสรรค ปัญหาที่พบนักเรียนบางคนไม่สามารถทำงานให้เสร็จตามวัน เวลาที่กำหนดได้เนื่องจากห่วยเล่นและคอยดูเพื่อนทำ ไม่สนใจ ผู้นำได้มอบหมายให้กลับไปทำเป็นการบ้านและนำมาส่งเพราะนักเรียนดังกล่าวอาจจะยังไม่พร้อมในการเขียนและต้องการความเป็นส่วนตัวในการคิด และอาจกังวลว่าเพื่อนจะล้อเรื่องราวของตนเอง นักเรียนคนดังกล่าวสามารถนำเรื่องราวกลับไปเขียนและนำมาส่งได้ตามที่กำหนด

กิจกรรมผู้ใกล้เกลี่ย

กิจกรรมผู้ใกล้เกลี่ยเป็นกิจกรรมเพื่อให้นักเรียนรู้จักใช้คำพูดและวิธีการประนีประนอมเพื่อลดการขัดแย้งและนักเรียนสามารถใกล้เคียงเมื่อเจอสถานการณ์ความขัดแย้งได้ โดยกิจกรรมนี้ให้นักเรียนแบ่งกลุ่มสวมบทบาทเป็นคู่ขัดแย้ง มีผู้ใกล้เกลี่ยและผู้สังเกตการณ์ โดยให้ใบงานสถานการณ์ความขัดแย้งเรื่องเพื่อนไม่ให้ยืมหนังสือ การแข่งกีฬาเมื่อชื่อของ ปรากฏว่า

นักเรียนแสดงบทบาทความขัดแย้งและพยายามใช้คำพูดโต้เถียงโดยช่วยกันคิดวิธีที่ดีที่สุดในระหว่างผู้นำและกลุ่ม ในขณะที่เดียวกันนักเรียนบางคนได้เสนอว่า “ขอคิดเรื่องเองได้มั๊ยครับ เรื่องที่ให้มาไม่ค่อยโดนเลย” และขอแสดงบทบาทสมมติอีกครั้ง ผู้นำได้ให้โอกาสนักเรียนได้คิดเองเพื่อให้เกิดกระบวนการเรียนรู้จากสถานการณ์ที่นักเรียนได้เคยพบจริง และใกล้ตัวนักเรียนมากที่สุด สถานการณ์ที่นักเรียนคิดคือ การที่ไปชมดนตรี มีการทะเลาะกันเนื่องจากเดินร้าวและเหยียบเท้ากัน เพราะคนเยอะกันถึงขั้นลงไม้ลงมือ จนมีนักเรียนผู้เข้ามาโต้เถียงบอกว่าเหตุการณ์ดังกล่าวเป็นอุบัติเหตุไม่ได้ตั้งใจให้เกิดขึ้น และให้ทั้งสองฝ่ายขอโทษจับมือกันและขอบคุณด้วยกันโดยไม่เกิดความรุนแรง จากกระบวนการดังกล่าวทำให้นักเรียนได้ฝึกทักษะการโต้เถียงจากสถานการณ์ที่เคยพบจริง

ปัญหาอุปสรรค จากกิจกรรมดังกล่าวการที่ผู้นำกำหนดบทบาทสมมติให้นักเรียน อาจจะไม่ตรงกันสถานการณ์ที่เกิดขึ้นจริงกันนักเรียนดังนั้นในบทเรียนที่มีบทบาทสมมติอาจต้องปรับวิธีให้นักเรียนได้มีส่วนร่วมในการคิดสถานการณ์ต่างๆเพื่อให้เกิดกระบวนการเรียนรู้ที่ชัดเจนมากขึ้น

กิจกรรมวิจารณ์อย่างสร้างสรรค์

กิจกรรมวิจารณ์อย่างสร้างสรรค์เป็นกิจกรรมที่ให้นักเรียนได้เข้าถึงการวิพากษ์วิจารณ์ที่ไม่ทำให้เกิดความรุนแรงและเป็นผู้วิจารณ์ที่ดีโดยกิจกรรมนี้ผู้นำได้ขออาสาสมัคร 2 คนออกมาเล่าเรื่องราวความฝันของตน เมื่อนักเรียนพูดจบให้เพื่อนๆช่วยกันวิจารณ์ ผู้นำอธิบายเรื่องการวิจารณ์อย่างสร้างสรรค์และทำทที่ถูกต้องเมื่อถูกวิจารณ์ตามใบความรู้ หลังจากนั้นให้นักเรียนจับคู่วิจารณ์ตามสถานการณ์ใบงานที่กำหนดเพื่อเป็นการฝึกทักษะเมื่อเสร็จกิจกรรมแล้ว ผู้นำให้นักเรียนอาสาสมัครเล่าเรื่องของตัวเอง และให้เพื่อนช่วยกันวิจารณ์และตัวนักเรียนเองฝึกการยอมรับการวิจารณ์ นักเรียนฝึกทักษะการวิจารณ์เพื่อนได้ดี จะเห็นได้ว่านักเรียนเกิดกระบวนการเรียนรู้อย่างสร้างสรรค์ในการฝึกการวิจารณ์ผู้อื่นจากการที่ได้รับการฝึกทักษะในกระบวนการของการเรียนรู้

ปัญหาอุปสรรค ปัญหาที่พบในกิจกรรมนี้คือนักเรียนมักต่อว่าและวิจารณ์เพื่อนแบบเอาคินถ้าเพื่อนวิจารณ์ไม่ดี ผู้นำต้องพยายามให้นักเรียนเห็นถึงความสำคัญของการวิจารณ์ที่ดี มิฉะนั้นแล้วจะทำให้เกิดการทะเลาะเบาะแว้ง และเข้าใจผิดกันในกลุ่ม

กิจกรรมใช้ปัญญาพัฒนาอารมณ์

กิจกรรมใช้ปัญญาพัฒนาอารมณ์เป็นกิจกรรมที่ทำให้นักเรียนสามารถเผชิญกับภาวะอารมณ์ต่างๆ เช่นอารมณ์โกรธ กลัว ได้อย่างเหมาะสม โดยกระบวนการของกิจกรรมคือการเล่านิทานเรื่อง ลูกไก่เจ็ดสี นักเรียนชอบและสนใจฟังนิทานอย่างใจจดจ่อ และหลังจากเล่านิทานจบ

นักเรียนสามารถวิเคราะห์เหตุการณ์ได้ว่า ลูกไก่กลัวมากเกินไปจนไม่ยอมที่จะดูให้ดีเสียก่อนว่าสิ่งที่กลัวนั้นคืออะไร ผู้นำจึงให้นักเรียนอภิปรายเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น บอกถึงผลดีและผลเสียของการไม่ควบคุมอารมณ์โดยมีการให้ความรู้ตามใบงานเกี่ยวกับการรู้จักเหตุผลและจัดการกับอารมณ์ และให้นักเรียนฝึกการควบคุมอารมณ์ของตนเองโดยการติดตามจากแบบบันทึกพฤติกรรมควบคุมอารมณ์ พบว่านักเรียนเกิดการเรียนรู้เรียนรู้และพัฒนาอารมณ์ไปใน จากกระบวนการดังกล่าวนักเรียนมีการเรียนรู้ที่จะจัดการกับสถานการณ์ต่างๆ ได้อย่างมีสติ มีเหตุผล รู้จักอดทน อดกลั้น โดยการผ่านการเล่านิทานและการอภิปรายจากสถานการณ์จริงซึ่งเหมาะสมกับนักเรียนวัยนี้ที่ชอบฟังเรื่องเล่ามากกว่าสอนทำให้เกิดการติดตามและติดตามกับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น แต่ผู้ที่เล่านิทานให้น่าติดตามต้องมีน้ำเสียงและลีลาการเล่าที่เร้าใจเหมาะสมกับเหตุการณ์นักเรียนจึงจะตั้งใจฟัง จากกิจกรรมนี้มีนักเรียนคนหนึ่งถามว่า เมื่อทะเลาะกับคนในบ้านจะหลีกเลี่ยงโดยการเล่นเกมได้หรือไม่ ผู้นำแนะนำว่าการระบายความโกรธโดยการเล่นเกมส้นนั้นสามารถทำได้แต่บางครั้งเกมที่เล่นนั้นหากเป็นเกมที่ใช้ความรุนแรงอาจจะทำให้เกิดพฤติกรรมชอบใช้ความรุนแรงโดยที่นักเรียนไม่รู้ตัวและไม่สามารถควบคุมตัวเองได้ โดยผู้นำได้ยกตัวอย่างข่าวที่มีผู้เลียนแบบพฤติกรรมรุนแรงในเกมออนไลน์และก่ออาชญากรรมสร้างความเดือดร้อนให้กับผู้อื่น จนเสียชีวิตและทรัพย์สินจนตำรวจจับได้และได้รับโทษตามกฎหมาย ทำให้นักเรียนสามารถแยกแยะได้ว่าควรใช้ชีวิตจัดการกับอารมณ์แบบใดจึงจะดีกับตัวนักเรียนมากที่สุด

ปัญหาอุปสรรค ไม่มี

กิจกรรมพึงเลี้ยงรรรมชาติ

กิจกรรมพึงเลี้ยงรรรมชาติเป็นกิจกรรมที่ให้นักเรียนได้ฝึกสมาธิอย่างง่ายๆ และการค้นหาความสุขจากความสงบ โดยกิจกรรมคือ ให้นักเรียนแต่ละคน เดินเงียบๆ คนเดียวในบริเวณสวนที่ผู้นำกำหนดพื้นที่ให้โดยขอให้นักเรียนอยู่ในความเงียบ ไม่พูดกันขณะเดิน และให้นักเรียนจดบันทึกทุกๆ เสียงที่นักเรียนได้ยินว่ามีเสียงอะไรบ้าง กำหนดเวลา 10 นาที เมื่อเสร็จกิจกรรมให้นักเรียนนำเสนอเสียงที่ตัวเองได้ยิน นักเรียนแต่ละคนสามารถบอกเสียงที่ได้ยินได้มากเช่นเสียงนก เสียงลม เสียงรถเดิน และถามถึงความรู้สึกขณะที่ไม่ให้คุยกันขณะเดิน จากกิจกรรมนี้ผู้นำได้สรุปว่า ขณะที่นักเรียนจดจ่อรับฟังเสียงต่างๆ นั้น นักเรียนจะสามารถรับรู้เสียงต่างๆ ได้ละเอียดและชัดเจนยิ่งขึ้น และนักเรียนจะพบความสุขทำให้นักเรียนรู้สึกผ่อนคลายและเกิดการเรียนรู้การที่จะพบความสุขง่ายๆ จากการได้รับสัมผัสและรับรู้ธรรมชาติ ซึ่งเป็นการสร้างความสงบทางจิตใจที่ดีวิธีหนึ่งในกิจกรรมนี้ควรเป็นสถานที่ต้นไม้รายรอบ และมีความสงบ

ปัญหาอุปสรรค ที่พบคือภายในบริเวณโรงเรียนยังเงียบไม่พอเพราะมีนักเรียนชั้นอื่นที่เรียนวิชาพละ และชั้นเด็กเล็กยังเล่นอยู่ในสนามโรงเรียนจึงให้นักเรียนพยายามหลีกเลี่ยงบริเวณที่เสียงดังและพยายามใช้สมาธิให้มากที่สุดในการรับฟังเสียงต่างๆ

กิจกรรมแผนของขุนน้อย

กิจกรรมแผนของขุนน้อยเป็นกิจกรรมที่ให้นักเรียนได้ฝึกการแก้ไขปัญหาเพื่อลดความขัดแย้ง และตระหนักถึงการแก้ไขปัญหาความขัดแย้งโดยลดความรุนแรง โดยผู้นำบทวนการแก้ปัญหาความขัดแย้งโดยใช้ขั้นตอนหน้าต่าง 6 บานแต่ในกิจกรรมนี้จะจบลงแค่บานที่ 4 คือวิธีที่ดีที่สุด กระบวนการของกิจกรรมนี้ให้นักเรียนช่วยกันวิเคราะห์ข่าว เขียนความต้องการของเพื่อนคู่กรณี นักเรียนทั้งสองกลุ่มเสนอว่าเป็นความต้องการเอาชนะกันอย่างไรไม่มีเหตุผล ปัญหาของนักเรียนทั้งสองฝ่ายคืออะไร ในกิจกรรมนี้นักเรียนให้ความสนใจมากเนื่องจากเป็นเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นจริงในสังคมจึงช่วยกันวิเคราะห์และแสดงถึงความรู้สึกถึงเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น ผู้นำได้สรุปและเชื่อมโยงให้นักเรียนเห็นว่าเหตุการณ์ความขัดแย้งที่เกิดขึ้นในสังคมมีหลากหลายรูปแบบและมีความรุนแรงหลายระดับ เช่นความขัดแย้งในครอบครัว การเมือง ชุมชน และความขัดแย้งระหว่างประเทศ การที่นักเรียนได้มีโอกาสได้คิด วิเคราะห์และหาวิธีแก้ไขความขัดแย้งด้วยสันติวิธีจะช่วยลดความรุนแรงและอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างมีความสุข ขณะดำเนินกิจกรรมนักเรียนเกิดกระบวนการเรียนรู้ที่มีขั้นตอนจากการใช้หน้าต่าง 6 บานทำให้เกิดกระบวนการคิดที่เป็นเหตุเป็นผลมากขึ้น

ปัญหาอุปสรรค ไม่มี

สรุปความเป็นไปได้ในกระบวนการและกลวิธีในการดำเนินกิจกรรมตามโปรแกรมในแต่ละกิจกรรมพบว่าสามารถดำเนินกิจกรรมได้ตามวัตถุประสงค์ของโปรแกรม เนื้อหาส่วนใหม่เหมาะสมกับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 นักเรียนให้ความร่วมมือและสนใจเข้าร่วมกิจกรรม แต่พบว่าในบางกิจกรรมต้องมีการปรับ เนื้อหา กระบวนการและกลวิธีให้เหมาะสมกับสถานการณ์ปัจจุบัน ซึ่งทำให้เป็นที่น่าสนใจมากขึ้น เช่น การใช้กระบวนการของเกมส้อมเข้ามาแบ่งกลุ่มเพื่อให้นักเรียนได้มีโอกาสทำงานร่วมกับผู้อื่นไม่ยึดติดอยู่กับเพื่อนกลุ่มเดิม การให้รางวัลชมเชยเพื่อเป็นการเสริมแรงบวกให้กับนักเรียนเกิดความภาคภูมิใจ การปรับเปลี่ยนขั้นตอนของการสร้างสมาธิจากการหลับตาเป็นการร้องเพลงเบาๆเพื่อให้เหมาะสมกับบริบทของโรงเรียนซึ่งมีข้อจำกัดในเรื่องของสิ่งแวดล้อม รวมทั้งกระบวนการของการส่งงานที่ได้รับมอบหมายให้เสร็จภายในชั่วโมง นักเรียนไม่สามารถทำตามที่กำหนดได้จึงต้องปรับเปลี่ยนให้กลับไปทำเป็นการบ้านและนำมาส่งการจัดชั่วโมงสอนเพิ่มให้กับนักเรียนที่ขาดเรียนทำให้สามารถดำเนินกิจกรรมครบตามโปรแกรม

บทที่ 5

อภิปรายผล

การศึกษาครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลและความเป็นไปได้ของการประยุกต์ใช้โปรแกรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เพื่อป้องกันพฤติกรรมก้าวร้าวในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนป่าไม้อุทิศ 9 ตำบลบางรักน้อย อำเภอเมือง จังหวัดนนทบุรี จำนวน 1 ชั้นเรียน รวม 13 คน ซึ่งผลจากการศึกษาความเป็นไปได้ สามารถนำมาอภิปรายในประเด็นดังต่อไปนี้คือ 1) ประสิทธิภาพของโปรแกรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เพื่อป้องกันพฤติกรรมก้าวร้าวในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โดยพิจารณาจากคะแนนความฉลาดทางอารมณ์และคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรง 2) ความเป็นไปได้ของโปรแกรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เพื่อป้องกันพฤติกรรมก้าวร้าวในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โดยพิจารณาจาก การประเมินพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียน เนื้อหาและกลวิธีในการดำเนินกิจกรรม ผู้นำในการดำเนินกิจกรรม ประโยชน์ที่ได้รับจากโปรแกรม และปัญหาอุปสรรคในการดำเนินกิจกรรม

ประสิทธิภาพของโปรแกรม

หลังเข้าร่วมโปรแกรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เพื่อป้องกันพฤติกรรมก้าวร้าวในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 พบว่านักเรียนกลุ่มตัวอย่าง มีคะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์ในภาพรวมหลังเข้าร่วมกิจกรรม (159.08 ± 11.40) สูงกว่าก่อนเข้าร่วมกิจกรรม (138.31 ± 17.83) เมื่อพิจารณาคะแนนความฉลาดทางอารมณ์เป็นรายด้านพบว่า คะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์ด้านดีหลังเข้าร่วมกิจกรรม (54.30 ± 4.17) สูงกว่าก่อนเข้าร่วมกิจกรรม (48.30 ± 6.16) คะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์ด้านเก่งหลังเข้าร่วมกิจกรรม (51.61 ± 6.22) สูงกว่าก่อนเข้าร่วมกิจกรรม (45.69 ± 5.61) และคะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์ด้านสุขหลังเข้าร่วมกิจกรรม (53.15 ± 3.33) สูงกว่าก่อนเข้าร่วมกิจกรรม (44.30 ± 8.20) นอกจากมีการเพิ่มขึ้นของความฉลาดทางอารมณ์หลังเข้าร่วมโปรแกรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เพื่อป้องกันพฤติกรรมก้าวร้าวแล้ว พบว่าค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรงทางวาจา (1.29 ± 0.28) ทางกาย (1.45 ± 0.39) และโดยรวม (1.31 ± 0.34) ภายหลังเข้าร่วมโปรแกรมลดลงกว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรงทางวาจา (1.76 ± 0.41) ทางกาย (1.89 ± 0.55) และ

โดยรวม (1.82 ± 0.45) ก่อนเข้าร่วมโปรแกรมตามลำดับ จากผลการศึกษาที่ได้สอดคล้องกับการศึกษาของ ศิริ ปานแดง (2547) พบว่าความฉลาดทางอารมณ์ด้านดี ด้านเก่ง และด้านสุขของนักเรียนมัธยมศึกษา มีความสัมพันธ์ทางบวกกับทัศนคติต่อการใช้ความรุนแรงและการศึกษาของกรวิดา ศรีสุภา (2547) ศึกษาผลของการใช้กระบวนการจัดการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ตามแนวคิดของโกล์แมนที่มีต่อการลดพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรงของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 พบว่าค่าเฉลี่ยของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนสูงกว่าการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรงของนักเรียนน้อยกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และการศึกษาของสำนักพัฒนาสุขภาพจิต กรมสุขภาพจิต (2550) ศึกษาเกี่ยวกับการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เพื่อป้องกันการใช้ความรุนแรงในเด็กประถมศึกษา พบว่า นักเรียนประถมศึกษาที่ได้รับโปรแกรมมีพฤติกรรมเสี่ยงต่อความรุนแรงลดลงและน้อยกว่านักเรียนประถมศึกษาที่ไม่ได้รับโปรแกรมป้องกันพฤติกรรมรุนแรง ดังนั้นการส่งเสริมให้นักเรียนมีความฉลาดทางอารมณ์เพิ่มขึ้นจะช่วยป้องกันและลดพฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรงได้

ความเป็นไปได้ของกระบวนการนำโปรแกรมมาใช้

กระบวนการของการประยุกต์ใช้โปรแกรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เพื่อป้องกันพฤติกรรมก้าวร้าวมาใช้ ได้แบ่งการนำเสนอออกเป็น 5 ส่วน คือ การประเมินพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียน เนื้อหาและกลวิธีในการดำเนินกิจกรรม ผู้นำในการดำเนินกิจกรรม ประโยชน์ที่ได้รับจากโปรแกรม และปัญหาอุปสรรคในการดำเนินกิจกรรม ดังต่อไปนี้

1. การประเมินพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียน ในการศึกษาครั้งนี้ได้มีการประเมินพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนจากหลายแหล่งข้อมูล คือ มีการประเมินโดยตัวนักเรียนเอง และให้บุคคลที่มีปฏิสัมพันธ์กับตัวนักเรียนเป็นผู้ประเมิน ซึ่งได้แก่ผู้ปกครอง เพื่อน และครูประจำชั้น จากการศึกษาที่ผ่านมาพบว่า เด็กและวัยรุ่นที่มีปัญหาพฤติกรรมก้าวร้าวมีแนวโน้มที่จะประเมินตนเองต่ำกว่าความเป็นจริง โดยสาเหตุอาจเนื่องมาจากพฤติกรรมดังกล่าวเป็นพฤติกรรมที่ไม่ได้รับการยอมรับจากสังคมหรือ อาจกลัวการลงโทษที่จะตามมาหลังพบว่ามีพฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรง ซึ่งจากเหตุผลดังกล่าว ทำให้ผู้ศึกษาเลือกที่จะประเมินจากแหล่งอื่นนอกเหนือจากตัวนักเรียนเอง เพื่อช่วยในการเข้าใจถึงปัญหาพฤติกรรมดังกล่าวชัดเจนยิ่งขึ้น โดยข้อสรุปและสิ่งที่ได้เรียนรู้จากการใช้แบบประเมินพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนโดยตัวนักเรียนเอง และให้ผู้ปกครอง เพื่อน และครูประจำชั้นประเมิน มีดังต่อไปนี้

แบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรงของนักเรียน แบบวัดนี้เป็นแบบประเมินพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียน โดยให้นักเรียนประเมินตนเอง และให้ผู้ปกครองประเมินผลจากการศึกษาครั้งนี้พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรงของนักเรียนซึ่งประเมินโดยตัวนักเรียนเองและประเมินโดยผู้ปกครอง เป็นไปในทิศทางเดียวกัน แต่จะเห็นได้ว่าผู้ปกครองมีแนวโน้มที่จะประเมินพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรงทั้งทางกายและวาจาของนักเรียนสูงกว่าที่นักเรียนประเมินตนเอง ข้อดีของการให้ผู้ปกครองประเมินพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนเพิ่มเติมจากที่นักเรียนประเมินตนเองคือ นอกจากจะช่วยในการประเมินพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนที่บ้านแล้ว ยังช่วยให้ผู้ปกครองสนใจที่จะสังเกตพฤติกรรมของนักเรียนอย่างใกล้ชิด อีกด้วย

แบบบันทึกรายงานการสังเกตพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนโดยครูภายหลังจากการประเมินกระบวนการทำการศึกษา โดยให้ครูประจำชั้นลงบันทึกในแบบบันทึกรายงานสังเกตพฤติกรรมก้าวร้าวแล้วพบว่า ครูประจำชั้นไม่สามารถบันทึกพฤติกรรมของนักเรียนได้ตลอดเวลา เพราะครูที่สอนนักเรียนมีหลายคนในหลายวิชา และเป็นครูคนละคนกับครูที่สังเกตพฤติกรรมซึ่งเป็นครูประจำชั้น มีเพียงบางวิชาเท่านั้นที่ครูประจำชั้นนั่งสังเกตการณ์ขณะที่นักเรียนเข้าเรียนวิชาอื่น ทำให้พฤติกรรมที่ครูบันทึกได้อาจเป็นข้อมูลที่ไม่ครอบคลุมทั้งหมด ในกรณีที่ต้องการใช้แบบบันทึกพฤติกรรมก้าวร้าวในชั้นเรียนโดยครู ควรมีการประชุมครูผู้สอนทุกคนที่สอนนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 เพื่อชี้แจงและแนะแนวทางในการลงบันทึกพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนขณะอยู่ในชั้นเรียนในแต่ละวิชาที่สอน ซึ่งจะทำให้ข้อมูลที่ได้มีความครอบคลุมมากยิ่งขึ้น ดังนั้นการบันทึกการสังเกตพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนโดยครูจึงอาจยังไม่เหมาะสมที่จะใช้ในการประเมินในการศึกษาครั้งนี้ เนื่องจากการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวไม่ได้เกิดขึ้นเฉพาะในชั้นเรียน อาจเกิดขึ้นนอกชั้นเรียนได้ตลอดเวลา ซึ่งครูไม่สามารถประเมินพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนทั้งหมดได้ นอกจากนี้การลงบันทึกในรายงานการสังเกตพฤติกรรมของนักเรียนอาจเป็นการเพิ่มภาระให้ครูมากยิ่งขึ้น

แบบบันทึกพฤติกรรมก้าวร้าวโดยเพื่อนนักเรียนเป็นรายบุคคล ซึ่งผู้ศึกษาพัฒนาขึ้นเองพบว่าหลังจบการทดลองได้รับแบบบันทึกกลับคืนจากนักเรียนเพียง 6 คน จากนักเรียน 13 คนแสดงถึงนักเรียนไม่ได้ให้ความสนใจกับการบันทึก อาจเนื่องมาจากการออกแบบการบันทึกที่ไม่น่าสนใจ หากเกินไปไม่เหมาะสมสำหรับนักเรียนวัยนี้ ควรมีการปรับแบบบันทึกให้เหมาะสมและง่ายขึ้น รวมถึงควรมีการประเมินผลติดตามเป็นระยะทุกสัปดาห์เพื่อเป็นการกระตุ้นเตือนให้นักเรียนบันทึกและส่งแบบบันทึกตามระยะเวลาที่กำหนด ซึ่งการบันทึกการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวรายบุคคลโดยนักเรียน ผู้ศึกษาคิดว่ายังไม่เหมาะสมสำหรับนักเรียนวัยนี้เนื่องจากอาจจะได้ข้อมูลที่ไม่เป็น

ความจริงทั้งหมด เพราะนักเรียนอาจมีการบันทึกเพื่อกลั่นแกล้งกันและเอาคืนจากเพื่อนที่เคยแกล้งกันเอง ทำให้ข้อมูลที่ได้มาไม่มีความเชื่อถือได้น้อยกว่าความเป็นจริง การประเมินโดยอภิปรายกลุ่มย่อย มีโอกาสที่จะทำให้นักเรียนสามารถพูดแสดงความรู้สึกและแลกเปลี่ยนความคิดเห็นได้ชัดเจนกว่าการบันทึกพฤติกรรมก้าวร้าวรายบุคคล

การประเมินเหตุการณ์ในชั้นเรียนทุกสัปดาห์ ซึ่งเป็นการประเมินกระบวนการและผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นระหว่างการดำเนินกิจกรรม บรรยายภาพต่างๆ รวมทั้งเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น จากการได้รับ โปรแกรมการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์และป้องกันพฤติกรรมก้าวร้าวในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ส่งผลให้นักเรียนมีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นในชั้นเรียน คือมีพฤติกรรมก้าวร้าวที่ลดลงในแต่ละสัปดาห์ ผลกระทบต่างๆ ที่มีผลต่อตัวนักเรียนและเพื่อนมีแนวโน้มในการเปลี่ยนแปลงที่ดีขึ้นและนักเรียนได้เรียนรู้การแก้ปัญหาจากเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นโดยอาศัยทักษะต่างๆ ที่ได้รับจากกิจกรรมการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์และป้องกันพฤติกรรมก้าวร้าวในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ซึ่งการประเมินกระบวนการต่างๆ เป็นระยะผู้ศึกษาสามารถหาข้อแก้ไขและข้อผิดพลาดเกี่ยวกับกระบวนการต่างๆ ที่ได้นำไปแล้วรวมทั้งประเมินตัวผู้ศึกษาเองว่าได้ดำเนินกิจกรรมได้ตามเป้าหมายหรือไม่ ในส่วนของนักเรียนได้มีโอกาสประเมินตนเองและเพื่อนเกี่ยวกับสถานการณ์ในชั้นเรียนที่เปลี่ยนไป ทั้งทางลบและทางบวกทำให้เกิดกระบวนการเรียนรู้ในกลุ่มมากขึ้น

การประเมินจากแบบสัมภาษณ์ความรู้สึกของนักเรียนที่มีต่อตนเอง เพื่อน และสังคม เป็นคำถามปลายเปิดซึ่งสามารถประเมินความรู้สึก ความรู้และการนำไปใช้ต่อตนเอง ต่อเพื่อน ครอบครัว ชุมชนและสังคม ซึ่งเป็นการประเมินผลเชิงคุณภาพที่สามารถวัดได้ครอบคลุมเพิ่มจากการวัดเชิงปริมาณคือ การใช้แบบวัดความฉลาดทางอารมณ์สำหรับวัยรุ่น อายุ 12-17 ปี โดยกรมสุขภาพจิต (2543) และแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรงของนักเรียนและผู้ปกครองที่เป็นลักษณะคำถามปลายปิด การประเมินโดยการสัมภาษณ์ความรู้สึกนักเรียนไม่เหมาะสมกับนักเรียนกลุ่มใหญ่เนื่องจากจะต้องใช้เวลาในการสัมภาษณ์รวมทั้งการเพิ่มบุคลากรมากขึ้นทำให้ต้องสูญเสียงบประมาณและเป็นการเพิ่มต้นทุน จึงควรมีการดัดแปลงโดยการอภิปรายกลุ่มย่อย กลุ่มนักเรียนเข้ากลุ่มโดยใช้แนวคำถามตามแบบสัมภาษณ์ จะทำให้ประหยัดเวลาและต้นทุนนักเรียนมีโอกาสแลกเปลี่ยนความเห็นระหว่างกลุ่มได้มากยิ่งขึ้น

2. เนื้อหาและกลวิธีในการดำเนินกิจกรรม การศึกษาค้นคว้าเลือกคู่มือการจัดการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เพื่อป้องกันปัญหาการใช้ความรุนแรงในโรงเรียนระดับประถมศึกษา พัฒนาโดยกรมสุขภาพจิต (2548) โดยการวางกรอบแนวคิดการเสริมสร้างคุณลักษณะสำคัญที่เป็นพื้นฐานทางอารมณ์ที่จะป้องกันไม่ให้เด็กมีการใช้ความรุนแรงที่จะป้องกันไม่ให้นักเรียนมีการใช้ความรุนแรง ในคุณลักษณะความฉลาดทางอารมณ์ 8 ด้าน ตามองค์ประกอบของ

ความฉลาดทางอารมณ์ 3 องค์ประกอบคือ ดี เก่ง สุข ด้านดี ประกอบด้วยความฉลาดทางอารมณ์ 3 ด้าน ได้แก่ การรับรู้อารมณ์ (กิจกรรมเส้นทางแห่งความรู้สึก) การยอมรับความแตกต่างระหว่างบุคคล (กิจกรรมทุกคนล้วนสำคัญ) การควบคุมอารมณ์ (กิจกรรมใช้ปัญญาพัฒนาอารมณ์) ด้านเก่ง ประกอบด้วยความฉลาดทางอารมณ์ 3 ด้าน ได้แก่ การเสริมสร้างสัมพันธภาพ (ทำงานเป็นทีม) การสื่อสาร (กิจกรรมผู้ไกล่เกลี่ย กิจกรรมวิจารณ์อย่างสร้างสรรค์) การจัดการกับปัญหาความขัดแย้ง (กิจกรรมแผนของขุนน้อย) ด้านสุข ประกอบด้วยความฉลาดทางอารมณ์ 2 ด้าน ได้แก่ การคิดทางบวก (กิจกรรมสมมุติเพื่อนรัก) การผ่อนคลายอารมณ์ (กิจกรรมฟังเสียงธรรมชาติ) จากการทบทวนวรรณกรรมพบว่า การโปรแกรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์สามารถป้องกันการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวในนักเรียนประถมศึกษาได้ โดยนักเรียนมีความฉลาดทางอารมณ์ที่เพิ่มขึ้นส่งผลให้มีพฤติกรรมก้าวร้าวลดลง ใช้กระบวนการเรียนรู้อย่างมีส่วนร่วม ซึ่งกระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมนี้ประกอบไปด้วย กระบวนการกลุ่ม การแบ่งงานตามใบงาน การเล่นเกมสื่อก่อนเข้าสู่บทเรียน การแสดงบทบาทสมมติการประชุมกลุ่มแล้วนำเสนอผลงานร่วมกันอภิปรายแลกเปลี่ยนความคิดเห็น ซึ่งทำให้นักเรียนเกิดความตื่นตัวและมีความพร้อมที่จะเข้าร่วมกิจกรรม การให้รางวัลเพื่อเสริมแรงบวกให้นักเรียนเกิดความภาคภูมิใจ

3. ผู้นำในการดำเนินกิจกรรมตามโปรแกรม ผู้นำในการดำเนินกิจกรรมจะต้องได้รับการอบรมเกี่ยวกับโปรแกรมการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ ซึ่งในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้เป็นโปรแกรมที่พัฒนาโดยกรมสุขภาพจิต นอกจากนี้ผู้นำกิจกรรมยังต้องเป็นผู้มีประสบการณ์ในการสอนแบบมีส่วนร่วมและกระบวนการกลุ่ม มีความเข้าใจในเนื้อหาของกิจกรรม รู้และเข้าใจแผนการสอน ขั้นตอนในการสอน และเป็นผู้นำดำเนินกิจกรรมตามแผนการสอน ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ผู้นำในการดำเนินกิจกรรมเป็นพยาบาลด้านสุขภาพจิตและจิตเวช และมีผู้ช่วยผู้นำในการดำเนินกิจกรรมเป็นครูประจำชั้นของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ซึ่งมีข้อดีคือมีความใกล้ชิดกับนักเรียน สนับสนุนนักเรียนจะรู้ข้อมูลในด้านต่างๆของนักเรียน การที่มีครูเป็นผู้ช่วยผู้นำในการดำเนินกิจกรรมจะทำให้นักเรียนเกิดความร่วมมือในการทำกิจกรรม

4. ประโยชน์ที่ได้รับจากโปรแกรม นักเรียน ครู และผู้บริหารโรงเรียนได้รับประโยชน์จากโปรแกรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เพื่อป้องกันพฤติกรรมก้าวร้าวในนักเรียนดังนี้

นักเรียน จากข้อมูลของนักเรียนที่แสดงความคิดเห็นหลังเข้าร่วมกิจกรรมและจากแบบสัมภาษณ์ได้แสดงความคิดเห็นว่า ได้เรียนรู้เกี่ยวกับอารมณ์ของตนเองและผู้อื่น การเข้าใจเห็นใจผู้อื่น การรู้จักใช้ทักษะการสื่อสารที่ดีในการไกล่เกลี่ยและวิจารณ์อย่างสร้างสรรค์ การใช้เหตุผล

ในการแก้ปัญหาด้วยสติปัญญามากกว่าการใช้กำลังรวมทั้งการรู้จักสร้างสุขให้กับตนเองโดยการสร้างสมาธิจากธรรมชาติ สิ่งต่างๆเหล่านี้นักเรียนจะนำไปใช้กับตนเอง ครอบครัวและสังคมเพื่อป้องกันการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวและความรุนแรงต่อไป

ครู ได้เรียนรู้ทักษะต่างๆเกี่ยวกับการใช้โปรแกรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เพื่อป้องกันพฤติกรรมก้าวร้าวในนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 และมีส่วนร่วมในการดำเนินกิจกรรม ซึ่งในการที่จะพัฒนาครูให้สามารถดำเนินกิจกรรมตามโปรแกรมให้ได้ประสิทธิภาพยิ่งขึ้นอาจต้องมีการคัดเลือกครูอาสาสมัครที่มีคุณสมบัติด้านจิตวิทยา หรือครูคนอื่นๆที่นักเรียนไว้วางใจ

ผู้บริหารโรงเรียน ผลการศึกษาการประยุกต์ใช้โปรแกรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เพื่อป้องกันพฤติกรรมก้าวร้าวในนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 ทำให้ผู้บริหารเห็นความสำคัญของปัญหาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวโดยการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์และมีแนวทางให้มีการประยุกต์ใช้โปรแกรมกับนักเรียนชั้นอื่นๆตามความเหมาะสม โดยอาจต้องมีพยาบาลจิตเวชเป็นพี่เลี้ยงในการอบรมครูและให้คำปรึกษา

5. ปัญหาอุปสรรคในการดำเนินกิจกรรม ปัญหาและอุปสรรคที่พบคือ โรงเรียนเป็นโรงเรียนขนาดเล็ก นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ไม่มีห้องเรียนเป็นของตนเอง ต้องใช้ห้องสมุดเป็นห้องเรียน ซึ่งขณะดำเนินกิจกรรมอาจจะต้องมีนักเรียนชั้นอื่นเข้ามาใช้บริการห้องสมุด จึงไม่มีความเป็นส่วนตัวสูญเสียสมาธิขณะทำ ปัญหาที่สำคัญของการทำกิจกรรมครั้งนี้อีกประการหนึ่งคือ ขณะที่ผู้ศึกษาเข้าดำเนินงานตามโปรแกรมเป็นช่วงภาคปลายการศึกษา นักเรียนต้องมีการเตรียมตัวสอบเรียนต่อ และการสอบรวบยอดและมีการแข่งกีฬาระดับโรงเรียน ตารางกิจกรรมตามโปรแกรมจึงต้องมีการปรับเปลี่ยนตามความเหมาะสมปัญหาของนักเรียนบางคนที่ขาดเรียนทำให้ได้รับกิจกรรมไม่ครบ ผู้ศึกษาจึงต้องมีการเสริมกิจกรรมที่ขาดให้กับนักเรียนนอกเวลาเป็นรายบุคคลเพื่อให้สามารถทำกิจกรรมให้ทันเพื่อน

บทที่ 6

สรุปผลการศึกษา

การศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาผลและความเป็นไปได้ของการประยุกต์ใช้โปรแกรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เพื่อป้องกันพฤติกรรมก้าวร้าวในนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 สามารถสรุปผลได้ดังนี้

ประสิทธิผลของโปรแกรม หลังเข้าร่วมโปรแกรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เพื่อป้องกันพฤติกรรมก้าวร้าวในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 พบว่านักเรียนกลุ่มตัวอย่าง มีคะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์ในภาพรวมหลังเข้าร่วมกิจกรรม (159.08 ± 11.40) สูงกว่าก่อนเข้าร่วมกิจกรรม (138.31 ± 17.83) เมื่อพิจารณาคะแนนความฉลาดทางอารมณ์เป็นรายด้านพบว่า คะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์ด้านดีหลังเข้าร่วมกิจกรรม (54.30 ± 4.17) สูงกว่าก่อนเข้าร่วมกิจกรรม (48.30 ± 6.16) คะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์ด้านเก่งหลังเข้าร่วมกิจกรรม (51.61 ± 6.22) สูงกว่าก่อนเข้าร่วมกิจกรรม (45.69 ± 5.61) และคะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์ด้านสุขหลังเข้าร่วมกิจกรรม (53.15 ± 3.33) สูงกว่าก่อนเข้าร่วมกิจกรรม (44.30 ± 8.20) นอกจากนี้การเพิ่มขึ้นของความฉลาดทางอารมณ์หลังเข้าร่วมโปรแกรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เพื่อป้องกันพฤติกรรมก้าวร้าวแล้ว พบว่าค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรงทางวาจา (1.29 ± 0.28) ทางกาย (1.45 ± 0.39) และโดยรวม (1.31 ± 0.34) ภายหลังเข้าร่วมโปรแกรมลดลงกว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรงทางวาจา (1.76 ± 0.41) ทางกาย (1.89 ± 0.55) และโดยรวม (1.82 ± 0.45) ก่อนเข้าร่วมโปรแกรมตามลำดับ จากผลการศึกษาที่ได้สอดคล้องกับการศึกษาที่ผ่านมาที่พบว่า การส่งเสริมให้นักเรียนมีความฉลาดทางอารมณ์เพิ่มขึ้นจะช่วยป้องกันและลดพฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรงได้

