

ผลของการฝึกการควบคุมตนเองต่อการลดพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชนกระทำผิดหญิง
ในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนหญิงบ้านปรานี

นางสาวดิษยา มีเพียร

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ
คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
ปีการศึกษา 2551
ลิขสิทธิ์ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

EFFECTS OF SELF-CONTROL TRAINING IN REDUCING FEMALE ADOLESCENT OFFENDERS'
AGGRESSTIVE BEHAVIORS IN BAN PRANEE JUVENILE VOCATIONAL TRAINING CENTRE

Miss Disaya Meepien

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements
for the Degree of Master of Arts Program in Developmental Psychology

Faculty of Psychology

Chulalongkorn University

Academic Year 2008

Copyright of Chulalongkorn University

หัวข้อวิทยานิพนธ์ ผลของการฝึกการควบคุมตนเองต่อการลดพฤติกรรมก้าวร้าวของ
เยาวชนกระทำผิดหญิง ในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนหญิง
บ้านปรานี

โดย นางสาวดิษยา มีเพียร

สาขาวิชา จิตวิทยาพัฒนาการ

อาจารย์ที่ปรึกษา รองศาสตราจารย์ ดร.สมโภชน์ เขี่ยมสุภาชาติ

คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้บัณฑิตวิทยาลัยเป็นส่วนหนึ่ง
ของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรบัณฑิต

..... คณบดีคณะจิตวิทยา
(รองศาสตราจารย์ ดร.สมโภชน์ เขี่ยมสุภาชาติ)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

..... ประธานกรรมการ
(รองศาสตราจารย์ ดร.พรพรรณทิพย์ ศิริวรรณบุญชัย)

..... อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์
(รองศาสตราจารย์ ดร.สมโภชน์ เขี่ยมสุภาชาติ)

..... กรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.พรพรรณระพี สุทธิวรรณ)

ดิษยา มีเพียร : ผลของการฝึกการควบคุมตนเองต่อการลดพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชนกระทำผิดหญิงในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนหญิงบ้านปรานี. (Effects of Self-control Training in Reducing Female Adolescent Offenders' Aggressive Behaviors in Ban Pranee Juvenile Vocational Training Centre) อ. ที่ปรึกษา : รศ. ดร.สมโภชน์ เขี่ยมสุภาษิต, 124 หน้า.

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการฝึกการควบคุมตนเองต่อการลดพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชนกระทำผิดหญิง กลุ่มตัวอย่างเป็นเยาวชนหญิงที่กระทำผิดและถูกตัดสินให้เข้ารับการฝึกอบรม ณ ศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนหญิงบ้านปรานี สังกัดกรมพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน กระทรวงยุติธรรม อายุระหว่าง 15 -18 ปี จำนวน 14 คน สุ่มแบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 7 คน เข้ารับการทดลองตามเงื่อนไข โดยในระยะทดลอง 5 สัปดาห์ กลุ่มทดลองได้รับการฝึกการควบคุมตนเองเป็นสัปดาห์ละ 2 ครั้ง รวม 10 ครั้ง ในขณะที่กลุ่มควบคุมจะได้รับการบำบัดตามโปรแกรมการบำบัดทั่วไปของกรมพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน สัปดาห์ละ 2 ครั้ง รวม 10 ครั้ง การเก็บรวบรวมข้อมูลดำเนินการโดยการบันทึกจำนวนช่วงเวลาก่อเกิดพฤติกรรมก้าวร้าว จากการสังเกตพฤติกรรมเยาวชนแต่ละคนในระยะเส้นฐาน ระยะทดลองและระยะติดตามผล และให้เยาวชนตอบแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวในระยะเส้นฐาน ระยะสิ้นสุดการทดลองและระยะติดตามผล วิเคราะห์ข้อมูลโดยนำค่าเฉลี่ยของจำนวนช่วงเวลาก่อเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวและคะแนนจากวัดพฤติกรรมก้าวร้าว ในระยะเส้นฐาน ระยะทดลองและระยะติดตามผลของเยาวชนทั้งสองกลุ่มมาทดสอบความแตกต่าง ด้วยสถิติ t -test

ผลการวิจัยพบว่า เยาวชนกลุ่มทดลองซึ่งได้รับการฝึกการควบคุมตนเอง มีพฤติกรรมก้าวร้าวซึ่งประเมินจากค่าเฉลี่ยร้อยละของจำนวนช่วงเวลาก่อเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวและคะแนนเฉลี่ยจากแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ทั้งในระยะทดลองและระยะติดตามผล เมื่อเปรียบเทียบกับระยะเส้นฐาน ในขณะที่ไม่พบการเปลี่ยนแปลงดังกล่าวในกลุ่มควบคุม นอกจากนี้เมื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยร้อยละของจำนวนช่วงเวลาก่อเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวและคะแนนเฉลี่ยจากแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าว ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมในทั้ง 3 ระยะ พบว่าคะแนนของทั้ง 2 กลุ่มไม่แตกต่างกันในระยะเส้นฐาน หากแต่แตกต่างกันในระยะทดลองและระยะติดตามผล อันน่าจะแสดงให้เห็นว่าความแตกต่างที่เกิดขึ้นนั้นเป็นผลมาจากการฝึกการควบคุมตนเอง

สาขาวิชา จิตวิทยาพัฒนาการ
ปีการศึกษา 2551

ลายมือชื่อนิสิต.....
ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา.....

4878278038 : MAJOR DEVELOPMENTAL PSYCHOLOGY

KEY WORD: SELF-CONTROL TRAINING / AGGRESSIVE BEHAVIOR / FEMALE ADOLESCENT
OFFENDER /

DISAYA MEEPIEN : EFFECTS OF SELF-CONTROL TRAINING IN REDUCING
FEMALE ADOLESCENT OFFENDERS' AGGRESSTIVE BEHAVIORS IN BAN
PRANEE JUVENILE VOCATIONAL TRAINING CENTRE. THESIS ADVISOR :
ASSOC. PROF. SOMPOCH IAMSUPASIT, Ph.D., 124 pp.

The purpose of this research study was to examine the effects of self-control training in reducing aggressive behaviors of female adolescent offenders. Participants were 14 female adolescent offenders, aged 15 – 18 years old, who had been sentenced in Ban Pranee Juvenile Vocational Training Centre, supervised by the Department of Youth Observation and Protection, the Ministry of Justice. Participants were randomly assigned into 2 groups, the treatment and control groups, with 7 subjects in each. Participants in the treatment group were trained in 10 sessions to control themselves using the method of observation and behavior analysis, self-reinforcement, self-evaluation, self-regulation, together with social skill training. Meanwhile the participants in the control group attended 10 therapeutic sessions developed by the Department of Youth Observation and Protection commonly used for female adolescent offenders in Ban Pranee Juvenile Vocational Training Centre. Then, aggressive behaviors of all participants were observed daily during the baseline, treatment and follow up periods. Self-report data were also collected from all participants before and immediately after the treatment, and 2 weeks afterward. The scores on both behavioral and observation self-report were analyzed using the *t*-tests to compare the mean different between the two groups.

Results indicated that comparing to the baseline, participants in the treatment group who received the self-control training had significantly lower aggression scores in both the treatment and follow up periods, as measured by the percentage of observed aggressive behavior and their aggression score. There was no significant in these regards in the control group, however. Moreover, when the percentage of observed aggressive behavior and self-report mean scores between the treatment and control groups were compared, it was found that there was no differences were observed only in baseline period. Significant differences were found in the treatment and follow up periods, suggesting the effects of the self-control training.

Field of study : Developmental Psychology

Student's signature.....

Academic year : 2008

Advisor's signature.....

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลงได้ด้วยความกรุณาของ รองศาสตราจารย์ ดร.สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต อาจารย์ที่ปรึกษาที่ให้ความอนุเคราะห์สละเวลาชี้แนะ ให้คำแนะนำและตรวจสอบแก้ไข วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ด้วยความเมตตาและใส่ใจอย่างยิ่ง รวมถึง รองศาสตราจารย์ ดร.พรพนทิพย์ ศิริวรรณบุศย์ ประธานกรรมการวิทยานิพนธ์และผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.พรพนระพี สุทธิวรรณ กรรมการวิทยานิพนธ์ ที่กรุณาให้คำแนะนำที่มีประโยชน์อย่างยิ่งในการแก้ไขวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ให้มีความสมบูรณ์และถูกต้องมากยิ่งขึ้น ผู้วิจัยใคร่ขอกราบขอบพระคุณคณาจารย์ทุกท่านอย่างสูงไว้ ณ โอกาสนี้

ขอขอบพระคุณอธิบดีกรมพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน กระทรวงยุติธรรม ที่เมตตาอนุญาตให้รวบรวมข้อมูลในการทำวิจัยครั้งนี้ ขอขอบพระคุณ คุณทัศนาวีไล ไกรนรา ผู้อำนวยการศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนหญิงบ้านปรานี และคุณเพชรรัตน์ กาบคำ หัวหน้ากลุ่มงานพัฒนาพฤตินิสัย ที่กรุณาให้ความช่วยเหลือ ให้คำแนะนำและอำนวยความสะดวกในการเก็บข้อมูลการศึกษาวิจัยให้ลุล่วงไปได้ด้วยดี

ขอขอบคุณเจ้าหน้าที่ศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนหญิงบ้านปรานีที่ให้ความอนุเคราะห์ในการตอบแบบสอบถามและเยาวชนกลุ่มตัวอย่างที่ให้ความร่วมมือในการศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็นอย่างดี

ขอขอบคุณสำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย (สกว.) ที่สนับสนุนทุนศึกษาวิจัยในครั้งนี้