เนื้อหาโปรแกรม ผลการประเมินโปรแกรมด้านเนื้อหาโปรแกรมภายหลังสิ้นสุดกิจกรรมพบว่า นักเรียนกลุ่มตัวอย่างมีความคิดเห็นว่า เนื้อหากิจกรรมดี มีความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ และง่ายต่อการทำความเข้าใจ สอดคล้องกับความคิดเห็นของผู้นำและครูผู้ช่วยผู้นำ ซึ่งมีความคิดเห็นว่าคู่มือการจัดกิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เพื่อป้องกันปัญหาการใช้ความรุนแรงในโรงเรียนระดับประถมศึกษา พัฒนาโดย สำนักพัฒนาสุขภาพจิตกรมสุขภาพจิต มีเนื้อหาที่เหมาะสมกับพัฒนาการของวัยรุ่นตอนต้น ผู้นำและครูผู้ช่วยได้ดำเนินกิจกรรม

ตามเนื้อหาในแผนการสอนเป็นหลัก แต่จะมีการปรับเปลี่ยนบ้างเล็กน้อยเกี่ยวกับการยกตัวอย่างกรณีศึกษา หรือตัวอย่างสถานการณ์เพื่อให้เข้ากับบริบทของนักเรียนในสถานศึกษานั้นและสถานการณ์ปัจจุบัน

ประโยชน์ที่ได้รับจากโปรแกรม นักเรียน ครู และผู้บริหาร โรงเรียนได้รับประโยชน์จากโปรแกรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เพื่อป้องกันพฤติกรรมก้าวร้าวในนักเรียน ดังนี้

นักเรียน จากข้อมูลของนักเรียนที่แสดงความคิดเห็นหลังเข้าร่วมกิจกรรมและจากแบบสัมภาษณ์ได้แสดงความคิดเห็นว่า ได้เรียนรู้เกี่ยวกับอารมณ์ของตนเองและผู้อื่น การเข้าใจเห็นใจผู้อื่น การรู้จักใช้ทักษะการสื่อสารที่ดีในการโต้เถียงและวิจารณ์อย่างสร้างสรรค์ การใช้เหตุผลในการแก้ปัญหาด้วยสติปัญญามากกว่าการใช้กำลังรวมทั้งการรู้จักสร้างสุขให้กับตนเองโดยการสร้างสมาธิจากธรรมชาติ สิ่งต่างๆเหล่านี้นักเรียนจะนำไปใช้กับตนเอง ครอบครัวและสังคมเพื่อป้องกันการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวและความรุนแรงต่อไป

ครู ได้เรียนรู้ทักษะต่างๆเกี่ยวกับการใช้โปรแกรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เพื่อป้องกันพฤติกรรมก้าวร้าวในนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 และมีส่วนร่วมในการดำเนินกิจกรรม ซึ่งในการที่จะพัฒนาครูให้สามารถดำเนินกิจกรรมตามโปรแกรมให้ได้ประสิทธิภาพยิ่งขึ้น อาจต้องมีการคัดเลือกครูอาสาสมัครที่มีคุณสมบัติด้านจิตวิทยา หรือครูคนอื่นๆที่นักเรียนไว้วางใจ

ผู้บริหารโรงเรียน ผลการศึกษาการประยุกต์ใช้โปรแกรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เพื่อป้องกันพฤติกรรมก้าวร้าวในนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 ทำให้ผู้บริหารเห็นความสำคัญของปัญหาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวโดยการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์และมีแนวทางให้มีการประยุกต์ใช้โปรแกรมกับนักเรียนชั้นอื่นๆตามความเหมาะสม โดยอาจต้องมีพยาบาลจิตเวชเป็นที่ปรึกษาในการอบรมครูและให้คำปรึกษา

ข้อเสนอแนะในการศึกษาครั้งต่อไป

1. การประยุกต์ใช้โปรแกรมความฉลาดทางอารมณ์เพื่อป้องกันพฤติกรรมก้าวร้าวในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 นี้ ได้ปรับลักษณะของกิจกรรมให้มีลักษณะเหมาะสมกับเด็กในระดับประถมศึกษาตอนปลาย โดยการใช้สื่อและกิจกรรมในลักษณะต่าง ๆ เช่น การวิเคราะห์ข่าว การเล่นเกม การแสดงบทบาทสมมติ หรือการแสดงละคร เป็นต้น ดังนั้น ครูผู้สอนควรปรับความรู้เรื่องความฉลาดทางอารมณ์ให้เหมาะสมกับลักษณะวัยที่เรียนการสอนในเรื่องอื่น เช่น การนำความรู้เรื่องความฉลาดทางอารมณ์ไปใช้ในการมีสติ ควบคุมอารมณ์ เรื่องของยาเสพติด หรือการเลือกคบเพื่อนต่างเพศ ของนักเรียนในระดับมัธยมศึกษา

2. ลักษณะของกิจกรรมและสื่อที่ใช้ควรกระตุ้นหรือดึงดูดความสนใจของนักเรียนได้ เพื่อกระตุ้นและสร้างความสนใจของเด็กได้ สื่อจึงควรจะเป็นรูปแบบใหม่ๆ ทันสมัย เช่น การนำวีซีดี มาศึกษาพฤติกรรมของตัวละครร่วมกันกับนักเรียนตัวละครใดแสดงพฤติกรรมเหมาะสมหรือไม่ เหมาะสมอย่างไรอะไรบ้าง จากนั้นให้นักเรียนช่วยกันเสนอแนะแนวทางการแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้น ของตัวละครต่างๆ ให้เหมาะสม การนำวีซีดีมาเป็นสื่อการสอนนั้นนอกจากนักเรียนจะได้รับความ เพลิิดเพลินแล้วยังเป็นการฝึกฝนให้นักเรียนกล้าคิดและวิเคราะห์ เรียนรู้ว่พฤติกรรมใดที่ควร หรือไม่ควรเลียนแบบได้

3. สิ่งที่ต้องทำต่อจากนี้ คือการคัดเลือกครูอาสาสมัครที่มีคุณสมบัติด้านจิตวิทยาหรือ ครูที่นักเรียนไว้วางใจ มาฝึกอบรม เพื่อดำเนินการตามโปรแกรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ และป้องกันพฤติกรรมก้าวร้าวในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 และควรร่วมมือกันระหว่าง ผู้บริหาร ครู ผู้ปกครอง ที่จะนำโปรแกรมห้กล่าวเข้าไปแผนหรือนโยบายของโรงเรียนเพื่อให้เกิด ความยั่งยืนและต่อเนื่อง

4. ควรมีการประชุมกลุ่มย่อยในกลุ่มครูและผู้ปกครองประเด็นเกี่ยวกับ ผลกระทบ ของความรุนแรงในโรงเรียน ด้านความรู้สึก ปฏิกริยา การเรียน การสอน ความก้าวหน้าในการ เรียน ระเบียบวินัยของโรงเรียน ทศนคติของครู พ่อแม่ ผู้ปกครองและความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญหา ความรุนแรงในโรงเรียน และวิธีการดำเนินการแก้ไขปัญหาพฤติกรรมเสี่ยงต่อความรุนแรงของ นักเรียนอย่างไรบ้าง เพื่อเป็นแนวทางในการหาวิธีป้องกันปัญหาร่วมกัน

การนำผลการศึกษาไปใช้

ผลที่ได้จากการศึกษาสามารถนำไปประยุกต์ใช้เป็นแนวทางในด้านการปฏิบัติการ พยาบาล และด้านการวิจัยทางการพยาบาล ดังต่อไปนี้คือ

ด้านการปฏิบัติการพยาบาล ผลจากการศึกษาครั้งนี้ นำมาซึ่งการพัฒนาและปรับปรุง การปฏิบัติการพยาบาลเด็กและวัยรุ่นที่มีปัญหาพฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรงให้มีคุณภาพเพิ่มมากขึ้น ซึ่งปัญหาพฤติกรรมก้าวร้าวในเด็กและวัยรุ่นเป็นปัญหาที่ซับซ้อน ต้องอาศัยความร่วมมือจากบุคลากร จากหลากหลายวิชาชีพ เช่น จิตแพทย์ พยาบาล นักจิตวิทยา นักสังคมสงเคราะห์ ครู และตำรวจ เป็นต้น โดยบทบาทของพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวชที่ทำงานทั้งด้านดูแลรักษา และส่งเสริมป้องกัน เกี่ยวกับปัญหาดังกล่าว อาจครอบคลุมไปถึงเป็นผู้ให้บริการโดยตรง (Direct care) ซึ่งพยาบาลมี บทบาทในการให้การช่วยเหลือในเด็กและวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีพฤติกรรมรุนแรง หรือมี พฤติกรรมรุนแรง และเป็นรายที่มีปัญหาซับซ้อน โดยการให้คำปรึกษารายบุคคลและรายกลุ่ม การ ให้คำปรึกษาครอบครัว เป็นต้น นอกจากนี้พยาบาลยังทำหน้าที่เป็นผู้ให้คำปรึกษา (Consultant) ซึ่ง พยาบาลทำหน้าที่ช่วยโรงเรียนในการพัฒนาสภาพในการจัดการดำเนินโปรแกรมการเสริมสร้าง

ความฉลาดทางอารมณ์เพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวในนักเรียน โดยช่วยในการจัดตั้งทีมผู้ดำเนินการหลักของโรงเรียน การฝึกอบรมครูในโรงเรียนถึงวิธีการดำเนินโปรแกรม โดยมีพยาบาลช่วยให้อำเภอนำเป็นระยะๆ เพื่อให้ครูสามารถที่จะดำเนินโปรแกรมได้ตามที่วางแผนไว้

ด้านการวิจัยทางการพยาบาล การศึกษาครั้งนี้เป็นประโยชน์เพื่อพัฒนาการศึกษาครั้งต่อไปเกี่ยวกับการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ในรูปแบบต่างๆที่มีหลายระดับ ซึ่งควรคำนึงถึงบริบทและสิ่งแวดล้อมต่างๆ รวมทั้งปัจจัยเสี่ยงและปัจจัยปกป้องในแต่ละระดับให้เกิดความเหมาะสม มีการศึกษาเพิ่มเติมโดยการเอาเพื่อน ครอบครัวและชุมชนเข้ามามีส่วนร่วมในโปรแกรมเพิ่มมากขึ้น เพื่อให้เกิดประสิทธิภาพและประสิทธิผลมากที่สุด

การประยุกต์ใช้โปรแกรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เพื่อป้องกันพฤติกรรมก้าวร้าวใน
นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

IMPLEMENTING THE ENHANCING EMOTIONAL QUOTIENT PROGRAM TO
PREVENT AGGRESSIVE BEHAVIORS IN GRADE 6 STUDENTS

นางคลฤดี สุรินทร์ 4936999 RAMH/M

พย.ม. (การพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวช)

คณะกรรมการที่ปรึกษาสารนิพนธ์ : ทศนา ทวีคุณศ, Ph.D. (Nursing), โสภณ แสงอ่อน, Ph.D.
(Nursing)

บทสรุปแบบสมบูรณ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

พฤติกรรมรังแกกัน (Bully) เป็นการแสดงออกอย่างหนึ่งของพฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรง
ในกลุ่มเด็กและวัยรุ่น โดยที่พฤติกรรมรังแกกันจะอยู่ในรูปแบบต่างๆ โดยเฉพาะการทำร้ายจิตใจ
ด้วยการล้อเลียน การใช้วาจาหรือข้อความที่รุนแรง การไม่ให้เข้าร่วมในกลุ่มหรือทำกิจกรรมด้วย
การใช้ความรุนแรงทางร่างกาย ดบตี รวมทั้งการขู่กรรโชก (Whitted & Dupper, 2005) จากการ
สำรวจโดยสมบัติ ตาปัญญา (2549) เพื่อประเมินสถานการณ์ความรุนแรงในโรงเรียนที่เกิดจากความ
รุนแรงระหว่างนักเรียนด้วยกัน ซึ่งมีการเก็บข้อมูลจากแบบสอบถามจากครู จำนวน 1,300 คน และ
นักเรียนตั้งแต่ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ถึงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 จำนวน 3,047 คน ในโรงเรียนจังหวัด
ต่างๆ ทุกภูมิภาค พบว่าการรังแกกันของนักเรียนระดับประถมปลาย และมัธยมต้น มีอยู่ในระดับสูง
ทั่วทุกภาค โดยร้อยละ 40 เคยถูกรังแกเดือนละ 2-3 ครั้ง หรือบ่อยกว่านั้น ที่พบมากที่สุดคือทำร้ายจิตใจ
ด้วยวาจา ล้อเลียนร้อยละ 47.9 เขี่ยหยามเชื้อชาติ ผิวพรรณร้อยละ 27.9 และพบการคุกคามทาง
เพศร้อยละ 10.7 และมีการแย่งเงินและของใช้ด้วย จากนั้นได้นำข้อมูลผลสำรวจพฤติกรรมรังแกกัน
ในโรงเรียนของประเทศไทยมาทำการเปรียบเทียบกับประเทศอื่นๆ ที่มีปัญหานี้เช่นกัน พบว่า
ประเทศไทยอยู่ในอันดับ 2 ที่มีสัดส่วนนักเรียนถูกรังแกถึง ร้อยละ 40 รองจากประเทศญี่ปุ่น โดย

ประเทศญี่ปุ่น มีนักเรียนร้อยละ 60 ถูกรังแก ถัดมาเป็นประเทศอังกฤษและอเมริกา ประมาณร้อยละ 20 -25 นอกจากนี้จากรายงานเหตุการณ์นักเรียนมีการแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวในลักษณะของการทะเลาะวิวาท โดยกองสารวัตรนักเรียน กรมพลศึกษา (กองสารวัตรนักเรียน, อ้างถึงใน สำนักพัฒนาสุขภาพจิต กรมสุขภาพจิต, 2550) พบว่าการก่อการทะเลาะวิวาทของนักเรียนมีแนวโน้มสูงขึ้น

จากปัญหาสถานการณ์ดังกล่าวส่งผลกระทบต่อทั้งผู้ที่เป็นผู้กระทำพฤติกรรมรังแกและผู้ถูกรังแก ซึ่งผู้กระทำพฤติกรรมรังแก เมื่อโตขึ้นเด็กเหล่านี้จะมีพฤติกรรมต่อเนื่อง อาจมีผลต่อการปรับตัวในสังคมอันนำไปสู่พฤติกรรมก้าวร้าวและต่อต้านสังคม และมีแนวโน้มที่จะก่ออาชญากรรมในอนาคตได้สูง ส่วนเด็กที่ถูกกระทำจะมีความวิตกกังวล เครียด เป็นโรคซึมเศร้า ส่งผลกระทบต่อการศึกษา หรือในบางรายอาจถึงขั้นฆ่าตัวตาย (สมบัติ ตาปัญญา, 2549) นอกจากนี้ผลดังกล่าวไม่ได้เกิดขึ้นเฉพาะตัวเด็กเท่านั้น ยังส่งผลกระทบต่อครอบครัว ชุมชนและสังคมโดยรวมอีกด้วย โดยที่การได้รับบาดเจ็บทางด้านร่างกายและจิตใจอันเกิดจากความรุนแรงนั้นมีมูลค่ามหาศาล เพราะนอกจากมีการสูญเสียค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาล ยังมีการสูญเสียโอกาสทางการศึกษาและอาชีพ การสูญเสียทรัพย์สิน สูญเสียค่าใช้จ่ายในกระบวนการศาลและการคุ้มครองป้องกันตนเอง นอกจากนี้ความสูญเสียอันเกิดจากการที่ชุมชนเสื่อมโทรม สังคมไม่ปลอดภัย การสูญเสียความสามารถในการผลิต ยังเป็นสิ่งที่ประมาณค่าไม่ได้ ดังนั้นความรุนแรงที่เกิดขึ้นในเด็กและวัยรุ่นจึงเป็นสิ่งที่สังคมจะต้องดำเนินการโดยจะต้องมีมาตรการแก้ไขอย่างรีบด่วน (กรมสุขภาพจิต, 2549)

จากการทบทวนการศึกษาที่ผ่านมา พบว่าการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวในเด็กและวัยรุ่นเกี่ยวข้องกับหลายปัจจัย ซึ่งปัจจัยเสี่ยงต่อการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวในเด็กและวัยรุ่นได้แก่ ปัจจัยส่วนบุคคลของตัวเด็กและวัยรุ่นเอง เช่น เพศชาย สถิติปัญหาและภาวะแทรกซ้อนต่างๆที่ส่งผลกระทบต่อพัฒนาการของสมอง การใช้สารเสพติด ปัญหาทางด้านสุขภาพจิต ปัจจัยเหล่านี้ส่งผลกระทบต่อพัฒนาการด้านอารมณ์ของวัยรุ่น ทำให้เสี่ยงต่อการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าว (กรมสุขภาพจิต, 2549) นอกจากนี้ปัจจัยที่ส่งเสริมการใช้พฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรงในเด็กและวัยรุ่น ส่วนหนึ่งมาจากปัญหาการขาดความฉลาดทางอารมณ์ (ปรีดิหทัย ถนิมพาสน์, 2541; อุษา สุทธิสาคร, 2543; สิทธิศักดิ์ วะชกิจและคณะ, 2544) และปัจจัยที่สำคัญในการพัฒนาอารมณ์ที่สำคัญ คือ ปัจจัยด้านการเลี้ยงดู โดยที่พฤติกรรมบางอย่างของเด็กนั้นเป็นผลมาจากการเรียนรู้และการมีปฏิสัมพันธ์ในชีวิตประจำวันกับคนในครอบครัวและสิ่งแวดล้อม เด็กที่มีพฤติกรรมที่เป็นปัญหา เช่น ก้าวร้าว เกเร ก่อวุ่น มักมีสาเหตุมาจากการสัมพันธ์ที่ไม่ดีภายในครอบครัว (ชยาภรณ์ ชื่นรุ่งโรจน์, 2529) สำนักพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ได้ทำการสำรวจข้อมูลสภาวะสังคมไทยพบว่า เด็กและวัยรุ่นกระทำผิดคืออาชญากรรมเพิ่มขึ้น 6.4% โดยมีสาเหตุมาจากการคบเพื่อนถึงร้อยละ 38.5% จะเห็นได้

ว่า เด็กและวัยรุ่นไทยมีพฤติกรรมรุนแรงและก้าวร้าวมากขึ้น และเพื่อนก็เป็นปัจจัยสำคัญที่มีอิทธิพลต่อปรากฏการณ์ดังกล่าว (หลักสูตรการป้องกันการรังแกกันในโรงเรียน, 2550) นอกจากนี้อิทธิพลของสิ่งแวดล้อม ครู โรงเรียนรวมทั้งชุมชนที่วัยรุ่นอาศัยอยู่และสื่ออินเทอร์เน็ต สิ่งเหล่านี้เป็นปัจจัยที่สำคัญที่จะทำให้เกิดพฤติกรรมก้าวร้าว (กรมสุขภาพจิต, 2549)

จากการศึกษาที่ผ่านมาพบว่า การป้องกันพฤติกรรมก้าวร้าวในเด็กและวัยรุ่น นอกจากจะต้องลดปัจจัยเสี่ยงที่เกี่ยวข้องกับการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวแล้ว ต้องมีการส่งเสริมปัจจัยปกป้อง (Protective factors) ให้กับเด็กและวัยรุ่นด้วย โดยจากการศึกษาปัจจัยปกป้องที่มีความสัมพันธ์กับการป้องกันการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าว ได้แก่ การปลูกฝังทัศนคติไม่ยอมทนต่อการกระทำผิดและพฤติกรรมรุนแรง การสร้างสัมพันธภาพที่ดีในครอบครัว การคบเพื่อนที่ไม่ชอบความรุนแรง การเข้าร่วมและเป็นส่วนหนึ่งของโรงเรียน และการมีส่วนร่วมในการดูแลของชุมชนที่จะป้องกันปัญหาพฤติกรรมก้าวร้าวในวัยรุ่น การร่วมมือของสื่อต่างๆ และการมีกฎหมายที่ดี เช่น กฎหมายการควบคุมอาวุธปืน เป็นต้น (กรมสุขภาพจิต, 2549)

ในปัจจุบันมีการศึกษาแนวทางการป้องกันพฤติกรรมก้าวร้าวในวัยรุ่นด้วยโปรแกรมต่างๆ หลายโปรแกรมเช่น โปรแกรม Bully-Proofing Your School เป็นโปรแกรมป้องกันการรังแก โดยมุ่งให้บรรยากาศในโรงเรียนมีความปลอดภัยขึ้น มีการฝึกอบรมครูอาจารย์และนักเรียน มีการเข้าไปแทรกแซงเมื่อเกิดกรณีรังแก และการช่วยเหลือนักเรียนที่ตกเป็นเหยื่อ (Olweus, Limber & Mihalic, 1998) โปรแกรม Conflict Resolution and Peer Mediation เป็นการสอนนักเรียนให้รู้จักรับฟังความคิดเห็นของคนอื่น ยอมรับความแตกต่างระหว่างกัน หาวิธีการแก้ปัญหาความขัดแย้งอย่างสร้างสรรค์ และเป็นที่พึงพอใจทั้งสองฝ่าย นอกจากนี้ยังมีการสอนนักเรียนให้สามารถไกล่เกลี่ยความขัดแย้งระหว่างเพื่อนช่วยเพื่อนพูดคุยและแก้ปัญหาระหว่างกัน (Durant, Barkin, & Krowchuk, 2001) หรือโปรแกรม Resolve It, Solve It ซึ่งเป็นโปรแกรมที่มีกิจกรรมทั้งในโรงเรียนและชุมชนเกี่ยวกับการณรงค์ผ่านสื่อเพื่อต่อต้านความรุนแรง โดยให้นักเรียนเป็นแบบในโปสเตอร์ ออกสื่อวิทยุ ทีวีท้องถิ่นเพื่อรณรงค์ต่อต้านความรุนแรง (Swaim & Kelly, 2008) นอกจากนี้ยังมีโปรแกรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ที่สามารถป้องกันเด็กและวัยรุ่นจากการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวได้ (กรมสุขภาพจิต, 2548)

ความฉลาดทางอารมณ์ หมายถึงความสามารถในการรู้จักอารมณ์ ความต้องการของตนเอง สามารถควบคุมจัดการการแสดงออกทางอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม สามารถรับรู้อารมณ์ความรู้สึกของผู้อื่น มีความเข้าใจเห็นใจผู้อื่นและสามารถสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่นได้ (กรมสุขภาพจิต, 2543) การขาดความฉลาดทางอารมณ์ ทำให้เกิดพฤติกรรมการแสดงออกที่ไม่เหมาะสมในการเผชิญกับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น ไม่สามารถควบคุมและจัดการอารมณ์ของตนเองได้

ขาดการยับยั้งชั่งใจ และมีการแก้ปัญหาด้วยการใช้ความรุนแรงหรือพฤติกรรมก้าวร้าว เช่น ข่มขู่ ทะเลาะวิวาท ชกต่อย ทำร้ายร่างกายผู้อื่นจนเสียชีวิต ทำให้เกิดผลเสียตามมาทั้งต่อตนเองและผู้อื่น จากปัญหาดังกล่าว จึงมีความจำเป็นที่จะให้ความช่วยเหลือแก่เด็กและวัยรุ่นในการป้องกันการเกิด ปัญหาการใช้ความรุนแรง ด้วยการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ เพื่อให้เด็กและวัยรุ่น เป็นบุคคลที่สามารถควบคุมและจัดการเกี่ยวกับอารมณ์ของตนเองได้อย่างเหมาะสม และพบว่าการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์สามารถช่วยวัยรุ่นให้พัฒนาตนเองในด้านจิตใจ สังคม อารมณ์ให้เข้มแข็งพร้อมที่จะเผชิญปัญหาต่างๆ ได้ (สำนักพัฒนาสุขภาพจิต กรมสุขภาพจิต, 2550) ซึ่งจากการทบทวนวรรณกรรมเกี่ยวกับการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์เพื่อป้องกันปัญหาพฤติกรรมก้าวร้าวและความรุนแรงพบว่า มีการศึกษาของรัชนิ สุวะมาตย์ (2544) ที่ทำการศึกษาผลของการฝึกการเห็นคุณค่าในตนเองตามกรอบแนวคิดของซิกโคห์นที่มีต่อระดับเชาว์อารมณ์และพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนอานาจเจริญ จังหวัดอานาจเจริญพบว่า หลังการทดลองนักเรียนกลุ่มทดลองมีระดับเชาว์อารมณ์สูงขึ้นและคะแนนพฤติกรรมก้าวร่วมน้อยลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และการศึกษาของกรวิดา ศรีสุภา (2547) ที่ได้ศึกษาผลของการใช้กระบวนการจัดการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ตามแนวคิดของโกล์แมนที่มีต่อการลดพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรงของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 พบว่าค่าเฉลี่ยของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรงของนักเรียนน้อยกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ จากการศึกษาถึงประสิทธิผลของการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของการศึกษาที่ผ่านมา จะเห็นได้ว่าความฉลาดทางอารมณ์สามารถช่วยป้องกันการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวในเด็กและวัยรุ่นได้

สำหรับการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เลือกศึกษาโปรแกรมการจัดกิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เพื่อป้องกันปัญหาการใช้ความรุนแรงในโรงเรียนระดับประถมศึกษาซึ่งพัฒนาโดยสำนักพัฒนา กรมสุขภาพจิต (2548) ซึ่งมีขั้นตอนการพัฒนาโดยให้ผู้เชี่ยวชาญและผู้ปฏิบัติงานในการดูแลเด็กไทย ได้ระดมสมองเพื่อจัดทำคู่มือการจัดกิจกรรมเสริมสร้างเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เพื่อป้องกันปัญหาการใช้ความรุนแรงในโรงเรียน โดยมีกระบวนการเรียนรู้แบบกลุ่ม การแสดงบทบาทสมมติ และสถานการณ์จำลอง ซึ่งประกอบด้วยกิจกรรมการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ 8 ด้าน ได้แก่ การรับรู้อารมณ์ การยอมรับความแตกต่างระหว่างระหว่างบุคคล การเสริมสร้างสัมพันธภาพ การคิดทางบวก การสื่อสาร การควบคุมอารมณ์ การผ่อนคลายอารมณ์ และการจัดการกับปัญหาความขัดแย้ง จากนั้นมีการนำโปรแกรมการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ไปทดลองใช้ใน 6 โรงเรียน พบว่าหลังจากที่นักเรียนได้รับโปรแกรม นักเรียนมีความฉลาดทางอารมณ์เพิ่มขึ้นและมีพฤติกรรมรุนแรงลดลง จาก ผลที่ได้จากการทดสอบประสิทธิผลของโปรแกรมหาดังที่

ได้กล่าวมาข้างต้น คณะผู้จัดทำโปรแกรมได้ดำเนินการจัดพิมพ์เผยแพร่คู่มือในการดำเนินโปรแกรม การเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เพื่อป้องกันพฤติกรรมก้าวร้าว เพื่อขยายผลการดำเนินการใน โรงเรียนอื่นๆ ต่อไป

จากสถิติการให้บริการทั้งเชิงรุกและเชิงรับของศูนย์สุขภาพชุมชนตำบลบางรักน้อย อำเภอเมือง จังหวัดนนทบุรี ในช่วงระยะเวลา 1 ปีที่ผ่านมาพบว่า มีจำนวนผู้มาขอรับคำปรึกษาเกี่ยวกับบุตรหลานที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรงเพิ่มมากขึ้น โดยพฤติกรรมที่เป็นปัญหาดังกล่าว ได้แก่ พฤติกรรมรุนแรงทำร้ายผู้อื่น พฤติกรรมเกร ดิขยาเสพติด ลักเล็กขโมยน้อย สร้างความรำคาญและความเดือดร้อนให้กับชุมชนและครอบครัว บางรายถูกจับกุมเนื่องจากกระทำผิด ต้องรับโทษไปอยู่ในสถานพินิจเด็กและเยาวชนก่อให้เกิดความเครียดต่อครอบครัวและตัววัยรุ่นเอง จากการติดตามเยี่ยมบ้านร่วมกับครูในกรณีที่เด็กในโรงเรียนมีพฤติกรรมก้าวร้าวในโรงเรียน จำนวน 5 ราย ในช่วงเดือน เมษายน - มิถุนายน 2551 พบว่าเด็กและวัยรุ่นมีปัญหาสัมพันธ์กับครอบครัวและการเลี้ยงดู และการคบเพื่อนเกร ดิขเกม และการลอกเลียนแบบพฤติกรรมก้าวร้าวในครอบครัวและชุมชน จากการศึกษาที่ผ่านมาได้เสนอแนวทางการป้องกันและแก้ไขพฤติกรรมก้าวร้าวว่า ควรกระทำตั้งแต่บุคคลในวัยเด็กหรือในวัยประถมศึกษาเพราะเด็กในวัยประถมศึกษานั้นสามารถเรียนรู้และจดจำได้ดี อีกทั้งประสบการณ์ในวัยประถมศึกษานั้นสามารถจะเป็นพื้นฐานในการดำรงชีวิตต่อไปในอนาคต (สัมฤทธิ์ แก้วพูลศรี, 2543) ดังนั้นในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ผู้ศึกษาในฐานะพยาบาลที่ดูแลเกี่ยวกับปัญหาสุขภาพจิตและจิตเวชในชุมชนตำบลบางรักน้อย จึงมีความสนใจที่จะนำเอาโปรแกรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เพื่อป้องกันความรุนแรงในนักเรียนระดับประถมศึกษาพัฒนาโดยสำนักพัฒนา กรมสุขภาพจิต (2548) มาประยุกต์ใช้ในการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เพื่อป้องกันความรุนแรงในนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ซึ่งในวัยประถมศึกษาตอนปลายเป็นวัยที่เริ่มจะมีการปรับตัวเข้าสู่วัยรุ่นมีการเรียนรู้และจดจำได้ดี โดยผลที่ได้จากการศึกษาเกี่ยวกับความเป็นไปได้และปัญหาอุปสรรคของการประยุกต์ใช้โปรแกรมครั้งนี้ สามารถใช้เป็นแนวทางสำหรับผู้ศึกษาและผู้สนใจที่จะนำ โปรแกรมนี้ไปใช้และขยายผลที่ได้ไปใช้ในโรงเรียนอื่นๆ ในเขตพื้นที่ต่อไป

วัตถุประสงค์ของการศึกษา

เพื่อศึกษาผลและความเป็นไปได้ของโปรแกรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ เพื่อป้องกันพฤติกรรมก้าวร้าวในนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6

นิยามศัพท์

ความฉลาดทางอารมณ์ หมายถึง ความสามารถในการรู้จักอารมณ์ความต้องการของตนเองสามารถควบคุมจัดการการแสดงออกทางอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม สามารถรับรู้อารมณ์ความรู้สึกของผู้อื่น มีความเข้าใจเห็นใจผู้อื่น และสามารถสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่นได้ (กรมสุขภาพจิต, 2543)

พฤติกรรมก้าวร้าว หมายถึง พฤติกรรมก้าวร้าวหมายถึง การแสดงออกทั้งกายและวาจาที่รุนแรง ซึ่งมีวัตถุประสงค์ในการมุ่งทำร้ายผู้อื่นให้ได้รับอันตราย บาดเจ็บหรือเกิดความเสียหายทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ ตลอดจนทรัพย์สินต่างๆ โดยเจตนา หรือขัดความคับข้องใจ ความโกรธ ความเครียดและความรู้สึกไม่พอใจต่างๆที่มีต่อผู้อื่นหรือสิ่งรอบตัว

โปรแกรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เพื่อป้องกันพฤติกรรมก้าวร้าวในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 หมายถึง กิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์สำหรับเด็กนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 เพื่อป้องกันพฤติกรรมก้าวร้าว ซึ่งพัฒนาโดยกรมสุขภาพจิต (2548) โดยมีกระบวนการเรียนรู้แบบกลุ่ม การแสดงบทบาทสมมติ และสถานการณ์จำลอง ซึ่งประกอบด้วยกิจกรรมการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ 8 ด้าน ได้แก่ การรับรู้อารมณ์ การยอมรับความแตกต่างระหว่างระหว่างบุคคล การเสริมสร้างสัมพันธภาพ การคิดทางบวก การสื่อสาร การควบคุมอารมณ์ การผ่อนคลายอารมณ์ และการจัดการกับปัญหาความขัดแย้ง

วิธีดำเนินการศึกษา

การศึกษานี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อวิเคราะห์ความเป็นไปได้ของการประยุกต์ใช้โปรแกรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เพื่อป้องกันพฤติกรรมก้าวร้าวในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โดยมีขั้นตอนการดำเนินการศึกษา ดังต่อไปนี้

กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษา

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษานี้คือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ทั้งหมด 1 ชั้นเรียน จำนวน 13 คน

สถานที่ใช้ในการศึกษา

การศึกษานี้ ศึกษาในโรงเรียนป่าไม้อุทิศ 9 ในสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการตั้งอยู่ในเขตองค์การบริหารส่วนท้องถิ่นตำบลบางรักน้อย อำเภอเมือง จังหวัดนนทบุรี ซึ่งเป็นพื้นที่กึ่งเมืองกึ่งชนบทลักษณะเป็นสวนเกษตรกรรม การ

กมนาคมสะดวก เป็นโรงเรียนที่เปิดสอนตั้งแต่ระดับชั้นอนุบาล ถึงประถมศึกษาปีที่ 6 มีนักเรียนทั้งหมด 190 คน มีครูจำนวน 18 คนและเป็นโรงเรียนที่ยังไม่มีโครงการหรือกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับความฉลาดทางอารมณ์และการป้องกันการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวในเด็กและเยาวชน

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้มี 2 ประเภทคือ เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลและเครื่องมือที่ใช้ดำเนินการศึกษา

1. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล มีทั้งหมด 7 ส่วน ดังต่อไปนี้

1.1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคลของนักเรียน ผู้ศึกษาได้พัฒนาแบบสอบถามข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับ เพศ อายุ ศาสนา เกรดเฉลี่ยสะสม สถานภาพสมรสระหว่างบิดามารดา บุคคลที่นักเรียนพักอาศัยด้วย

1.2 แบบวัดความฉลาดทางอารมณ์สำหรับประชาชนไทย อายุ 12- 17 ปี ผู้ศึกษาได้นำเอาแบบวัดความฉลาดทางอารมณ์สำหรับวัยรุ่น อายุระหว่าง 12-17 ปี ซึ่งพัฒนาโดย กรมสุขภาพจิต (2543) มาประเมินความฉลาดทางอารมณ์ โดยมีลักษณะเป็นแบบสอบถามแบบมาตราส่วน (Rating scale) 4 คือ 4, 3, 2, 1 จำนวนทั้งหมด 52 ข้อ ประกอบด้วยองค์ประกอบ 3 ด้าน คือ องค์ประกอบด้านดี มีจำนวน 18 ข้อ (ข้อ 1-18) องค์ประกอบด้านเก่ง มีจำนวน 18 ข้อ (ข้อ 19-36) และองค์ประกอบด้านสุข มีจำนวน 18 ข้อ (ข้อ 37-52) การรวมคะแนน ทำได้โดยนำคะแนนที่ผู้ตอบแบบสอบถามมาบวกกัน โดยการแปลผลคะแนนมีดังนี้คือ คะแนนยิ่งสูงหมายถึง การมีความฉลาดทางอารมณ์ที่สูง ซึ่งเกณฑ์ในการให้คะแนนความฉลาดทางอารมณ์จะแบ่งตามช่วงอายุ สำหรับการศึกษาครั้งนี้ใช้เกณฑ์การให้คะแนนความฉลาดทางอารมณ์ในภาพรวมและรายด้าน ในกลุ่มตัวอย่างช่วงอายุ 12-17 ปี

1.3 แบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรง ผู้ศึกษาได้นำเอาแบบวัดซึ่งพัฒนาโดย กรวิดา ศรีสุภา (2547) มาประเมินพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรง โดยให้นักเรียนและผู้ปกครองนักเรียนตอบคำถามเกี่ยวกับพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรงของตัวนักเรียน มีจำนวนข้อคำถามทั้งหมด 40 ข้อ ประกอบด้วยคำถามเกี่ยวกับพฤติกรรมก้าวร้าวทางวาจา 20 ข้อ พฤติกรรมก้าวร้าวทางกายและการใช้ความรุนแรง 20 ข้อ โดยจะเป็นข้อความเชิงนิมิต (Positive) เป็นข้อความทางบวก จำนวน 20 ข้อ ข้อความเชิงปฏิเสธ (Negative) เป็นข้อความทางลบ จำนวน 20 ข้อ ลักษณะของแบบสอบถามตอบแบบวัดเป็นมาตรประมาณค่า (Rating Scale) 5 ตัวเลือก คือ “ทำเป็นประจำบ่อยๆ”, “ทำบ่อยๆ”, “ทำบ้างเป็นบางครั้ง”, “นานๆครั้ง” และ “ไม่เคยทำเลย” แทนระดับความก้าวร้าวจากสูงสุดไปหาต่ำสุด โดยให้ผู้ตอบอ่านข้อความที่เป็นสถานการณ์

ต่างๆในแต่ละข้อ แล้วเลือกตอบข้อความแต่ละข้อนั้นเกิดระดับใด การรวมคะแนน ทำได้โดยนำคะแนนที่ผู้ตอบแบบสอบถามมาบวกกัน จากนั้นนำเอาคะแนนเฉลี่ยมาแบ่งออกเป็น 5 ระดับ โดยมีเกณฑ์ตั้งแต่ระดับพฤติกรรมก้าวร้าวมากที่สุด จนถึงน้อยที่สุด

1.4 แบบประเมินเหตุการณ์การเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวในชั้นเรียน ผู้ศึกษาได้พัฒนาแบบประเมินเหตุการณ์การเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวในชั้นเรียน โดยการใช้ที่ผู้ศึกษา ครูและนักเรียนประชุมกลุ่มทุกสัปดาห์หลังดำเนินกิจกรรม เพื่อประเมินเหตุการณ์การเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวรายบุคคล

1.5 แบบบันทึกรายงานการสังเกตพฤติกรรมความรุนแรง โดยครู แบบบันทึกที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ พัฒนาโดย สำนักพัฒนาสุขภาพจิต (2550) โดยให้ครูเป็นผู้สังเกตและบันทึกพฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรงตามที่เกิดขึ้นจริงของนักเรียนในชั้นเรียนหรือระหว่างพักกลางวัน โดยลงบันทึกเป็นความถี่ของการเกิดพฤติกรรมรุนแรง ระดับความรุนแรงของพฤติกรรม และ ระยะเวลาที่เกิดพฤติกรรม

1.6 แบบบันทึกการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวรายบุคคล โดยนักเรียน ผู้ศึกษาได้พัฒนาแบบบันทึกนี้เพื่อให้ให้นักเรียนได้บันทึกพฤติกรรมของเพื่อนที่แสดงพฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรงทั้งทางด้านร่างกายและวาจาต่อผู้อื่นหรือต่อสิ่งของ โดยลงบันทึกสถานที่และเวลาที่เกิดขึ้นจริง

1.7 แบบสัมภาษณ์ความรู้สึกละอายใจของนักเรียนที่มีต่อตนเอง เพื่อน และสังคม แบบสัมภาษณ์นี้พัฒนาโดย กรวิดา ศรีสุภา (2547) โดยแนวทางการสัมภาษณ์เป็นประเด็นที่เกี่ยวข้องกับความรู้สึกของนักเรียนที่มีต่อตนเอง เพื่อน และสังคม รวมทั้งการสรุปประโยชน์ที่ได้รับจากการเรียน การนำความรู้ที่รับไปประยุกต์ใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อตนเอง การเรียน ครอบครัว ชุมชนและสังคม

2. เครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินการศึกษา ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้ศึกษาได้นำโปรแกรมการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เพื่อป้องกันปัญหาการใช้ความรุนแรงในโรงเรียนระดับประถมศึกษา ซึ่งพัฒนาโดยสำนักพัฒนา กรมสุขภาพจิต (2548) มาใช้เป็นแนวทางในการจัดกิจกรรมให้กับนักเรียน ซึ่งประกอบด้วยกิจกรรมการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ทั้งหมด 8 ด้าน ได้แก่ การรับรู้อารมณ์ การยอมรับความแตกต่างระหว่างระหว่างบุคคล การเสริมสร้างสัมพันธภาพ การคิดทางบวก การสื่อสาร การควบคุมอารมณ์ การผ่อนคลายอารมณ์ และการจัดการกับปัญหาความขัดแย้ง โดยมีกระบวนการเรียนรู้แบบกลุ่ม การแสดงบทบาทสมมติ และสถานการณ์จำลอง

การพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่าง

ผู้ศึกษาตระหนักถึงจริยธรรมในการศึกษาวิจัย และคำนึงถึงผลกระทบที่อาจเกิดขึ้นกับผู้ให้ข้อมูล ดังนั้นก่อนดำเนินการศึกษาและเก็บข้อมูล โครงการศึกษาได้ผ่านการพิจารณาความเห็นชอบของคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ของคณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดลก่อน และเมื่อได้รับอนุญาตแล้ว ก่อนเริ่มเก็บรวบรวมข้อมูลจากนักเรียน ผู้ศึกษาจะอธิบายให้นักเรียนและผู้ปกครองทราบถึงวัตถุประสงค์และขั้นตอนในการศึกษาและการรวบรวมข้อมูล และเน้นให้ทราบว่านักเรียนมีอิสระที่จะสมัครเข้าร่วมโครงการ โดยไม่มีข้อบังคับใดๆและมีเวลาในการตัดสินใจในการให้ข้อมูล นักเรียนมีสิทธิที่จะยกเลิก หรือถอนตัวออกจากโครงการตลอดระยะเวลาของการศึกษา โดยจะไม่มีคำถามใดๆ และจะไม่มีผลกระทบใดๆต่อนักเรียนทั้งสิ้น ในขั้นตอนการเสนอผลการศึกษา หรือการอภิปรายผลข้อมูลในรายงานการศึกษา ผู้ศึกษาจะนำเสนอข้อมูลในภาพรวมของนักเรียนทั้งหมดโดยไม่อ้างอิงถึงชื่อผู้หนึ่งผู้ใดอย่างเด็ดขาด หากนักเรียนสมัครใจเข้าร่วมการศึกษา ผู้ศึกษาจะให้นักเรียนลงนามเข้าร่วมโครงการและผู้ปกครองนักเรียนลงนามในใบยินยอมให้นักเรียนในปกครองเข้าร่วมโครงการ

ขั้นตอนการดำเนินการศึกษา การศึกษาครั้งนี้ มีขั้นตอนการดำเนินการ ดังต่อไปนี้

1. ขั้นเตรียมการ

1.1 ทบทวนวรรณกรรม ผู้ศึกษาได้ศึกษาแนวคิด ทฤษฎี เกี่ยวกับพัฒนาการของวัยรุ่น ปัจจัยที่สัมพันธ์ กับการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวในวัยรุ่น และการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์เพื่อป้องกันการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวในวัยรุ่น จากแหล่งต่างๆ ได้แก่ ตำรา เอกสาร คู่มือ และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อให้เกิดองค์ความรู้ที่จะนำมาใช้ในการศึกษาครั้งนี้

1.2 ขั้นเตรียมผู้ศึกษา ผู้ศึกษาเป็นผู้มีประสบการณ์ ในการดำเนินงานเรื่องโรงเรียนพ่อแม่เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ในเด็ก 0-5 ปีและเป็นผู้รับผิดชอบงานอนามัยโรงเรียนเพื่อส่งเสริมพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ และป้องกันพฤติกรรมรุนแรงในเด็กและเยาวชนในโรงเรียน โดยมีการเชื่อมบ้านร่วมกันระหว่างครูและเจ้าหน้าที่สาธารณสุขในเด็กที่มีพฤติกรรมเสี่ยงด้านพฤติกรรม

1.3 ขั้นเตรียมผู้ช่วยผู้ศึกษา ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้ช่วยผู้ศึกษา เป็นครูผู้รับผิดชอบงานอนามัยประจำโรงเรียน มีประสบการณ์ในการเข้ารับการอบรมการป้องกันปัญหาความรุนแรงในเด็กและเยาวชน และได้รับการอบรมเกี่ยวกับการจัดกิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เพื่อป้องกันปัญหาพฤติกรรมการใช้ความรุนแรงเบื้องต้นจากผู้ศึกษาก่อนดำเนินการศึกษา

1.4 ภายหลังจากได้รับการอนุมัติจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์แล้ว ผู้ศึกษา ทำหนังสือยื่นต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล เพื่อออกหนังสือถึงผู้อำนวยการโรงเรียนป่าไม้อุทิศ สังกัดสำนักงานคณะกรรมการ การศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ เพื่อขออนุญาตการศึกษาและเก็บรวบรวมข้อมูล

1.5 ผู้ศึกษาเข้าพบผู้อำนวยการโรงเรียนเพื่อชี้แจงและทำความเข้าใจกับผู้บริหารโรงเรียน ครูหัวหน้าสายชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ครูอนามัยโรงเรียน เกี่ยวกับวัตถุประสงค์ ขั้นตอนการศึกษา การรวบรวมข้อมูล และขอความร่วมมือในการศึกษาและการเก็บข้อมูล

1.6 ประชุมครูอนามัยโรงเรียนและร่วมกันศึกษาการใช้คู่มือการจัดกิจกรรม เสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เพื่อป้องกันปัญหาการใช้ความรุนแรงในโรงเรียนระดับ ประถมศึกษาและการทำกิจกรรม

2. ขั้นตอนการ

2.1 ผู้ศึกษาเข้าพบนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 6 ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง เพื่อแนะนำตัวผู้ศึกษาแจ้งวัตถุประสงค์ของโครงการ ประโยชน์ในการเข้าร่วมโครงการ ผลกระทบ และการ พิทักษ์สิทธิ์ของผู้เข้าร่วมโครงการ ทั้งผู้ปกครองนักเรียนและตัวนักเรียนเองต้องลงนามในใบยินยอมเข้าร่วมโครงการก่อนเริ่มทำการศึกษา

2.2 ให้นักเรียนทำแบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล

2.3 ให้ผู้ปกครองและนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ทำแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าว และการใช้ความรุนแรง การตอบแบบวัดนี้ผู้ตอบจะตอบ 2 ครั้ง คือ ก่อนเข้าร่วมโครงการ และหลังสิ้นสุดโครงการ

2.4 ให้นักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ทำ แบบวัดความฉลาดทางอารมณ์ การตอบแบบวัดนี้ผู้ตอบจะต้องตอบ 2 ครั้ง คือ ก่อนเข้าร่วมโครงการ และหลังการร่วมโครงการ

2.5 ให้ครูทำแบบบันทึกรายงานการสังเกตพฤติกรรม โดยการสังเกตพฤติกรรม ความรุนแรงของนักเรียนในชั้นเรียนหรือระหว่างพักกลางวันตั้งแต่เริ่มดำเนินโครงการ จนถึง สิ้นสุดโครงการ

2.6 ให้นักเรียนทำแบบบันทึกพฤติกรรมก้าวร้าวรายบุคคลโดยนักเรียน ตลอด ระยะเวลาการดำเนินโครงการ

2.7 ดำเนินโครงการโดยการจัดกระบวนการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ในการป้องกันพฤติกรรมก้าวร้าวในนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 ตามคู่มือของกรมสุขภาพจิตที่มีทั้งหมด 8 ด้าน จำนวน 9 กิจกรรม ใช้เวลาในการดำเนินกิจกรรม 4 สัปดาห์ สัปดาห์ละ

2 วัน คือ วันอังคาร และ วันศุกร์ในเวลาเรียนปกติ วันละ 1 คาบ คาบละ 50 นาที ช่วงเวลา 14.30-15.20 น. ระยะเวลาที่ดำเนินการศึกษาอยู่ในช่วงวันที่ 1 กุมภาพันธ์ 2552 – 28 กุมภาพันธ์ 2552

2.8 หลังสิ้นสุดการดำเนินกิจกรรมทุกสัปดาห์มีการประชุมกลุ่มเพื่อประเมินเหตุการณ์การเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวในชั้นเรียน

2.9 หลังสิ้นสุดการทำกิจกรรมครบทั้ง 8 ด้าน 9 กิจกรรม ผู้ศึกษาให้นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ตอบแบบสัมภาษณ์ความรู้สึกของนักเรียนที่มีต่อตนเอง เพื่อน และสังคม

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้ศึกษานำข้อมูลที่รวบรวมมาได้ทั้งหมด มาตรวจสอบความสมบูรณ์ของแบบประเมินทั้งก่อน และหลังการศึกษา ข้อมูลที่ได้แบ่งเป็น 2 ประเภท คือ ข้อมูลเชิงปริมาณ และข้อมูลเชิงคุณภาพ

1. ข้อมูลเชิงปริมาณ ได้แก่ ข้อมูลส่วนบุคคล คะแนนความฉลาดทางอารมณ์ และคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรง นำมาวิเคราะห์ด้วยการแจกแจงความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

2. ข้อมูลเชิงคุณภาพ ผู้ศึกษาได้รวบรวมข้อมูลเชิงคุณภาพทั้งหมด ได้แก่ ข้อมูลจากแบบสัมภาษณ์ความรู้สึกของนักเรียนที่มีต่อตนเอง เพื่อน และสังคม ข้อมูลจากแบบบันทึกรายงานการสังเกตพฤติกรรมความรุนแรงในครู ข้อมูลจากแบบบันทึกรายงานการสังเกตพฤติกรรมความรุนแรงในครู ข้อมูลจากการบันทึกการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวรายบุคคลโดยนักเรียน และข้อมูลจากแบบประเมินเหตุการณ์การเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวในชั้นเรียนจากการประชุมกลุ่มทุกสัปดาห์ นำมาวิเคราะห์เชิงเนื้อหาตามวัตถุประสงค์โดยนำมาจัดเป็นหมวดหมู่

ผลการศึกษา

ในการศึกษาครั้งนี้ ผลการศึกษานำเสนอและอภิปรายออกเป็น 2 ส่วน คือ ส่วนที่ 1 ได้แก่ผลของโปรแกรมการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ และส่วนที่ 2 ได้แก่ความเป็นไปได้ของการนำโปรแกรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เพื่อป้องกันพฤติกรรมก้าวร้าวมาใช้

ส่วนที่ 1 ผลของโปรแกรมการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ ผลที่ได้จากโปรแกรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เพื่อป้องกันพฤติกรรมก้าวร้าว ได้แบ่งการนำเสนอออกเป็น 2 ส่วน คือ ข้อมูลส่วนบุคคล และประสิทธิผลของโปรแกรม

ข้อมูลส่วนบุคคล

นักเรียนกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 13 คน ส่วนใหญ่เป็นเพศชาย จำนวน 10 คน เพศหญิง 3 คน มีอายุเฉลี่ย 12-13 ปี นับถือศาสนาพุทธทั้งหมด มีระดับเกรดเฉลี่ยสะสมระหว่าง 2.50 - 3.00 จำนวน 10 คน (ร้อยละ 77) สถานภาพสมรสระหว่างบิดาและมารดาของกลุ่มตัวอย่าง ส่วนใหญ่บิดามารดาอยู่ด้วยกัน จำนวน 6 คน (ร้อยละ 46.2) และ บิดามารดาแยกกันอยู่ จำนวน 6 คน (ร้อยละ 46.2) กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่พักอาศัยอยู่กับบิดาและมารดามากที่สุด จำนวน 7 คน (ร้อยละ 53.8) รองลงมาอาศัยอยู่กับมารดา จำนวน 3 คน (ร้อยละ 3) และอาศัยอยู่กับบิดา จำนวน 2 คน (ร้อยละ 15.4) ตามลำดับ

ประสิทธิผลของโปรแกรม

หลังเข้าร่วมโปรแกรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เพื่อป้องกันพฤติกรรมก้าวร้าว ในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 พบว่านักเรียนกลุ่มตัวอย่าง มีคะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์ ในภาพรวมหลังเข้าร่วมกิจกรรม (159.08 ± 11.40) สูงกว่าก่อนเข้าร่วมกิจกรรม (138.31 ± 17.83) เมื่อพิจารณาคะแนนความฉลาดทางอารมณ์เป็นรายด้านพบว่า คะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์ ด้านดีหลังเข้าร่วมกิจกรรม (54.30 ± 4.17) สูงกว่าก่อนเข้าร่วมกิจกรรม (48.30 ± 6.16) คะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์ด้านเก่งหลังเข้าร่วมกิจกรรม (51.61 ± 6.22) สูงกว่าก่อนเข้าร่วมกิจกรรม (45.69 ± 5.61) และคะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์ด้านสุขหลังเข้าร่วมกิจกรรม (53.15 ± 3.33) สูงกว่าก่อนเข้าร่วมกิจกรรม (44.30 ± 8.20) นอกจากนี้การเพิ่มขึ้นของความฉลาดทางอารมณ์หลังเข้าร่วมโปรแกรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เพื่อป้องกันพฤติกรรมก้าวร้าวแล้ว พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรงทางวาจา (1.29 ± 0.28) ทางกาย (1.45 ± 0.39) และโดยรวม (1.31 ± 0.34) ภายหลังเข้าร่วมโปรแกรมลดลงกว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนน พฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรงทางวาจา (1.76 ± 0.41) ทางกาย (1.89 ± 0.55) และโดยรวม (1.82 ± 0.45) ก่อนเข้าร่วมโปรแกรมตามลำดับ จากผลการศึกษาที่ได้สอดคล้องกับการศึกษาที่ผ่านมาที่พบว่า การส่งเสริมให้นักเรียนมีความฉลาดทางอารมณ์เพิ่มขึ้นจะช่วยป้องกัน และลดพฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรงได้

ส่วนที่ 2 ความเป็นไปได้ของการนำโปรแกรมมาใช้ สำหรับการศึกษาครั้งนี้ความเป็นไปได้ของการนำโปรแกรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เพื่อป้องกันพฤติกรรมก้าวร้าวมาใช้ สามารถแบ่งออกได้เป็น 5 ส่วน คือ การประเมินพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียน เนื้อหาและกลวิธีในการดำเนินกิจกรรม ผู้นำในการดำเนินกิจกรรม ประโยชน์ที่ได้รับจากโปรแกรมและปัญหาอุปสรรคในการดำเนินกิจกรรม

1. การประเมินพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียน ในการศึกษาครั้งนี้ได้มีการประเมินพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนจากหลายแหล่งข้อมูล คือ มีการประเมินโดยตัวนักเรียนเอง และให้บุคคลที่มีปฏิสัมพันธ์กับตัวนักเรียนเป็นผู้ประเมิน ซึ่งได้แก่ผู้ปกครอง เพื่อน และครูประจำชั้น จากการศึกษาที่ผ่านมาพบว่า เด็กและวัยรุ่นที่มีปัญหาพฤติกรรมก้าวร้าวมีแนวโน้มที่จะประเมินตนเองต่ำกว่าความเป็นจริง โดยสาเหตุอาจเนื่องมาจากพฤติกรรมดังกล่าวเป็นพฤติกรรมที่ไม่ได้รับการยอมรับจากสังคมหรือ อาจกลัวการลงโทษที่จะตามมาหลังจากพบว่ามีพฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรง ซึ่งจากเหตุผลดังกล่าว ทำให้ผู้ศึกษาเลือกที่จะประเมินจากแหล่งอื่นนอกเหนือจากตัวนักเรียนเอง เพื่อช่วยในการเข้าใจถึงปัญหาพฤติกรรมดังกล่าวชัดเจนยิ่งขึ้น โดยข้อสรุปและสิ่งที่ได้เรียนรู้จากการใช้แบบประเมินพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนโดยตัวนักเรียนเอง และให้ผู้ปกครอง เพื่อน และครูประจำชั้นประเมิน มีดังต่อไปนี้

แบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรงของนักเรียน แบบวัดนี้เป็นแบบประเมินพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียน โดยให้นักเรียนประเมินตนเอง และให้ผู้ปกครองประเมิน ผลจากการศึกษาครั้งนี้พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรงของนักเรียนซึ่งประเมินโดยตัวนักเรียนเองและประเมินโดยผู้ปกครอง เป็นไปในทิศทางเดียวกัน แต่จะเห็นได้ว่าผู้ปกครองมีแนวโน้มที่จะประเมินพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรงทั้งทางกายและวาจาของนักเรียนสูงกว่าที่นักเรียนประเมินตนเอง ข้อดีของการให้ผู้ปกครองประเมินพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนเพิ่มเติมจากที่นักเรียนประเมินตนเองคือ นอกจากจะช่วยในการประเมินพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนที่บ้านแล้ว ยังช่วยให้ผู้ปกครองสนใจที่จะสังเกตพฤติกรรมของนักเรียนอย่างใกล้ชิด อีกด้วย

แบบบันทึกรายงานการสังเกตพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนโดยครู ภายหลังจากการประเมินกระบวนการทำการศึกษาโดยให้ครูประจำชั้นลงบันทึกในแบบบันทึกรายงานสังเกตพฤติกรรมก้าวร้าวแล้วพบว่า ครูประจำชั้นไม่สามารถบันทึกพฤติกรรมของนักเรียนได้ตลอดเวลา เพราะครูที่สอนนักเรียนมีหลายคนในหลายวิชา และเป็นครูคนละคนกับครูที่สังเกตพฤติกรรมซึ่งเป็นครูประจำชั้น มีเพียงบางวิชาเท่านั้นที่ครูประจำชั้นนั่งสังเกตการณ์ขณะที่นักเรียนเข้าเรียนวิชาอื่น ทำให้พฤติกรรมที่ครูบันทึกได้อาจเป็นข้อมูลที่ไม่ครอบคลุมทั้งหมด ในกรณีที่ต้องการใช้แบบบันทึกพฤติกรรมก้าวร้าวในชั้นเรียนโดยครู ควรมีการประชุมครูผู้สอนทุกคนที่สอนนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 เพื่อชี้แจงและแนะแนวทางในการลงบันทึกพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนขณะอยู่ในชั้นเรียนในแต่ละวิชาที่สอน ซึ่งจะทำให้ข้อมูลที่ได้มีความครอบคลุมมากยิ่งขึ้น ดังนั้นการบันทึกการสังเกตพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนโดยครูจึงอาจยังไม่เหมาะสมที่จะใช้ในการประเมินในการศึกษาครั้งนี้ เนื่องจากการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวไม่ได้เกิดขึ้นเฉพาะในชั้นเรียน อาจจะ

เกิดขึ้นนอกชั้นเรียนได้ตลอดเวลา ซึ่งครูไม่สามารถประเมินพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนทั้งหมดได้ นอกจากนี้การลงบันทึกในรายงานการสังเกตพฤติกรรมของนักเรียนอาจเป็นการเพิ่มภาระให้ครูมากยิ่งขึ้น

แบบบันทึกพฤติกรรมก้าวร้าวโดยเพื่อนนักเรียนเป็นรายบุคคล ซึ่งผู้ศึกษาพัฒนาขึ้นเองพบว่าหลังจบการทดลองได้รับแบบบันทึกกลับคืนจากนักเรียนเพียง 6 คน จากนักเรียน 13 คนแสดงถึงนักเรียนไม่ได้ให้ความสนใจกับการบันทึก อาจเนื่องมาจากการออกแบบการบันทึกที่ไม่น่าสนใจ ยากเกินไปไม่เหมาะสมสำหรับนักเรียนวัยนี้ ควรมีการปรับแบบบันทึกให้เหมาะสมและง่ายขึ้น รวมถึงควรมีการประเมินผลติดตามเป็นระยะทุกสัปดาห์เพื่อเป็นการกระตุ้นเตือนให้นักเรียนบันทึกและส่งแบบบันทึกตามระยะเวลาที่กำหนด ซึ่งการบันทึกการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวรายบุคคลโดยนักเรียน ผู้ศึกษาคิดว่ายังไม่เหมาะสมสำหรับนักเรียนวัยนี้เนื่องจากอาจจะได้ข้อมูลที่ไม่เป็นความจริงทั้งหมด เพราะนักเรียนอาจมีการบันทึกเพื่อกันแกล้งกันและเอาคืนจากเพื่อนที่เคยแกล้งกันเอง ทำให้ข้อมูลที่ได้อาจมีความเชื่อถือได้น้อยกว่าความเป็นจริง การประเมินโดยอภิปรายกลุ่มย่อย (Focus Group) มีโอกาสที่จะทำให้นักเรียนสามารถพูดแสดงความรู้สึกและแลกเปลี่ยนความคิดเห็นได้ชัดเจนกว่าการบันทึกพฤติกรรมก้าวร้าวรายบุคคล

2. เนื้อหาและกลวิธีในการดำเนินกิจกรรม การศึกษาครั้งนี้เลือกคู่มือการจัดการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เพื่อป้องกันปัญหาการใช้ความรุนแรงในโรงเรียนระดับประถมศึกษาพัฒนาโดยกรมสุขภาพจิต (2548) โดยการวางกรอบแนวคิดการเสริมสร้างคุณลักษณะสำคัญที่เป็นพื้นฐานทางอารมณ์ที่จะป้องกันไม่ให้เกิดมีการใช้ความรุนแรงที่จะป้องกันไม่ให้นักเรียนมีการใช้ความรุนแรง ในคุณลักษณะความฉลาดทางอารมณ์ 8 ด้าน ตามองค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์ 3 องค์ประกอบคือ ดี เก่ง สุข ด้านดี ประกอบด้วยความฉลาดทางอารมณ์ 3 ด้าน ได้แก่ การรับรู้อารมณ์ (กิจกรรมเส้นทางแห่งความรู้สึก) การยอมรับความแตกต่างระหว่างบุคคล (กิจกรรมทุกคนล้วนสำคัญ) การควบคุมอารมณ์ (กิจกรรมใช้ปัญญาพัฒนาอารมณ์) ด้านเก่ง ประกอบด้วยความฉลาดทางอารมณ์ 3 ด้าน ได้แก่ การเสริมสร้างสัมพันธภาพ (ทำงานเป็นทีม) การสื่อสาร (กิจกรรมผู้ไกล่เกลี่ย กิจกรรมวิจารณ์อย่างสร้างสรรค์) การจัดการกับปัญหาความขัดแย้ง (กิจกรรมแผนของขุนน้อย) ด้านสุข ประกอบด้วยความฉลาดทางอารมณ์ 2 ด้าน ได้แก่ การคิดทางบวก (กิจกรรมสมุดเพื่อนรัก) การผ่อนคลายอารมณ์ (กิจกรรมฟังเสียงธรรมชาติ) จากการทบทวนวรรณกรรมพบว่ากรอบการโปรแกรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์สามารถป้องกันการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวในนักเรียนประถมศึกษาได้ โดยนักเรียนมีความฉลาดทางอารมณ์ที่เพิ่มขึ้นส่งผลให้มีพฤติกรรมก้าวร้าวลดลง ใช้กระบวนการเรียนรู้อย่างมีส่วนร่วม ซึ่งกระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมนี้ประกอบไปด้วย กระบวนการกลุ่ม การแบ่งงานตามใบงาน การเล่นเกมสื่อก่อนเข้า

สู่บทเรียน การแสดงบทบาทสมมุติการประชุมกลุ่มแล้วนำเสนอผลงานร่วมกันอภิปรายแลกเปลี่ยนความคิดเห็น ซึ่งทำให้นักเรียนเกิดความตื่นตัวและมีความพร้อมที่จะเข้าร่วมกิจกรรม การให้รางวัลเพื่อเสริมแรงบวกให้นักเรียนเกิดความภาคภูมิใจ

3. ผู้นำในการดำเนินกิจกรรมตามโปรแกรม ผู้นำในการดำเนินกิจกรรมจะต้องได้รับการอบรมเกี่ยวกับโปรแกรมการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ ซึ่งในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้เป็นโปรแกรมที่พัฒนาโดยกรมสุขภาพจิต นอกจากนี้ผู้นำกิจกรรมยังต้องเป็นผู้มีประสบการณ์ในการสอนแบบมีส่วนร่วมและกระบวนการกลุ่ม มีความเข้าใจในเนื้อหาของกิจกรรม รู้และเข้าใจแผนการสอน ขั้นตอนในการสอน และเป็นผู้นำดำเนินกิจกรรมตามแผนการสอน ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ผู้นำในการดำเนินกิจกรรมเป็นพยาบาลด้านสุขภาพจิตและจิตเวช และมีผู้ช่วยผู้นำในการดำเนินกิจกรรมเป็นครูประจำชั้นของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ซึ่งมีข้อดีคือมีความใกล้ชิดกับนักเรียนสนิทกับนักเรียนจะรู้ข้อมูลในด้านต่างๆของนักเรียน การที่มีครูเป็นผู้ช่วยผู้นำในการดำเนินกิจกรรมจะทำให้ให้นักเรียนเกิดความร่วมมือในการทำกิจกรรม

4. ประโยชน์ที่ได้รับจากโปรแกรม จากการสอบถามนักเรียน ครู และผู้บริหารโรงเรียนเกี่ยวกับประโยชน์ที่ได้รับจากโปรแกรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เพื่อป้องกันพฤติกรรมก้าวร้าวในนักเรียน มีข้อสรุปดังนี้

ประโยชน์ที่นักเรียนได้รับ จากข้อมูลของนักเรียนที่แสดงความคิดเห็นหลังเข้าร่วมกิจกรรมและจากแบบสัมภาษณ์ได้แสดงความคิดเห็นว่า การเข้าร่วมโปรแกรมทำให้ตนเองได้เรียนรู้เกี่ยวกับอารมณ์ของตนเองและผู้อื่น การเข้าใจเห็นใจผู้อื่น การรู้จักใช้ทักษะการสื่อสารที่ดีในการไกล่เกลี่ยและวิจารณ์อย่างสร้างสรรค์ การใช้เหตุผลในการแก้ปัญหาด้วยสติปัญญามากกว่าการใช้กำลังรวมทั้งการรู้จักสร้างสุขให้กับตนเองโดยการสร้างสมาธิจากธรรมชาติ สิ่งต่างๆเหล่านี้ นักเรียนจะนำไปใช้กับตนเอง ครอบครัวยุติธรรมและสังคมเพื่อป้องกันการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวและความรุนแรงต่อไป

ประโยชน์ที่ครูได้รับ ได้เรียนรู้ทักษะต่างๆเกี่ยวกับการใช้โปรแกรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เพื่อป้องกันพฤติกรรมก้าวร้าวในนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 และมีส่วนร่วมในการดำเนินกิจกรรม ซึ่งในการที่จะพัฒนาครูให้สามารถดำเนินกิจกรรมตามโปรแกรมให้ได้ประสิทธิภาพยิ่งขึ้นอาจต้องมีการคัดเลือกครูอาสาสมัครที่มีคุณสมบัติด้านจิตวิทยา หรือครูคนอื่นๆที่นักเรียนไว้วางใจ

ประโยชน์ที่ผู้บริหารโรงเรียนได้รับ ผลการศึกษาการประยุกต์ใช้โปรแกรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เพื่อป้องกันพฤติกรรมก้าวร้าวในนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 ครั้งนี้ ทำให้ผู้บริหารโรงเรียนตระหนักถึงความสำคัญของปัญหาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวของ

นักเรียนในโรงเรียน นำไปสู่การหาวิธีป้องกันโดยการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์และมีแนวทางให้มีการประยุกต์ใช้โปรแกรมกับนักเรียนชั้นอื่นๆตามความเหมาะสม โดยมีพยาบาลจิตเวชเป็นพี่เลี้ยงในการอบรมครูและให้คำปรึกษา

5. ปัญหาอุปสรรคในการดำเนินกิจกรรม ปัญหาและอุปสรรคที่พบคือ โรงเรียนเป็นโรงเรียนขนาดเล็ก นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ไม่มีห้องเรียนเป็นของตนเอง ต้องใช้ห้องสมุดเป็นห้องเรียน ซึ่งขณะดำเนินกิจกรรมอาจจะต้องมีนักเรียนชั้นอื่นเข้ามาใช้บริการห้องสมุด จึงไม่มีความเป็นส่วนตัวสูญเสียสมาธิขณะทำ ปัญหาที่สำคัญของการทำกิจกรรมครั้งนี้อีกประการหนึ่งคือ ขณะที่ผู้ศึกษาเข้าดำเนินงานตามโปรแกรมเป็นช่วงภาคปลายการศึกษา นักเรียนต้องมีการเตรียมตัวสอบเรียนต่อ และการสอบรวบยอดและมีการแข่งกีฬาระดับโรงเรียน ตารางกิจกรรมตามโปรแกรมจึงต้องมีการปรับเปลี่ยนตามความเหมาะสมปัญหาของนักเรียนบางคนที่ขาดเรียนทำให้ได้รับกิจกรรมไม่ครบ ผู้ศึกษาจึงต้องมีการเสริมกิจกรรมที่ขาดให้กับนักเรียนนอกเวลาเป็นรายบุคคลเพื่อให้สามารถทำกิจกรรมให้ทันเพื่อน

ข้อเสนอแนะในการศึกษาครั้งต่อไป

1. การประยุกต์ใช้โปรแกรมความฉลาดทางอารมณ์เพื่อป้องกันพฤติกรรมก้าวร้าวในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 นี้ ได้ปรับลักษณะของกิจกรรมให้มีลักษณะเหมาะสมกับเด็กในระดับประถมศึกษาตอนปลาย โดยการใช้สื่อและกิจกรรมในลักษณะต่างๆ เช่น การวิเคราะห์ข่าว การเล่นเกม การแสดงบทบาทสมมุติ หรือการแสดงละคร เป็นต้น ดังนั้น ครูผู้สอนควรปรับความรู้เรื่องความฉลาดทางอารมณ์ให้เหมาะสมกับลักษณะวัยที่เรียนการสอนในเรื่องอื่น เช่น การนำความรู้เรื่องความฉลาดทางอารมณ์ไปใช้ในการมีสติ ควบคุมอารมณ์ เรื่องของยาเสพติด หรือการเลือกคบเพื่อนต่างเพศ ของนักเรียนในระดับมัธยมศึกษา

2. ลักษณะของกิจกรรมและสื่อที่ใช้ควรกระตุ้นหรือดึงดูดความสนใจของนักเรียนได้ เพื่อกระตุ้นและเร้าความสนใจของเด็กได้ สื่อจึงควรจะเป็นรูปแบบใหม่ๆ ทันสมัย เช่นการนำวีซีดีมาศึกษาพฤติกรรมของตัวละครร่วมกันกับนักเรียนตัวละครใดแสดงพฤติกรรมเหมาะสมหรือไม่เหมาะสมอย่างไรบ้าง จากนั้นให้นักเรียนช่วยกันเสนอแนะแนวทางการแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นของตัวละครต่างๆ ให้เหมาะสม การนำวีซีดีมาเป็นสื่อการสอนนั้นนอกจากนักเรียนจะได้รับความเพลิดเพลินแล้วยังเป็นการฝึกฝนให้นักเรียนกล้าคิดและวิเคราะห์ เรียนรู้ว่าพฤติกรรมใดที่ควรหรือไม่ควรเลียนแบบได้

3. สิ่งที่ต้องทำต่อจากนี้ คือการคัดเลือกครูอาสาสมัครที่มีคุณสมบัติด้านจิตวิทยาหรือครูที่นักเรียนไว้วางใจ มาฝึกอบรม เพื่อดำเนินการตามโปรแกรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์

และป้องกันพฤติกรรมก้าวร้าวในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 และควรร่วมมือกันระหว่างผู้บริหาร ครู ผู้ปกครอง ที่จะนำโปรแกรมดังกล่าวเข้าไปแผนหรือนโยบายของโรงเรียนเพื่อให้เกิดความยั่งยืนและต่อเนื่อง

4. ควรมีการประชุมกลุ่มย่อยในกลุ่มครูและผู้ปกครองประเด็นเกี่ยวกับ ผลกระทบของความรุนแรงในโรงเรียน ด้านความรู้สึก ปฏิติกริยา การเรียน การสอน ความก้าวหน้าในการเรียน ระเบียบวินัยของโรงเรียน ทศนคติของครู พ่อแม่ ผู้ปกครองและความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญหาความรุนแรงในโรงเรียน และวิธีการดำเนินการแก้ไขปัญหาวพฤติกรรมเสี่ยงต่อความรุนแรงของนักเรียนอย่างไรบ้าง เพื่อเป็นแนวทางในการหาวิธีป้องกันปัญหาร่วมกัน

การนำผลการศึกษาไปใช้

ผลที่ได้จากการศึกษาสามารถนำไปประยุกต์ใช้เป็นแนวทางในด้านการปฏิบัติการพยาบาล และด้านการวิจัยทางการพยาบาล ดังต่อไปนี้คือ

ด้านการปฏิบัติการพยาบาล ผลจากการศึกษาครั้งนี้ นำมาซึ่งการพัฒนาและปรับปรุง การปฏิบัติการพยาบาลเด็กและวัยรุ่นที่มีปัญหาพฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรงให้มีคุณภาพเพิ่มมากขึ้น ซึ่งปัญหาพฤติกรรมก้าวร้าวในเด็กและวัยรุ่นเป็นปัญหาที่ซับซ้อน ต้องอาศัยความร่วมมือจากบุคลากรจากหลากหลายวิชาชีพ เช่น จิตแพทย์ พยาบาล นักจิตวิทยา นักสังคมสงเคราะห์ ครู และตำรวจ เป็นต้น โดยบทบาทของพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวชที่ทำงานทั้งด้านดูแลรักษา และส่งเสริมป้องกันเกี่ยวกับปัญหาดังกล่าว อาจครอบคลุมไปถึงเป็นผู้ให้บริการโดยตรง (Direct care) ซึ่งพยาบาลมีบทบาทในการให้การช่วยเหลือในเด็กและวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีพฤติกรรมรุนแรง หรือมีพฤติกรรมรุนแรง และเป็นรายที่มีปัญหาซับซ้อน โดยการให้คำปรึกษารายบุคคลและรายกลุ่ม การให้คำปรึกษาครอบครัว เป็นต้น นอกจากนี้พยาบาลยังทำหน้าที่เป็นผู้ให้คำปรึกษา (Consultant) ซึ่งพยาบาลทำหน้าที่ช่วยโรงเรียนในการพัฒนาศักยภาพในการจัดการดำเนินโปรแกรมการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวในนักเรียน โดยช่วยในการจัดตั้งทีมผู้ดำเนินการหลักของโรงเรียน การฝึกอบรมครูในโรงเรียนถึงวิธีการดำเนินโปรแกรม โดยมีพยาบาลช่วยให้คำแนะนำเป็นระยะๆ เพื่อให้ครูสามารถที่จะดำเนินโปรแกรมได้ตามที่วางแผนไว้

ด้านการวิจัยทางการพยาบาล การศึกษาครั้งนี้เป็นประโยชน์เพื่อพัฒนาการศึกษาครั้งต่อไปเกี่ยวกับการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ในรูปแบบต่างๆที่มีหลายระดับ ซึ่งควรคำนึงถึงบริบทและสิ่งแวดล้อมต่างๆ รวมทั้งปัจจัยเสี่ยงและปัจจัยปกป้องในแต่ละดับให้เกิดความเหมาะสม มีการศึกษาเพิ่มเติมโดยการเอาเพื่อน ครอบครัวและชุมชนเข้ามามีส่วนร่วมในโปรแกรมเพิ่มมากขึ้น เพื่อให้เกิดประสิทธิภาพและประสิทธิผลมากที่สุด

IMPLEMENTING THE ENHANCING EMOTIONAL QUOTIENT PROGRAM
TO PREVENT AGGRESSIVE BEHAVIORS IN GRADE 6 STUDENTS

DONRUEDEE SURIN 4936999/RAMH/M

M.N.S. (MENTAL HEALTH AND PSYCHIATRIC NURSING)

THEMATIC PAPER ADVISORY COMMITTEE: TUSANA THAWEEKOON,
Ph.D. (Nursing), SOPIN SANGON, Ph.D. (Nursing)

EXTENDED SUMMARY

Background and Significance of the Study

Aggressive Behaviors in adolescent can be expressed in many ways. Bullies are one of them. Bully can be expressed in many forms included: making fun of someone else, using violent words or texts, group exclusion, physical abuse and threatening (Whitted& Dupper, 2005). According to Sombat Tahpunya (B.E. 2549), violence in schools among students was considerably high in every region. The survey was carried out in 1300 of teachers and 3047 of grade 4 to grade 8 students. Results from questionnaire showed that 40 percent of the respondents were bullied 2-3 times or more in a month. Making fun of someone else by words was the main way of bully (47.9%), followed by races and skin color insults (27.9%), sexual harassment (10.7 %), and also extortion for things and money as well. This study result was then compared with other study results of elsewhere. It was found that bullies among adolescent in Thailand was the second rank (40%) after Japan (60%), followed by the UK and the USA (20-25%). Moreover, violence reports on bully among students found getting higher. (Division of Truant Patrol, as cited in the Office of Mental Health Department, B.E. 2550)

Regarding those situations, bad effects fall on both the bullies and the victims. As the bullies grow up, they continue to bully others, and can have

difficulties in self adjustment to live in the society, which lead to aggressive behaviors and antisocial behaviors as a result, these children tend to commit crimes in the future. By contrast, the victims of aggressive behaviors and violence suffer from anxiety, stress, and later could develop depression disorders. All of these effects have big impact on schooling or in worst case, committing suicide (Sombat Tahpunya, B.E. 2549). Such bad effects, in addition, not only fall on the children themselves, but also affect family, community and society. Physical injuries and psychological trauma due to violence are immeasurable: large amount of money is paid on medical treatment and legal process, losing opportunities of education and future careers, loss of properties, and loss of chance to protect oneself. In the end, community and society is no longer a safe place to live since it loses its productive capabilities, which is incalculable. Hence, society urgently needs to find such measures to solve these problems (Department of Mental Health, B.E. 2549).

Having reviewed many related studies brought to the assumption that aggressive behaviors in children and adolescent are related to many factors; including personal factor like male gender, intelligence, other complications which affected brain development, substance abuse, and mental health problem. Based on Department of Mental Health (B.E. 2549), these risk factors have great contribution to mental and emotional development in adolescent which, therefore, risk conducting aggressive behaviors. In addition, lacking of emotional quotient also advocate violence in children and adolescent (Prehathai Thanimpard, B.E.2541; Usa Sutthisakorn, B.E.2543; Sittisak Vanachakij. et. al.,B.E.2544). Core factor which results in emotional quotient development is upbringing. Children perceived and learned from their peers, environment and interaction within the family. Problem child with aggression, misbehave and bother are likely to have poor relationship within the family (Chayaporn Chuenrungrroj, B.E.2529). These risk factors have great effect to mental and emotional development in adolescent which, therefore, risk conducting aggressive behaviors. In addition, lacking of emotional quotient also advocate violence in children and adolescent (Prehathai Tanimpard, B.E. 2541; Usa Suttisakorn, B.E. 2543; Sittisak Vanachakit et.al,B.E. 2544). Core factor which results in emotional quotient development is upbringing. Children perceived and learned from their peer, environment and their interaction within the family. Problem

child with aggression, misbehave and bother are likely to have poor relationship within the family (Chayaporn Chuenroongroj, B.E. 2529).

Office of the National Economics and Social Development Board carried out a survey in Thai society found that children and adolescent committed crimes rising 6.4 % due to following bad friends (38.5%). It has been implied that Thai children and adolescent are more aggressive, more violent and bad friends are one of the greatest risk factors (Bully Prevention Program in School, B.E.2550). Moreover, collateral risks such as environment, teacher, school, the community where the children live in, and the internet are also reinforce aggressive behaviors (Department of Mental Health, B.E. 2549)

Previous studies suggested that aggressive behaviors prevention in children and adolescent, not only reducing risk factors which lead to aggression, promoting proactive factors for children and adolescent are also needed to implement. Study of promoting proactive factors related to aggressive behavior prevention includes implementing right attitudes like unyieldingness against misbehave and aggressive behaviors, promoting good relationship within family, being friends with non-violence ones, school participation and community participation in aggressive behavior prevention, media collaboration, Effective law enforcement such as firearm control (Department of Mental Health, B.E.2549)

There have been many programs used to prevent aggressive behaviors in adolescent such as Bully - Proofing Your School. This program emphasized on building up safe atmosphere in school. Teachers as well as students are trained to interfere bully under circumstances and to help those students who are victims (Olweus, Limber & Mihalic, 1998). Another program is Conflict Resolution and Peer Mediation. This program focuses on compromising with individual's differences and learning to listen to someone else's feelings. They also learn to find a favorable consensus over the conflicts together and learn to mediate conflicts among friends and help friends solving the problem (Drant, Barkin & Krowchuk, 2001). A further program is "Resolve it, Solve it". This is driven both inside the school and in community. Launching such campaigns against violence by producing posters, advert spot on TV and radio are what they did (Swam & Kelly, 2008). Moreover, enhancing

emotional quotient to prevent aggressive behavior in children and adolescent is also applied (Department of Mental Health, B.E. 2548).