ท้ายนี้ ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณ คุณพ่อ คุณแม่ ผู้ให้ความรักความห่วงใย เป็นกำลังใจ และเป็นแรงบันดาลใจอันสำคัญยิ่งของผู้วิจัยมาตลอดชีวิต ขอขอบคุณสมาชิกสกุลมีเพียร ร้อยโทหญิงศุภวดีและเรืออากาศตรีฐิติเดช ผู้ซึ่งอยู่เคียงข้างและสนับสนุนผู้วิจัยด้วยความรักและหวังดียิ่งเสมอมา ขอขอบคุณ คุณพิมลา คุณวิชญา คุณเมตตาและร้อยโทเจษฎา ที่คอยดูแล ห่วงใย ให้ความช่วยเหลือเมื่อมีอุปสรรคและเป็นกำลังใจที่ดี ตลอดระยะเวลาในการศึกษาระดับปริญญาโทมหาบัณฑิต

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
กิตติกรรมประกาศ.....	ฉ
สารบัญ.....	ช
สารบัญตาราง.....	ฌ
สารบัญภาพ.....	ฎ
บทที่	
1 บทนำ.....	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
แนวคิด ทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	6
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	19
ปัญหาการวิจัย.....	23
วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	23
สมมติฐาน.....	24
ขอบเขตของการวิจัย.....	24
คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย.....	24
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ.....	26
2 วิธีดำเนินการวิจัยและการดำเนินการเก็บข้อมูล.....	27
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	27
การออกแบบการวิจัย.....	31
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	31
วิธีดำเนินการวิจัย.....	35
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	36
การนำเสนอข้อมูล.....	37
3 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	38
4 อภิปรายผลการวิจัย.....	67
5 สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ.....	73
รายการอ้างอิง.....	77

	หน้า
ภาคผนวก.....	82
ภาคผนวก ก.....	83
ภาคผนวก ข.....	114
ภาคผนวก ค.....	121
ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์.....	124

สารบัญญัตราจ

ตารางที่		หน้า
1.1	จำนวนเด็กและเยาวชนที่ถูกจับกุมมายังสถานพินิจฯ ทั่วประเทศ ปี พ.ศ.2538-2542.....	2
1.2	จำนวนเด็กและเยาวชนที่ศาลมีคำพิพากษาว่ากระทำผิด ปี พ.ศ.2538-2542...	2
1.3	สถิติคดีที่เด็กและเยาวชนกระทำผิดสูงสุด 5 อันดับ ตั้งแต่ปี พ.ศ.2538-2542...	4
1.4	จำนวนเด็กและเยาวชนที่ศาลมีคำพิพากษาว่ากระทำผิดและกระทำคามผิดซ้ำ	5
2.1	การจัดการเรียนการสอนและกิจวัตรประจำวันของเยาวชนหญิงใน ศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนหญิงบ้านปรานี.....	29
3.1	การกำหนดผู้สังเกตพฤติกรรมกลุ่มตัวอย่างในแต่ละสัปดาห์.....	39
3.2	ค่าเฉลี่ยร้อยละและจำนวนช่วงเวลาในการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชน กลุ่มทดลองในระยะเ้า่นฐาน ระยะทดลองและระยะติดตามผล.....	41
3.3	ค่าเฉลี่ยร้อยละและจำนวนช่วงเวลาในการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชน กลุ่มควบคุมในระยะเ้า่นฐาน ระยะทดลองและระยะติดตามผล.....	42
3.4	เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยร้อยละ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและผลวิเคราะห์ ความแตกต่างค่าเฉลี่ยร้อยละของจำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าว ของเยาวชนกลุ่มทดลองและเยาวชนกลุ่มควบคุม ในระยะฐาน.....	59
3.5	เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยร้อยละ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและผลวิเคราะห์ ความแตกต่างค่าเฉลี่ยร้อยละของจำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าว ของเยาวชนกลุ่มทดลองและเยาวชนกลุ่มควบคุม ในระยะทดลอง.....	57
3.6	เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยร้อยละ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและผลวิเคราะห์ ความแตกต่างค่าเฉลี่ยร้อยละของจำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าว ของเยาวชนกลุ่มทดลองและเยาวชนกลุ่มควบคุม ในระยะติดตามผล.....	60
3.7	ค่าเฉลี่ยร้อยละ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และผลวิเคราะห์ความแตกต่าง ค่าเฉลี่ยร้อยละของจำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชน กลุ่มทดลอง ในระยะเ้า่นฐานและระยะทดลอง.....	61
3.8	ค่าเฉลี่ยร้อยละ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และผลวิเคราะห์ความแตกต่าง ค่าเฉลี่ยร้อยละของจำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชน กลุ่มทดลอง ในระยะเ้า่นฐานและระยะติดตามผล.....	61