According to Department of Mental Health (B.E. 2543), emotional quotient can be defined as a capability to have insight of one's self and other's in term of feelings, emotions ,needs, having empathy, understanding including express one's self emotions properly and enable to build up good relationship with others. The lack of emotional quotient can lead to misbehaves, and unable to control or manage one's emotions, imprudent and ,as a result solving the problem with violence or aggression. Threats, quarreling, physical assaults or fatal assaults which can further lead to harm one self and others' are cases in point. Consequently, assistance to children and adolescent to prevent troubles due to aggressive behaviors is needed. Implementing emotional quotient to children and adolescent has been found to be effective way to enhance their emotional intelligence in developing and strengthening their mental, emotion and social skills to cope and solve further problems (The Development office, Department to Mental Health, B.E. 2550) A study of Ratchanee Suwamart (B.E.2544) conducted in grade 9 student, Umnardcharoen Scool, Umnardcharoen Province in self valve base on siccones conceptual framework found to have statistically significant of less aggressive behaviors and more emotional intelligence scores of the post test. A further study of Kornvida Srisupa (B.E.2547) on the effects of learning management process to enhance emotional quotient based on Goldman's concept framework to reduce aggressive behaviors and violence in grade 6 students found that the students' post test mean score of emotional quotient was greater than the pretest. By contrast, aggressive behaviors and violence mean score was significantly lower than the pretest. As can be seen so far, emotional quotient can help preventing aggressive behaviors in children and adolescent. This study employed emotional quotient program activities to prevent violence in elementary schools, developed by the Department of Mental Health (B.E.2548). Expert and Thai's children issue practitioners has brain stormed for the contents conclusion, activity designs and finally, developed a program manual for emotional quotient program activities to prevent violence in school.

The program consists of group learning process, role-plays and simulated situation. The activities of the program include 8 areas of emotional quotient enhancing activities: ability to perceive emotion, ability to accept individual's

differences, relationship development, positive thinking, effective communication, relaxation and handling with conflicts. The program then was taken to be trialed in 6 schools. The results of the trial were successful in increasing children's emotional quotient and reducing aggressive behaviors. Finally, this program has been publicized and distributed to be used in schools for its achievement.

According to the statistics on proactive and reactive services provided by the Community Health Center in Tambon Bangrak Noi, Muang District, Nontaburi Province, in the past year, the number of service users who sought consultancy on aggressive behaviors of their children and adolescents has increased. Problematic behaviors included physical assaults, disobedient behaviors, drug addiction, petty thefts, and nuisance to the family and community. Some of the children and adolescents were arrested and convicted, and their detention in the Protection and Observation Center has caused stress to them and their family. According to family visits conducted by the researcher together with the teachers of five students who showed aggressive behaviors in school between April and June 2008, it has been found that the children and adolescents had problems with family relationship and upbringing. Also, some of them hung out with the wrong peer groups, were addicted to computer games, and imitated aggressive behaviors from people in the family or community. Therefore, it has been proposed that prevention and correction of aggressive behaviors should be started since childhood or when the children are still in their elementary school because it is the age when children are able to learn and memorize what has been taught to them. Also, experience in elementary school will form a basis of the children's life when they grow up (Samrit Kaewpoonsri, B.E. 2543). Therefore, in the present study, the researcher who is a psychiatric nurse working in Bangrak Noi community was interested in implementing the emotional quotient promotion program to prevent aggressive behaviors in elementary school students developed by the Development Office, Department of Mental Health (B.E. 2548) to prevent aggressive behaviors in grade 6 students. It was believed that late elementary students were entering the transition period to become adolescents, which was a period in life when individuals had effective learning and memorization. It was anticipated that the findings of the present study regarding feasibility and problems

and obstacles in implementing the program could be used as a guideline for those who wished to implement the program in other school settings.

Research Objective

To study the feasibility of the implementation of the emotional quotient promotion program to prevent aggressive behaviors in grade 6 students with the emphasis on the outcomes and the process of the program implementation.

Definition of Terms

Emotional quotient refers to the ability to get to know one's emotions and needs, to control their emotions, and to express one's emotions appropriately. It also refers to the ability to perceive emotions and feelings of others, to have understanding and compassion for others, and to develop a good relationship with others (Department of Mental Health, B.E. 2543).

Aggressive behaviors refer to expressions of aggressive feelings toward other individuals or objects, and such expressions are not directly and indirectly appropriate. Aggressive behaviors also involve inappropriate physical expressions such as throwing things at others, physically assaulting others, destroying objects and properties, and using inappropriate verbal expressions including threats, arguments, and sarcastic remarks with teachers and friends, all of which result from the motivation to express aggression (Petchsuda Petchsai, B.E. 2535).

An emotional quotient promotion program to prevent aggressive behaviors in grade 6 students refers to activities to promote emotional quotient to prevent aggressive behaviors in grade 6 students which was developed by the Department of Mental Health (B.E. 2548). The activities included in the program involved group learning, role-playing, and simulated situations specially designed to promote eight aspects of emotional quotient as follows: emotional perception, acceptance of individual differences, establishment of relationships, positive thinking, communication, emotional control, emotional relaxation, and management of conflicts.

Methodology

The present study aimed at investigating the feasibility of the implementation of an emotional quotient promotion program to prevent aggressive behaviors in grade 6 students in Pamaiuthit School 9, Tambon Bangrak Noi, Muang District, Nontaburi Province. The steps involved in the study were as follows:

Setting

The study was set at Pa Mai Uthit School 9, under the basic Education Commission, Ministry of Education. The school is located under Bangkok Noi Sub district Local Administration Office, Muang District, Nontaburi Province. This area is semi-urban, semi- suburban. The majority of the residents are agricultural families. However, this area is convenient to access. Kindergarten classes up to 6 classes are available in this school service. There are 190 students and 18 teachers. The school had not conducted any EQ promotion program and aggressive behaviors prevention program in students before.

Instrumentation

In this study, the instruments could be divided into two categories: data collection instruments and research instruments.

1. Data collection instruments could be divided into the following seven parts:

1.1 Demographic characteristics questionnaire was designed to elicit data regarding gender, age, religion, grade point average, parents' marital status, and the persons students were living with.

1.2 Emotional quotient assessment scale for the Thai population aged 12 to 17 years was developed by the Department of Mental Health (B.E. 2543) to measure emotional quotient of adolescents aged between 12 and 17 years old. The items in the scale were arranged in a four-point rating scale ranging from 4, 3, 2, to 1. The total number of items was 52, and the items measured three aspects of emotional quotient: the good aspect (18 items, items 1 to 18), the efficient aspect (18 items, items 19 to 36), and the happy aspect (18 items, items 37 to 52). The total scores of each

subjects were summed, and the total scores were then interpreted as follows: higher scores reflected a higher level of emotional quotient. In general, the scoring of emotional quotient is ranged according to age groups. In the present study, the scoring of emotional quotient was calculated to determine overall and each aspect of emotional quotient of adolescents aged 12 to 17 years old.

1.3 The aggressive behaviors and violence assessment scale used in this study was developed by Kornvida Srisopa (B.E. 2547). It was used to elicit data from the students and the teachers about the aggressive behaviors of the students. The total number of items was 40. Of these, 20 items were related to verbally aggressive behaviors and 20 items were related to physically aggressive behaviors. There were 20 positive items, and 20 negative items. The items were arranged in a five-point rating scale of “always did,” “frequently did,” “occasionally did,” “hardly did,” and “never did,” to indicate the level of aggressive behaviors from highest to lowest. When responding to the questionnaire items, the subjects read the situation in each item and decided what level best reflected the frequency of the situation. As for scoring, the scores the subjects obtained for each of the items were summed, and the mean score was then calculated to reflect each of the five levels of aggressive behaviors the subjects had, ranging from highest to lowest.

1.4 The students’ feelings toward themselves, their friends, and their society interview questionnaire was developed by Kornvida Srisupa (B.E. 2547) to elicit data regarding the students’ feelings they had for themselves, their friends and their society, as well as their opinions toward benefits of the learning and the application of the knowledge to benefit themselves, their study, their family, their community, and their society.

1.5 The teacher’s aggressive behaviors observation record form used in this study was constructed by the Department of Mental Health (B.E. 2550). The teacher was asked to observe and record the students’ aggressive behaviors as they actually took place in school in the classroom or during the lunch breaks in terms of frequency, level of aggression involved, and duration of aggressive behaviors of students.

1.6 The students’ aggressive behaviors observation record form was developed by the researcher. The students were asked to record the aggressive

behaviors expressed by their friends including physically aggressive behaviors and verbally aggressive behaviors expressed toward other people or objects. The students were requested to record the date, time, and place of aggressive behaviors as they actually took place.

1.7 The in-class aggressive behaviors assessment form was completed by the researcher, teachers, and students who participated in a weekly meeting after the implementation of the emotional quotient activities to assess the aggressive behaviors of individual students.

2. Research instrument used in this study was the emotional promotion program to prevent aggressive behaviors in elementary school developed by the Department of Mental Health (B.E. 2548). The program was used to carry out activities for students to promote eight aspects of emotional quotients including emotional perception, acceptance of individual differences, establishment of relationships, positive thinking, communication, emotional control, emotional relaxation, and management of conflicts. The activities included in the program were group learning, role-playing, and simulated situations.

Protection of the Rights of Human Subjects

In conducting this study, the researcher was well aware of the research ethics and took into careful consideration the possible effects that may have resulted in the subjects of the study. Before data collection took place, the researcher proposal was submitted to the Ethical Committee on Research Involving Human Subjects of the Faculty of Medicine, Siriraj Hospital, Mahidol University. After permission to conduct research was granted, the researcher met the students and their parents to explain the study objective and data collection procedures. The researcher assured them that they had the right to decide if they wanted to participate in the program or to refuse to take part in the study. They were also informed that they could withdraw from the study at any time if they wished without any negative effects on them, and that they had time to make the decision to give data to the researcher. In addition, the researcher reassured the students and their parents that the data collected from them would be kept strictly confidential and would be reported only as group data. After

the subjects agreed to participate in the study, both the subjects and their parents were asked to sign the informed consent form.

Program implementation

In this study, the preparation stage consisted of the following:

1. Preparation stage

1.1 The researcher conducted a literature review by studying the concepts and theories related to development of adolescents, factors related to aggressive behaviors of adolescents, and development of emotional quotient to prevent aggressive behaviors in adolescents from different sources including textbooks, documents, manuals, and related research to develop a body of knowledge to use in the present study.

1.2 The researcher ensured her readiness by reviewing her professional experience working with the school and parents to develop emotional quotient in children aged 0 to 5 years old. Also, the researcher was responsible for the school hygiene to promote emotional quotient and prevent aggressive behaviors in children and adolescents in school by cooperating with teachers and public health officials to pay home visits to children with risk behaviors.

1.3 The researcher prepared the research assistant who was the teacher responsible for school hygiene project. The teacher had undergone training on how to prevent problems with aggressive behaviors in children and adolescents, as well as how to organize activities to promote emotional quotients to prevent aggressive behaviors in children and adolescents by the researcher before the implementation of the program.

1.4 After permission to conduct data collection was granted by the Ethical Committee on Research Involving Human Subjects, the researcher submitted the letter from the School of Graduate Studies to the Director of Pamaiuthit School under the Basic Education Commission, Ministry of Education to ask for permission and cooperation in data collection.

1.5 The researcher met the Director of the School to explain the research objective and data collection procedure to the school administrators, the head teacher of grade 6, and the health education of the school and asked for their cooperation in data collection.

1.6 The researcher conducted a meeting with the health education teacher and together studied the feasibility in implementing the emotional quotient promotion program to prevent aggressive behaviors in elementary school students.

2. Implementation stage

2.1 The researcher met the students in grade 6 who were study subjects to introduce herself and then explained the research objectives, benefits of participation in the program, effects, and protection of the rights of human subjects. Both the students and their parents had to sign the informed consent form before the data collection commenced.

2.3 Have the guardians/parents and students complete the aggressive behaviors and violence assessment scale prior to the program started and after the program ended.

2.4 Have Grade6 students complete the emotional quotient assessment scale prior to the program started and after the program ended.

2.5 Have the teachers complete the teacher's aggressive behaviors observation record form during class sessions or at lunch break when the program started until the program ended.

2.6 The teachers filled out the aggressive behaviors record form after they had observed the aggressive behaviors in class or during lunch breaks until the commencement of the program until the end of the program.

2.7 The researcher implemented the program by analyzing the learning process to promote emotional quotient to prevent aggressive behaviors in grade 6 students based on the manual of the Department of Mental Health to cover eight aspects through altogether nine activities. The total duration of the program was four hours, and the activities were conducted two days a week, on Tuesday and Friday. Each session lasted 50 minutes, from 02:30 to 3:20 p.m. ranging from February1, B.E. 2552 to February 28, B.E.2552

2.8 After the weekly activities, the researcher conducted a group meeting to assess the situations in which aggressive behaviors took place in class.

2.9 After the activities were conducted to cover eight aspects of emotional quotients, The researcher then interviewed the students on an individual

basis using the students' feelings toward themselves, their friends, and their society interview questionnaire.

Data Analysis

Before data analysis was conducted, the data collected in this study were examined to ensure their completeness both before and after the experiment. The data collected could be divided into two types: quantitative data and qualitative data.

1. Quantitative data consisting of data regarding demographic characteristics of the subjects, emotional quotient scores, and aggressive behavior scores were analyzed in terms of frequency, percentage, mean, and standard deviation.

2. Qualitative data elicited through the questionnaires on students' attitudes toward themselves, friends, and society; teachers' aggressive behaviors observation form; students' aggressive behaviors observation form, and in-class aggressive behaviors observation assessment from weekly group meetings form were analyzed by means of content analysis.

Findings

In the present study, the presentation and discussion of findings are divided into two parts: program outcomes and the implementation process of the emotional quotient promotion program to prevent aggressive behaviors.

Program outcomes

The outcomes of the emotional quotient promotion program to prevent aggressive behaviors can be divided into three parts: demographic characteristics of the study subjects, effectiveness of the program, and benefits of the program.

Demographic characteristics of the study subjects

Of the 13 subjects in the present study, ten were male and three were female. They were mostly between 12 and 13 years old, and all of them were Buddhists. Ten of them, or 77%, had the grade point average between 2.50 and 3.00, and six of them, or 46.2%, had parents who lived together, while the other six had parents who lived separately. In addition, seven of them, or 53.8%, lived with both of their parents, while three of them lived with their mother and two lived with their father, accounting for 23.07% and 15.4%, respectively.

Effectiveness of the program

After participating in the emotional quotient promotion program to prevent aggressive behaviors in grade 6 students, it was found that the subjects' mean score of emotional quotient after the implementation of the program (159.08 ± 11.40) was higher than that obtained before the implementation of the program (138.31 ± 17.83). When considering each aspect of emotional quotient, it was found that the mean score of the good aspect after the implementation of the program (54.30 ± 4.17) was higher than that obtained before the participation in the program (48.30 ± 6.16). In addition, the mean score of the efficient aspect after the implementation of the program (51.61 ± 6.22) was higher than that obtained before the participation in the program (45.69 ± 5.61). Finally, the mean score of the happy aspect after the implementation of the program (53.15 ± 3.33) was higher than that obtained before the participation in the program (44.30 ± 8.20). In addition to the increase in mean scores of emotional quotient after the implementation of the program to prevent aggressive behaviors, it was also found that the subjects' mean scores of aggressive behaviors in terms of verbally aggressive behaviors (1.29 ± 0.28), physically aggressive behaviors (1.45 ± 0.39), and overall aggressive behaviors (1.31 ± 0.34) after participating in the program were lower than the subjects' mean scores of aggressive behaviors in terms of verbally aggressive behaviors (1.76 ± 0.41), physically aggressive behaviors (1.89 ± 0.45), and overall aggressive behaviors (1.82 ± 0.45) obtained before participating in the program. Such findings were in congruence with the findings of previous studies which revealed that promotion of emotional quotient in students could prevent and reduce aggressive behaviors.

Benefits of the program

The data collected from the students after their participation in the program and from the interview showed that the students felt that they had a chance to learn about their own and others' emotions, to have compassion for others, to use effective communication skills to negotiate with and criticize others constructively, to use reasons to solve problems with intellect rather than force, and to create happiness for themselves through concentration from the nature. The students indicated that they would use these skills with themselves, their family, and their society to prevent aggressive behaviors.

The process of program implementation

The process of program implementation to promote emotional quotient to prevent aggressive behaviors in grade 6 students can be divided into four parts: assessment of students' aggressive behaviors, contents and methods in activity organization, activity leader, and problems and obstacles in program implementation.

Assessment of students' aggressive behaviors

In this study, aggressive behaviors of students were assessed using different sources including both the students themselves and the persons who had interaction with the students including parents, friends, and teachers. Previous studies have shown that children and adolescents who have aggressive behaviors tend to under-assess themselves. This may be because such behaviors are not accepted by society or because they are afraid of the punishment that would follow if others find that they have aggressive behaviors. Due to these reasons, the researcher decided to assess the students' aggressive behaviors through other sources in addition to the students themselves so as to better understanding the problems caused by aggressive behaviors of students. The conclusion and the lessons learned from the aggressive behaviors assessment scales completed by the students, their parents, friends, and teachers were as follows:

Aggressive behaviors and violence assessed scale completed by the students and their parents: This assessment was self-administered by the students and also completed by the parents. The findings showed that the mean scores of aggressive behaviors assessed by the students and their parents were along the same line. However, it could be seen that the parents tended to assess both verbally and physically aggressive behaviors and violence more highly than the self-assessment conducted by the students. One benefit of asking the students assess the students' aggressive behaviors and violence in addition to the students' self-assessment is that the parents was able to observe and assess the students' aggressive behaviors at home. Besides, it gave the parents opportunity to closely observe their children's behaviors.

The teachers' aggressive behaviors observation form: The teachers were asked to record their observation of students' aggressive behaviors in the observation record form. However, it was found that the teachers were unable to record the students' behaviors constantly because there were different teachers who gave lessons

on different subjects to students, and they were different teachers, not the classroom teacher who was asked to observe the students' behaviors. There were only in some classes that the teacher was able to observe the students while they were having lessons with other teachers. As a result, the behaviors recorded by the teachers may not be comprehensive. In cases that the in-class aggressive behaviors observation record form is to be used, all the teachers who teach grade 6 students should be asked to attend a meeting so that they will receive the explanation and suggestions on how to use the observation record form while the students are attending their classes, so the data recorded by them would be more comprehensive. Thus, it can be concluded that the teachers' aggressive behaviors observation record form may not be appropriate in the present study. This is because aggressive behaviors can take place not only in classrooms but also outside classrooms at anytime. Teachers are unable to comprehensively observe the students' behaviors, and asking the teachers to do so may put too much burden on the teachers.

Students' aggressive behaviors observation record form: This instrument was developed by the researcher. After the implementation of the program, it was found that only six of the 13 students returned the completed instrument to the researcher. This indicated that the students did not pay attention to the observation record form. This may have been because the record was not appropriately or attractively designed. It may not be interesting for the students, or it may be too difficult for the students at this age. Therefore, the record form should be adjusted to better suit the students in this age group. In addition, evaluation should be conducted on a weekly basis to stimulate the students to complete and submit the record form on the specified dates. Such records of observation of individual students' aggressive behaviors used in this study were not appropriate. One reason may be that the data obtained from the students were not completely accurate because some students may have wanted to get back at their friends who had done them wrong in the past. In fact, the use of focus group discussion may be a better option that offers the students opportunity to express their feelings and exchange their opinions more freely and accurately than using a written observation record form.

Contents and methods in program

The present study, the manual on implementation of the emotional quotient promotion program to prevent aggressive behaviors in elementary school was developed by the Department of Mental Health (B.E. 2548). The promotion of emotional quotient is like laying an emotional foundation to prevent students from using aggressive behaviors to solve their problems. The eight aspects of the three components of emotional quotient of the good aspect, the efficient aspect, and the happy aspect can be categorized as follows: the good aspect consists of three aspects of emotional quotient that were emotional perception (the way of feelings activity), acceptance of individual differences (everybody is important activity), and emotional control (the intellectual development of emotion activity); the efficient aspect consists of three aspects of emotional quotient that were establishment of relationships (team working activity), communication (constructive negotiation and criticism activity), and management of conflicts (Khun Noi's plan activity); the happy aspect consists of two aspects of emotional quotient that were positive thinking (dear diary activity) and emotional relaxation (natural sound activity). A review of literature has shown that an emotional quotient promotion program can prevent aggressive behaviors in elementary students. In other words, when the students' emotional quotient increases, their aggressive behaviors will decrease. In this program, the participatory learning was used. It consisted of group process, assignment of work in according with the task sheet, playing games before lessons started, role-playing, group meeting, and presentation and discussion for exchange of opinions. These activities made the students alert and got ready to participate in the activities in the program. Also, rewards were given as a positive reinforcement to make the students proud of themselves.

Leaders of the program activities

The leaders of the program activities have to undergo training on an emotional quotient promotion program. In this study, the program developed by the Department of Mental Health was used. In addition, the leaders have to have experience with participatory learning and group processes, understand the contents of the activities, understand the teaching plans and teaching steps, and are able to lead the activities as specified in the teaching plans. In this study, the leader of the activities

was a psychiatric nurse, and the assistant to the leader was the classroom teacher of grade 6 students. The good point of having the teacher as the assistant to the leader in this study was that the teacher was close to the students and had information about different aspects of the students. In addition, the students should be more willing to actively participate in the study.

Benefits of the program: based on program evaluated by teachers and students, who joined the program reached the benefits as follow.

Benefits to students: based on the study results, students can adopt their knowledge and things they learned such as emotional awareness of one's self and others, understanding others, knowing how to deal with conflicts and handling them appropriately, having effective communication and learning how to criticize other in sensible ways, solving problems with reasons and intelligence rather than violence, included learning how to be happy by one's self in a natural mediation and then they can use them in their real life to preventing aggressive and violent behavior in family and in society.

Benefit to teachers: Teachers learned all the skills related to the program to implement emotional quotient to prevent aggressive behavior and violence in grade 6 students. Also, they had chances to join the program process which can develop the teachers themselves to be skilled teachers who can monitor the program. For better effective program, teacher selection should be addressed for those who are good at psychology or being trustful teachers.

Benefit to school directors: the study results make the school directors have more awareness of the importance of aggressive behaviors and violence problem in schools. Thus, the insight leads to find the ways to prevent these problems by developing emotional quotient program and its guidelines to apply in other class levels. Psychiatric nurse can also be a program consultant in training volunteer teachers and advices.

Problems and obstacles in implementations of activities

The problems and obstacles found in this study were as follows. First, the school was a small school, and grade 6 students did not have a classroom of their own. Instead, they had to use the library as their class. Thus, during the activities, there may

be other students who visited the library to use its services, so the students lost their concentration. Secondly, the time during which the researcher was implementing the program was the end of the semester, so the students had to study hard and prepare themselves for further studies. There were also comprehensive exams and a sports event that the students were required to attend. Therefore, the schedule of the program had to be adjusted as seen appropriate. Furthermore, some of the students missed some activities because of other engagements, so the researcher had to organize make-up sessions for these students on an individual basis to make sure that they were able to catch up with their friends in class.

Implication of the Findings

The findings of the present study could be implemented in nursing practices and nursing research as follows:

For nursing practices

The findings of the present study can be used to develop and improve the quality of nursing care practices provided to children and adolescents with aggressive behaviors. Aggressive behaviors in children and adolescents are complicated problems that require cooperation from personnel in different professions to solve including psychiatrists, nurses, psychologists, social workers, teachers, and police officers, etc. The roles of psychiatric nurses who provide treatment and promote prevention of such problems may cover direct care. Nurses need to play a role of providers of assistance to children and adolescents with a risk to develop aggressive behaviors or with existing problems of aggressive behaviors by offering individual and group consultation, family consultation, etc. In addition, nurses can act as consultants who help the school maximize its potential to develop an emotional quotient promotion program to reduce aggressive behaviors in students. To be more exact, nurses can help the school select key players who will be in charge of such a program and train the school teachers on how to carry out the program with periodical consultation given by nurses so as to enable the teachers to implement the program as planned.

For nursing research

The findings of this study could be used as baseline data for further studies conducted to promote emotional quotient of children and adolescents which varies to a

different extent. Nurses should take the school contexts and environments, as well as risk and preventive factors at each level, into consideration to ensure suitability of the program implementation. Furthermore, friends, family, and community should be encouraged to take part in the program to ensure its efficiency and effectiveness as well.



รายการอ้างอิง

- กรมสุขภาพจิต . (2543). *อีคิว : ความฉลาดทางอารมณ์*. กรุงเทพฯ: ทีคอม.
- กรมสุขภาพจิต. (2543). *คู่มือความฉลาดทางอารมณ์: ทำไมเราต้องเรียนรู้เรื่องอีคิว*. นนทบุรี : ศูนย์สารสนเทศและประชาสัมพันธ์.
- กรมสุขภาพจิต.(2543).*คู่มือความฉลาดทางอารมณ์*. นนทบุรี ; ศูนย์สารสนเทศและประชาสัมพันธ์.
- กรมสุขภาพจิต. (2544). *คู่มือส่งเสริมสุขภาพจิตนักเรียนระดับมัธยมศึกษาสำหรับครู*. กรุงเทพฯ: ยูเนสโคมเอจกรุ๊ป.
- กรมสุขภาพจิต. (2549). *ความรุนแรงของวัยรุ่นไทย : พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ*. กรุงเทพฯ ฯ : บริษัท บียอนด์ พับลิชชิ่ง จำกัด.
- กรมสุขภาพจิต. (2549). *ความรุนแรงในวัยรุ่น*. รายงานการทบทวนองค์ความรู้และข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย. กรุงเทพฯ ฯ : โรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก.
- กรวิดา ศรีสุภา. (2547). *ผลของการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ตามแนวคิดของโกลแมนที่มีต่อการลดพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรงของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6*. วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาประถมศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- กฤษณา ชลวิริยะกุล, และนภา สิงห์วีธรรม. (2546). *แนวนโยบายและบริการทางด้านสุขภาพจิต*. นนทบุรี : โรงพยาบาลศรีธัญญา
- จันทิตา พฤกษานานนท์. (2537). *พฤติกรรมเสี่ยงในวัยรุ่น*. *สงขลานครินทร์เวชสาร*, 12 (3), 141-144.
- ชนมน สุขวงศ์.(2543).*ความสัมพันธ์ระหว่างการเลี้ยงดูกับความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์ของวัยรุ่นตอนต้น*. วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต, บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- ชยาภรณ์ ชื่นรุ่งโรจน์.(2529). *เด็กและวิกฤตการณ์ในครอบครัวเชียงใหม่ : ภาควิชามนุษยสัมพันธ์ คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่*.
- ดวงใจ กสาดิกุล. (2536). *วัยรุ่น*. *ตำราจิตเวชศาสตร์.สมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย*, กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

- ทัศนีย์ ทวีคุณ. (2552). พฤติกรรมรุนแรงในวัยรุ่น. วารสารการพยาบาลจิตเวชและสุขภาพจิต. 23(1),1-13.
- ทัศนีย์พรหม อุดมเวช.(2530). ปัญหาในกระบวนการปลูกฝังจริยธรรมแก่นักเรียนของครูโรงเรียนมัธยมศึกษาที่ตั้งอยู่ในวัดและนอกวัด เขตกรุงเทพมหานคร : ศึกษาเฉพาะกรณีศึกษาโรงเรียนมัธยมวัดมกุฏกษัตริย์และโรงเรียนโยธินบูรณะ. วิทยานิพนธ์ปริญญาอักษรศาสตร มหาบัณฑิต, สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.
- เทิดศักดิ์ เดชคง. (2542). จากความฉลาดทางอารมณ์สู่สติปัญญา. (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์มติชน.
- นิตยา พลศักดิ์. (2550). สังเคราะห์งานวิจัยเชิงทดลองเกี่ยวกับพฤติกรรมก้าวร้าว. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาการแนะแนวและให้คำปรึกษา มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- นิรดา อุดลยพิเชษฐ์. (2542). ผลของการใช้โปรแกรมพัฒนาชาวอารมณ์ที่มีต่อระดับชาวอารมณ์ของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1. ปริญญามหาบัณฑิต, ภาควิชาจิตวิทยาการศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ประธาน วัฒนวนิชย์. (2530). กฎหมายเกี่ยวกับความผิดของเด็กและกระบวนการยุติธรรมสำหรับเด็กและเยาวชน. กรุงเทพฯ ; สำนักพิมพ์ประกายประก.
- ปรีดีหทัย ถนิมพาสน์. (2541). รายงานวิจัยเรื่องครอบครัวกับพฤติกรรมรุนแรงของวัยรุ่น. ศูนย์สุขภาพจิตเขต 4 . กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข.
- พิมรัตน์ จงเจษฎากุล.(2544). ศึกษาการกระทำความผิดเกี่ยวกับทรัพย์สินของเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กกลาง ศึกษาด้านเศรษฐกิจและสังคม.วิทยานิพนธ์สังคมศาสตรมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยมหิดล.
- เพชรสุดา เพชรใส. (2525). การทดลองการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มในการปรับพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนพิบูลย์วิทยาลัย จังหวัดลพบุรี. ปริญญานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต, บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร.
- รัชณี สุวะมาตย์. (2544). ผลของการฝึกคุณค่าในตนเองตาสกรอบแนวคิดของซิกโคเนที่มีต่อระดับชาวอารมณ์และพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, ภาควิชาจิตวิทยาการศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ลำดวน นำศิริกุล. (2541). การคิดเชื่อทางเดินปัสสาวะ.แม่และเด็ก, 22(220) , 123-124.
- ศรีธรรม ธนะภูมิ. (2535). พัฒนาการทางอารมณ์และบุคลิกภาพ.กรุงเทพมหานคร:โรงพิมพ์ชวนพิมพ์.

- ศรีเรือน แก้วกังวาล. (2540). จิตวิทยาพัฒนาการชีวิตทุกช่วงวัย (เล่ม 2). พิมพ์ครั้งที่ 7 กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- ศิริ ปานแดง. (2547). ความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์กับทัศนคติต่อการใช้ความรุนแรงของนักเรียนมัธยมศึกษา: ศึกษาเฉพาะกรณีโรงเรียนกาญจนาภิเษกวิทยาลัยกระบี่. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ, สาขาจิตวิทยาชุมชน บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- ศิริลักษณ์ พิณพาทย์. (2545). ผลการใช้โปรแกรมการฝึกพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์และลดความก้าวร้าวของนักเรียนในชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นที่มาจากครอบครัวแตกแยก. วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต, สาขาจิตวิทยาแนะแนว บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา.
- ศิริชัย หงส์สงวนศรี. (2542). กลุ่มบำบัดเพื่อให้ความรู้และการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสำหรับเด็กที่เป็นโรคอ้วน. วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย, 48(1), 23-25.
- ศุภวรรณ มณีสะอาด. (2537). การพยาบาลผู้ป่วยจิตเวชที่มีพฤติกรรมก้าวร้าว. สุราษฎร์ธานี : โรงพยาบาลสวนสราญรมย์.
- สมบัติ ตาปัญญา. (2549). เผยครูยังใช้วิธีรุนแรงลงโทษนักเรียน. สืบค้นเมื่อวันที่ 4 เมษายน 2553 จาก http://news.sanook.com/crime/crime_52416.php
- สัมฤทธิ์ แก้วพลศรี. (2534). การเปรียบเทียบการใช้การเสริมแรงทางบวกกับการปรับสินไหมที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนวัดทับกฤชกลาง อำเภอชุมแสง จังหวัดนครสวรรค์. วิทยานิพนธ์ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต, สาขาจิตวิทยาการศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- สำนักพัฒนาสุขภาพจิต กรมสุขภาพจิต. (2548). คู่มือจัดกิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เพื่อป้องกันปัญหาการใช้ความรุนแรงในโรงเรียนระดับประถมศึกษา. นนทบุรี : โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด.
- สำนักพัฒนาสุขภาพจิต กรมสุขภาพจิต. (2550). การเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ เพื่อป้องกันการใช้ความรุนแรงในเด็กประถมศึกษา. กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข.
- สิทธิศักดิ์ วณิชกิจและคณะ. (2544). ปัจจัยที่มีผลต่อการกระทำความผิดในคดีรุนแรงของเด็กและเยาวชน : ศึกษากรณีเด็กและเยาวชนกระทำความผิดชายในสถานฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนจังหวัดสุราษฎร์ธานีและจังหวัดสงขลา. รายงานวิจัยหลักสูตรปริญญาโทรัฐประศาสนศาสตร, คณะรัฐประศาสนศาสตร สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์.
- สุชา จันทรเฒ. (2536). จิตวิทยาพัฒนาการ. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช.

- สุชา จันทรเฒ. (2540). *จิตวิทยาพัฒนาการ*. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช.
- สุดา ร่องเมือง. (2521). *ผลของกลุ่มจิตบำบัดตามทฤษฎีละครจิตบำบัดและปัจจัยบำบัดต่อความฉลาดทางอารมณ์ ในเยาวชนชายกระทำผิดที่อยู่ในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนสิรินธร*. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารจิต, สาขาวิชาสุขภาพจิตและการพยาบาลจิตเวช บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.
- สุทธิพงษ์ ทองยิ่ง. (2537). *ผลของกลุ่มการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่มีต่อความก้าวร้าวของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6*. ศูนย์ความรู้วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี สืบค้นเมื่อ 24 มีนาคม 2552 จาก <http://www1.stkc.go.th/library.php?app=libraryDatabaseDetail.php&id=47532&pubid=18>
- สุทธิพันธ์ ธรรมไพจิตร. (2544). *ยาเสพติดหายนะของคนรุ่นใหม่*. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ประสานมิตร
- สุรพล ชัดเชื้อ. (2535). *การเปรียบเทียบผลของการควบคุมตนเองและการปรับเปลี่ยนที่มีต่อพฤติกรรมกรรมก้าวร้าวของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวัดเสมียนนารี กรุงเทพมหานคร*. วิทยานิพนธ์ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต, สาขาจิตวิทยาการศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- สุพัตรา สุภาพ. (2543). *ปัญหาสังคม*. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช.
- สุวพัทธ์ พนมวัน ณ อยุธยา. (2539). *โรงเรียนหญิงมีปัญหาหนักกว่าชายจริงหรือ*. ใกล้เคียง, 20 (มกราคม) 67.
- แสงอุษา รุ่งโรจน์นันทน์, และกฤษณ์ รัชการ. (2543). *การบริหารอารมณ์ด้วยรอยยิ้มแบบไทยๆ*. กรุงเทพฯ: มิตรนราการพิมพ์.
- หลักสูตรการป้องกันการรังแกกันในโรงเรียน. (19 ตุลาคม 2550). *หนังสือพิมพ์มติชนออนไลน์*, หน้า 27. สืบค้นเมื่อ 28 มีนาคม 2553. จาก <http://www.kluaynamthai.com/nursery/modules.php?name=Forums&file=viewtopic&t=2461&view=next>
- อัมพร เบญจพลพิทักษ์. (2546). *พัฒนาการวัยรุ่น*. ในสมาคมอนามัยเจริญพันธุ์(ไทย) ร่วมกับกระทรวงสาธารณสุข. สุขภาวะวัยใส : อนาคตชาติไทย.เอกสารประกอบการประชุมวิชาการประจำปี 2546. นนทบุรี : สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข. หน้า 57-72.
- อารียา นุชอนงค์. (2541). *ความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบการสื่อสารในครอบครัวกับความก้าวร้าวของวัยรุ่น*. วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาคหกรรมศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

- อุสา สุทธิสาคร. (2542). *การฝึกทักษะทางอารมณ์ (emotional coaching)*. กรุงเทพมหานคร : ภาควิชา การแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัย ศรีนครินทรวิโรฒ
- Bandura, A. (1976). Self reinforcement: Theoretical and methodological consideration. *Behaviorism*, 4(5), 203-219.
- Baruch, D.W. (1949). *New way in discipline*. New York : MC Graw Hill.
- Berkowitz, L. (1965). *Advance in experimental social psychology*. New York : Academic Press.
- Castiglia, P.T., & Harbin, R.E.(1992). *Child health care : Process and Practice* . Philadelphia : J.B. Lippicott.
- Clarke – Stewart, A., & Friedman, (1987). *Child Development Infancy though Adolescence*. United States America : John Wiley , & Sons.
- Durant, R. H., Barkin, S., & Krowchuk, D. P. (2001). Evaluation of a peaceful conflict resolution and violence prevention curriculum for sixth-grade students. *Journal of Adolescent Health*, 28(5), 386-393.
- Drug Policy Information Clearinghouse.(2000). *Drug-Related Crime. NCJ 181056* .Washington, DC : Office of National Drug Control Retrieved, April 22, 2008, from <http://www.whitehousedrugpolicy.Gov>.
- Elliott, D.S, Menard, S. (1996). *Delinquent friends and delinquent behavior : temporal and developmental patterns* . In: Hawkins, J.D., ed. *Delinquency and Crime : Current Theories* . Cambridge: Cambridge University Press.
- Farrington, D.P., (2001). *Predicting adult official and self-reported violence*. In : Pinard G.F, Pagani L, eds . *Clinical Assessment of Dangerousness: Empirical Contributions*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Feshbach, S. (1956). The catharsis hypothesis and some consequences of interaction with aggressive and neutral play objects. *Journal of Personality and Social psychology*, 24(4), 257.
- Fitzpatric, K.M. (1997). Aggression and environmental risk among low-income African-American youth. *Journal of Adolescent Health*, 21 , 172-178.

- Garnefski, N.(2000).Age differences in depressive symptoms, antisocial behavior, And negative perceptions of family, school, and peers among adolescents. *J Am Acad Child Adolesc Psychiatry*, 39(9), 1175-1181.
- Goleman,D. (1995). *Emotional intelligence : Why it can matter more than IQ*. New York : Bantam Books.
- Horn, D.(2000).*Bruised inside : what our children say about youth violence, what Causes it, and what we need to do about it*. Washington,DC: National Association of Attorneys General.
- Huizinga, D., Jakob-Chien, C.(1998) *The contemporaneous co-occurrence of serious And violent Juvenile offending and other problem behaviors*. In R. Loeber & D.P. Farrington, eds., *Serious and Violent Juvenile Offenders: Risk Factors and Successful Intervention*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Hurlock, E. B. (1973). *Adolescent Development*. Tokyo : Mc Graw Hill, Kogakuska.
- Kandel, E., Mednick, S.A.(1991). Perinatal complication predict violent offending. *Criminology*, 29,519-529.
- Kestenbaum, C.J. (2000). How shall we treat the children in the 21 th century?. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry* ,39(9), 1-10.
- Liau, A. J., Richard, J.,Rother, P.W.F., Wilson.(2003) on behalf of the REACH Registry Investigators. International prevalence, recognition, and treatment of cardiovascular risk factors in outpatients with atherothrombosis. *Journal Of the American Medical Association*, 295,180-189.
- Lynch, J.P. (2002). *Trends in juvenile violent offending : an analysis of victim survey Data*. *Juvenile Justice Bulletin Oct 2002*. U.S. Department of Justice. Office of Juvenile Justice and Delinquency Prevention.
- Mason , W.A., Kosterman, R,Kosterman, R, Hawkins, J.D., Herrenkohl. T.I., Lengua, L.J., Mccauley E. (2004), Predicting depression, social phobia, and violence in early adulthood from childhood behavior problems. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 43(3), 307-315.
- Mcdonald, L., Billingham, S., Conrad, T., et al.(1997). Families and Schools Together (FAST). *Families in Society* , 78, 40-155.