ตารางที่	หน้า
3.9	คะแนนและค่าเฉลี่ยคะแนนจากแบบประเมินการปฏิบัติตัวของเยาวชนต่อผู้อื่น ของเยาวชนกลุ่มควบคุมและเยาวชนกลุ่มทดลอง..... 62
3.10	เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนและผลวิเคราะห์ความแตกต่างค่าเฉลี่ยคะแนน จากแบบสอบถามการปฏิบัติตัวของเยาวชนต่อผู้อื่นของเยาวชนกลุ่มทดลอง ในระยะเริ่มต้น..... 63
3.11	เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนและผลวิเคราะห์ความแตกต่างค่าเฉลี่ยคะแนน จากแบบสอบถามการปฏิบัติตัวของเยาวชนต่อผู้อื่นของเยาวชนกลุ่มทดลอง ในระยะสิ้นสุดการทดลอง..... 64
3.12	เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนและผลวิเคราะห์ความแตกต่างค่าเฉลี่ยคะแนน จากแบบสอบถามการปฏิบัติตัวของเยาวชนต่อผู้อื่นของเยาวชนกลุ่มทดลอง ในระยะติดตามผล..... 64
3.13	เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนจากแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าว ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และผลวิเคราะห์ความแตกต่างค่าเฉลี่ยคะแนน จากแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชนกลุ่มทดลอง ในระยะเริ่มต้น และระยะสิ้นสุดการทดลอง..... 65
3.14	เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนจากแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าว ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และผลวิเคราะห์ความแตกต่างค่าเฉลี่ยคะแนน จากแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชนกลุ่มทดลอง ในระยะเริ่มต้น และระยะติดตามผล..... 65

สารบัญภาพ

ภาพที่	หน้า
3.1	แสดงค่าเฉลี่ยช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชนกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม ในแต่ละวัน ตั้งแต่ระยะฐาน ระยะทดลองและระยะติดตามผล..... 44
3.2	แสดงจำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชนกลุ่มทดลอง หมายเลข T1 ในระยะเส้นฐาน ระยะทดลองและระยะติดตามผล..... 45
3.3	แสดงจำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชนกลุ่มทดลอง หมายเลข T2 ในระยะเส้นฐาน ระยะทดลองและระยะติดตามผล..... 46
3.4	แสดงจำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชนกลุ่มทดลอง หมายเลข T3 ในระยะเส้นฐาน ระยะทดลองและระยะติดตามผล..... 47
3.5	แสดงจำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชนกลุ่มทดลอง หมายเลข T4 ในระยะเส้นฐาน ระยะทดลองและระยะติดตามผล..... 48
3.6	แสดงจำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชนกลุ่มทดลอง หมายเลข T5 ในระยะเส้นฐาน ระยะทดลองและระยะติดตามผล..... 49
3.7	แสดงจำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชนกลุ่มทดลอง หมายเลข T6 ในระยะเส้นฐาน ระยะทดลองและระยะติดตามผล..... 50
3.8	แสดงจำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชนกลุ่มทดลอง หมายเลข T7 ในระยะเส้นฐาน ระยะทดลองและระยะติดตามผล..... 51
3.9	แสดงจำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชนกลุ่มทดลอง หมายเลข C1 ในระยะเส้นฐาน ระยะทดลองและระยะติดตามผล..... 52
3.10	แสดงจำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชนกลุ่มควบคุม

ภาพที่	หน้า
หมายเลข C2 ในระยะเส้นฐาน ระยะทดลองและระยะติดตามผล.....	53
3.11 แสดงจำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชนกลุ่มควบคุม หมายเลข C3 ในระยะเส้นฐาน ระยะทดลองและระยะติดตามผล.....	54
3.12 แสดงจำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชนกลุ่มควบคุม หมายเลข C4 ในระยะเส้นฐาน ระยะทดลองและระยะติดตามผล.....	55
3.13 แสดงจำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชนกลุ่มควบคุม หมายเลข C5 ในระยะเส้นฐาน ระยะทดลองและระยะติดตามผล.....	56
3.14 แสดงจำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชนกลุ่มควบคุม หมายเลข C6 ในระยะเส้นฐาน ระยะทดลองและระยะติดตามผล.....	57
3.15 แสดงจำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชนกลุ่มควบคุม หมายเลข C7 ในระยะเส้นฐาน ระยะทดลองและระยะติดตามผล.....	58

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

เด็กและเยาวชนเป็นกลุ่มบุคคลหลักที่ได้รับการให้ความสำคัญ ไม่ว่าจะเป็นการให้การเอาใจใส่ดูแลอย่างใกล้ชิดจากครอบครัว การสร้างสภาวะแวดล้อมให้เหมาะสมเพื่อการเจริญเติบโตในชุมชน การจัดโครงการหรือกิจกรรมเพื่อเด็กและเยาวชนโดยสมาคมต่าง ๆ หรือแม้แต่นโยบายส่งเสริมพัฒนาการของเด็กและเยาวชนของรัฐบาลทุกยุคทุกสมัย สิ่งต่าง ๆ เหล่านี้ก็เพื่อเด็กและเยาวชนที่จะเติบโตเป็นกำลังในประเทศชาติต่อไปในภายภาคหน้า

ครอบครัวและสังคมที่ดีย่อมสามารถหล่อหลอมเด็กและเยาวชน ให้เติบโตขึ้นเป็นคนดีและเป็นกำลังสำคัญของประเทศชาติได้ ครอบครัวที่มีบิดามารดาคอยเอาใจใส่ดูแล ให้ความรักความอบอุ่น และเป็นที่ยังยามเด็กและเยาวชนเผชิญปัญหา จะช่วยให้เด็กและเยาวชนสามารถปรับประคับประคองตนเองให้ผ่านช่วงระยะเวลาวิกฤตไปได้ เช่นเดียวกับสังคมที่อบอุ่นและปลอดภัย จะเอื้ออำนวยให้เด็กและเยาวชนรู้สึกมีคุณค่า ได้รับการสนับสนุน ตลอดจนได้เรียนรู้จากตัวแบบที่เหมาะสม

อย่างไรก็ดีเด็กและเยาวชนส่วนหนึ่งเติบโตขึ้นเป็นอาชญากร เป็นบุคคลที่ก่อให้เกิดอันตรายต่อผู้อื่น และเป็นปัญหาที่ประเทศชาติต้องสิ้นเปลืองงบประมาณในการแก้ไข จากสถิติการเกิดอาชญากรรม พบว่า อัตราการเกิดอาชญากรรมเพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ เช่นเดียวกันกับอัตราการขยายสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน สังกัดกรมพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน กระทรวงยุติธรรม จากสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนกลางเพียงแห่งเดียว ในปี พ.ศ.2495 เป็นสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน 76 แห่งทั่วประเทศ ในปี พ.ศ.2549 (<http://www2.djop.moj.go.th>) ทั้งนี้เพื่อรองรับเด็กและเยาวชนที่กระทำผิดและถูกจับกุมมายังสถานพินิจฯ ที่มีอัตราเพิ่มขึ้น ดังแสดงในตารางที่ 1.1

ตาราง 1.1 จำนวนเด็กและเยาวชนที่ถูกจับกุมมายังสถานพินิจฯ ทั่วประเทศ ปี พ.ศ.2538 – 2542 (ธรรมศาสตร์, กระบวนการยุติธรรมกับการคุ้มครองสิทธิเด็กในคดีอาญา, 2543)

ปี	อายุ			
	7 – 14 ปี	15 – 18 ปี	มากกว่า 18 ปี	รวม
2538	3,811	16,401	207	20,419
2539	4,213	19,127	251	23,591
2540	5,172	25,191	305	30,668
2541	5,670	32,462	340	38,472
2542	5,316	31,628	444	37,388

จากตารางข้างต้นแสดงให้เห็นถึงอัตราที่เพิ่มขึ้นของเด็กและเยาวชนที่กระทำผิด ซึ่งสอดคล้องกับจำนวนเด็กและเยาวชนที่ได้รับการพิพากษาให้เข้ารับการฝึกและอบรมในศูนย์ฝึกและอบรมฯ ที่มีอัตราเพิ่มขึ้น ดังแสดงในตารางที่ 1.2 ข้อมูลดังกล่าวแสดงให้เห็นถึงความสัมพันธ์ทางบวกของจำนวนเด็กและเยาวชนกระทำผิด กับอัตราการการเกิดอาชญากรรม

ตาราง 1.2 จำนวนเด็กและเยาวชนที่ศาลมีคำพิพากษาว่ากระทำผิด ปี พ.ศ.2538 – 2542 (ธรรมศาสตร์, กระบวนการยุติธรรมกับการคุ้มครองสิทธิเด็กในคดีอาญา, 2543)

คำพิพากษา	ปี พ.ศ.				
	2538	2539	2540	2541	2542
ว่ากล่าวตักเตือน	2,561	4,252	3,411	2,484	2,029
คุมประพฤติ	1,978	1,663	1,377	1,458	1,407
รอกำหนดโทษ-มีคุมประพฤติ	5,921	7,316	12,081	15,662	17,454
รอกำหนดโทษ-ไม่มีคุมประพฤติ	539	559	1,249	911	1,222
ฝึกอบรม*	1,733	1,771	2,612	3,683	3,801
จำคุก	67	87	88	80	167
จำคุก-ฝึกอบรม	477	962	1,055	1,229	2,993
จำคุก-รอกำหนดโทษ	177	230	312	1,529	1,134
ปรับ	1,217	922	1,506	2,189	2,126
รวม	14,670	17,762	23,691	29,225	32,333