- Molgaard, V.D., Spoth,R. (2002). *The Strengthening Families Program*. Iowa State University Institute for Social and Behavioral Research. Retrieved,Sep 18 ,2008, from www.exnet.iastate.edu/Pages/families/strength.html
- Mayer,J.D.,& Salovey,P. (1997). What is emotional intelligence. In P . Salovey & D.J. Sluyter (Eds). *Emotional development and emotional intelligence : Educational implication* New York : Basic Books.
- National Youth Violence Prevention Resource Center.(2001). *Substance Abuse*.Retrieved , April 15 , 2008 , from <http://www.safeyouth.org>.
- Olweus, D, Limber S, Mihalic S. (1998). *Bullying prevention program*. Boulder, CO, University of Colorado, Center for the Study and Prevention of Violence. (Blueprints for Violence Prevention Series, Book 9).
- Penn, J.V., Esposito, C.I., Schaeffer, L.E., Fritz, G.K., Spirito, A. (2003) .Suicide attempts and self-mutilative behavior in juvenile correctional facility. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 42(7), 762-768.
- Pynoos , R.(1987). Offensive and defensive aggression in humans: a longitudinal Perspective. *Aggressiv Behavior*, 13 , 197-212.
- Riese, Sue, A. (2005). The efficacy of a violence prevention intervention with elementary school children .*Dissertation Abstract International*, 65(07), 2491- A.
- Rinehart, P., Borowsky, I., Stolz, A., Latts, E., Cart, C.,Brindis, C .(1998). *Youth violence : Lessons from the experts*. Washington, DC: Maternal and child Health Bureau, Health Resources and Services Administration,Public Health Services, US Department of Health and Human Services.
- Ruchkin, V.V., Schwab-Stone, M., Koposov, R., Vermeiren, R., Steiner, H.,(2002). Violence exposure, posttraumatic stress, and personality in juvenile delinquents. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*,41(3), 322-328.
- Sanders, M.R., Markie-Dadds, C., Turner, K.M.T.(2003). *Theoretical, scientific and clinical foundations of the triple p-positive parenting program: a population approach to the promotion of parenting competence*. Research and practice monograph No.1.
- Sidney M. Manning. (1977). *Child and adolescent development*. New York : MC Graw Hill.

- Swaim, R. C., & Kelly, K. (2008). Efficacy of a randomized trial of a community and school-based anti-violence media intervention among small-town middle school youth. *Prevention Science*, 9(3), 202-214
- Stouthamer-Loeber, M., Thomas, C.(1992). *Caretakers seeking help for boys with disruptive and delinquent behavior*. Comprehensive Mental Health Care, 2, 159-178.
- United Nations Economic and Social Commission for Asia and the Pacific(UNESCAP), (2003). *Conflict Negotiation Skills for Youth*. Bangkok, Thailand: United Nations Publication.
- Vreugdenhil, C., Doreleijers, T.A.H., Vermeiren, R., Wouters L.F.J.M., Brink, W.V.D.(2004). Psychiatric disorders in a representative sample of incarcerated boy in the Netherlands. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 43(1), 97-104.
- Whitted, K.S., & Dupper, D.R. (2005). Best practices for preventing or reducing bully in schools. *Children and Schools*, 27, 167-175.
- World Health Organization (1997). Special feature-Young Motherhood in Safe *Motherhood*, 22(3),3-8.
- World Health Organization. (2002). *World Report on Violence and Health*. Geneva.



ภาคผนวก ก
แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล

คำชี้แจง ให้นักเรียนทำเครื่องหมาย [X] ลงในข้อความหรือเติมคำตอบในช่องว่างที่กำหนดให้และโปรดตอบคำถามที่ตรงกับความจริงของท่านมากที่สุด

1. เพศ
 - ก. ชาย
 - ข. หญิง
2. ปัจจุบันท่านอายุ (.....) ปี(นับเต็มปี)
3. ศาสนา
 - ก. พุทธ
 - ข. อิสลาม
 - ค. คริสต์
 - ง. อื่นๆระบุ (.....)
4. เกรดเฉลี่ยสะสม (.....)
5. สถานภาพสมรสระหว่างบิดามารดา
 - ก. บิดามารดาอยู่ด้วยกัน
 - ข. บิดามารดาหย่าร้างกัน
 - ค. บิดามารดาแยกกันอยู่
 - ง. บิดาถึงแก่กรรม
 - จ. มารดาถึงแก่กรรม
6. ปัจจุบันนักเรียนอาศัยอยู่กับใคร (สามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)
 - ก. บิดา
 - ข. มารดา
 - ค. บิดาและมารดา
 - ง. ญาติ
 - จ. พี่น้อง
 - ฉ. เพื่อน
 - ช. อื่นๆ (.....)

ภาคผนวก ข

แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ สำหรับวัยรุ่น (อายุ 12-17 ปี)

คำแนะนำ แบบประเมินนี้เป็นประโยชน์ที่มีข้อเกี่ยวข้องกับอารมณ์และความรู้สึกที่แสดงออกในลักษณะต่างๆ แม้ว่าบางประโยคอาจไม่ตรงกับที่ท่านเป็นอยู่ก็ตาม ขอให้ท่านเลือกคำตอบที่ตรงกับตัวท่านมากที่สุด ไม่มีคำตอบที่ถูกหรือผิด ดีหรือไม่ดี

โปรดตอบตามความเป็นจริงทุกข้อ เพื่อท่านจะได้รู้จักตนเองและวางแผนพัฒนาตนเองต่อไป มีคำตอบ 4 คำตอบ สำหรับข้อความแต่ละประโยคคือ **ไม่จริง** **จริงบางครั้ง** **ค่อนข้างจริง** **จริงมาก** โปรดใส่เครื่องหมาย ✓ ในช่องที่ท่านคิดว่าตรงกับตัวท่านมากที่สุด

		ไม่จริง	จริง บาง ครั้ง	ค่อนข้างจริง	จริง มาก	คะแนน
1	เวลาโกรธหรือไม่สบายใจ ฉันรับรู้ได้ว่าอะไรเกิดขึ้นกับฉัน					
2	ฉันบอกไม่ได้ว่าอะไรทำให้ฉันรู้สึกโกรธ					
3	เมื่อถูกขัดใจ ฉันมักรู้สึกหงุดหงิดจนควบคุมอารมณ์ไม่ได้					
4	ฉันสามารถคอยเพื่อให้บรรลุเป้าหมายที่พอใจ					
5	ฉันมักมีปฏิกิริยาโต้ตอบรุนแรงต่อปัญหาเพียงเล็กน้อย					
6	เมื่อฉันถูกบังคับให้ทำในสิ่งที่ไม่ชอบ ฉันจะอธิบายเหตุผลจนผู้อื่นยอมรับได้					
7	ฉันสังเกตได้ เมื่อคนใกล้ชิดมีอารมณ์เปลี่ยนแปลง					
8	ฉันไม่สนใจกับความทุกข์ของผู้อื่นที่ฉันไม่รู้จักรัก					
9	ฉันไม่ยอมรับในสิ่งที่ผู้อื่นทำต่างจากที่ฉันคิด					
10	ฉันยอมรับได้ว่าผู้อื่นก็อาจมีเหตุผลที่จะไม่พอใจใน การกระทำของฉัน					
11	ฉันรู้สึกว่าผู้อื่นชอบเรียกร้องความสนใจมากเกินไป					

		ไม่จริง	จริง บาง ครั้ง	ค่อนข้างจริง	จริง มาก	คะแนน
12	แม้จะมีภาระที่ต้องทำ ฉันก็ยินดีรับฟังความทุกข์ ของผู้อื่นที่ต้องการความช่วยเหลือ					
13	เป็นเรื่องธรรมดาที่จะเอาเปรียบผู้อื่นเมื่อมีโอกาส					
14	ฉันเห็นคุณค่าในน้ำใจที่ผู้อื่นมีต่อฉัน					
15	เมื่อทำผิด ฉันสามารถกล่าวคำ “ขอโทษ” ผู้อื่นได้					
16	ฉันยอมรับข้อผิดพลาดของผู้อื่นได้ยาก					
17	ถึงแม้จะต้องเสียประโยชน์ส่วนตัวไปบ้าง ฉันก็ ยินดีที่จะทำเพื่อส่วนรวม					
18	ฉันรู้สึกลำบากใจในการทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งเพื่อผู้อื่น					
19	ฉันไม่รู้ว่ฉันเรียนเก่งเรื่องอะไร					
20	แม้จะเป็นงานยาก ฉันก็มั่นใจว่าสามารถทำได้					
21	เมื่อทำสิ่งใดไม่สำเร็จ ฉันรู้สึกหมดกำลังใจ					
22	ฉันรู้สึกมีคุณค่าเมื่อได้ทำสิ่งต่างๆ อย่างเต็ม ความสามารถ					
23	เมื่อต้องเผชิญกับอุปสรรคและความผิดหวัง ฉันก็ จะไม่ยอมแพ้					
24	เมื่อเริ่มทำสิ่งหนึ่งสิ่งใด ฉันมักทำต่อไปไม่สำเร็จ					
25	ฉันพยายามหาสาเหตุที่แท้จริงของปัญหาโดยไม่คิด เอาเองตามใจชอบ					
26	บ่อยครั้งที่ฉันไม่รู้ว่ทำอะไรทำให้ฉันไม่มีความสุข					
27	ฉันรู้สึกว่าการตัดสินใจแก้ปัญหาเป็นเรื่องยากสำหรับ ฉัน					
28	เมื่อต้องทำอะไรหลายอย่างในเวลาเดียวกัน ฉัน ตัดสินใจได้ว่าจะทำอะไรก่อนหลัง					
29	ฉันลำบากใจเมื่อต้องอยู่กับคนแปลกหน้าหรือคนที่ ไม่คุ้นเคย					

		ไม่จริง	จริง บาง ครั้ง	ค่อนข้างจริง	จริง มาก	คะแนน
30	ฉันทนไม่ได้เมื่อต้องอยู่ในสังคมที่มีกฎระเบียบขัดกับความเคยชินของฉัน					
31	ฉันทำความรู้จักผู้อื่นได้ง่าย					
32	ฉันมีเพื่อนสนิทหลายคนที่คบกันมานาน					
33	ฉันไม่กล้าบอกความรู้สึกของฉันให้ผู้อื่นรู้					
34	ฉันทำในสิ่งที่ต้องการ โดยไม่ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน					
35	เป็นการยากสำหรับฉันที่จะโต้แย้งผู้อื่น แม้จะมีเหตุผลที่ยอมรับได้					
36	เมื่อไม่เห็นด้วยกับผู้อื่น ฉันสามารถอธิบายเหตุผลที่เขายอมรับได้					
37	ฉันรู้สึกดีกว่าผู้อื่น					
38	ฉันทำหน้าที่ได้ดี ไม่ว่าจะอยู่ในบทบาทใด					
39	ฉันสามารถทำงานที่ได้รับมอบหมายได้ดีที่สุด					
40	ฉันไม่มั่นใจในการทำงานที่ยากลำบาก					
41	แม้สถานการณ์จะเลวร้าย ฉันก็มีความหวังว่าจะดีขึ้น					
42	ทุกปัญหามีทางออกเสมอ					
43	เมื่อมีเรื่องที่ทำให้เครียด ฉันมักปรับเปลี่ยนให้เป็นเรื่องผ่อนคลายหรือสนุกสนานได้					
44	ฉันสนุกสนานทุกครั้งกับกิจกรรมในวันสุดสัปดาห์ และวันหยุดพักผ่อน					
45	ฉันรู้สึกไม่พอใจที่ผู้อื่นได้รับสิ่งๆมากกว่าฉัน					
46	ฉันพอใจกับสิ่งที่ฉันเป็นอยู่					
47	ฉันไม่รู้ว่าทำอะไรทำ เมื่อรู้สึกเบื่อหน่าย					
48	เมื่อว่างเว้นจากภาระหน้าที่ ฉันจะทำในสิ่งที่ชอบ					
49	เมื่อรู้สึกไม่สบายใจ และมีวิธีผ่อนคลายอารมณ์ได้					
50	ฉันไม่สามารถทำใจให้เป็นสุขได้จนกว่าจะได้ทุกสิ่งที่ต้องการ					
52	ฉันมักทุกข์ร้อนกับเรื่องเล็กน้อยๆ ที่เกิดขึ้นเสมอ					

ภาคผนวก ก

แบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรง (สำหรับนักเรียน)

ชื่อ.....นามสกุล.....ชั้น.....เลขที่.....

คำชี้แจง ให้นักเรียนทำเครื่องหมาย / ลงในช่องที่ตรงกับการกระทำของนักเรียนมากที่สุดและตอบทุกข้อ แบบวัดนี้จะไม่มีการตอบที่ถูกหรือผิด ดังนั้นจึงขอให้ตอบคำถามเหล่านี้ให้ตรงกับความจริงมากที่สุดและตอบคำถามทุกข้อ จำนวน 40 ข้อ

เกณฑ์ในการตอบแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรง มีดังนี้

- ข้อความใดที่เกิดขึ้นจริง ประมาณ 9-10 ครั้ง ใน 10 ครั้ง /สัปดาห์ หรือเกิดขึ้นทุกครั้ง ให้นักเรียนกาเครื่องหมาย / ลงในช่อง “ทำเป็นประจำ”
- ข้อความใดที่เกิดขึ้นจริง ประมาณ 6-8 ครั้ง ใน 10 ครั้ง/สัปดาห์ หรือเกิดขึ้นทุกครั้ง ให้นักเรียนกาเครื่องหมาย / ลงในช่อง “ทำบ่อยๆ”
- ข้อความใดที่เกิดขึ้นจริง ประมาณ 3-5 ครั้ง ใน 10 ครั้ง /สัปดาห์ หรือเกิดขึ้นทุกครั้ง ให้นักเรียนกาเครื่องหมาย / ลงในช่อง “ทำบ้างเป็นบางครั้ง”
- ข้อความใดที่เกิดขึ้นจริง ประมาณ 1-2 ครั้ง ใน 10 ครั้ง /สัปดาห์ หรือเกิดขึ้นทุกครั้ง ให้นักเรียนกาเครื่องหมาย / ลงในช่อง “นานๆครั้ง”
- ข้อความใดที่ไม่เคยเกิดขึ้นเลย ให้นักเรียนกาเครื่องหมาย / ลงในช่อง “ไม่เคยทำเลย”

ข้อ	ข้อความ	ทำเป็นประจำ	ทำบ่อยๆ	ทำบ้างเป็นบางครั้ง	นานๆ ครั้ง	ไม่เคยทำเลย
1	ฉันชอบอยู่กับเพื่อนทะเลาะกัน					
2	ถ้าเพื่อนยื่นขวางทาง ฉันจะพูดจาเพราะๆ เพื่อขอผ่านทาง					
3	เพื่อนไม่ให้ฉันยืมเงิน ฉันก็ไม่ตำหนิเขา					
4	ฉันมักจะพูดขัดจังหวะเพื่อนที่กำลังคุยกัน					
5	ฉันไม่พูดนินทาเพื่อนลับหลัง					
6	ถ้าเพื่อนกำลังพูดในเรื่องที่ฉันไม่อยากฟัง ฉันจะควาดิให้หยุด					
7	ฉันไม่ล้อเลียนชื่อพ่อแม่ของเพื่อน					
8	ฉันไม่เรียกเพื่อนด้วยคำหยาบคาย					
9	ฉันจะได้แข่งเพื่อน ถ้าฉันคิดว่าความคิดของฉันถูก					
10	เวลาเห็นเพื่อนช่วยงานครู ฉันจะประหลาดประชันทันทีว่าเป็นเด็กเส้น					
11	ถ้าฉันไม่มีเงิน ฉันจะพูดข่มขู่ขอเงินจากเพื่อน					

ข้อ	ข้อความ	ทำเป็นประจำ	ทำบ่อยๆ	ทำบ้างเป็นบางครั้ง	นานๆ ครั้ง	ไม่เคยทำเลย
12	ฉันไม่ชอบพูดตะคอกใส่เพื่อน					
13	ฉันจะไม่พูดคุยขณะที่ครูกำลังสอน					
14	คนไหนที่เคยทำร้ายฉัน ฉันขู่ว่าจะเอาคืน					
15	ฉันไม่ชอบพูดจาขี้วโมโหเพื่อน					
16	ฉันเคยพูดจาสบประมาทความสามารถของเพื่อนว่าไม่มีทางทำได้หรอก					
17	เวลาที่ฉันถูกครูลงโทษ ฉันมักจะพูดว่า ครูลำเอียง					
18	ฉันจะพูดเยาะเย้ยเพื่อนว่าไม่มีใครในห้องเรียนสู้ฉันได้เลยสักคน					
19	ฉันไม่พูดจาข่มขู่ผู้ใหญ่					
20	แม้ว่าเพื่อนจะทำสิ่งใดผิดพลาด ฉันก็จะไม่พูดเยาะเย้ยเพื่อน					
21	ฉันเคยแกล้งขัดขาเพื่อนให้ล้ม					
22	ฉันจะไม่เขียนคำหยาบลงบนโต๊ะ					

ข้อ	ข้อความ	ทำเป็นประจำ	ทำบ่อยๆ	ทำบ้างเป็นบางครั้ง	นานๆครั้ง	ไม่เคยทำเลย
23	เวลาที่ฉันโมโห ฉันจะเตะเก้าอี้หรือโต๊ะ เพื่อระบายอารมณ์					
24	ถ้าใครทำให้ฉันโกรธ ฉันจะทุบสิ่งของต่างๆ ให้เกิดเสียงดัง					
25	ถ้าใครว่าฉัน ฉันจะปาสิ่งของที่กำลังถืออยู่ใส่ทันที					
26	ฉันไม่ชอบแข่งของเพื่อน					
27	ฉันจะไม่แกล้งตึงผมเพื่อน					
28	ฉันชอบเดินเลียนแบบท่าเดินแปลกๆของเพื่อน					
29	ฉันไม่เคยแอบขีดหรือเขียนสิ่งต่างๆที่ฝาผนัง					
30	ถ้าฉันอยากแกล้งเพื่อน คนไหน ฉันจะกระชากเสื้อเพื่อนให้ล้มลง					
31	ถ้าฉันถูกแกล้งแรงๆ ฉันจะไม่ต่อขหรือทำร้ายกลับ					
32	ฉันจะหยิกเพื่อนตอบเวลาที่ถูแกล้ง					

ข้อ	ข้อความ	ทำเป็นประจำ	ทำบ่อยๆ	ทำบ้างเป็นบางครั้ง	นานๆครั้ง	ไม่เคยทำเลย
33	ถ้าฉันถูกคนอื่นหาเรื่องและชวนต่อสู้ ฉันจะปฏิเสธ					
34	แม้ว่าจะผิดหวังแค่ไหน ฉันก็จะไม่ทำร้ายตนเอง					
35	เวลาที่ฉันโมโห ฉันจะใช้ไม้ตีสิ่งของต่างๆ ให้เสียหาย โดยไม่สนใจว่าจะเป็นของใคร					
36	ฉันเคยสร้างอาวุธแบบง่ายๆเล่นเอง					
37	ฉันจะไม่พกอาวุธมีคมติดตัว (ไม้, สนับมือ, มีด)					
38	ว่าจะมีคนชวนไปเข้าแก๊ง ฉันก็จะไม่เข้าร่วมกับแก๊งอันธพาลเด็ดขาด					
39	เวลาฉันเห็นเพื่อนถูกทำร้าย ฉันจะคว้าอาวุธไปช่วยเหลือทันที					
40	ฉันจะไม่ใช้อาวุธทำร้ายร่างกายผู้อื่น					

แบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรง (สำหรับผู้ปกครอง)

ชื่อ.....นามสกุล.....ชั้น.....เลขที่.....

คำชี้แจง แบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรงเป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับการกระทำ
ของนักเรียนขณะที่อยู่ที่บ้าน

- เกณฑ์ในการตอบแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรง มีดังนี้
- ข้อความใดที่เกิดขึ้นจริง ประมาณ 9-10 ครั้ง ใน 10 ครั้ง /สัปดาห์ หรือเกิดขึ้นทุกครั้ง
ให้นักเรียนกาเครื่องหมาย / ลงในช่อง “ทำเป็นประจำ”
 - ข้อความใดที่เกิดขึ้นจริง ประมาณ 6-8 ครั้ง ใน 10 ครั้ง/สัปดาห์ หรือเกิดขึ้นทุกครั้ง
ให้นักเรียนกาเครื่องหมาย / ลงในช่อง “ทำบ่อยๆ”
 - ข้อความใดที่เกิดขึ้นจริง ประมาณ 3-5 ครั้ง ใน 10 ครั้ง /สัปดาห์ หรือเกิดขึ้นทุกครั้ง
ให้นักเรียนกาเครื่องหมาย / ลงในช่อง “ทำบ้างเป็นบางครั้ง”
 - ข้อความใดที่เกิดขึ้นจริง ประมาณ 1-2 ครั้ง ใน 10 ครั้ง /สัปดาห์ หรือเกิดขึ้นทุกครั้ง
ให้นักเรียนกาเครื่องหมาย / ลงในช่อง “นานๆครั้ง”
 - ข้อความใดที่ไม่เคยเกิดขึ้นเลย ให้นักเรียนกาเครื่องหมาย / ลงในช่อง “ไม่เคยทำเลย”

ข้อ	ข้อความ	ทำเป็นประจำ	ทำบ่อยๆ	ทำบ้างเป็นบางครั้ง	นานๆครั้ง	ไม่เคยทำเลย
1	นักเรียนชอบอยู่ให้พี่/น้องทะเลาะกัน					
2	ถ้าพี่/น้องยื่นขางทาง นักเรียนจะพุดจาเพราะๆ เพื่อขอผ่านทาง					
3	พี่/น้องไม่ให้นักเรียนยืมเงิน นักเรียนก็ไม่คำหนิเขา					
4	นักเรียนมักจะพุดขัดจังหวะพี่/น้องที่กำลังคุยกัน					
5	นักเรียนไม่พุดนินทาพี่/น้องลับหลัง					
6	ถ้าพี่/น้องกำลังพุดในเรื่องที่นักเรียนไม่ยอกฟัง นักเรียนจะตวาดให้หยุด					
7	นักเรียน ไม่ล้อเลียนชื่อพ่อแม่ของ คนอื่น					
8	นักเรียนไม่เรียกพี่/น้องด้วยคำหยาบคาย					
9	นักเรียนจะได้แย้งพี่/น้อง ถ้า นักเรียนคิดว่าความคิดของ นักเรียนถูก					
10	เวลาเห็นพี่/น้องช่วยงานพ่อแม่ นักเรียนจะประชดประชันทันทีว่า เป็นเด็กเส้น					
11	ถ้านักเรียนไม่มีเงินนักเรียนจะพุด ข่มขู่ขอเงินจากพี่/น้อง					
12	นักเรียนไม่ชอบพุดตะคอกใส่พี่/ น้อง					

ข้อ	ข้อความ	ทำเป็นประจำ	ทำบ่อยๆ	ทำบ้างเป็นบางครั้ง	นานๆครั้ง	ไม่เคยทำเลย
13	นักเรียนจะไม่พูดคุยขณะที่พ่อแม่กำลังสอน					
14	คนไหนที่เคยทำร้ายนักเรียน นักเรียนขู่ว่าจะเอาคืน					
15	นักเรียนไม่ชอบพูดจาขี้โมโหฟี/นื่อง					
16	นักเรียนเคยพูดจาสบประมาท ความสามารถของฟี/นื่องว่าไม่มี ทางทำได้หรอก					
17	เวลาที่นักเรียนถูกพ่อแม่ลงโทษ นักเรียนมักจะพูดว่า พ่อแม่ลำเอียง					
18	นักเรียนจะพูดเยาะเย้ยฟี/นื่องว่าไม่มี ใครในบ้านสู้ได้เลยสักคน					
19	นักเรียนไม่พูดจาข่มขู่ผู้ใหญ่					
20	แม้ว่าฟี/นื่องจะทำสิ่งใดผิดพลาด นักเรียนก็จะไม่พูดเยาะเย้ยฟี/นื่อง					
21	นักเรียนเคยแกล้งขัดขาฟี/นื่องให้ ล้ม					
22	นักเรียนจะไม่เขียนคำหยาบลงบน โต๊ะ					
23	เวลาที่นักเรียนโมโหนักเรียนจะเตะ เก้าอี้หรือโต๊ะ เพื่อระบายอารมณ์					
24	ถ้าใครทำให้นักเรียนโกรธ นักเรียน จะทุบสิ่งของต่างๆ ให้เกิดเสียงดัง					
25	ถ้าใครว่านักเรียนนักเรียนจะปา สิ่งของที่กำลังถืออยู่ใส่ทันที					

ข้อ	ข้อความ	ทำเป็นประจำ	ทำบ่อยๆ	ทำบ้างเป็นบางครั้ง	นานๆครั้ง	ไม่เคยทำเลย
26	นักเรียนไม่ชอบแข่งของพี่/น้อง					
27	นักเรียนจะไม่แก่งัดชิงผพี่/น้อง					
28	นักเรียนชอบเดินเลียนแบบท่าเดินแปลกๆของพี่/น้อง					
29	นักเรียนไม่เคยแอบจิดหรือเขียนสิ่งต่างๆที่ฝาผนัง					
30	ถ้าอยากแก่งัดพี่/น้องคนไหน นักเรียนจะกระชากเสื้อพี่/น้องให้ล้มลง					
31	ถ้าถูกพี่/น้องแก่งัดแรงๆนักเรียนจะไม่ต่อหรือทำร้ายกลับ					
32	นักเรียนจะหยิกพี่/น้องตอบเวลาที่ถูแก่งัด					
33	ถ้าถูกคนอื่นหาเรื่องและชวนต่อสู้ นักเรียนจะปฏิเสธ					
34	แม้ว่าจะผิดหวังแค่ไหน นักเรียนก็จะไม่ทำร้ายตนเอง					
35	เวลาที่โมโห นักเรียนจะใช้ไม้ดีสิ่งของต่างๆ ให้เสียหาย โดยไม่สนใจว่าจะเป็นของใคร					
36	นักเรียนเคยสร้างอาวุธแบบง่ายๆเล่นเอง					
37	นักเรียนจะไม่พกอาวุธมีคมติดตัว (ไม้, สนับมือ, มีด)					

ข้อ	ข้อความ	ทำเป็นประจำ	ทำบ่อยๆ	ทำบ้างเป็นบางครั้ง	นานๆ ครั้ง	ไม่เคยทำเลย
38	ว่าจะมีคนชวนไปเข้าแก๊ง นักเรียนก็จะไม่เข้าร่วมกับแก๊ง อันธพาลเด็ดขาด					
39	เวลาฉันเห็นพี่/น้องถูกทำร้าย นักเรียนจะคว้าอาวุธไปช่วยเหลือ ทันที					
40	นักเรียนจะไม่ใช้อาวุธทำร้าย ร่างกายผู้อื่น					

ภาคผนวก ง

แบบประเมินเหตุการณ์การเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวในชั้นเรียน

คำชี้แจง ผู้ศึกษา/ครู และนักเรียนประชุมกลุ่มทุกสัปดาห์หลังจากเข้าร่วมกิจกรรมโครงการการประยุกต์ใช้โปรแกรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เพื่อป้องกันพฤติกรรมก้าวร้าวในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

1. ในหนึ่งสัปดาห์ที่ผ่านมา มีเหตุการณ์อะไรเกิดขึ้นบ้างในชั้นเรียนเกี่ยวกับพฤติกรรมก้าวร้าว

.....

.....

.....

.....

.....

2. จากเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น นักเรียนคิดว่าส่งผลกระทบต่อนักเรียนและเพื่อนอย่างไร

.....

.....

.....

.....

3. นักเรียนมีวิธีแก้ไขปัญหามาจากเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นอย่างไรบ้าง

.....

.....

.....

ภาคผนวก จ

แบบบันทึกรายงานการสังเกตพฤติกรรมก้าวร้าวโดยครู

สำหรับครู

คำชี้แจงในการบันทึกรายงาน

1. ครูต้องไม่นำนักเรียนที่มีแนวโน้มของพฤติกรรมก้าวร้าวรู้ตัวว่าถูกครูสังเกต
2. ครูบันทึกพฤติกรรมตามที่เกิดขึ้นจริง เป็นความถี่ จำนวนครั้ง ระยะเวลาที่เกิดพฤติกรรมหรือระดับความรุนแรงของพฤติกรรม ไม่ใส่ความรู้สึกของครูหรือมีการประเมินพฤติกรรม คอยสังเกตพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนขณะกำลังเรียนในชั้นเรียนหรือระหว่างพักกลางวัน
3. ครูเตรียมอุปกรณ์ในการสังเกตให้ครบ ได้แก่ แบบบันทึกรายงานการสังเกตพฤติกรรมก้าวร้าวโดยครู นาฬิกาจับเวลา ปากกา
4. ครูสังเกตพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียน ตามระยะเวลาที่ได้ตกลง

รายละเอียดแบบบันทึกรายงานการสังเกตพฤติกรรมก้าวร้าวโดยครู

ชื่อของนักเรียน.....

เพศ ☐ ชาย ☐ หญิง ระดับชั้น.....

โรงเรียน.....

ชื่อครูประจำชั้น(ผู้บันทึก)

ครั้งที่	วันเดือนปี	เวลา เริ่ม บันทึก	เวลา สิ้นสุด พฤติกรรม	ระยะเวลาที่ เกิด พฤติกรรม	ชั่วโมงวิชาที่ สอน/ สถานที่เกิด เหตุ	พฤติกรรมต่อต้านสังคม เช่น ก้าวร้าว ก่อนงานในชั้นเรียน ข่มขู่ ทะเลาะวิวาท ฯลฯ	พฤติกรรม สร้างสรรค์ สังคม เช่น ตั้งใจเรียน ช่วยเหลือ เพื่อน ฯลฯ
1							
2							
3							
4							
5							
6							

ภาคผนวก จ

แบบบันทึกการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวรายบุคคลโดยนักเรียน

คำชี้แจง ในช่วงเวลาที่นักเรียนอยู่ที่โรงเรียน ถ้าเพื่อนแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวต่อนักเรียน ไม่ว่าจะแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวกี่ครั้งก็ตาม ให้ใส่เครื่องหมาย✓ลงในช่องที่ตรงกับพฤติกรรมก้าวร้าวที่เพื่อนแสดงต่อนักเรียน ถ้าเพื่อนไม่แสดงพฤติกรรมก้าวร้าวต่อนักเรียนให้เว้นช่องว่างไว้ไม่ต้องใส่เครื่องหมายใดๆ

พฤติกรรมก้าวร้าว หมายถึง พฤติกรรมที่นักเรียนแสดงออกทางด้านภาษาถ้อยคำและด้านท่าทาง ที่สามารถสังเกตได้ ซึ่งพฤติกรรมดังกล่าวทำให้เพื่อนอับอาย เสียหาย ไม่พอใจ หรือไม่สบายใจ ดังรายละเอียดต่อไปนี้

1. พฤติกรรมก้าวร้าวทางวาจา ได้แก่ ตวาด ตะโกน คำด้วยถ้อยคำหยาบคาย พุดเยาะเย้ย พุดข่มขู่ผู้อื่น พุดโอ้อวด
2. พฤติกรรมก้าวร้าวทางกาย ได้แก่ ตะ ตี ขว้างปาสิ่งของ ผลัก ถีบ เขกศีรษะ ชกต่อย ให้ผู้อื่นได้รับบาดเจ็บ

วันที่	สถานที่	เวลา	พฤติกรรม	ใส่เครื่องหมาย
			1.พฤติกรรมทางวาจา	
			2.พฤติกรรมก้าวร้าวทางกาย	
			1.พฤติกรรมทางวาจา	
			2.พฤติกรรมก้าวร้าวทางกาย	
			1.พฤติกรรมทางวาจา	
			2.พฤติกรรมก้าวร้าวทางกาย	
			1.พฤติกรรมทางวาจา	
			2.พฤติกรรมก้าวร้าวทางกาย	
			1.พฤติกรรมทางวาจา	
			2.พฤติกรรมก้าวร้าวทางกาย	
			1.พฤติกรรมทางวาจา	
			2.พฤติกรรมก้าวร้าวทางกาย	
			1.พฤติกรรมทางวาจา	
			2.พฤติกรรมก้าวร้าวทางกาย	
			1.พฤติกรรมทางวาจา	
			2.พฤติกรรมก้าวร้าวทางกาย	
			1.พฤติกรรมทางวาจา	
			2.พฤติกรรมก้าวร้าวทางกาย	
			1.พฤติกรรมทางวาจา	
			2.พฤติกรรมก้าวร้าวทางกาย	
			1.พฤติกรรมทางวาจา	
			2.พฤติกรรมก้าวร้าวทางกาย	
			1.พฤติกรรมทางวาจา	
			2.พฤติกรรมก้าวร้าวทางกาย	

วันที่	สถานที่	เวลา	พฤติกรรม	ใส่เครื่องหมาย
			1.พฤติกรรมทางวาจา	
			2.พฤติกรรมก้ำวร้าทางกาย	
			1.พฤติกรรมทางวาจา	
			2.พฤติกรรมก้ำวร้าทางกาย	
			1.พฤติกรรมทางวาจา	
			2.พฤติกรรมก้ำวร้าทางกาย	
			1.พฤติกรรมทางวาจา	
			2.พฤติกรรมก้ำวร้าทางกาย	

ผู้บันทึก.....

ภาคผนวก ข

แบบสัมภาษณ์ความรู้สึกของนักเรียนที่มีต่อตนเอง เพื่อน และสังคม

ชื่อผู้ให้สัมภาษณ์.....ชั้น.....เลขที่.....
วันที่.....เวลา.....

☛ ความรู้สึกของนักเรียนที่มีต่อตนเองหลังจากทำกิจกรรมเป็นอย่างไร

.....
.....

☛ ความรู้สึกของนักเรียนที่มีต่อเพื่อนหลังทำกิจกรรมเป็นอย่างไร

.....
.....

☛ จงยกตัวอย่างความรู้ที่นักเรียนสามารถนำไปใช้ให้เกิดประโยชน์ได้ว่ามีอะไรบ้าง

.....
.....

☛ นักเรียนจะนำความรู้ที่ได้นำไปใช้ให้เกิดประโยชน์อย่างไร

.....
.....

☛ เราสามารถนำความรู้ที่ได้จากการทำกิจกรรมไปประยุกต์ใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อตนเองอย่างไร

.....
.....

☛ เราสามารถนำความรู้ที่ได้จากการทำกิจกรรมไปประยุกต์ใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อสมาชิกใน
ครอบครัวอย่างไร

.....
.....

☛ เราสามารถนำความรู้ที่ได้จากการทำกิจกรรมไปประยุกต์ใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อชุมชนและ
สังคม อย่างไร

.....