ทั้งนี้อาจเป็นเพราะครอบครัวและสังคมที่เปลี่ยนไปจากอดีต ปัจจุบันมีครอบครัวจำนวนมากที่บิดามารดาใช้เวลาส่วนใหญ่ไปกับการทำงาน เพื่อหารายได้มาจุนเจือครอบครัว ส่งผลให้เวลาในการดูแลเอาใจใส่เด็กและเยาวชนลดลง ไม่สามารถ رصدชั้นพฤติกรรมได้อย่างเต็มที่ ประกอบกับขาดความรู้ความเข้าใจในการแก้ไขปัญหาและการอบรมเลี้ยงดูอย่างถูกวิธี ทำให้เด็กและเยาวชนเกิดความคับข้องใจและเกิดข้อขัดแย้งระหว่างเด็กและเยาวชนกับผู้ปกครองบ่อยครั้ง เมื่อไม่สามารถพึ่งพาบุคคลในครอบครัวได้ เด็กและเยาวชนจึงหันไปหาเพื่อน ไม่ว่าจะเป็นเพื่อนที่พักอาศัยในละแวกบ้านใกล้เรือนเคียง เพื่อนที่โรงเรียนหรือคูรัก ล้วนมีอิทธิพลต่อเด็กและเยาวชนทั้งสิ้น โดยเฉพาะอย่างยิ่งเมื่ออยู่ในช่วงวัยรุ่น ซึ่งเรียกว่าเป็นวัยหัวเลี้ยวหัวต่อ ถือเป็นช่วงวิกฤติที่เด็กและเยาวชนจะต้องผ่านพ้นให้ได้ เด็กและเยาวชนที่เผชิญปัญหาจากสภาพครอบครัวและสังคมมากมายนั้น มักมีพัฒนาการทางอารมณ์ที่ไม่เหมาะสม โดยเด็กที่ผู้ดูแลไม่สามารถตอบสนองความต้องการได้อย่างเหมาะสมจะทำให้เด็กเกิดความคับข้องใจ เมื่อเกิดความคับข้องใจอย่างต่อเนื่องและไม่สามารถหาวิธีแก้ไขได้อย่างเหมาะสม เด็กอาจจะแสดงอารมณ์รุนแรงและพฤติกรรมก้าวร้าว ประกอบกับการเห็นตัวแบบที่แสดงความรุนแรงด้วยแล้ว จะยิ่งสนับสนุนการเรียนรู้ให้เด็กแสดงอารมณ์ที่รุนแรงและพฤติกรรมที่ก้าวร้าวมากขึ้นเรื่อย ๆ จนกว่าจะได้รับการตอบสนองทางอารมณ์หรือเพื่อระบายความคับข้องใจ โดยที่ไม่สามารถแก้ไขปัญหาที่ทำให้ตนเองเกิดความคับข้องใจได้

ประกอบกับสภาพสังคมในปัจจุบันที่เปลี่ยนแปลงไปมากเมื่อเปรียบเทียบกับในอดีต ไม่ว่าจะเป็นบุคคลในสังคมที่ขาดซึ่งความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ความมีน้ำใจซึ่งกันและกัน ความเจริญก้าวหน้าของเทคโนโลยี ไม่ว่าจะเป็น อินเทอร์เน็ต โทรศัพท์เคลื่อนที่ ซึ่งทำให้การติดต่อสื่อสารมีมากขึ้น ทั้งกับบุคคลที่คุ้นเคยและบุคคลแปลกหน้า การรับเอาวัฒนธรรมตะวันตก ไม่ว่าจะเป็นการแต่งกายด้วยเสื้อผ้าทันสมัย การพูดคุยทักทาย ที่ลดบทบาทความสำคัญของวัฒนธรรมไทยอันดีงาม ตลอดจน การเจริญเติบโตของธุรกิจ สถานบันเทิง ห้างสรรพสินค้า ทั้งหมดนี้ล้วนมีส่วนทำให้เด็กและเยาวชนมีทัศนคติ ค่านิยมและพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงไป มักใช้เวลาในแต่ละวันไปกับการเที่ยวเตร่ตามห้างสรรพสินค้าและสถานบันเทิง เงินที่ได้มาก็จะนำไปใช้จ่ายซื้อหาเสื้อผ้าทันสมัย โทรศัพท์เคลื่อนที่รุ่นใหม่ เพื่อให้เกิดการยอมรับจากกลุ่มเพื่อน คนที่มีรายได้น้อย บิดามารดาไม่สามารถหาเงินได้เพียงพอับความต้องการใช้จ่าย จึงมักใช้วิธีการลักเอาทรัพย์สินของผู้อื่น ข่มขู่เอาทรัพย์สินจากผู้ที่อ่อนแอกว่าหรือกั๊กยืมจากบุคคลต่าง ๆ บ้างก็หันไปจำหน่ายยาเสพติด จนถูกจับกุมดำเนินคดีและถูกศาลตัดสินให้เข้ารับการฝึกอบรมในที่สุด

จากสถิติคดีที่เด็กและเยาวชนกระทำผิดสูงสุด 5 อันดับ ตั้งแต่ปี พ.ศ.2538 – 2542 ดังแสดงในตารางที่ 1.3 นั้น จะเห็นว่า คดีที่เด็กและเยาวชนกระทำผิดสูงเป็นอันดับ 1 คือฐาน

ความผิดเกี่ยวกับยาเสพติด ซึ่งเป็นปัญหาที่รัฐบาลทุกยุคทุกสมัยพยายามอย่างยิ่งที่จะแก้ไข รองลงมาคือ ความผิดเกี่ยวกับการลักทรัพย์, สारระเหย, หลบหนีเข้าเมืองของชาวต่างด้าว, การพนัน, ทำร้ายร่างกาย, อาวุธปืน เครื่องกระสุน วัตถุระเบิด และ อื่น ๆ ตามลำดับ