ลงชื่อ.....ผู้สัมภาษณ์

ภาคผนวก ข

โปรแกรมการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เพื่อป้องกันพฤติกรรมก้าวร้าวในนักเรียน
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

บทนำ

คู่มือการจัดกิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เพื่อป้องกันเพื่อป้องกันปัญหาการใช้ความรุนแรงในโรงเรียนระดับประถมศึกษาเล่มนี้พัฒนาขึ้นจากการตอบคำถามเรื่องแก้ไขปัญหการใช้ความรุนแรงในวัยรุ่น ด้วยการค้นคว้าแนวคิดทางทฤษฎีและความเห็นของผู้เชี่ยวชาญต่างๆ ซึ่งให้เห็นว่าสิ่งหนึ่งที่เราจำเป็นต้องกระทำให้ในการจัดการกับปัญหาดังกล่าว คือการป้องกันปัญหาในอนาคต ด้วยการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์แก่เด็กๆ ตั้งแต่ช่วงวัยเด็กเล็ก ซึ่งเป็นวัยที่ยังสามารถหล่อหลอมและเสริมสร้างคุณลักษณะที่ดีงามได้ และระบบการศึกษาก็เป็นหน่วยสำคัญหน่วยหนึ่งที่จะให้การปลูกฝังคุณลักษณะที่ดี ให้เด็กมีจิตใจที่อ่อนโยน ไม่มีความก้าวร้าว มีการแก้ไขปัญหโดยสันติวิธี โดยการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์แก่เด็กๆ นี้ จะต้องให้การส่งเสริมอย่างต่อเนื่อง และสอดคล้องกับพัฒนาการและธรรมชาติการเรียนรู้ของเด็กแต่ละวัย

คู่มือเล่มนี้ได้รวบรวมกิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์แก่เด็กนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โดยการวางกรอบแนวคิดการเสริมสร้างคุณลักษณะสำคัญที่เป็นพื้นฐานทางอารมณ์ที่จะป้องกันไม่ให้เด็กมีการใช้ความรุนแรง ในคุณลักษณะความฉลาดทางอารมณ์ 8 ด้าน ได้แก่

1. การรับรู้อารมณ์
2. การยอมรับความแตกต่างระหว่างบุคคล
3. การเสริมสร้างสัมพันธภาพ
4. การคิดทางบวก
5. การสื่อสาร
6. การควบคุมอารมณ์
7. การผ่อนคลายอารมณ์

8. การจัดการกับปัญหา ความขัดแย้ง

ลักษณะกิจกรรม จะเป็นแผนการจัดกิจกรรมทั้ง 8 ด้าน ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 9 กิจกรรม ดังตารางต่อไปนี้

แนวคิดในการออกแบบกิจกรรม

ผลการประชุมเชิงปฏิบัติการเพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ เพื่อป้องกันปัญหาพฤติกรรม ในวัยรุ่น ระหว่างวันที่ 1-3 กุมภาพันธ์ 2548 ณ โรงแรมมารวยการ์เด็น กรุงเทพมหานคร ซึ่งเป็นเวทีที่สำนักพัฒนาสุขภาพจิต กรมสุขภาพจิต ได้จัดขึ้นเพื่อให้ผู้เชี่ยวชาญและผู้ปฏิบัติงานในการดูแลเด็กไทย ได้ระดมสมองเพื่อจัดทำคู่มือการจัดกิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เพื่อป้องกันปัญหาการใช้ความรุนแรงในโรงเรียน ฉบับนี้ แนวคิดเป็นข้อสรุปจากการสัมมนาซึ่งคณะทำงานได้นำมาเป็นหลักในการพัฒนากิจกรรมมีดังต่อไปนี้

1. หลักการสำคัญในการป้องกันและแก้ไขปัญหาคความรุนแรงในวัยรุ่น

1.1 การป้องกันปัญหาการใช้ความรุนแรงในวัยรุ่นนั้น จะต้องเริ่มต้นป้องกันตั้งแต่วัยเด็ก ในช่วงอนุบาลถึงประถมศึกษา จึงจะได้ผลดีกว่าการแก้ไขในช่วงที่เป็นวัยรุ่นแล้ว

1.2 การแก้ไขต้องให้การฝึกฝนที่จะควบคุมตนเองแก่เด็กในแต่ละช่วงวัย โดยเน้นที่เด็กในระบบโรงเรียน คำนึงถึงการจัดกิจกรรมที่เน้นเด็กเป็นศูนย์กลาง (Child Center) และให้ความสำคัญกับความแตกต่างของเด็กแต่ละคน ทำให้เด็กรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า ซึ่งจะช่วยลดความคับข้องใจและความก้าวร้าวของเด็กได้

1.3 รูปแบบกิจกรรมต้องมีความสนุก ใช้กระบวนการกลุ่ม (Group Process) ในการเรียนรู้ ให้มีกิจกรรมในรูปแบบที่เด็กมีส่วนร่วมในกิจกรรมมากที่สุด เป็นกิจกรรมที่มีทั้งบรรยากาศสนุกสนานและสงบประกอบกันไป

2. โปรแกรมการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์เพื่อป้องกันปัญหาพฤติกรรมในวัยรุ่น ควรเป็นกิจกรรมที่พัฒนาเด็กตั้งแต่ระดับชั้นอนุบาลถึงประถมศึกษา โดยมีประเด็นในการพัฒนาดังต่อไปนี้

2.1 การรู้จักตนเอง และการมีเอกลักษณ์ในตนเอง ให้เด็กมีความพึงพอใจและเห็นคุณค่าในตนเอง

2.2 การเห็นอกเห็นใจผู้อื่น และการรับผิดชอบต่อผู้อื่นและสังคม

2.3 การจัดการกับอารมณ์ ความเครียด มีทักษะในการควบคุมอารมณ์ และการตัดสินใจแก้ไขปัญหาความขัดแย้งอย่างสันติวิธี

2.4 ความสามารถในการสร้างวงจรชีวิตที่มีความสุข ให้เด็กมีกิจกรรมที่สร้างสรรค์ และสามารถหาความสุขที่ไม่ทำร้ายตนเองและผู้อื่น

3. การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ตามวัย เพื่อป้องกันการใช้ความรุนแรงในวัยรุ่น สภาพแวดล้อมของครอบครัวและสิ่งแวดล้อมเป็นปัจจัยสำคัญที่หล่อหลอมความรุนแรงของเด็กในแต่ละช่วงวัย ผู้เกี่ยวข้องจึงต้องมีความตระหนัก ในสาเหตุของความก้าวร้าวรุนแรงเหล่านี้ และให้การดูแลเด็กแต่ละช่วงวัยอย่างเหมาะสม ดังต่อไปนี้

3.1 เด็กวัยขวบปีแรก ความก้าวร้าวของเด็กเกิดจากการถูกทอดทิ้ง และการแสดงความก้าวร้าวของผู้ใหญ่ต่อเด็ก ในวัยนี้จึงมีความจำเป็นที่ผู้ใหญ่ต้องดูแลเอาใจใส่และปฏิบัติต่อเด็กด้วยความอ่อนโยน

3.2 เด็กอายุ 1—3 ปี การตามใจ หรือ การเคร่งครัดระเบียบวินัยเกินไป ทำให้เด็กมีปัญหาทางอารมณ์ เป็นเด็กเอาแต่ใจตัวเองหรือเก็บกดทางอารมณ์ เด็กวัยนี้จึงจำเป็นต้องมีกฎเกณฑ์กติกาที่เหมาะสมกับความสามารถตามวัย ฝึกหัดเด็กอย่างสม่ำเสมอ ทว่าเต็มไปด้วยความนุ่มนวลอ่อนโยน

3.3 เด็กวัย 3—6 ปี ความก้าวร้าวของเด็กเกิดจากการขาดแบบอย่างที่ดีจากผู้ใหญ่ และการที่เด็กถูกรังเกียจเรื่องการเรียนมากเกินไป ผู้ใหญ่จึงควรเป็นแบบอย่างที่ดีในการไม่ใช้อารมณ์ในการแก้ไขปัญห และให้เด็กมีกิจกรรมที่หลากหลาย และได้สนุกสนานตามวัย

3.4 เด็กวัย 6—12 ปี ความก้าวร้าวของเด็กเกิดจากการขาดโอกาสการพัฒนาที่ดี และการที่เด็กรู้สึกมีปมด้อย เนื่องจากการรู้สึกว่าตนเองไม่มีคุณค่า ไม่มีความสามารถ จึงมีความจำเป็นที่ผู้ใหญ่ควรสนับสนุนเด็กวัยนี้ให้ประสบความสำเร็จในเรื่องใดเรื่องหนึ่ง ส่งเสริมให้เด็กได้ทำกิจกรรมตามความถนัดความสนใจของเขา เช่น ด้านสังคม กีฬา ดนตรี ศิลปะ เป็นต้น และให้การเสริมแรงทางบวก ด้วยการให้คำชม ให้กำลังใจ ให้เด็กมีแรงจูงใจที่จะมุ่งมั่นและทำอะไรให้สำเร็จ เด็กวัยนี้ควรสนุกกับการเรียนเพราะพึงพอใจในการเรียน ไม่ใช่มุ่งที่ผลการเรียน เด็กต้องรู้สึกปลอดภัย และมั่นคงเมื่ออยู่ในครอบครัว/โรงเรียน มีการฝึกหัดทักษะในการเอาตัวรอดได้เมื่อถูกผู้อื่นก้าวร้าวต่อตนเอง

3.5 เด็กวัย 13 ปีขึ้นไป เป็นช่วงวัยแห่งการพัฒนาเอกลักษณ์ของตนเอง เด็กที่มีปมด้อย ขาดความเป็นตัวของตัวเอง ขาดความภาคภูมิใจในตัวเอง เป็นปัจจัยสำคัญที่นำพาเด็กไปสู่การใช้ความก้าวร้าวต่อผู้อื่น ในการพัฒนาเอกลักษณ์ของเด็กวัยนี้ ผู้ใหญ่สามารถสนับสนุนได้โดย

- ให้เด็กค้นหาให้ได้ว่าเขามีความถนัด ความสามารถอะไร สามารถหาวิธีการมีความสุขอย่างสร้างสรรค์ได้
- ฝึกหัดทักษะการควบคุมอารมณ์

- พัฒนาทักษะทางสังคมและจริยธรรม
- เสริมสร้างความรู้สึกรักคุณค่าในตนเอง
- การระมัดระวังปัจจัยที่สนับสนุนให้เกิดความก้าวร้าวรุนแรงในวัยรุ่น

ได้แก่แบบอย่างที่กำลังก้าวร้าวในครอบครัวและในสังคม การคบเพื่อนไม่ดี เกมส์ที่มีความรุนแรง และยาเสพติด

ข้อเสนอแนะในการจัดกิจกรรม

การนำคู่มือ การจัดกิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ฯ ฉบับนี้ไปใช้ มีข้อเสนอแนะที่ควรทำความเข้าใจการจัดกิจกรรมดังต่อไปนี้

1. ควรอ่านเพื่อทำความเข้าใจขั้นตอนในการทำกิจกรรมอย่างละเอียด โดยครูสามารถดัดแปลงขั้นตอนกิจกรรมให้เหมาะสมกับระยะเวลาที่มีในการจัดกิจกรรม ทั้งนี้ให้คำนึงถึงวัตถุประสงค์ของแต่ละแผนกิจกรรมเป็นสำคัญ
2. แผนการจัดกิจกรรมที่กำหนดไว้ในแต่ละชั้นปี เป็นเพียงกรอบกิจกรรมเบื้องต้น ครูควรพิจารณาเลือกกิจกรรมให้เหมาะสมกับวัยและศักยภาพของเด็ก ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับดุลยพินิจของผู้สอน
3. ครูสามารถดัดแปลงเนื้อหาและวิธีการจัดกิจกรรมให้เหมาะสมกับสภาพแวดล้อมที่เด็กคุ้นเคย และสามารถประยุกต์ใช้สื่ออุปกรณ์อย่างที่เราได้ง่ายหรือครูมีความถนัดคุ้นเคย ไม่ว่าจะเป็นสื่อเพลง อุปกรณ์ต่างๆ โดยคำนึงถึงสาระสำคัญและวัตถุประสงค์ของแต่ละแผนกิจกรรม
4. สื่อ/อุปกรณ์ในคู่มือเล่มนี้ เป็นเพียงภาพตัวอย่างเพื่อประกอบความเข้าใจและความชัดเจนในกิจกรรม สำหรับการนำไปใช้จริงนั้น ในบางกิจกรรมครูอาจต้องหาสื่อ/อุปกรณ์ที่เหมาะสมเพิ่มเติม เช่น ภาพที่ให้นักเรียนเรียนรู้การเห็นใจผู้อื่น อาจใช้ภาพจากหนังสือพิมพ์ หรือนิยายสารที่จะกระตุ้นให้เกิดความรู้สึกรักที่เป็นจริงมากกว่าภาพการ์ตูน
5. กิจกรรมส่วนใหญ่สามารถให้ครู 1 คน เป็นผู้จัดกิจกรรม โดยครูควรมีการวางแผนการจัดกิจกรรมให้พร้อมก่อนดำเนินกิจกรรมว่าจะจัดกิจกรรมเมื่อไร อย่างไร มีการเตรียมวัสดุอุปกรณ์ต่างๆ ให้พร้อมก่อนการจัดกิจกรรม เพื่อให้การดำเนินกิจกรรมเป็นกิจกรรมที่ทำต่อเนื่อง
6. บางกิจกรรมเป็นกิจกรรมที่จบในครั้งเดียว บางกิจกรรมเป็นกิจกรรมที่ทำต่อเนื่อง บางกิจกรรมเป็นการฝึกทักษะที่ครูสามารถทำซ้ำๆ ทั้งนี้การศึกษากิจกรรมทั้งหมดอย่างละเอียดจะช่วยให้ครูพิจารณาได้ว่าควรจัดแต่ละกิจกรรมในลักษณะใด
7. ระหว่างการจัดกิจกรรม ควรเน้นเรื่องความสนุกสนาน และกระตุ้นให้เด็กทุกคนมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม ความสนุกสนานจะช่วยให้เกิดจดจำ เกิดการเรียนรู้ที่ดีได้ และนำไปสู่การเสริมสร้างคุณลักษณะที่ต้องการอย่างมีประสิทธิภาพ นอกจากความสนุกสนานแล้วการกระตุ้นให้

เด็กได้เรียนรู้ด้วยตัวเอง และฝึกกระบวนการคิดเชื่อมโยงอย่างเป็นระบบ โดยครูตั้งคำถามต่างๆ ให้เด็กตอบ แล้วมีการสรุปความคิดยอดร่วมกันระหว่างครูกับนักเรียน จะช่วยให้เด็กมีความเข้าใจเนื้อหากระจ่างชัดยิ่งขึ้น

8. การจัดกิจกรรม เป็นเพียงการจัดการเรียนรู้ที่เป็นระบบที่สอดแทรกในการเรียนการสอน แต่การเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เด็คนั้น จะบรรลุผลก็ต่อเมื่อเด็กได้นำความเข้าใจที่ได้เรียนรู้ไปสู่การปฏิบัติในชีวิตประจำวัน ครูจึงควรสนับสนุนให้เด็กได้ฝึกฝนสิ่งที่เรียนรู้ในชีวิตประจำวัน โดยครูควรสังเกตพฤติกรรมและพัฒนาการของเด็กแต่ละคน ให้คำแนะนำเพิ่มเติมในการปฏิบัติแก่เด็กแต่ละคนอย่างต่อเนื่อง โดยเฉพาะเมื่อครูสังเกตพบว่ามีปัญหาที่เกิดขึ้นในภาวะปัจจุบันของเด็ก ก็สามารถให้คำแนะนำแก่เด็กทันที เช่นเมื่อเด็กมีอาการโกรธขึ้นมา ครูก็สามารถให้เด็กฝึกหัดการควบคุมอารมณ์โกรธทันที จะช่วยให้เด็กมีโอกาสฝึกหัดทักษะในสถานการณ์ที่เป็นจริง และเห็นผลได้ชัดเจน

9. การนำกิจกรรมไปใช้ ครูควรจัดให้มีกิจกรรมทั้ง 8 ด้านในแต่ละชั้นปี ช่วงเวลาแล้วแต่ความเหมาะสม อาจจัดกิจกรรมในช่วงเวลาว่างหรือเป็นระยะๆ ตลอดปีการศึกษา หรืออาจจัดกิจกรรมต่อเนื่องครั้งเดียวในรูปแบบค่าย แต่การจัดกิจกรรมในระยะต่อเนื่องระยะยาว น่าจะให้ผลได้ดีกว่า เนื่องจากเด็กจะค่อยๆ เรียนรู้และมีเวลาที่จะนำทักษะที่ได้เรียนรู้ไปสู่การปฏิบัติในชีวิตประจำวันได้มากกว่า

10. กิจกรรมมีความยืดหยุ่นในการจัดลำดับ ครูสามารถนำหัวข้อใด ในด้านใด มาจัดก่อนหลังอย่างไรก็ได้ ขอเพียงให้จัดกิจกรรมให้ครบทุกด้าน ครูอาจพิจารณาสอดแทรกกิจกรรมให้สอดคล้องกับการเรียนรู้วิชาอื่นๆ หรือสถานการณ์ของนักเรียนที่เกิดขึ้นในขณะนั้นๆ มาเป็นส่วนกำหนดหัวข้อของกิจกรรมว่าต้องการพัฒนานักเรียนในด้านใด

11. ผู้จัดกิจกรรม ต้องคอยดูแลใกล้ชิด กระตุ้นให้เด็กทุกคนมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม และคอยแก้ไขปัญหาลเฉพาะหน้า เช่น เมื่อเด็กขัดแย้งกันระหว่างเล่นเกม หรือทำกิจกรรม ควรพูดให้เด็กใจเย็น และชี้แนะว่า “ลองพูดคุยปรึกษากันดู” ไม่ควรตำหนิว่ากล่าวหรือลงโทษ แต่ให้ใช้วิธีการชมเชยพฤติกรรมที่ดีของเด็กๆ แทน

12. องค์ความรู้ในการฝึกหัดทักษะต่างๆ แต่เด็กตามคู่มือนี้ ครูสามารถถ่ายทอดความรู้ให้แก่พ่อแม่/ผู้ปกครอง เพื่อนำไปประยุกต์ใช้กับลูกที่บ้าน เช่น ทักษะการสื่อสาร การควบคุมความโกรธ การแก้ไขความขัดแย้งอย่างสันติวิธี เพื่อให้การเกิดการพัฒนาเด็กทั้งที่บ้านและที่โรงเรียนเป็นไปในทิศทางเดียวกัน และเพิ่มประสิทธิภาพมากขึ้น

13. กิจกรรมนี้สามารถประยุกต์ใช้กับเด็กนอกระบบโรงเรียน หรือเด็กวัยอื่นๆ โดยเปลี่ยนรายละเอียดเนื้อหาการเรียนรู้ให้สอดคล้องกับธรรมชาติของเด็กวัยนั้นๆ

รายละเอียดของ นำโปรแกรมการจัดกิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เพื่อป้องกัน
ปัญหาการใช้พฤติกรรมก้าวร้าวในโรงเรียนระดับประถมศึกษา

เรื่อง	เนื้อหา	ชื่อกิจกรรม
การรับรู้อารมณ์	สิ่งที่มีอิทธิพลต่อการจัดการทาง อารมณ์ของนักเรียนมีหลายประการ นักเรียนจำเป็นต้องได้รับการฝึกฝน และประสบการณ์ในการรับรู้และ เข้าใจอารมณ์ตนเองและผู้อื่น ซึ่งจะ ทำให้เกิดสติในการควบคุมอารมณ์ มากขึ้น	เส้นทางแห่งความรู้สึก
การยอมรับความแตกต่าง ระหว่างบุคคล	การมองเห็นคุณค่าหรือความสำคัญ ในบทบาทหน้าที่ของผู้อื่น ที่แตกต่าง จากตนเอง การยอมรับฟังเหตุผลของ กันและกัน และมีมุมมองที่เห็นว่าทุก คนล้วนมีความสำคัญ	ทุกคนล้วนสำคัญ
การเสริมสร้างสัมพันธภาพ	ในการทำงานใดๆ ให้สำเร้จนั้น บางครั้งเราไม่สามารถทำตามลำพังให้ สำเร้จได้ เมื่อมีการทำงานร่วมกัน หากผู้ที่ร่วมงานกัน มีการมุ่งมั่นตั้งใจ ทำงาน รวมทั้งมีการสื่อสารที่ดีต่อกัน สามัคคีกัน ก็จะทำให้การงานนั้น สำเร้จ มีการร่วมกันวางแผนงานที่ดี	ทำงานเป็นทีม
การคิดทางบวก	การที่นักเรียนได้มีโอกาสคิดทบทวน ความสำเร็จ หรือสิ่งที่ดีในชีวิตอย่าง ต่อเนื่อง จะทำให้นักเรียนมองตนเอง ว่าเป็นคนที่มีความสามารถ เป็นที่	สมุดบันทึกเพื่อนรัก

เรื่อง	เนื้อหา	ชื่อกิจกรรม
ทักษะการสื่อสาร	ยอมรับ สามารถฟังฝ่าปัญหา อุปสรรคต่างๆ ได้ -เมื่อเจอสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อการเกิด ความรุนแรง การตีความอารมณ์หรือ คำพูดในสถานการณ์นั้นโดยไม่ยับยั้ง ชั่งใจหรือใช้เหตุผล มักจะก่อให้เกิด การทะเลาะวิวาทหรือการ บางครั้ง เมื่อคนสองคนทะเลาะกัน ไม่ สามารถหาข้อยุติได้ ก็จำเป็นจะต้อง หาผู้ไกล่เกลี่ยหรือประนีประนอม เพื่อให้เหตุการณ์นั้นสามารถยุติได้ ด้วยสันติวิธี	ผู้ไกล่เกลี่ย
ทักษะการควบคุมอารมณ์	-ในการวิจารณ์ผู้อื่นจำเป็นต้องวิจารณ์ ในเชิงสร้างสรรค์ และด้วยความ ปรารถนาดี เพื่อที่ผู้ถูกวิจารณ์ได้นำ ข้อวิจารณ์นั้นไปปรับปรุงการกระทำ ของตนเองให้ดีขึ้นคำพูดของผู้วิจารณ์ว่า เป็นการตีเพื่อก่อ ไม่ใช่การทำลาย การเรียนรู้ที่จะจัดการกับสถานการณ์ ต่างๆ ได้อย่างมีสติ มีเหตุผล รู้จัก อดทน อดกลั้น จะทำให้บุคคล สามารถควบคุมอารมณ์และ แสดงออกในทางที่สังคมยอมรับ	วิจารณ์อย่าง สร้างสรรค์
ทักษะการผ่อนคลายอารมณ์	การให้นักเรียนมีสมาธิจดจ่อและรับรู้ เสียงธรรมชาติ จะช่วยให้นักเรียน พัฒนาสติและสมาธิในการรับรู้สิ่ง ต่างๆ รอบตัว	ใช้ปัญญาพัฒนา อารมณ์
ทักษะการจัดการกับปัญหา/	เหตุการณ์ความขัดแย้งที่เกิดขึ้นใน	ฟังเสียงธรรมชาติ

เรื่อง	เนื้อหา	ชื่อกิจกรรม
ความขัดแย้ง	สังคมมีหลากหลายรูปแบบและมี ความรุนแรงหลายระดับการหา วิธีแก้ไขความขัดแย้งด้วยสันติวิธี จะ ช่วยลดการใช้ความรุนแรงความ รุนแรงและช่วยปลูกฝังทัศนคติที่ดีต่อ การอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างสันติ	แผนของขุนน้อย



กิจกรรม เส้นทางแห่งความรู้สึก

จุดประสงค์

1. นักเรียนสามารถบอกอารมณ์ที่หลากหลายได้
2. นักเรียนทราบสาเหตุที่มาของอารมณ์ได้
3. นักเรียนมีโอกาสแบ่งปันความคิด ความรู้สึกและประสบการณ์กับเพื่อน
4. นักเรียนเห็นความสำคัญของการพูดถึงอารมณ์ มากกว่าการแสดงออกด้วยความก้าวร้าว

รุนแรงทางกาย

สาระสำคัญ

สิ่งที่มีอิทธิพลต่อการจัดการทางอารมณ์ของนักเรียนมีหลายประการ เช่น ประสบการณ์ที่นักเรียนได้รับ ความสัมพันธ์ของนักเรียนกับบุคคลอื่น อายุ และเพศของบุคคลที่เกี่ยวข้องกับนักเรียน และความคาดหวังถึงผลที่ตนได้แสดงออกทางอารมณ์ต่อผู้อื่นอีกด้วย

นักเรียนจำเป็นต้องได้รับการฝึกฝนและประสบการณ์ในการรับรู้และเข้าใจอารมณ์ตนเองและผู้อื่น ซึ่งจะทำให้เกิดสติในการควบคุมอารมณ์มากขึ้น เพื่อจะปฏิบัติตามกฎข้อบังคับของสังคมได้อย่างเหมาะสม คำนี้ถึงความรู้สึกและความต้องการของตัวเองและผู้อื่น ก็จะช่วยให้ นักเรียนตัดสินใจได้ดีขึ้นในการที่จะควบคุมหรือระงับการแสดงพฤติกรรมทางลบออกมา

เวลา 50 นาที

วิธีดำเนินการ

1. ให้นักเรียนแบ่งกลุ่มนั่งล้อมกันเป็นวงกลม แล้วให้หลับตา ฟังเพลงบรรเลงเบาๆ
2. สร้างสมาธิโดยการให้นักเรียนหายใจเข้าออกช้าๆ มีสมาธิอยู่กับลมหายใจเข้าออก
3. ถามนักเรียนว่าขณะนี้เขากำลังรู้สึกอย่างไร
4. ให้นักเรียนจับคู่กันตามใจชอบ กำหนดให้คนหนึ่งเป็นผู้นำ และอีกคนเป็นผู้ตาม
5. ให้นักเรียนที่เป็นผู้ตามหลับตาหรือใช้ผ้าผูกตา และให้เชื่อมั่นในคนที่ผู้นำซึ่งจะพาเราเดินไป ขอให้สำรวจความรู้สึกตัวเองตลอดเวลาในการเดินด้วย
6. ให้นักเรียนที่เป็นผู้นำ พาเพื่อนที่เป็นคู่เดินไปรอบๆ ห้อง ด้วยความสัมผัสกันเพียงปลายนิ้วโดยที่ต้องสร้างความเชื่อมั่นให้กับเพื่อนที่เป็นผู้ตามให้ได้ ให้ผู้นำพาเพื่อนไปสัมผัสกับพื้นผิวต่างๆ ที่ครูกำหนดไว้ เมื่อจบเดินเสร็จแล้วให้พากลับมานั่งที่เดิม

7. ครูคุยกับนักเรียนว่า ขณะที่นักเรียนเดินหลับตา นักเรียนมีความรู้สึกอย่างไรกับผิวสัมผัสที่ต่างกัน ให้ความรู้สึกที่ดีหรือไม่ดีกับนักเรียนอย่างไร

8. สลับบทบาทให้นักเรียนที่เป็นผู้ตามเปลี่ยนมาเป็นผู้นำ และนักเรียนที่เป็นผู้นำสลับไปเป็นผู้ตาม ทำกิจกรรมงูเดิน ในลักษณะเดียวกัน

9. ให้นักเรียนพูดแสดงความรู้สึกขณะร่วมกิจกรรมว่า เกิดอะไรขึ้นและนักเรียนมีความรู้สึกอย่างไรบ้าง

- เมื่อนักเรียนเป็นผู้นำนักเรียนรู้สึกอย่างไร
- เมื่อนักเรียนเป็นผู้ตามนักเรียนรู้สึกอย่างไร
- บทบาทใดทำง่าย ทำยากกว่ากัน

10. ให้นักเรียนจับคู่กัน หันหน้าเข้าหากัน หายใจเข้าออกอย่างมีสมาธิ แล้วยื่นมือทั้งสองออกมาสัมผัสกันไว้

11. ให้นักเรียนทั้งสองลองส่งความรู้สึกที่ดีให้กับเพื่อนผ่านการสัมผัส ครูถามนักเรียนว่ารู้สึกอย่างไร

12. ต่อไปลองคิดว่าตนเองกำลังโกรธอยู่ แล้วส่งอารมณ์เหล่านั้นผ่านการสัมผัสมือเพื่อน ครูถามนักเรียนว่ารู้สึกอย่างไร

13. ลองให้นักเรียนส่งอารมณ์อื่นๆ ที่หลากหลายผ่านการสัมผัสมือ เช่น อารมณ์เศร้า อารมณ์ดีใจ อารมณ์หงุดหงิด เป็นต้น

14. พูดคุยกับนักเรียนว่า อารมณ์ของคนเราสามารถถ่ายทอดผ่านการสัมผัสทางร่างกายได้นอกจากนั้นเรายังสามารถถ่ายทอดผ่านสีหน้า แววตา และท่าทางได้อีกด้วย เราควรหัดรับรู้และสังเกตการณ์แสดงออกทางอารมณ์ของคนอื่นด้วย

15. ให้การบ้านเป็นแบบฝึกหัด ให้นักเรียนเขียนเล่าความรู้สึกของตนเองในแต่ละวันลงในสมุด ในประเด็น

- ความรู้สึกที่เกิดขึ้นเป็นอย่างไร
- สาเหตุคืออะไร
- นักเรียนเลือกที่จะแสดงออกอย่างไร

16. ให้นักเรียนมีโอกาสมาเล่าแลกเปลี่ยนประสบการณ์การรับรู้อารมณ์ต่อกันตามแบบฝึกหัดครูให้ไว้เป็นครั้งคราว

สื่อ/อุปกรณ์

1. วิทยุ/เทปเพลงบรรเลงเบาๆ
2. ผ้าผูกตา

3. อุปกรณ์ให้นักเรียนสัมผัส และสิ่งกีดขวางต่างๆ

การประเมินผล

1. นักเรียนสามารถบอกความรู้สึกต่างๆ ขณะที่ทำกิจกรรมได้
2. ผลงานแบบฝึกหัดที่ครูให้นักเรียนทำ

ข้อเสนอแนะ

ครูอาจกำหนดพื้นที่ให้นักเรียนไปสัมผัสสิ่งต่างๆ ตามความเหมาะสม ภายในขอบเขตที่กำหนด อาจทำได้ทั้งภายในห้องเรียน หรือจัดกลางแจ้งนอกห้องเรียน ทั้งนี้ให้มีการดูแลระมัดระวังอันตรายในขณะที่นักเรียนทำกิจกรรมด้วย

ในกิจกรรมนี้ ครูควรเริ่มต้นให้นักเรียนจับคู่กันทำงานด้วยความไว้วางใจ และมุ่งเน้นที่การสำรวจความรู้สึกและอารมณ์ของตนเองว่าในสถานการณ์ใดเรารู้สึกอย่างไร ในระยะเริ่มต้นควรให้ทำงานง่ายๆ ก่อน แล้วค่อยเพิ่มอุปสรรคในการเดินมากยิ่งขึ้น ครูอาจนำอุปกรณ์ต่างๆ ในห้องเรียน เช่น โต๊ะ เก้าอี้ ถังขยะ ถังน้ำ กระดาษดินน้ำมันมาจัดวางในเส้นทางเดิน เพื่อเป็นการเพิ่มอุปสรรคแล้วให้นักเรียนเผชิญกับการทำงานร่วมกันและรับรู้อารมณ์ตนเองอย่างเท่าทันมากยิ่งขึ้นเป็นลำดับ เช่น นักเรียนที่ถูกงูกองอาจค่อนข้างกังวล ถ้าวัดจะเดินชนสิ่งกีดขวาง ก็ต้องเรียนรู้ที่จะควบคุมความรู้สึกกังวล และไว้วางใจผู้นำ ส่วนผู้นำก็ต้องเรียนรู้ที่จะสร้างความมั่นใจให้กับผู้ตาม



กิจกรรม
ทุกคนล้วนสำคัญ

กิจกรรม ทุกคนล้วนสำคัญ

จุดประสงค์

1. ให้นักเรียนได้เรียนรู้เกี่ยวกับการยอมรับฟังเหตุผลซึ่งกันและกัน ควบคุมอารมณ์ได้เมื่ออยู่ในบรรยากาศของการถกเถียงให้เหตุผลต่อกัน
2. ให้นักเรียนเรียนรู้ และยอมรับ บทบาทหน้าที่ ที่แตกต่างกันของคนอื่น

สาระสำคัญ

การมองเห็นคุณค่าหรือความสำคัญในบทบาทหน้าที่ของผู้อื่น ที่แตกต่างจากตนเอง การยอมรับฟังเหตุผลของกันและกัน และมีมุมมองที่เห็นว่าทุกคนล้วนมีความสำคัญแม้จะต่างความสามารถ ต่างความคิด ต่างความรู้สึก แต่ทุกคนก็มีคุณค่าในตัวเอง การกำหนดบทบาทเด่นหรือรองของแต่ละคน ก็ขึ้นอยู่กับแต่ละสถานการณ์ไป ถ้าเรายอมรับซึ่งกันและกันได้ก็จะทำให้เราอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข

เวลา 50 นาที

วิธีดำเนินการ

1. ครูแบ่งกลุ่มนักเรียน กลุ่มละ 10 คน เลือกนักเรียน 7 คน แสดงบทบาทสมมติ อีก 3 คน เป็นผู้สังเกตการณ์และให้คะแนนบทบาทสมมติ
2. ให้แต่ละกลุ่ม แสดงบทบาทสมมติตามสถานการณ์ และบทบาทที่กำหนดเรื่องสงครามโลกครั้งที่ 3
3. ครูให้นักเรียนจับฉลากบทบาทและสมมุติคนละ 1 บทบาท แล้วให้แต่ละคนแสดงคำพูดและท่าทางในกลุ่มตามบทบาทที่ได้รับ
4. ครูสอบถามความรู้สึกของผู้แสดงบทบาทสมมติ ของแต่ละกลุ่มด้วยคำถามเหล่านี้
 - แสดงความรู้สึกเป็นอย่างไร
 - พอใจกับบทที่ได้รับหรือไม่
 - ตรงกับความรู้สึกของตัวเองหรือไม่ หรือขัดกับความรู้สึกของตัวเองอย่างไร
5. ครูให้ผู้สังเกตการณ์บอกพฤติกรรมของแต่ละคน ความสามารถในการแสดงบทบาท และคะแนนที่ได้รับ เหตุผลของการตัดสินใจในการให้คะแนนเลือกแต่ละวิชาชีพ

5. ครูสรุป ทุกคนล้วนสำคัญและมีความจำเป็นต่อการทำงานร่วมกันเพื่อสร้างประเทศ ไม่ว่าจะเป็นอาชีพใดก็จำเป็นทั้งนั้น ก็เช่นเดียวกับพวกเรา ทุกคนในห้องนี้มีความแตกต่างกัน มีความสามารถไม่เหมือนกัน เก่งกันคนละอย่าง ถ้าขาดคนหนึ่งไป ก็อาจทำให้งานล่าช้า หรือไม่สามารถทำงานได้ หรืองานไม่ได้ผลดีเท่าที่ควร แต่การอยู่ร่วมกันจำเป็นต้องใช้เหตุผลมากกว่าใช้อารมณ์ส่วนตัว อะไรสำคัญและจำเป็นว่าต้องรีบทำก่อน จึงควรมีการปรึกษาหารือกัน

6. ครูเล่านิทานเรื่องผู้นำดค

7. ครูถามนักเรียนว่าได้แ่งคิดอะไรจากนิทานบ้าง

8. ครูสรุปว่า ให้ทุกคนยอมรับและเห็นความสำคัญของคนอื่น ๆ ปฏิบัติต่อผู้อื่นด้วยการให้เกียรติ เพราะคนเราไม่ว่าจะเป็นใครก็เป็นคนที่มีคุณค่าทั้งสิ้น

9. ครูถามนักเรียนเพื่อหาข้อสรุปร่วมกันว่า

9.1 นักเรียนมีวิธีการแสดงออกถึงการยอมรับซึ่งกันและกันได้อย่างไร

9.2 นักเรียนคิดว่าเพื่อนในกลุ่มของนักเรียนแต่ละคนมีความสำคัญกับนักเรียน

อย่างไร

สื่อ/อุปกรณ์

1. เนื้อหาเรื่องสงครามโลกครั้งที่ 3 และ เนื้อหาบทบาทสมมุติ
2. แบบตัดสินคะแนน
3. นิทานเรื่องผู้นำดค

การประเมิน

1. ผู้สวมบทบาทและผู้สังเกตการณ์ สามารถให้ข้อคิดเห็นต่อกิจกรรมได้
2. นักเรียนให้ข้อสรุปจากนิทานได้
3. นักเรียนให้ข้อสรุปวิธีการแสดงออกถึงการยอมรับซึ่งกันและกัน และบอกความสำคัญของเพื่อนๆ ได้

ใบกิจกรรม ทุกคนล้วนสำคัญ สถานการณ์ที่กำหนด เรื่อง สงครามโลกครั้งที่ 3

เมื่อสงครามโลกครั้งที่ 3 ยุติลง มีประเทศหนึ่งกลายเป็นประเทศร้าง เพราะผู้คนล้มตายหมด แต่ประเทศนี้ยังมีทรัพยากรธรรมชาติต่างๆ อยู่อีกมากมาย จึงทำให้คนในประเทศหนึ่งต้องการไปสร้างประเทศใหม่ทีมนั้น ดังนั้นจึงได้มาจัดเตรียมขนส่งภาระและสิ่งของที่จำเป็นต่างๆ รวมทั้งบุคคลในอาชีพต่างๆ ได้แก่ ผู้นำประเทศ ทหาร ตำรวจ หมอ ช่างไฟฟ้า ช่างก่อสร้าง พ่อค้า เพื่อเดินทางไปทีมนั้น แต่เนื่องจากไม่สามารถที่จะขนเอาคนและสิ่งของที่เตรียมไว้ได้ทั้งหมด จำเป็นต้องคัดคนใดคนหนึ่งออก จึงจะสามารถเดินทางไปได้

นักเรียนจะต้องแสดงบทบาทสมมุติของตนเอง โดยในกลุ่มให้จัดสรรว่าใครจะสวมบทบาทเป็นใคร แต่ละคนต้องพยายามให้เหตุผลว่า อาชีพที่นักเรียนได้รับจำเป็นต่อการพัฒนา หรือ สร้างประเทศใหม่ให้มีความอยู่รอด เจริญรุ่งเรือง โดยแสดงบทบาทสมมุติตามที่ระบุไว้ในฉลากดังนี้

บทบาทการแสดง	เหตุผลที่จำเป็น	ลักษณะน้ำเสียง/ท่าทาง
ผู้นำประเทศ	ผู้นำประเทศมีความจำเป็นมากที่สุด เพราะการสร้างประเทศใหม่นั้นต้องมีผู้นำ และข้าพเจ้าเป็นผู้นำที่เก่ง มีความสามารถหลายอย่างๆ	พูดเสียงดัง วางอำนาจ
ทหาร	ทหารมีความจำเป็นมากที่สุด เพราะทหารเป็นรั้วของประเทศคอยปกป้องผู้นำ ปกป้องบ้านเมืองเมื่อถูกโจมตีจากข้าศึก	พูดแบบโอ้อวด มาตรฐาน
ตำรวจ	ควรคัดทหารออก เพราะตำรวจจะช่วยให้บ้านเมืองเป็นระเบียบ ตำรวจจึงมีความจำเป็นมากที่สุด	แสดงท่าทางก้าวร้าว เช่น ตบโต๊ะ ท้าวสะอึกเวลาพูด
หมอ	หมอมมีความจำเป็นมากที่สุด เพราะถ้าเกิดเจ็บป่วย ใครจะคอยดูแลรักษา	พูดอย่างสุภาพเรียบร้อย
ช่างไฟฟ้า	ช่างไฟฟ้าจำเป็นมากที่สุด เพราะไฟฟ้าเป็นสิ่งจำเป็นในการพัฒนาประเทศ ดังนั้น ช่างไฟฟ้าจึงจำเป็นกว่าช่างก่อสร้าง	ทำหน้าอเวลาพูด

บทบาทการแสดง	เหตุผลที่จำเป็น	ลักษณะน้ำเสียง/ท่าทาง
ช่างก่อสร้าง	ช่างก่อสร้างมีความจำเป็นมากที่สุด จำเป็นมากกว่าช่างไฟฟ้า เพราะถนน ที่ พักอาศัย ทุกอย่างต้องอาศัยช่างก่อสร้าง เท่านั้น	พูดพร้อมแสดงท่าทางปน อารมณ์โกรธ
พ่อค้า	พ่อค้ามีความจำเป็นมากที่สุด เพราะจะ ช่วยให้ทุกคนสะดวกสบาย มีของมา แลกเปลี่ยนใช้สอย	พูดสุภาพ มีรอยยิ้ม

แบบตัดสินการแสดงบทบาทสมมุติ โดยผู้สังเกตการณ์

กลุ่มที่	ผู้นำ ประเทศ	ทหาร	ตำรวจ	หมอ	ช่าง ไฟฟ้า	ช่าง ก่อสร้าง	พ่อค้า	คะแนน รวม
1.								
2.								
3.								
รวม คะแนน								

ใบกิจกรรม ทุกคนล้วนสำคัญ

นิทาน เรื่อง ผู้นำตด

ร่างกายของคนเราประกอบด้วย อวัยวะหลายๆ อย่างด้วยกัน ได้แก่ ปาก ตา หู จมูก แขน ขา กระเพาะ ตับไต ไส้พุง หัวใจ ทุกอย่างนั้นมีความสำคัญกับชีวิตด้วยกันทั้งสิ้น ถ้าอย่างหนึ่งอย่างใดไม่ทำงาน เราก็จะเจ็บป่วย หรือพิการได้ อยู่มาวันหนึ่งพวกเหล่าอวัยวะทั้งหลาย เกิดความสนุกสนาน ลึกคะนอง หัวเราะเยาะเจ้าตูด ที่ต้องทำหน้าที่ขับถ่ายของเสียออกจากร่างกายอยู่กับกลิ่นเหม็นๆ ทุกวัน ทุกส่วนมองว่าตูดนั้นทำงานต่ำต้อย ไม่มีคุณค่าอะไรเลยกับร่างกาย ทำให้ตูดเสียใจมาก และบอกกับตัวเองว่า ฉันจะต้องเป็นผู้นำและออกคำสั่งอวัยวะต่างๆ ให้ทำตามให้ได้ ตูดจึงไม่ยอมทำหน้าที่ของตัวเอง ไม่ยอมตด และไม่ยอมถ่าย ทำให้ร่างกายเมื่อกินอะไรเข้าไปไม่มีการขับถ่าย ก็มีความอึดอัด ท้องอืด ท้องเฟ้อ นานวันเข้าร่างกายก็เจ็บป่วย ไม่มีเรี่ยวแรง อวัยวะทุกส่วนของร่างกายได้รับผลกระทบทุกๆ ส่วนเริ่มอ่อนแอ ร่างกายกำลังจะตาย อวัยวะทุกๆ ส่วนก็ไปขอร้องตูดให้ทำหน้าที่ของตัวเอง ตูดจึงบอกว่า ต้องยอมรับให้เขาเป็นหัวหน้าของการทำงานของร่างกาย ต้องฟังคำสั่งเขา และเห็นคุณค่าของตูดว่าสำคัญ อวัยวะทุกส่วนก็ยอมทำตามและให้ตูดได้เป็นผู้นำโดยให้ชื่อตูดด้วยความภาคภูมิใจว่าเป็น “ผู้นำตด” แต่นั่นมา



กิจกรรม ทำงานเป็นทีม

จุดประสงค์

1. ให้นักเรียนตระหนักถึงคุณค่าของการทำงานเป็นทีม
2. ให้นักเรียนเรียนรู้วิธีการทำงานเป็นทีม

สาระสำคัญ

ในการทำงานใดๆ ให้สำเร็จนั้น บางครั้งเราไม่สามารถทำตามลำพังให้สำเร็จได้ เพราะคนเราไม่ได้เก่ง หรือรู้ไปทุกเรื่อง หรืองานบางอย่างก็มีความยุ่งยาก ซับซ้อน เป็นงานที่ใหญ่เกินกว่ากำลังคนเดียวจะทำให้สำเร็จได้

เมื่อมีการทำงานร่วมกัน หากผู้ที่ร่วมงานกัน มีการมุ่งมั่นตั้งใจทำงาน มีการร่วมกันวางแผนงานที่ดี มีการใช้เกียรติ รับผิดชอบต่อความคิดซึ่งกันและกัน แบ่งงานกันตามถนัด ความสามารถของแต่ละคน และแต่ละคนมีความรับผิดชอบและเสียสละตนเองในการทำงานเพื่อกลุ่ม รวมทั้งมีการสื่อสารที่ดีต่อกัน สามัคคีกัน ก็จะทำให้การงานนั้นสำเร็จได้ผลงานที่ดีตามที่ต้องการและทำให้ทุกคนทำงานร่วมกันอย่างมีความสุข

เวลา 50 นาที

วิธีดำเนินการ

1. แบ่งนักเรียนกลุ่มละ 8 คน โดยครูใช้เกมสันทนาการให้นักเรียนรวมกลุ่มกันตามจำนวนที่ต้องการ เช่น ใช้เพลงในการแบ่งกลุ่ม “พายเรือไปตามนาวา กุ้ง หอย ปู ปลา แหวก วายเวียนวน พายเรือไปกันหลายคน ให้คน 8 คน เอาหัวชนกัน” เป็นต้น
2. ครูให้นักเรียนแต่ละกลุ่มทำกิจกรรมตัวต่อกลไก โดยครูสั่งให้นักเรียนแต่ละกลุ่มต่อตัวกันเป็นสิ่งที่ต่างๆ โดยใช้ร่างกายของทุกคนในกลุ่มต่อกัน เช่น ครูสั่งว่า “ขอให้แต่ละกลุ่มต่อตัวเป็นรถยนต์ 1 คัน, เป็นเรือบิน 1 ลำ, เป็นปลา 1 ตัว, ช้าง 1 ตัว, ต้นไม้ 1 ต้น, นาฬิกาปลุก 1 อัน เป็นต้น
3. เมื่อนักเรียนทุกคนต่อตัวแล้ว ครูก็สั่งให้มีการเคลื่อนไหว เช่น สั่งให้รถยนต์แต่ละคัน ขับไปมา ครูให้นักเรียนทำกิจกรรม 2 – 3 อย่าง
4. เมื่อถึงการต่อตัวครั้งสุดท้ายเสร็จแล้ว ครูสั่งให้นักเรียนต่อตัวเป็นรถยนต์ แล้วครูซักถามทีละกลุ่มว่า

4.1 รดยนต์ที่นักเรียนช่วยกันต่อตัวนั้นประกอบด้วยอะไรบ้าง ซึ่งนักเรียนจะตอบได้ว่า เป็นล้อรถบ้าง พวงมาลัย ท่อไอเสีย เบาะนั่ง ตัวถังรถ เป็นต้น

4.2 ครูถามต่อว่าแต่ละชิ้นส่วนนั้นทำหน้าที่อะไรบ้าง

4.3 จากนั้นครูสั่งให้ถอดบางชิ้นส่วนออกไปทีละชิ้น แล้วให้นักเรียนเคลื่อนไหวจะพบว่าเกิดการติดขัด หรือมีผลทำให้รถหยุดวิ่ง

5. ครูตั้งคำถามเพื่อให้นักเรียนหาข้อสรุปว่า

5.1 อะไรทำให้รถยนต์วิ่งได้ ช่างเดินได้ ดันไม่เคียบโตและให้ผลได้ ปลาว่ายน้ำได้ เครื่องบินบินได้ นาฬิกาเดินตามเวลาและปลุกได้ (ยกจำนวนตัวอย่าง ตามที่ได้สั่งให้นักเรียนทำ)

5.2 ครูชี้ให้นักเรียนเห็นว่าแต่ละชิ้นส่วนนั้นมีรูปร่าง ลักษณะ หน้าที่และคุณสมบัติที่แตกต่างกัน แต่เมื่อประกอบเข้าด้วยกันกลับทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ หากขาดชิ้นใดชิ้นหนึ่งจะทำให้หยุดการทำงาน หรือการทำงานได้ไม่ดี ขัดข้อง ทุกส่วนล้วนมีคุณค่าไม่ว่าจะทำหน้าที่อะไร ไม่มีอะไรคือดีกว่าอะไร แม้แต่น็อตตัวเล็กๆ ตัวเดียว ที่ดูไร้ค่า แต่ถ้าหลุดไปก็อาจทำให้เครื่องบินขัดข้องและตกลงมาก็ได้ เปรียบได้กับการที่คนเราอยู่ร่วมกัน หรือทำงานด้วยกัน ทุกคนก็มีความสำคัญต่อการทำงานต่างๆ ให้บรรลุความสำเร็จได้ ถ้าทุกคนรู้บทบาทหน้าที่ของตนเอง ขณะเดียวกันก็เห็นความสำคัญของผู้อื่นด้วย

6. ครูให้นักเรียนทำงานร่วมกันชิ้นหนึ่ง ในห้องเรียน ให้แบ่งกลุ่ม (กลุ่มเดิม) โดยครูมอบอุปกรณ์ในการทำงานให้ ได้แก่ ดินสอสี กระดาษโปสเตอร์ ไม้จีดไฟ และกาว ให้งานแต่ละกลุ่มดังนี้

6.1 ให้แต่ละกลุ่มคิดคำขวัญประจำกลุ่มสั้นๆ ไม่เกิน 8 คำ

6.2 ให้แต่ละกลุ่มนำไม้จีดไฟมาต่อเป็นตัวอักษรคำขวัญประจำกลุ่มติดบนกระดาษโปสเตอร์

6.3 ครูจับเวลาให้นักเรียนทำประมาณครึ่งชั่วโมง

7. ครูให้เวลาทำงานกลุ่มอย่างอิสระในเวลาที่กำหนด

8. ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มนำเสนอภาพตัวอักษร

9. ให้แต่ละกลุ่มวิเคราะห์การทำงานของกลุ่มในประเด็น

9.1 นักเรียนมีวิธีการทำงานร่วมกันอย่างไร

9.2 อะไรที่นักเรียนพอใจในการทำงานร่วมกันที่เอื้อให้งานสำเร็จ

9.3 อะไรที่นักเรียนไม่พอใจ เป็นอุปสรรคในการทำงานให้สำเร็จ

9.4 โดยภาพรวมนักเรียนพอใจการทำงานกลุ่มของนักเรียนหรือไม่ เพราะอะไร

10. ครูให้ตัวแทนแต่ละกลุ่มสรุปผลการทำงานของกลุ่ม

11. ครูและนักเรียนช่วยกันสรุปแนวทางการทำงานร่วมกันให้ประสบความสำเร็จตามแนวคิดสาระสำคัญของกิจกรรม

12. ปิดกลุ่มด้วยการที่ครูและนักเรียนร่วมกันร้องเพลง “สามัคคี”

สื่อ/อุปกรณ์

1. อุปกรณ์กระดาดโปสเตอร์สีต่างๆ กลุ่มละ 1 แผ่น
2. ไม้ขีดไฟ กลุ่มละ 1 กล่อ่ง
3. กาว ดินสอ
4. เนื้อเพลง “สามัคคี”

การประเมิน

1. การมีส่วนร่วมทำกิจกรรมตัวต่อกลไก
2. ความคิดเห็นของนักเรียนต่อสิ่งที่ได้เรียนรู้จากกิจกรรมตัวต่อกลไก
3. พฤติกรรมและการมีส่วนร่วมของนักเรียนขณะทำกิจกรรม “ทำงานเป็นทีม”
4. ข้อคิดเห็นของนักเรียนในการวิเคราะห์การทำงานกลุ่ม

ข้อเสนอแนะ

ครูสามารถให้นักเรียนฝึกหัดการทำงานเป็นทีมด้วยวิธีการอื่นๆ ด้วยการทำงานจริงๆ เช่น ให้นักเรียนร่วมกันจัดการแสดง นิทรรศการ จัดงานกีฬา งานรื่นเริง แล้วครูมีการให้นักเรียนวิเคราะห์การทำงานเป็นทีมของตนเองและของกลุ่ม มีการให้คำชมต่อกันในพฤติกรรมดี และให้ข้อเสนอแนะในการปรับปรุงแก้ไขแก่กันด้วยบรรยากาศที่อบอุ่นและสร้างสรรค์มากกว่าการตำหนิติเตียน

ครูสามารถมอบหมายงานเป็นชิ้นเล็กๆ แล้วมอบหมายงานให้นักเรียนแต่ละคนสลับกันเป็นผู้นำ จะเป็นการฝึกหัดให้นักเรียนเรียนรู้การเป็นผู้นำและผู้ตามที่ดีอีกด้วย

ตัวอย่างเนื้อร้องเพลง “สามัคคี”

จับมือกันไว้ให้มั่นคง
เพื่อความยืนยงสามัคคี
รักกันปรองดองตั้งมั่น
เพื่อความสามัคคีมีร่วมกัน
โกรธกันนั้นชั่วเป็นสิ่งเลว
ควรตั้งเป็นเปลวร้อนไฟนั้น
เผาใจให้มีความไหวหวั่น
จับมืออ้อมให้กันนั้นแหละดี

(ครูสามารถนำเพลงอื่นๆ ที่มีเนื้อหาเกี่ยวกับความสามัคคีมาใช้ได้ตามความเหมาะสม)



กิจกรรม สมุดบันทึกเพื่อนรัก

จุดประสงค์

1. นักเรียนได้ฝึกหัดการคิดทบทวนการกระทำด้านบวกของตัวเอง
2. ให้นักเรียนเกิดความภาคภูมิใจตนเองและสามารถชื่นชมกับความสำเร็จของผู้อื่น

สาระสำคัญ

การฝึกหัดการคิด และมองสิ่งที่ดีในแต่ละวัน โดยเรียนรู้ผ่านกิจกรรมศิลปะหรือการจดบันทึก เป็นการพัฒนาการคิดทางบวกที่บูรณาการในกิจกรรมการเรียนการสอนอื่นๆ ได้

การที่นักเรียนได้มีโอกาสคิดทบทวนความสำเร็จ หรือสิ่งที่ดีในชีวิตอย่างต่อเนื่อง จะทำให้นักเรียนมองตนเองว่าเป็นคนที่มีความสามารถ เป็นที่ยอมรับ สามารถฟันฝ่าปัญหาอุปสรรคต่างๆ ได้

การบันทึกความสำเร็จและสิ่งดีๆ ในชีวิตอย่างต่อเนื่อง ทำให้เด็กได้มีโอกาสทบทวนเหตุการณ์ เรื่องราวดีๆ ที่เกิดขึ้นกับตนเอง และพบว่ามีความสำเร็จเล็กๆ น้อยๆ หรือสิ่งดีๆ มากมากขึ้นในชีวิตประจำวัน ซึ่งบางครั้งเราอาจไม่ตระหนักรู้ หรือมองข้ามคุณค่าสิ่งดีๆ เหล่านี้ไป

การที่นักเรียนได้สื่อสารเรื่องราวดีๆ เหล่านี้ต่อกัน และมีครูร่วมชื่นชมยินดี ให้กำลังใจที่ดีต่อกัน จะทำให้เด็กเกิดการเรียนรู้การมีคุณค่าของตนเองและผู้อื่น เกิดความสัมพันธ์ที่ดีต่อกันระหว่างนักเรียนกับครูและระหว่างนักเรียนด้วยกัน เป็นการลงมือฝึกหัดการคิดทางบวกแบบบูรณาการในหลายแง่มุมที่นักเรียนเคยเรียนรู้มาแล้ว

เวลา 50 นาที

วิธีดำเนินการ

1. ครูแจกอุปกรณ์ให้นักเรียนทำสมุดบันทึกส่วนตัว ตกแต่งสมุดให้สวยงาม
2. ให้นักเรียนเขียนชื่อและตราสัญลักษณ์ที่นักเรียนต้องการให้เป็นตัวแทนของนักเรียน หรือสโลแกน คำขวัญที่ชื่นชอบที่เป็นตัวเราไว้บนปกสมุด
3. ครูบอกกับนักเรียนว่า สมุดบันทึกเล่มนี้จะเป็นสมุดบันทึกเรื่องราวที่ดีงามในแต่ละวัน โดยนักเรียนสามารถเขียนเป็นคำบรรยาย หรือวาดเป็นเรื่องราวและตกแต่งให้สวยงามอย่างไรก็ได้ อย่างอิสระ เรื่องราวที่นักเรียนจะเขียนมีหลากหลาย เช่น
 - บันทึกความสำเร็จ สิ่งดีๆ ที่นักเรียนได้ทำและความภาคภูมิใจของนักเรียน

- บันทึกเรื่องราวแห่งความสุข สนุกสนาน หรือความประทับใจดีๆ ที่นักเรียนได้รับแต่ละวัน

- บันทึกเรื่องราวที่เป็นปัญหาอุปสรรค และนักเรียนสามารถผ่านอุปสรรค เอาชนะอุปสรรคได้

ตัวอย่างเรื่องราวที่นักเรียนจะบันทึก เช่น มีคนชม วังแข่งชนะ ได้ไปเที่ยวกับครอบครัว ประทับใจที่เพื่อนให้ความช่วยเหลือนักเรียน เมื่อฉันหัดว่ายน้ำครั้งแรก วันที่ฉันช่วยแม่ดูแลน้อย เป็นต้น

4. ครูให้นักเรียนเริ่มต้นการบันทึก โดยให้นักเรียนเขียนบันทึกหรือวาดภาพเรื่องราวดีๆ ที่เกิดขึ้นในวันนี้ 1 เรื่อง บอกเล่าว่ามีเหตุการณ์อะไรเกิดขึ้นกับนักเรียนบ้าง นักเรียนรู้สึกอย่างไร และได้เรียนรู้อะไรบ้าง ในการบันทึกนักเรียนสามารถใช้เทคนิคการทำ Scrap Book คือเอาวัสดุสิ่งของที่เกี่ยวข้องมาติดไว้ได้ เช่น ตัวรถเมล์ ดอกไม้แห้ง รูปถ่าย ฯลฯ โดยครูอาจมีตัวอย่างสมุดบันทึกที่ออกแบบหลากหลายมาให้ให้นักเรียนดู เพื่อสร้างแรงจูงใจ

5. ครูให้เวลานักเรียนทำ แล้วสุ่มเรื่องราวของนักเรียน 4—5 คนมาแสดงในห้องเรียน

6. ครูให้กิจกรรมการเขียนภาพหรือบันทึกเรื่องราวในสมุดบันทึกเพื่อนรัก แก่นักเรียนเป็นการบ้าน ให้นักเรียนหัดบันทึกอย่างน้อยสัปดาห์ละ 1 เรื่อง ให้นักเรียนส่งสมุดบันทึกให้ครูอ่านทุกสัปดาห์ ครูควรมีเวลาอ่านของนักเรียนทุกคน และมีการสื่อสารเขียนตอบในสิ่งที่นักเรียนประสบความสำเร็จ เขียนถึงความเห็นของครู เพื่อเป็นการเสริมแรงทางบวก เช่น เห็นด้วย ชมเชย หากมีเวลาว่างอาจให้นักเรียนเลือกเรื่องมาอ่านหรือแสดงให้เพื่อนดูในช่วงเวลาว่างแต่ละสัปดาห์ หรือ มีการแลกกันอ่านในกลุ่มเพื่อนตามเวลาที่เหมาะสม

ครูจูงใจให้นักเรียนเห็นคุณค่าของการทำบันทึกเช่นนี้ว่า บันทึกแบบนี้ นักเรียนสามารถเก็บเอาไว้แบ่งกันอ่าน และหยิบมาทบทวนใหม่ได้ เวลาใครสักคนรู้สึกแย่ ไม่สบายใจ ก็เอามาอ่านเพื่อช่วยให้จิตใจสดชื่นขึ้นมา และนักเรียนยังได้ฝึกหัดที่จะมองสิ่งดีๆ ในแต่ละวัน เป็นการสร้างความสุขให้กับตัวเอง การฝึกหัดการบันทึกและการวาดภาพ ยังเป็นการฝึกทักษะการเขียน การบันทึกเรื่องราวและการวาดภาพ การตกแต่งต่างๆ ที่แสดงถึงความคิดสร้างสรรค์ของนักเรียนอีกด้วย

สื่อ/อุปกรณ์

1. กระดาษขาวและการดาษสี/สีวาดภาพ
2. อุปกรณ์ศิลปะต่างๆ

การประเมินผล

1. ความตั้งใจในการทำสมุดบันทึกเพื่อนรักของนักเรียน ที่นักเรียนส่งงานครบและมีความตั้งใจในการทำ
2. เรื่องราวที่นักเรียนบันทึกแสดงถึงการมีมุมมองต่อตนเอง ผู้อื่นและสถานการณ์ต่างๆ ในแง่บวก

ข้อเสนอแนะ

ครูอาจมีการคัดเลือก เพื่อให้รางวัลผลงานที่ดีของนักเรียน ในด้านต่างๆ เช่น ด้านความสวยงาม ด้านการตั้งใจในการทำงาน ด้านเรื่องราวที่ดี ซึ่งสามารถเป็นบทเรียนหรือตัวอย่างที่ดีแก่นักเรียนอื่น โดยเรื่องราวที่จะนำมาเผยแพร่ นั้นครูควรขออนุญาตนักเรียนก่อน ว่านักเรียนยินดีให้เพื่อนรับรู้



กิจกรรม ผู้ไกล่เกลี่ย

จุดประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนได้เข้าใจถึงการใช้คำพูดและวิธีการในการประนีประนอมและไม่ทำให้เกิดความขัดแย้งกัน
2. เพื่อให้นักเรียนสามารถใช้การไกล่เกลี่ยเมื่อเจอเหตุการณ์ที่เสี่ยงต่อการเกิดความขัดแย้ง

สาระสำคัญ

เมื่อเจอสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อการเกิดความรุนแรง การตีความอารมณ์หรือคำพูดในสถานการณ์นั้นโดยไม่ยับยั้งชั่งใจหรือใช้เหตุผล มักจะก่อให้เกิดการทะเลาะวิวาทหรือการประหัตประหารกัน บางครั้งเมื่อคนสองคนทะเลาะกัน ไม่สามารถหาข้อยุติได้ ก็จำเป็นต้องหาผู้ไกล่เกลี่ยหรือประนีประนอม เพื่อให้เหตุการณ์นั้นสามารถยุติได้ด้วยสันติวิธี ผู้ประนีประนอมที่มีการสื่อสารที่ดี รับฟังทั้งสองฝ่าย และสามารถให้เหตุผล รวมทั้งการจงใจที่ดี จะช่วยให้สองฝ่ายสามารถประนีประนอมกันได้อย่างยุติธรรมและความสูญเสียที่อาจเกิดขึ้น

เวลา 30 นาที

วิธีดำเนินการ

1. ให้นักเรียนแบ่งกลุ่มๆ ละ 4 คน ให้ A และ B คนสวมบทบาทเป็นคู่ขัดแย้งกัน C เป็นผู้ไกล่เกลี่ย และ D เป็นผู้สังเกตการณ์ ให้ข้อคิดเห็นว่าการไกล่เกลี่ยนั้นประสบผลสำเร็จหรือไม่อย่างไร ตามเหตุการณ์ความขัดแย้งที่กำหนดให้ ในใบงานกลุ่มละ 1 สถานการณ์
2. ครูสุ่มนักเรียนบางกลุ่มในแต่ละสถานการณ์ ให้แสดงบทบาทสมมติให้เพื่อนดู ให้นักเรียนทั้งห้องช่วยกันวิเคราะห์สถานการณ์โดยครูตั้งคำถามว่า
 - 2.1 สถานการณ์ความขัดแย้งนั้นเกิดขึ้นเพราะอะไร
 - 2.2 คำพูดใดที่สร้างความขัดแย้งบ้าง
 - 2.3 การไกล่เกลี่ยเป็นอย่างไร ประสบผลสำเร็จหรือไม่ เพราะเหตุใด
 - 2.4 ถ้าการไกล่เกลี่ยไม่สำเร็จ นักเรียนคิดว่าควรมีวิธีการไกล่เกลี่ยอย่างไรจึงจะได้ผลดี
3. ครูและนักเรียนช่วยกันสรุปวิธีการไกล่เกลี่ยที่ได้ผลในแต่ละสถานการณ์

4. ครูให้นักเรียนแต่ละกลุ่มแสดงบทบาทสมมุติในสถานการณ์เดิมอีกครั้งหนึ่ง อาจมีการสลับตำแหน่งเป็น ABC และ D กันบ้าง ให้คนที่ทำหน้าที่ใกล้เคียง ทดลองฝึกการสื่อสารในการใกล้เคียงตามที่ได้เรียนรู้มา

5. ครูถามผลการฝึกในแต่ละกลุ่ม แล้วให้นักเรียนสรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้จากกิจกรรม
สื่อ/อุปกรณ์

ใบงาน สถานการณ์สมมุติ

การประเมิน

1. นักเรียนสามารถวิเคราะห์ว่าการขัดแย้งเกิดจากการใช้คำพูดแบบใดได้
2. นักเรียนวิเคราะห์ได้ว่าคำพูดใกล้เคียงแบบใดได้ผลและไม่ได้ผล
3. นักเรียนมีแนวทางในการพูดใกล้เคียงได้อย่างเหมาะสม

ใบงานกิจกรรมผู้ใกล้เคียง

ขอให้นักเรียนรวมกลุ่ม 4 คนเลือก 1 สถานการณ์ต่อไปนี้

- ให้ A เป็นนักเรียนคนที่ 1
ให้ B เป็นนักเรียนคนที่ 2
ให้ C เป็นผู้ใกล้เคียง เข้ามาพูดให้ทั้ง A และ B ประนีประนอมกัน
ให้ D เป็นผู้สังเกตการณ์ วิเคราะห์ว่า C ใกล้เคียงได้สำเร็จหรือไม่ เพราะเหตุใด

สถานการณ์ความขัดแย้ง (1)

นักเรียนคนที่ 1 : เธอยืมหนังสือของฉันไปยังไม่คืนเลยนะ
นักเรียนคนที่ 2 : ยืมแค่นี้ ทำไมต้องหวง
นักเรียนคนที่ 1 : ไม่ได้ทวงแต่อยากให้รู้ว่าของของฉันซื้อมาราคาแพง
นักเรียนคนที่ 2 : แพงมากนักรหรือไง จั๊นก็นี้แหละ (ขวางออกไปในพุ่มไม้)
นักเรียนคนที่ 1 : ทำไมเธอทำแบบนี้ (วิ่งเข้าไปชกหน้า)
ครูชี้แนะผู้ใกล้เคียง : บอกให้เพื่อนเข้าใจถึงการใช้สิทธิของตัวเองในการแสดงความเป็นเจ้าของและสิทธิทวงคืนได้ แต่ต้องใช้คำพูดที่รักษาน้ำใจกันมากกว่าการใช้อารมณ์และเหตุผลที่ไม่สมควร และใช้เหตุผลจริง เช่น “เราจำเป็นต้องใช้หนังสือ ไม่รู้ว่าเธอใช้เสร็จหรือยังจ๊ะ” เป็นต้น แล้วอาจจะให้ผู้ใกล้เคียงถามความรู้สึกของเพื่อนอีกคนว่าชอบคำพูดแบบไหนมากกว่า

สถานการณ์ความขัดแย้ง (2)

- นักเรียนคนที่ 1 : (แซงคิวนักเรียนคนที่ 2 ชื่อไอศกรีม)
- นักเรียนคนที่ 2 : เธอ ช่วยมาตามคิวหน่อยได้มั้ย
- นักเรียนคนที่ 1 : ฉันรีบมากเลย จะซื้อเอาไปให้น้องคนที่เขารออยู่
- นักเรียนคนที่ 2 : แต่ยังไม่ถึงคิว
- นักเรียนคนที่ 1 : คิวน้องรออยู่ไม่ได้ยินหรือไง
- นักเรียนคนที่ 2 : (เดินเข้าไปจะผลักให้ล้ม)
- ครูชีเนะผู้ไกล่เกลี่ย : ทั้งสองคนต้องเข้าใจกติกา ในการซื้อขนมและอาหารใครมาก่อน ต้องได้ก่อนตามสิทธิ์ ถ้าใครที่แซงคิวอาจทำให้เพื่อนไม่อยากเล่นด้วยเพราะต่อไปต้องแย่งของเล่น และสิ่งอื่นๆ ด้วยเช่นกัน หากเป็นเราที่ถูกแซงคิวบ้าง เราจะรู้สึกเช่นไร นอกเสียจากว่ามีเหตุการณ์ จำเป็นจริงๆ เช่นต้องซื้ออาหารเพื่อนำไปให้เพื่อนที่ป่วยอยู่

สถานการณ์ความขัดแย้ง (3)

- นักเรียนคนที่ 1 : ฉันจะไม่ลงจากชิงช้าจนกว่าฉันจะพอใจ
- นักเรียนคนที่ 2 : แต่ ฉันและเพื่อนๆ รอานแล้วนะ
- นักเรียนคนที่ 1 : ฉันจะลงต่อเมื่อฉันจะบอกว่า “ลง”
- นักเรียนคนที่ 2 : งั้นฉันจะไปฟ้องครู
- นักเรียนคนที่ 1 : เชิญจ้า 3 สอกลงไปบอกเลย
- นักเรียนคนที่ 2 : (ทำท่าหยิบก้อนหินจะขว้างหน้า)
- คำชีเนะผู้ไกล่เกลี่ย : การที่เราเล่นของเล่นหรือใช้ของใช้ที่เป็นส่วนรวมแล้วไม่แบ่งให้ผู้อื่นถือว่าการเห็นแก่ตัวและหยาบต่อผู้อื่น ดังนั้น เราควรให้เพื่อนได้ใช้สิทธิ์ที่ทุกคนได้เหมือนกัน

สถานการณ์ความขัดแย้ง (4)

- นักเรียนคนที่ 1 : ฉันหิวมากกก... (ทำท่าหยิบขนมในถาดเกือบหมด)
- นักเรียนคนที่ 2 : แต่ว่า นี่เป็นขนมของพวกเราทั้งหมดนะ แล้วครูก็แบ่งให้คนละชิ้น
- นักเรียนคนที่ 1 : ก็ฉันหิวนี่
- นักเรียนคนที่ 2 : หิวแล้วไง ฉันก็หิวเหมือนกัน

นักเรียนคนที่ 1 : แต่ฉันหิวมากกว่า
 นักเรียนคนที่ 2 : (ร้องไห้)
 คำชี้แนะผู้ไกล่เกลี่ย : การรับประทานอาหาร หรือการหยิบของ ที่มีของผู้อื่นรวมอยู่ด้วยนั้นเรียกว่าเป็นการเห็นแก่ตัว ดังนั้นควรมีการแบ่งปันกันและมีน้ำใจเช่น ถ้าเหลือขนม 3 ชิ้น และมีคน 2 คน เราควรแบ่งให้กับเพื่อนและให้เพื่อนตัดสินใจก่อนว่าต้องการขนมกี่ชิ้น และแบ่งให้ทุกคนได้กินขนมเท่าๆ กัน

สถานการณ์ความขัดแย้ง (5)

นักเรียนคนที่ 1 : ฉันคิดว่าเราควรเล่นเกมชิงช้ากันดีกว่า
 นักเรียนคนที่ 2 : ไม่เอา ฉันจะเล่นม้าหมุน
 นักเรียนคนที่ 1 : ถ้าเธอเล่นเกมชิงช้า ฉันสัญญาว่าจะเป็นเพื่อนที่ดีของเธอนะ แต่ถ้าเธอ ไม่ ฉันจะไม่เล่นกับเธอ
 นักเรียนคนที่ 2 : ไม่ ฉันจะเล่นม้าหมุน เธอมันชอบสั่งฉันทำโน่นทำนี่ ฉันไม่เล่นกับเธอเด็ดขาด
 นักเรียนคนที่ 1 : (ร้องไห้)
 คำชี้แนะผู้ไกล่เกลี่ย : การที่เราเจ้ากี้เจ้าการกับเพื่อนอาจทำให้เพื่อนไม่ชอบและไม่อยากเล่นด้วย ดังนั้นเราควรมีการตัดสินใจร่วมกันก่อนการเล่น “เราควรจะมีการยกมือก่อนว่าใครจะเล่นม้าหมุนหรือชิงช้า” หรือ “ฉันให้เธอตัดสินใจก่อนว่าอยากจะเล่นอะไร

กิจกรรม วิจารณ์อย่างสร้างสรรค์

จุดประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนได้เข้าใจถึงการวิพากษ์วิจารณ์ไม่ทำให้เกิดความรุนแรง
2. เพื่อให้นักเรียนสามารถเป็นได้ทั้งผู้วิจารณ์ที่ดีและผู้ถูกวิจารณ์ที่ดีได้

สาระสำคัญ

ในการวิจารณ์ผู้อื่นจำเป็นต้องวิจารณ์ในเชิงสร้างสรรค์ และด้วยความปรารถนาดี เพื่อที่ผู้ถูกวิจารณ์ได้นำข้อวิจารณ์นั้นไปปรับปรุงการกระทำของตนเองให้ดียิ่งขึ้น การวิจารณ์เป็นพฤติกรรมที่สามารถปรับปรุงให้ดีขึ้น การที่จะเป็นผู้วิจารณ์ในเชิงสร้างสรรค์นั้นต้องมีทักษะในการสื่อสารและผู้ถูกวิจารณ์ต้องเข้าใจถึงคำพูดของผู้วิจารณ์ว่าเป็นการติเพื่อก่อ ไม่ใช่การทำลาย

เวลา 30 นาที

วิธีดำเนินการ

1. ครูขออาสาสมัคร 2 – 3 คน ให้เตรียมการพูดคนละ 1 ประเด็น อาจเป็นหัวข้อเพื่อนรักของฉัน ครอบครัวของฉัน คาราคณโปรดของฉัน ความใฝ่ฝันของฉัน เป็นต้น
2. เมื่อนักเรียนคนแรกพูดจบ ครูให้นักเรียนในห้องช่วยกันวิจารณ์ข้อดี ข้อเสียของเพื่อน และข้อเสนอแนะเพื่อปรับปรุงการพูด และเปิดโอกาสให้เพื่อนๆ ได้วิจารณ์อย่างอิสระเกี่ยวกับเนื้อหาว่าเข้าใจดีหรือไม่ ถูกลการพูด การใช้น้ำเสียง สายตา หรือการออกท่าทางประกอบ รวมทั้งให้คำแนะนำและติชมด้วย
3. ครูถามนักเรียนที่ถูกวิจารณ์ว่า
 - 3.1 นักเรียนรู้สึกอย่างไรกับคำวิจารณ์
 - 3.2 คำพูดใดที่นักเรียนชอบ และไม่ชอบบ้างในการถูกวิจารณ์
4. ครูอธิบายเรื่องการวิจารณ์อย่างสร้างสรรค์และทำที่ถูกต้องเมื่อถูกวิจารณ์ตามใบความรู้
5. ครูให้นักเรียนคนที่สองเล่าเรื่องของตัวเองอีกครั้ง แล้วให้เพื่อนๆ และตัวผู้พูดเองฝึกการวิจารณ์และรับการวิจารณ์ตามที่ได้เรียนรู่มาก
6. ครูให้ข้อคิดเห็น และเป็นตัวอย่างการวิจารณ์อย่างสร้างสรรค์ในการฝึกหัดที่นักเรียนได้ทำในข้อ 5

7. ครูให้นักเรียนจับคู่กันฝึกการเป็นผู้วิจารณ์และ ผู้ถูกวิจารณ์ ตามสถานการณ์ในใบงาน ตัวอย่างเช่น

ผู้วิจารณ์ : วันนี้เธอรายงานหน้าชั้นเร็วมาก

ผู้ถูกวิจารณ์ : ขอบใจมากนะที่บอก รู้ตัวมานานแล้วว่าพูดเร็วต่อไปจะ

พูดให้ช้าลง

8. ครูหยิบยกสถานการณ์ในใบงาน ถามผลการฝึกปฏิบัติของนักเรียน

9. ครูและนักเรียนช่วยกันวิเคราะห์ผลการปฏิบัติทั้งคำพูดของผู้วิจารณ์และผู้ถูกวิจารณ์แล้ว สรุปผลด้วยการให้ข้อเสนอแนะตามวิธีการวิจารณ์อย่างสร้างสรรค์ที่นักเรียนได้เรียนรู้มา

สื่ออุปกรณ์

ใบงานสถานการณ์การวิจารณ์

การประเมินผล

1. นักเรียนสามารถให้การวิจารณ์อย่างสร้างสรรค์ได้
2. นักเรียนมีคำพูดและท่าทีที่เหมาะสมเมื่อถูกวิจารณ์

ข้อเสนอแนะ

- ครูอาจปรับเปลี่ยน เรื่องที่ให้นักเรียนวิจารณ์ เช่น อาจให้นักเรียนจัดการแสดงเป็นกลุ่มแล้วกลุ่มอื่นๆ วิจารณ์
- สามารถสอดแทรกกิจกรรมการวิจารณ์การเรียนการสอนและการจัดกิจกรรมอื่นๆ ได้

ใบงานกิจกรรมการวิจารณ์อย่างสร้างสรรค์

คำชี้แจง ให้นักเรียนจับคู่กันสลับเป็นผู้วิจารณ์และผู้ถูกวิจารณ์ ให้แสดงบทบาทโต้ตอบกันตามสถานการณ์ต่อไปนี้

สถานการณ์ที่1 : เมื่อเพื่อนรับประทานอาหารเสียงดัง
ผู้วิจารณ์ พูกว่า

.....
ผู้ถูกวิจารณ์ ได้ตอบ

สถานการณ์ที่2 : เมื่อถุงเท้าของเพื่อนมีกลิ่นโชยไปทั่วห้อง ทำให้เพื่อนคนอื่นๆ ไม่มีสมาธิ
ใน

การอ่านหนังสือ
ผู้วิจารณ์ พูกว่า

.....
ผู้ถูกวิจารณ์ ได้ตอบ

สถานการณ์ที่3 : เมื่อเพื่อนมาสายทำให้ทุกคนต้องรอ
ผู้วิจารณ์ พูกว่า

.....
ผู้ถูกวิจารณ์ ได้ตอบ

สถานการณ์ที่4 : แม่ใส่เสื้อผ้าสมัยสาวๆ ที่คับและสั้นจนเกินไป
ผู้วิจารณ์ พูกว่า

.....
ผู้ถูกวิจารณ์ ได้ตอบ

สถานการณ์ที่5 : เพื่อนพูดมาก ไม่ค่อยฟังคนอื่น
ผู้วิจารณ์ พูกว่า

.....

	ผู้ถูกวิจารณ์	โต้ตอบ
.....		
สถานการณ์ที่6 :	เพื่อนเก็บของไม่เป็นระเบียบ และหาของไม่เจอเสมอ	
	ผู้วิจารณ์	พูดว่า
.....		
	ผู้ถูกวิจารณ์	โต้ตอบ
.....		
สถานการณ์ที่7 :	เพื่อนชอบนินทาเพื่อนคนอื่นให้นักเรียนฟัง ซึ่งนักเรียนไม่ชอบ	
	ผู้วิจารณ์	พูดว่า
.....		
	ผู้ถูกวิจารณ์	โต้ตอบ
.....		
สถานการณ์ที่8 :	เพื่อนชอบพูดตะคอก และส่งเสียงดัง กับนักเรียน	
	ผู้วิจารณ์	พูดว่า
.....		
	ผู้ถูกวิจารณ์	โต้ตอบ
.....		
สถานการณ์ที่9 :	เพื่อนบ่นว่าอยากผอม แต่ชอบกินของหวาน และทานอยู่ตลอดเวลา	
	ผู้วิจารณ์	พูดว่า
.....		
	ผู้ถูกวิจารณ์	โต้ตอบ
.....		
สถานการณ์ที่10 :	เพื่อนขาดเงินและประสบอุบัติเหตุเสมอ เนื่องจากชอบการเล่นผาดโผน	
	ผู้วิจารณ์	พูดว่า
.....		
	ผู้ถูกวิจารณ์	โต้ตอบ
.....		