ตาราง 1.3 สถิติคดีที่เด็กและเยาวชนกระทำผิดสูงสุด 5 อันดับตั้งแต่ปี พ.ศ.2538 – 2542 (ธรรมศาสตร์, กระบวนการยุติธรรมกับการคุ้มครองสิทธิเด็กในคดีอาญา, 2543)

ฐานความผิด	ปี 2538 (อันดับ)	ปี 2539 (อันดับ)	ปี 2540 (อันดับ)	ปี 2541 (อันดับ)	ปี 2542 (อันดับ)
ยาเสพติด	(1) 4,687	(1) 6,304	(1) 10,286	(1) 17,914	(1) 18,781
ลักทรัพย์	(2) 4,503	(2) 4,927	(2) 6,045	(2) 7,524	(2) 6,798
สารระเหย	(3) 2,970	(3) 3,653	(3) 4,121	(3) 3,072	(3) 2,318
การพนัน	(5) 815	(5) 1,078	(5) 1,345	(4) 1,594	(4) 1,540
ทำร้ายร่างกาย	(6) 774	(6) 781	(6) 1,079	(6) 977	(5) 1,130
อาวุธปืน เครื่องกระสุน วัตถุระเบิด	(10) 309	(7) 589	(7) 892	(5) 1,058	(6) 892
หลบหนีเข้าเมือง	(4) 942	(4) 1,284	(4) 1,499	(7) 948	(7) 648
อื่น ๆ	5,149	4,975	5,401	5,385	5,281
รวมทั้งสิ้น	20,149	23,591	30,668	38,472	37,388

จะเห็นได้ว่า แม้ฐานความผิดเกี่ยวกับการทำร้ายร่างกายและอาวุธปืน เครื่องกระสุน วัตถุระเบิด จะมีใช้ฐานความผิดในอันดับแรก แต่ก็นับว่าเป็นฐานความผิดที่มีโอกาสจะเลยหรือมองข้ามไปได้ เนื่องจากเป็นฐานความผิดที่มีจำนวนผู้กระทำผิดเพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ และแสดงให้เห็นถึงการให้ความสำคัญก้าวร้าวรุนแรงในการแก้ปัญหา หรือดำเนินชีวิตของเด็กและเยาวชนที่ทวีขึ้นเรื่อย ๆ เช่นกัน

ไม่ว่าเด็กและเยาวชนกลุ่มนี้จะเรียนรู้การใช้ความก้าวร้าวรุนแรงในการแก้ปัญหาและการดำเนินชีวิตประจำวันจากตัวแบบ เช่น การทะเลาะวิวาท ตบตีกันของบิดามารดา หรือเรียนรู้จากสังคม โดยวัฒนธรรมของผู้มีอิทธิพลในสังคมที่เด็กและเยาวชนอาศัยอยู่ เช่น การยกพวกตีกันของสถาบันการศึกษาบางแห่ง ฯลฯ ก็ตาม ยังคงพบว่า เด็กและเยาวชนจำนวนไม่น้อยยังคงนำวิธีการดังกล่าวมาใช้ในการแก้ปัญหาและการดำเนินชีวิตในศูนย์ฝึกและอบรมฯ ซึ่งเป็นสาเหตุหลักประการหนึ่งของการทะเลาะวิวาทและทำร้ายร่างกายระหว่างเด็กและเยาวชนที่มักเกิดเป็นประจำในศูนย์ฝึกและอบรมฯ

ลักษณะความก้าวร้าวรุนแรงนี้จะแสดงออกทางพฤติกรรมที่เด่นชัดในเด็กและเยาวชนชาย ไม่ว่าจะเป็นการชกต่อย ทุบตี เตะ กระแทบ การนำอุปกรณ์จากหน่วยเรียนวิชาซีพต่าง ๆ หรือสิ่งของที่สามารถหยิบฉวยได้ง่ายมาใช้เป็นอาวุธในการทำร้ายร่างกายซึ่งกันและกัน ซึ่งกรณีของเด็กและเยาวชนชายนี้มักกระทำหรือแสดงออกอย่างรุนแรงทันทีที่ได้รับ ความคับข้องใจ ในขณะที่เด็กและเยาวชนหญิงมักแสดงความก้าวร้าวทางวาจาหรือสีหน้าท่าทาง เช่น การด่าทอด้วยถ้อยคำหยาบคาย การสบประมาท ดูถูกดูหมิ่นด้วยวิธีการต่าง ๆ นานา ซึ่งจะนำไปสู่การชกต่อย ทุบตีหรือทำร้ายร่างกายซึ่งกันและกันในภายหลัง