ใบความรู้

กิจกรรมการวิจารณ์อย่างสร้างสรรค์

ผู้วิจารณ์กับผู้ถูกวิจารณ์จะมีความรู้สึกที่ต่างกัน ผู้ที่วิจารณ์บางคนจะมีความรู้สึกเหมือนได้รับชัยชนะ หรือมีความรู้สึกว่าตนเหนือกว่าอีกฝ่ายหนึ่งที่ได้เห็นจุดด้อย ปมด้อยหรือความไม่เหมาะสมของอีกฝ่าย เป็นการระบายความรู้สึกไม่พอใจ ความโกรธแค้น หรือเป็นการชี้แจงให้อีกฝ่ายรู้ตัว ส่วนผู้รับคำวิจารณ์จะมีความรู้สึกอับอายเสียใจ ไม่สบายใจ วิตกกังวล ไม่ปลอดภัย เจ็บใจ อาจทำให้เกิดอคติต่อผู้ที่วิจารณ์ อย่างไรก็ตาม เราสามารถทำให้ผู้วิจารณ์และผู้ถูกวิจารณ์มีความรู้สึกว่าการวิจารณ์ไม่ใช่การกล่าวโทษ ว่าร้าย แต่เป็นการชี้แนะแนวทางที่ถูกต้อง เป็นการแสดงความหวังดี เป็นการแสดงความจริงใจ เหมือนกับเป็นเพื่อนแท้และผู้หวังดี คอยให้ความช่วยเหลือและแนะนำอยู่เสมอ

การวิจารณ์ในเชิงสร้างสรรค์และยอมรับคำวิจารณ์

1. ก่อนจะวิจารณ์ใคร ให้ทำความรู้จักบุคคลที่เราจะวิจารณ์ว่าเขาเป็นคนมีลักษณะอย่างไร บางคนต้องการให้ใช้วิธีที่นุ่มนวล บางคนต้องใช้วิธีรุนแรง บางคนวิจารณ์ไม่ได้เราก็กไม่ควรไปวิจารณ์ เพราะอาจจะทำให้เกิดความเสียหายหรืออาจมีปัญหาตามมา
2. เวลาจะวิจารณ์ให้วิจารณ์เป็นการส่วนตัว ไม่ควรให้มีบุคคลที่สามรวมอยู่ด้วย เพราะเรื่องที่ตำหนิวิจารณ์ย่อมเป็นเรื่องที่ไม่ดี การเรียกเขามาพูดสองต่อสองจะทำให้ผู้ถูกวิจารณ์รู้สึกว่าผู้กล่าววิจารณ์นั้นเป็นผู้ปรารถนาดีต่อเขา มีความจริงใจและคอยให้ความช่วยเหลือสนับสนุน แก้ไขสิ่งที่บกพร่องในตัวเขาให้ดีขึ้น เป็นการสร้างความรู้สึกประทับใจและความซาบซึ้งให้เกิดขึ้นแก่ผู้ถูกวิจารณ์
3. การใช้ลักษณะสีหน้าในการวิจารณ์ ไม่ควรทำสีหน้าบูดบึ้งแสดงความโกรธให้เห็นควรแสดงสีหน้าเหมือนกับคุยกันธรรมดา
4. สำเนียง (เสียง) ควรใช้สำเนียงที่แสดงความเห็นอกเห็นใจในความบกพร่องที่เกิดขึ้น ความนุ่มนวลของน้ำเสียงที่วิจารณ์เป็นเหมือนการปลอบใจและเป็นกำลังใจให้ผู้ถูกวิจารณ์พร้อมที่จะแก้ไขความผิดพลาดของตนให้ดีขึ้น
5. วิจารณ์การกระทำของเขาที่ทำให้เกิดผลเสีย ซึ่งสามารถมองเห็นได้ อย่าไปประณามว่าเขา เพราะเขาเป็นคนไม่ดี แต่พยายามยกย่องให้เขาเห็นว่าเราเชื่อว่าเขาเป็นเด็กดี แต่ที่เขาได้แสดงพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมไปนั้นเป็นเพราะอุบัติเหตุ เป็นเพราะความไม่เข้าใจ ความรู้เท่าไม่ถึงการณ์ ฯลฯ และเชื่อว่าเขาสามารถจะแก้ไขพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมนั้นได้อย่างแน่นอน
6. การวิจารณ์ควรวิจารณ์ในทันทีที่เกิดพฤติกรรม

7. ควรวิจารณ์ทีละเรื่อง

8. ก่อนวิจารณ์ใคร ควรสร้างกำลังใจให้เขาก่อน โดยพูดถึงพฤติกรรมที่ดีที่เขาทำมาในอดีต แล้วจึงกล่าวถึงความผิดพลาดที่จะต้องได้รับการวิจารณ์

9. สร้างความเชื่อมั่นให้แก่เขาว่าเขาสามารถแก้ไขในสิ่งที่เกิดขึ้นได้

10. ให้โอกาสแก่เขาในการพิจารณาว่าจะแก้ไขความผิดพลาด หรือความบกพร่องนั้นอย่างไร

11. ไม่วิจารณ์ในสิ่งที่เป็นธรรมชาติทางกายภาพของเพื่อน เพราะเป็นสิ่งที่แก้ไขไม่ได้ และเป็นจุดด้อยของเพื่อน เช่น เรียกเพื่อนว่า หมูตอน คำเหมือนอีกา เป็นต้น

12. การใช้ท่าทางในการวิจารณ์ก็เป็นส่วนสำคัญที่จะทำให้เกิดสัมพันธภาพที่ดีระหว่างทั้งสองฝ่าย ท่าทางที่แสดงออกจะต้องไม่เป็นลักษณะเยะเยย ถากถาง เช่น เบ้าปาก มองด้วยหางตา แต่จะเป็นการแสดงออกในลักษณะหวังดี สนใจ เช่น ใบหน้าเฉยๆ มองสบสายตา จับมือแตะแขน หรือ ไหล่เบาๆ น้ำเสียงราบเรียบไม่แสดงการเยะเยย เป็นต้น

ผู้ถูกวิจารณ์ควรมีท่าทีดังนี้

1. เป็นผู้ที่มีความเชื่อว่าการทำสิ่งใด ๆ ก็ย่อมมีโอกาสพลาดพลั้งได้ มิใช่สิ่งเลวร้ายในชีวิตจนแก้ไขอะไรไม่ได้

2. เป็นผู้มีใจกว้างยอมรับฟังความคิดเห็น และการวิพากษ์วิจารณ์จากผู้อื่นถือเสมือนว่าคำวิจารณ์ของผู้อื่นเป็นเสมือนกระจกเงาที่ทำให้เรารู้จักและมองเห็นตนเองได้ชัดเจนและปรับตัวให้เป็นที่ยอมรับของสังคมได้

3. เป็นผู้ที่มีเหตุผล พยายามวิเคราะห์ถึงเหตุผล และผลที่เกิดจากการแสดงออกที่ถูกวิจารณ์ว่าทำให้เกิดความเสียหายอย่างไร ควรแก้ไขตามที่เขาให้ข้อเสนอแนะหรือไม่

4. อย่าปกป้องตนเอง ปล่อยให้ผู้วิจารณ์ให้คำชี้แจง แนะนำให้เต็มที่ อย่าขัดจังหวะหรือคอยโต้แย้งกลับจนกว่าเขาจะพูดจบแล้ว เราควรจะมีใจแข็งเหตุผลและความรู้สึกที่ว่าทำไมเราจึงต้องทำสิ่งนั้นแล้วคอยฟังการให้คำแนะนำอีกครั้งหนึ่ง

5. อย่าใช้อารมณ์ แสดงความโกรธ มองผู้วิจารณ์ในแง่ร้าย จงคิดว่า เพราะเขามีความรักใคร่ปรารถนาดีในตัวเรา จึงบอกเราถึงสิ่งไม่ดีที่เราอาจทำไปด้วยรู้เท่าไม่ถึงการณ์ให้ทราบ ซึ่งถ้าคนที่ไม่รักกันจริงแล้วเขาก็คงไม่เสียเวลาพูดกับเราอย่างแน่อน

6. จงยอมรับคำวิจารณ์ เมื่อเราพิจารณาเห็นว่าสิ่งที่เราทำนั้นไม่เหมาะสมจริง และพร้อมที่จะปรับปรุงแก้ไขด้วยเหตุผลหรือตามคำแนะนำ เสนอแนะของผู้อื่น โดยอาจจะฝึกการยอมรับคำวิจารณ์โดยที่ผู้ตอบไม่ได้เสียความเป็นส่วนตัว หรือความวิตกกังวล เช่นตอบรับว่า ออ้ยงั้นหรือขอบใจมาก เป็นสิ่งที่อยู่เหนือความคาดคิดของเรา ฉะนั้นจะระมัดระวังมากขึ้น เป็นต้น



กิจกรรม ใช้ปัญญาพัฒนาอารมณ์

จุดประสงค์

1. แสวงหาและรับข้อมูลแนวคิดใหม่ๆ นำมาวิเคราะห์ใช้กับตนเองอย่างมีเหตุผล
2. ควบคุมความรู้สึกโกรธ กลัว เมื่อเผชิญกับภาวะอารมณ์ที่ไม่พึงประสงค์ได้อย่างมี

เหตุผล

สาระสำคัญ

การเรียนรู้ที่จะจัดการกับสถานการณ์ต่างๆ ได้อย่างมีสติ มีเหตุผล รู้จักอดทน อดกลั้น จะทำให้บุคคลสามารถควบคุมอารมณ์และแสดงออกในทางที่สังคมยอมรับ

เวลา 50 นาที

วิธีดำเนินการ

1. ครูเล่านิทานเรื่อง “ลูกไก่เจ็ดสี” ให้นักเรียนฟัง
2. ให้นักเรียนตอบคำถามต่อไปนี้
 - จากนิทานเรื่องนี้จะมีอะไรอยู่ในความมืด
 - สิ่งที่ถูกเจ็บบอกคืออะไร ลูกเจ็บบอกอย่างไร
 - เพราะอะไรความกลัวของลูกเจ็บบอกหายไป
3. ครูถามนักเรียนแต่ละคนว่า
 - เคยกลัวอะไรบ้างเพราะเหตุใด มีผลกระทบต่อนักเรียนอย่างไร และนักเรียนมี

วิธีการควบคุมความกลัวได้อย่างไร

- ครูและนักเรียนร่วมกันหาวิธีการควบคุมความกลัวอย่างมีเหตุผลที่เหมาะสม

5. ครูถามนักเรียนเคยรู้สึกโกรธไหม ในสถานการณ์ใดบ้าง แล้วทำอะไร ให้นักเรียนร่วมกันอภิปราย

6. จากสถานการณ์ที่นักเรียนเล่า ให้นักเรียนช่วยกันเลือกสถานการณ์ที่สำคัญที่สุด มา 1 สถานการณ์ (ตามความเหมาะสม)

7. ให้นักเรียนร่วมกันอภิปรายเกี่ยวกับผลการแสดงอารมณ์นั้น กระทบต่อนักเรียนอย่างไร และวิธีจัดการกับความโกรธที่เหมาะสมและไม่เหมาะสม

8. ครูรวบรวมวิธีการควบคุมอารมณ์ที่นักเรียนนำเสนอ แล้วสรุปว่า “การที่เราควบคุมอารมณ์ตนเองได้นั้น เราต้องรู้จักอารมณ์ของตนเองในขณะนั้นก่อน ควรมีสติและหาวิธีการจัดการกับอารมณ์นั้นๆ อย่างเหมาะสมมีเหตุผล” แล้วให้นักเรียนฝึกวิธีการจัดการความโกรธ ตามขั้นตอนในใบความรู้

9. ให้นักเรียนนำวิธีการดังกล่าวไปฝึกใช้ในชีวิตประจำวัน โดยให้นักเรียนฝึกหัดด้วยการทำแบบบันทึกพฤติกรรมในการควบคุมอารมณ์

10. ครูและนักเรียนร่วมกันร้องเพลง ดิกันนะ พร้อมแสดงท่าทางประกอบ

“ดิกันนะ ดิกันนะ	ชูนิ้วก็ยื่นออกมา
อย่าโกรธนะ ขอโทษนะ	ด้วยฉันไม่ได้ตั้งใจ
ที่ฉันเล่นจนเกินไป	ที่ฉันเล่นแรงเกินไป
ดิกันนะ ดิกันนะ	เราเป็นเพื่อนกัน”

สื่อ/อุปกรณ์

1. เพลง “ดิกันนะ”
2. นิทานเรื่อง “ลูกไก่เจ็ดสี”
3. แบบบันทึกพฤติกรรมในการควบคุมอารมณ์

การประเมินผล

1. การสังเกต
 - การอภิปรายและการบอกเหตุผลในเรื่องของอารมณ์ ความกลัว ความโกรธ
 - การเล่าประสบการณ์ในการจัดการกับอารมณ์ของนักเรียน
 - ความสนใจในการฝึกหัดวิธีจัดการความโกรธ
2. ติดตามผลจากแบบบันทึกพฤติกรรมในการควบคุมอารมณ์ที่ให้นักเรียนทำเป็นการบ้าน

ข้อเสนอแนะ

ครูสามารถเปลี่ยนเพลงและนิทานได้โดยยึดจุดประสงค์ของกิจกรรมเป็นสำคัญ

ใบความรู้ กิจกรรม ใช้ปัญญาพัฒนาอารมณ์

วิธีจัดการความโกรธ

1. สำรวจความรู้สึกที่เกิดขึ้น โดยให้นักเรียนรับรู้อารมณ์ตนเองขณะนั้นว่า กำลังโกรธ โดยจะเกิดการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย เช่น เหงื่อออก หัวใจเต้นแรง หน้าแดง ปากสั่น มือสั่น ฯลฯ
2. คาดการณ์ผลดี / ผลเสียของการแสดงอารมณ์นั้นๆ ออกมา
3. พยายามควบคุมอารมณ์ตนเองด้วยวิธีการต่างๆ เช่น
 - หายใจเข้า – ออกยาวๆ
 - นับ 1 – 10 (นับต่อไปเรื่อยๆ จนกว่าจะรู้สึกสงบ)
 - หลีกเลียงออกไปจากสถานการณ์นั้นๆ ชั่วคราวก่อน
 - กำหนดลมหายใจ ให้สติอยู่ที่การหายใจเข้า – ออก
 - ทำกิจกรรมอื่นที่ไม่สร้างความเดือดร้อนต่อตนเองหรือผู้อื่นเช่น เล่นกีฬา

นิทานเรื่อง “ลูกไก่เจ็ดสี”

เย็นวันหนึ่งที่เล่าไก่ แม่ไก่ร้อง “เจี๊ยบ ๆ” เรียกลูกไก่เข้ามาหา พร้อมกับสอนว่า “ใกล้ค่ำแล้ว หนูอย่าออกไปเล่นไกลๆ นะ โลกภายนอกยังมีอะไรอีกหลายอย่างที่หนูต้องเรียนรู้ แต่หนูยังเด็กควรอยู่ภายใต้การดูแลของแม่นะ”

“จะแม่ หนูจะไม่ไปไหนไกล” ลูกไก่ทั้ง 7 ส่งเสียงร้องรับคำสอนของแม่

หลังจากพระอาทิตย์ลับของฟ้า เมื่อความมืดมาเยือน แม่ไก่และลูกไก่ทั้งหกหลับสนิท เจ้าเจี๊ยบน้องน้อยตัวสุดท่อนนอนไม่หลับ และด้วยความอยากรู้อยากเห็น จึงเดินออกมานอกเล้า ผ่านพุ่มไม้ที่เจ้าเจี๊ยบมองดูสูงดำทะมึน เจ้าเจี๊ยบเดินต่อไป มีลมเย็นพัดมาปะทะ เจ้าเจี๊ยบได้ยินเสียงแหลมดังหวีดหวิว ขาเจ้าเจี๊ยบเริ่มสั่น ทันใดนั้นเองเจ้าเจี๊ยบเลื้อยไปเห็นผีสูงใหญ่ดำทะมึน มีลิ้นยาวห้อยกวัดแกว่งไปมา เจ้าเจี๊ยบหันหลังกลับวิ่งหนีสุดชีวิต ขณะนั้นเองเจ้าเจี๊ยบรู้สึกว่ที่ขอทำมีอะไรมาจับยึดอยู่จึงร้องด้วยเสียงอันดังว่า “แม่เจ้าช่วยหนูด้วย”

แม่ไก่ได้ยินเสียงร้องของลูก จึงรีบวิ่งมาช่วยและพาลูกกลับเล้าไก่ เจ้าเจี๊ยบพูดว่า “หนูกลัวมากจะแม่ หนูเจ็ดสี ลิ้นมันยาว ยาวมากๆ มีเสียงน่ากลัวด้วย พอหนูวิ่งหนีมันก็จับขาหนูไว้ด้วย” แม่ไก่ก็พูดว่า “หนูอย่าเพิ่งตกอกตกใจ พรุ่งนี้แม่จะพาหนูไปดูสิ่งที่หนูเห็นและได้ยิน ว่าที่แท้จริงคืออะไร”

รุ่งขึ้นแม่ไก่พาเจ้าเจียบและพี่ๆ ไปเดินในสวน

“ตรงไหนลูกที่หนูถูกผีจับขา”

“ตรงนี้เลยจ๊ะแม่” เจ้าเจียบตอบ

“มองให้ดีสิลูก ตรงนี้เป็นเพียงรากไม้ที่หนูขึ้นจากพื้นดิน มันทำให้ขาหนูเข้าไปขัด จนรู้สึกเหมือนมีใครจับขาหนู และเสียงที่หนูกลัว ลองฟังดูสิจ๊ะ ไซ่เนียงที่ลูกได้ยินไหม เป็นเสียงใบไม้ถูกลมพัด” แม่ไก่พูด

“ใช่เลยจ๊ะแม่ ไซ่เลยแต่เมื่อคืนมันดังกว่านี้” เจ้าเจียบตอบ

“ก็กลางคืนมันเงียบ ประกอบกับกลางคืนลมพัดแรงกว่ากลางวัน หนูจึงได้ยินเสียงดังกว่านี้” แม่ไก่อธิบาย และก้าวเดินต่อไปจนถึงต้นมะพร้าวสูงใหญ่ต้นหนึ่ง

“ตรงนี้เลยจ๊ะแม่ที่หนูเจอผีแลบลิ่นยาว” เจ้าเจียบรีบบอก

“ลูก ลูกเห็นทางมะพร้าวที่ห้อยตกลงมาอยู่กลางต้นไหมจ๊ะ” แม่ไก่ชี้ให้ลูกๆ ดู

ขณะที่แม่ไก่พูด มีลมพัดมา ทางมะพร้าวไหว แม่ไก่พูดว่า “เจ้าเจียบ มันเหมือนลิ่นผีของลูกไหม”

“เหมือนจ๊ะแม่” ลูกเจียบมองและหลับตานึกถึงเหตุการณ์เมื่อคืน

“นั่นแหละสิ่งที่ลูกเห็นในความคิดรวมกับจินตนาการที่เกิดจากความกลัว ทำให้ลูกเห็นต้นมะพร้าวและทางมะพร้าว เป็นผีแลบลิ่นยาว”

“หนูเข้าใจแล้วจ๊ะแม่ หนูขอโทษที่ไม่เชื่อฟังที่แม่สอน” เจ้าเจียบเดินไปกราบขอโทษแม่

ตัวอย่าง
แบบบันทึกพฤติกรรมกรรมการควบคุมอารมณ์

วันเดือนปี	เหตุการณ์	ความรู้สึก ของ นักเรียน	วิธีการ ควบคุม อารมณ์	ผลที่เกิดจากการควบคุม อารมณ์		ความ คิดเห็น ของครู
				พอใจ	ไม่พอใจ	



กิจกรรม ฟังเสียงธรรมชาติ

จุดประสงค์

1. ให้นักเรียนฝึกหัดการมีสมาธิแบบง่ายๆ
2. ให้นักเรียนฝึกหัดการค้นหาความสุขจากความสงบ

สาระสำคัญ

การให้นักเรียนมีสมาธิจดจ่อและรับรู้เสียงธรรมชาติ จะช่วยให้นักเรียนพัฒนาสติและสมาธิในการรับรู้สิ่งต่างๆ รอบตัว การอยู่กับธรรมชาติ จะช่วยกล่อมเกลาจิตใจให้สงบเยือกเย็น กิจกรรมนี้ควรทำให้สถานที่ต้นไม้รายรอบ และมีความสงบร่มเย็น

เวลา 50 นาที

วิธีดำเนินการ

1. ครูให้นักเรียนแต่ละคน เดินเงียบๆ คนเดียวในบริเวณสวนที่ครูกำหนดพื้นที่ให้โดยขอให้ นักเรียนลองอยู่กับความเงียบ ไม่พูดคุยกันขณะเดิน
2. ให้นักเรียนฟังเสียงต่างๆ รอบตัว ให้จดบันทึกทุกๆ เสียงที่นักเรียนได้ยินว่ามีเสียงอะไรบ้าง กำหนดเวลาประมาณ 5-10 นาที
3. เมื่อครบกำหนดเวลา ครูให้นักเรียนกลับมารวมกลุ่มอีกครั้ง ครูถามนักเรียนว่า
 - 3.1 ใครได้ยินเสียงอะไรบ้าง
 - 3.2 นักเรียนมีความรู้สึกอย่างไร ขณะที่ต้องเดินโดยไม่พูดคุยกัน และรู้สึกอย่างไรขณะที่ตั้งใจฟังเสียงต่างๆ
 - 3.3 นักเรียนคิดว่า การได้ยินเสียงต่างๆ ของนักเรียนมีความแตกต่างหรือไม่จากการได้ยินปกติของนักเรียน
4. ครูให้ข้อสรุปว่า ขณะที่นักเรียนจดจ่อรับฟังเสียงต่างๆ นั้น นักเรียนจะสามารถรับรู้เสียงต่างๆ ได้ละเอียดและชัดเจนยิ่งขึ้น และนักเรียนจะพบความสุขง่ายๆ จากการได้รับสัมผัสและรับรู้ธรรมชาติ ซึ่งเป็นการสร้างความสงบทางจิตใจที่ดีวิธีหนึ่ง
5. ครูให้นักเรียนสรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้ และการนำไปประยุกต์ในชีวิตประจำวัน

การประเมินผล

1. นักเรียนมีใจจดจ่อรับฟังเสียงรอบตัวได้
2. นักเรียนแยกแยะเสียงต่างๆ และบอกความรู้สึกในการรับฟังเสียงต่างๆ ได้
3. นักเรียนรู้สึกละสบายและเป็นสุขจากการทำกิจกรรม





กิจกรรม

แผนของลูกขุนน้อย

จุดประสงค์

1. เพื่อให้เด็กสามารถฝึกแก้ไขปัญหาเพื่อลดความขัดแย้ง โดยใช้ขั้นตอนการลดความขัดแย้ง 6 ขั้นตอน
2. เพื่อให้เด็กตระหนักถึงการแก้ไขปัญหาความขัดแย้งโดยลดความรุนแรง

สาระสำคัญ

เหตุการณ์ความขัดแย้งที่เกิดขึ้นในสังคมมีหลากหลายรูปแบบและมีความรุนแรงหลายระดับ เช่น ความขัดแย้งในครอบครัว สถานที่ทำงาน การเมือง ชุมชน และความขัดแย้งระหว่างประเทศ การฝึกให้นักเรียนได้คิด วิเคราะห์ และหาวิธีแก้ไขความขัดแย้งด้วยสันติวิธี จะช่วยลดการใช้ความรุนแรงความรุนแรงและช่วยปลูกฝังทัศนคติที่ดีต่อการอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างสันติ

เวลา 50 นาที

วิธีดำเนินการ

1. แบ่งนักเรียนเป็นกลุ่มๆ ละ 6 - 8 คน ครูทบทวนการแก้ไขปัญหาความขัดแย้ง โดยใช้ขั้นตอนหน้าต่าง 6 บาน
2. ครูแจกหนังสือพิมพ์จากสำนักพิมพ์ต่างๆ กันที่มีข่าวความขัดแย้งที่หลายหลายรูปแบบให้นักเรียนในกลุ่มเลือกข่าวที่สนใจจะวางแผนแก้ไขปัญหความขัดแย้ง โดยลดความรุนแรงกลุ่มละ 1 ข่าว
3. ครูให้นักเรียนแต่ละกลุ่มช่วยกันวางแผนแก้ไขปัญหความรุนแรงโดยใช้หลักการหน้าต่างสันติภาพ 6 บาน (กิจกรรมนี้จะจบลงแค่บานที่ 4 คือหาวิธีที่ดีที่สุด)
4. ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มนำเสนอการวางแผน
5. ครูถามความรู้สึกนักเรียนจากการช่วยกันวางแผนข่าวที่เกิดขึ้นจริง
6. ครูกระตุ้นให้นักเรียนลองนำวิธีการที่ได้เรียนรู้ไปใช้ในชีวิตประจำวัน

สื่อ/อุปกรณ์

พิมพ์หนังสือพิมพ์หลายสำนักพิมพ์
แบบจำลองหน้าต่างสันติภาพ

การประเมินผล

1. การมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม
2. ความรู้สึกที่มีต่อเหตุการณ์ที่ทำให้เกิดความขัดแย้งที่นักเรียนเลือกจากข่าวและการที่มีส่วนร่วมวางแผนแก้ไขความขัดแย้ง

ข้อเสนอแนะ

ครูสามารถนำหลักการหน้าต่าง 6 บาน และการดำเนินกิจกรรมในลักษณะนี้มาให้นักเรียนทำซ้ำๆ ทุกครั้งที่มีกรณีความขัดแย้งต่างๆ เกิดขึ้น การเรียนรู้จากการฝึกปฏิบัติในสถานการณ์ที่เป็นจริงและทำซ้ำๆ จะช่วยให้นักเรียนเกิดทักษะในการแก้ไขความขัดแย้ง และสามารถแก้ไขปัญหาได้อย่างสร้างสรรค์

ใบกิจกรรม แผนของลูกขุนน้อย

คำชี้แจง

1. ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มเลือกประธาน / เลขากลุ่ม และเลือกผู้นำเสนอ (อาจเป็นประธาน / เลขา / หรือสมาชิกในกลุ่ม)
2. ประธานนำกลุ่มดำเนินงานคือเลือกข่าว และวางแผนโดยใช้หลักหน้าต่างสันติภาพ 6 บาน
3. ใช้เวลาในการทำแผน 30 นาที
4. ตัวแทนนำเสนอกลุ่มละประมาณ 5 นาที

ภาคผนวก ณ



เอกสารชี้แจงข้อมูล/คำแนะนำแก่ผู้เข้าร่วมการวิจัย (Patient/Participant Information Sheet)

ชื่อโครงการ การประยุกต์ใช้โปรแกรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เพื่อป้องกันพฤติกรรมก้าวร้าวในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

ชื่อผู้วิจัย นางคลฤดี สุรินทร์

สถานที่วิจัย โรงเรียนป่าไม้อุทิศ 9 สังกัดสำนักงานคณะกรรมการ การศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ อำเภอเมือง จังหวัดนนทบุรี

บุคคลและวิธีการติดต่อเมื่อมีเหตุฉุกเฉินหรือความผิดปกติที่เกี่ยวข้องกับการวิจัย

เมื่อมีเหตุฉุกเฉิน หรือความผิดปกติเกิดขึ้นที่เกี่ยวข้องกับการวิจัย ผู้เข้าร่วมวิจัยสามารถที่จะติดต่อกับผู้ดำเนินการศึกษาทางหมายเลขโทรศัพท์ มือถือ 081-4067027 หมายเลขโทรศัพท์สถานีนามขนิษฐาบลบางรักน้อย 02-9859167 หากผู้ดำเนินการศึกษาไม่สามารถแก้ปัญหาได้ จะติดต่อขอรับคำปรึกษาหรือขอความช่วยเหลือจากแพทย์และจิตแพทย์ จำนวน 2 ท่าน ประจำที่โรงพยาบาลพระนั่งเกล้า จังหวัดนนทบุรี ซึ่งมีหน้าที่รับผิดชอบดูแล มีดังนี้

1 นายแพทย์ สรวุฒิ เกษมสุข โทร 086-9111915

2 นายแพทย์ สมศักดิ์ งามเอกเอื้อ โทร 089-6112012

ผู้สนับสนุนการวิจัย

-

ความเป็นมาของโครงการ

พฤติกรรมก้าวร้าวที่เกิดขึ้นในสังคมไทยปัจจุบัน ถือว่าเป็นปัญหาสังคมที่รุนแรง โดยเฉพาะปัญหาพฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรงในเด็กและวัยรุ่น วัยรุ่นไทยที่กระทำความผิดจากการใช้พฤติกรรมรุนแรงและได้รับโทษมีแนวโน้มสูงขึ้น จากปัญหาสถานการณ์ดังกล่าวจะส่งผลกระทบต่อหลายด้าน ผลกระทบต่อตัววัยรุ่นเอง ได้แก่ การได้รับบาดเจ็บและทรมานจิตใจ อีกทั้งทำให้วัยรุ่นเสียโอกาสหลายอย่างในชีวิต รวมทั้งทำให้เกิดปัญหาทางจิตสังคมอื่นๆตามมามากมาย นอกจากนี้ผลดังกล่าวไม่ได้เกิดขึ้นเฉพาะวัยรุ่นที่เป็นเหยื่อเท่านั้น แต่เกิดขึ้นกับวัยรุ่นที่เป็นผู้กระทำเช่นกัน รวมทั้งครอบครัว ชุมชนและสังคมโดยรวมอีกด้วย ผลทางด้านสุขภาพจิตอันเกิดจากความรุนแรงมีมูลค่ามหาศาลนอกจากมีการสูญเสียค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาล ยังมีการสูญเสียโอกาสทางการศึกษาและอาชีพ การสูญเสียทรัพย์สิน สูญเสียค่าใช้จ่ายในกระบวนการศาลและการคุ้มครองป้องกันตนเอง นอกจากนี้ความสูญเสียอันเกิดจากการที่ชุมชนเสื่อมโทรม สังคมไม่

ปลอดภัย การสูญเสียความสามารถในการผลิต ยังเป็นสิ่งที่ประมาณค่าไม่ได้ ความรุนแรงที่เกิดขึ้นในวัยรุ่นจึงเป็นสิ่งที่สังคมจะต้องดำเนินการโดยจะต้องมีมาตรการแก้ไขอย่างรีบด่วน

การทบทวนวรรณกรรม พบว่าปัจจัยที่ส่งเสริมการใช้พฤติกรรมรุนแรงในเด็กและวัยรุ่น ส่วนหนึ่งมาจากปัญหาการขาดความฉลาดทางอารมณ์ ความฉลาดทางอารมณ์ หมายถึงความสามารถในการรู้จักอารมณ์ความต้องการของตนเองสามารถควบคุมจัดการการแสดงออกทางอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม ทำให้ไม่สามารถควบคุมและจัดการอารมณ์ของตนเองได้ขาดการยับยั้งชั่งใจ และมีการแก้ปัญหาด้วยการใช้ความรุนแรงหรือพฤติกรรมก้าวร้าวจากปัญหาดังกล่าว จึงมีความจำเป็นที่จะให้ความช่วยเหลือแก่เด็กและวัยรุ่นในการป้องกันการเกิดปัญหาการใช้ความรุนแรงด้วยการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ เพื่อให้เด็กและเยาวชน เป็นบุคคลที่สามารถควบคุมและจัดการเกี่ยวกับอารมณ์ของตนเองได้อย่างเหมาะสม ในปัจจุบันมีการศึกษาแนวทางการป้องกันพฤติกรรมก้าวร้าวในวัยรุ่นด้วยโปรแกรมต่างๆหลายโปรแกรม ที่พบว่าการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์เพื่อช่วยเหลือเด็กและเยาวชนให้พัฒนาตนเองในด้านจิตใจ สังคม อารมณ์ให้เข้มแข็ง พร้อมทั้งจะเผชิญปัญหาต่างๆ การดำเนินงานด้านกิจกรรมกลุ่มเป็นแนวทางหนึ่งซึ่งเชื่อว่ามีผลต่อการปรับพฤติกรรมก้าวร้าวลดลงได้ กิจกรรมกลุ่มช่วยให้เกิดการพัฒนาตนเอง สนองความต้องการพื้นฐานของบุคคล ทั้งทางร่างกายและจิตใจและพัฒนาการทางด้านความรู้และทักษะต่าง ๆ ในขณะที่อยู่ในกลุ่ม จึงนับได้ว่ามีความสำคัญต่อการปรับพฤติกรรมก้าวร้าวในเด็กและวัยรุ่น

วัตถุประสงค์

เพื่อประยุกต์ใช้โปรแกรมการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ในการป้องกันพฤติกรรมก้าวร้าวในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

รายละเอียดที่จะปฏิบัติต่อผู้เข้าร่วมการวิจัย

1. ผู้ศึกษาเข้าพบนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 เพื่อแนะนำตัว ชี้แจงวัตถุประสงค์และขอความร่วมมือในการศึกษา หากนักเรียนมีความสมัครใจในการเข้าร่วมศึกษา ผู้ศึกษาจะให้ให้นักเรียนและผู้ปกครองลงนามในหนังสือยินยอมโดยได้รับการบอกกล่าวและเต็มใจ

2. ผู้ศึกษาให้ผู้ปกครองทำแบบสอบถามเพื่อประเมินพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรงที่บ้าน

3. ผู้ศึกษาให้นักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ตอบแบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล แบบสอบถามเพื่อประเมินพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรงและวัดความฉลาดทางอารมณ์ก่อนเข้าร่วมโครงการ

4. ผู้ศึกษาให้นักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 แบบบันทึกการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวรายบุคคลที่เพื่อนมีต่อนักเรียนทุกครั้งที่มีพฤติกรรมก้าวร้าว

5. ผู้ศึกษาให้ครูทำแบบบันทึกรายงานการสังเกตพฤติกรรมโดยคอยสังเกตพฤติกรรมความรุนแรงของนักเรียนในชั้นเรียนหรือระหว่างพักกลางวันตั้งแต่เริ่มดำเนินโครงการ จนจบสิ้นโครงการ

6. ผู้ศึกษาดำเนินการโครงการโดยการจัดกระบวนการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เพื่อป้องกันพฤติกรรมก้าวร้าวในนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 6 ตามคู่มือของกรมสุขภาพจิตที่ทั้งหมด 8 ด้าน จำนวน 9 กิจกรรม ใช้เวลาในการดำเนินกิจกรรม 4 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 วัน คือ วันอังคาร และ วันศุกร์ในเวลาเรียนปกติ วันละ 1 คาบ คาบละ 50 นาที ช่วงเวลา 14.30-15.20 น.

7. ผู้ศึกษาทำแบบประเมินเหตุการณ์การเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวในชั้นเรียนทุกสัปดาห์

8. เมื่อโครงการสิ้นสุดลง ผู้ศึกษาจะให้นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ตอบแบบสอบถามเพื่อประเมินพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรง แบบวัดความฉลาดทางอารมณ์ และตอบแบบสัมภาษณ์ความรู้สึกของนักเรียนที่มีต่อตนเอง เพื่อน และสังคม รวมทั้งให้ผู้ปกครองตอบแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรงที่บ้าน

ประโยชน์และผลข้างเคียงที่จะเกิดแก่ผู้เข้าร่วมการวิจัย

ผู้เข้าร่วมศึกษาจะได้รับประโยชน์จากการเข้าร่วมโครงการ คือ ได้รับการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ทำให้เกิดทักษะการเรียนรู้ที่จะเข้าใจความรู้สึก อารมณ์ของตนเองและผู้อื่น การจัดการกับอารมณ์ต่างๆ การเรียนรู้ที่จะทำงานร่วมกับผู้อื่น และสามารถเผชิญปัญหาต่างๆ ได้อย่างเหมาะสม และสามารถป้องกันการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวในวัยรุ่น

ผลข้างเคียงที่อาจจะเกิดขึ้นคือ การทำกิจกรรมกลุ่มอาจทำให้นักเรียนต้องเผชิญกับปัญหาหรือ สถานการณ์ต่างๆ ที่กระตุ้นให้เกิดความรู้สึกทางลบเช่น อาจเกิดพฤติกรรมก้าวร้าว โกรธ ไม่พอใจและอื่นๆ ในกรณีที่นักเรียนมีภาวะสุขภาพ จิตรุนแรงและไม่สามารถจัดการกับอารมณ์ได้ในขณะทำกิจกรรม ผู้ศึกษาจะให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลหรือประสานงานกับนักจิตวิทยาเพื่อให้การช่วยเหลือเป็นรายบุคคลหลังจากกลุ่มต่อไป ซึ่งถ้านักเรียนผู้นั้นมีความไม่สบายใจที่จะเข้าร่วมกิจกรรมอีกก็สามารถขอถอนตัวได้ตลอดเวลาโดยไม่มีผลกระทบใดๆ

การเก็บข้อมูลเป็นความลับ

ข้อมูลทั้งหมดของผู้เข้าร่วมศึกษาจะถูกเก็บไว้เป็นความลับ การวิเคราะห์และการนำเสนอข้อมูลจะไม่ระบุชื่อของผู้เข้าร่วมศึกษา

ถ้าท่านมีปัญหาข้อสงสัยหรือรู้สึกกังวลใจกับการเข้าร่วมในโครงการวิจัยนี้ ท่านสามารถติดต่อกับประธานกรรมการจริยธรรมการวิจัยในคน สำนักงานวิจัยคณะฯ อาคารวิจัยและสวัสดิการ คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี

ภาคผนวก ก

หนังสือยินยอมโดยได้รับการบอกกล่าวและเต็มใจ



หนังสือยินยอมโดยได้รับการบอกกล่าวและเต็มใจ (Informed Consent Form)

ชื่อโครงการ การประยุกต์ใช้โปรแกรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เพื่อป้องกันพฤติกรรมก้าวร้าวในนักเรียน
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

ชื่อผู้วิจัย นางชลลดา สุรินทร์

*ชื่อผู้เข้าร่วมการวิจัย

อายุ เลขที่เวชระเบียน

คำยินยอมของผู้เข้าร่วมการวิจัย

ข้าพเจ้า นาย/นาง/นางสาว ได้ทราบรายละเอียด
ของโครงการวิจัยตลอดจนประโยชน์ และข้อเสี่ยงที่จะเกิดขึ้นต่อข้าพเจ้าจากผู้วิจัยแล้วอย่างชัดเจน ไม่มีสิ่งใด
ปิดบังซ่อนเร้นและยินยอมให้ทำการวิจัยในโครงการที่มีข้อข้างต้น และข้าพเจ้ารู้ว่าถ้าฉันมีปัญหาหรือข้อสงสัย
เกิดขึ้นข้าพเจ้าสามารถสอบถามผู้วิจัยได้ และข้าพเจ้าสามารถไม่เข้าร่วมโครงการวิจัยนี้เมื่อใดก็ได้ โดยไม่มี
ผลกระทบต่อการรักษาที่ข้าพเจ้าพึงได้รับ นอกจากนี้ผู้วิจัยจะเก็บข้อมูลเฉพาะเกี่ยวกับตัวข้าพเจ้าเป็นความลับและ
จะเปิดเผยได้เฉพาะในรูปที่เป็นสรุปผลการวิจัย การเปิดเผยข้อมูลเกี่ยวกับตัวข้าพเจ้าต่อหน่วยงานต่างๆที่เกี่ยวข้อง
กระทำได้เฉพาะกรณีจำเป็นด้วยเหตุผลทางวิชาการเท่านั้น

ลงชื่อ.....(ผู้เข้าร่วมการวิจัย)

.....(พยาน)

.....(พยาน)

วันที่

คำอธิบายของแพทย์หรือผู้วิจัย

ข้าพเจ้าได้อธิบายรายละเอียดของโครงการ ตลอดจนประโยชน์ของการวิจัย รวมทั้งข้อเสี่ยงที่อาจจะ
เกิดขึ้นแก่ผู้เข้าร่วมการวิจัยทราบแล้วอย่างชัดเจนโดยไม่มีสิ่งใดปิดบังซ่อนเร้น

ลงชื่อ.....(แพทย์หรือผู้วิจัย)

วันที่.....

หมายเหตุ : กรณีผู้เข้าร่วมการวิจัย ไม่สามารถอ่านหนังสือได้ ให้ผู้วิจัยอ่านข้อความในหนังสือยินยอมฯ นี้ให้แก่
ผู้เข้าร่วมการวิจัย ฟังจนเข้าใจดีแล้ว และให้ผู้เข้าร่วมการวิจัย ลงนามหรือพิมพ์ลายนิ้วมือเมื่อรับทราบในการให้
ความยินยอมดังกล่าวข้างต้นไว้ด้วย *ผู้เข้าร่วมการวิจัย หมายถึง ผู้ยินยอมตนให้ทำวิจัย



หนังสือยินยอมโดยได้รับการบอกกล่าวและเต็มใจ
สำหรับผู้เข้าร่วมการวิจัยที่ไม่สามารถแสดงความยินยอมได้ด้วยตนเอง

ชื่อโครงการ การประยุกต์ใช้โปรแกรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เพื่อป้องกันพฤติกรรมก้าวร้าวในนักเรียน
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

ชื่อผู้วิจัย นางคลฤดี สุรินทร์

*ชื่อผู้เข้าร่วมการวิจัย

อายุ เลขที่เวชระเบียน

คำยินยอมของผู้มีอำนาจกระทำการแทนผู้เข้าร่วมการวิจัย

ข้าพเจ้า นาย/นาง/นางสาว ซึ่งเป็นผู้มีอำนาจกระทำการแทน
นาย/นาง/นางสาว/ด.ช./ด.ญ. ในฐานะ ได้ทราบรายละเอียด
ของโครงการการวิจัย ตลอดจนประโยชน์ และข้อเสี่ยงที่จะเกิดขึ้นต่อผู้เข้าร่วมการวิจัยจากผู้วิจัยแล้วอย่างชัดเจน
ไม่สิ่งใดปิดบังซ่อนเร้นและยินยอมให้ทำการวิจัยในโครงการที่มีข้อข้างต้น และข้าพเจ้ารู้ว่าถ้ามีปัญหาหรือข้อ
สงสัยเกิดขึ้นข้าพเจ้าสามารถสอบถามผู้วิจัยได้ และข้าพเจ้าสามารถไม่ให้ผู้เข้าร่วมการวิจัยเข้าร่วมโครงการวิจัยนี้
เมื่อใดก็ได้ โดยไม่มีผลกระทบต่อการรักษาที่ผู้เข้าร่วมการวิจัยได้รับ นอกจากนี้ผู้วิจัยจะเก็บข้อมูลเฉพาะเกี่ยวกับ
ตัวผู้เข้าร่วมการวิจัยเป็นความลับและจะเปิดเผยได้เฉพาะในรูปที่เป็นสรุปผลการวิจัย การเปิดเผยข้อมูลเกี่ยวกับตัว
ผู้เข้าร่วมการวิจัยต่อหน่วยงานต่างๆที่เกี่ยวข้อง กระทำได้เฉพาะกรณีจำเป็นด้วยเหตุผลทางวิชาการเท่านั้น

ลงชื่อ.....(ผู้มีอำนาจกระทำการแทน)

.....(พยาน)

.....(พยาน)

วันที่

คำอธิบายของแพทย์หรือผู้ทำวิจัย

ข้าพเจ้าได้อธิบายรายละเอียดของ โครงการ ตลอดจนประโยชน์ของการวิจัย รวมทั้งข้อเสี่ยงที่อาจจะ
เกิดขึ้นแก่ผู้เข้าร่วมการวิจัยให้ผู้มีอำนาจกระทำการแทนทราบแล้วอย่างชัดเจนโดยไม่สิ่งใดปิดบังซ่อนเร้น

ลงชื่อ.....(แพทย์หรือผู้วิจัย)

วันที่.....

* ผู้เข้าร่วมการวิจัย หมายถึง ผู้ยินยอมตนให้ทำวิจัย

ประวัติผู้ศึกษา

ชื่อ-สกุล	นางดลฤดี สุรินทร์
วัน เดือน ปี เกิด	24 มีนาคม 2516
สถานที่เกิด	จังหวัดนครราชสีมา
ประวัติการศึกษา	วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนีรัศวินราชมงคล พยาบาลศาสตร ะดับต้น พ.ศ. 2538 วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีสรีธัญญา พยาบาลศาสตรบัณฑิต(ต่อเนื่อง) พ.ศ. 2545 มหาวิทยาลัยมหิดล พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต พ.ศ. 2553 คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี
ตำแหน่งและสถานที่ปฏิบัติงานปัจจุบัน	พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ สถานีนามัยวังไทร อำเภอปากช่อง จังหวัดนครราชสีมา โทรศัพท์: 081-4067027 E-mail: aoyydon@hotmail.com
ที่อยู่ปัจจุบัน	43 หมู่ 5 ตำบลวังไทร อำเภอปากช่อง จังหวัดนครราชสีมา โทรศัพท์: 081-4067027