ไม่ว่าความก้าวร้าวรุนแรงเหล่านี้ จะแสดงออกในลักษณะใด ล้วนเป็นปัญหาสำหรับเจ้าหน้าที่ผู้ทำหน้าที่ควบคุมดูแล ที่จะต้องเพิ่มความระมัดระวัง สอดส่องมิให้เกิดเหตุการณ์รุนแรง อันจะนำไปสู่ความสูญเสียของฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งหรือทั้งสองฝ่าย นอกจากนี้พฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรง ยังสะท้อนให้เห็นถึงวิถีชีวิตความเป็นอยู่ ตลอดจนความเสื่อมโทรมของสังคมที่เด็กและเยาวชนอาศัยอยู่ ที่หล่อหลอมให้เด็กและเยาวชนเติบโตขึ้นมาพร้อมกับความคิดและพฤติกรรมที่เป็นปัญหา ซึ่งศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนนี้ เมื่อรับหน้าที่ในการดูแลเด็กและเยาวชนที่กระทำผิด จึงจำเป็นต้องให้การอบรมแก้ไขเด็กและเยาวชนที่มีปัญหาให้สามารถปรับตัวเข้ากับสังคมได้ และไม่ก่อให้เกิดปัญหาขึ้นอีกอย่างหลีกเลี่ยงมิได้

ตารางที่ 1.4 จำนวนเด็กและเยาวชนที่ศาลมีคำพิพากษาว่ากระทำผิดและกระทำความผิดซ้ำ (ธรรมศาสตร์, กระบวนการยุติธรรมกับการคุ้มครองสิทธิเด็กในคดีอาญา, 2543, 95)

ปี	จำนวนผู้ถูกจับ	ศาลพิพากษาว่า กระทำผิด	จำนวนผู้กระทำ ผิดซ้ำ
2538	20,419	14,670	2,451
2539	23,591	17,762	2,740
2540	30,668	23,691	3,715
2541	38,472	29,225	5,207
2542	37,388	32,333	5,099

พฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรงเหล่านี้ก็เช่นกัน หากสามารถแก้ไขได้ ปัญหาการทะเลาะวิวาทชกต่อย ทำร้ายร่างกายหรือการใช้วาจาที่ไม่เหมาะสม จะมีอัตราการเกิดลดลงหรือแทบไม่เกิดขึ้นเลย แต่ในความเป็นจริงปัญหาเหล่านี้ยังคงเกิดขึ้นอย่างสม่ำเสมอและมักเกิดกับเยาวชนรายเดิม แสดงให้เห็นว่า วิธีการบำบัด แก้ไข พื้นฟูเยาวชนของศูนย์ฝึกและอบรมฯ ในปัจจุบันยังไม่สามารถแก้ปัญหามุขพฤติกรรมก้าวร้าวได้อย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งหากเยาวชนครบกำหนดฝึกอบรมฯ และ

ได้รับการปล่อยตัวกลับสู่สังคม เยาวชนก็มีแนวโน้มจะใช้วิธีการแก้ปัญหาและการดำเนินชีวิตด้วยความก้าวร้าวรุนแรงในลักษณะเดิม ซึ่งจะส่งผลให้เยาวชนกระทำผิดซ้ำ ถูกจับกุมและได้รับการพิพากษาให้เฝ้ากบรรมฯ อีกมีจำนวนสูงขึ้นเรื่อย ๆ ดังแสดงในตารางที่ 1.4

จากปัญหาที่กล่าวมาข้างต้นนั้น จำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องมีการพัฒนาหลักสูตรเพื่อบำบัดแก้ไข พื้นฟูอารมณ์และพฤติกรรมก้าวร้าวของเด็กและเยาวชนที่กระทำผิด เพราะหากเด็กและเยาวชนยังคงมีการแสดงออกทางอารมณ์และพฤติกรรมในลักษณะดังกล่าว เมื่อครบกำหนดเฝ้ากบรรมฯ ซึ่งเด็กและเยาวชนจะได้กลับไปอยู่ในสังคมของตนเองอีกครั้ง เมื่อเด็กและเยาวชนได้รับความคับข้องใจ ก็จะใช้วิธีการแสดงออกทางอารมณ์และพฤติกรรมที่ก้าวร้าวรุนแรงเช่นเดิม โดยที่สุดท้ายแล้วไม่สามารถแก้ไขปัญหาใดได้ รั้งแต่จะเพิ่มปัญหาให้แก่ตัวเด็ก เยาวชน และสังคมที่เด็กและเยาวชนอาศัยอยู่ ซึ่งจะส่งผลต่อเนื่องให้เด็กและเยาวชนกระทำผิดซ้ำหรือกระทำผิดซ้ำที่รุนแรงมากขึ้น ดังนั้นเพื่อหลีกเลี่ยงปัญหาดังกล่าว ผู้ที่ให้การบำบัดแก้ไขเด็กและเยาวชนเหล่านี้ จึงควรให้ความสำคัญกับสภาพจิตใจ อารมณ์และพฤติกรรมก้าวร้าว เพิ่มเติมจากการให้การศึกษาและการฝึกอาชีพดังที่ศูนย์ฝึกและอบรมฯ ได้ดำเนินการอยู่ในปัจจุบัน

ผู้วิจัยซึ่งเป็นผู้หนึ่งที่ให้การบำบัดแก้ไขเด็กและเยาวชนผู้กระทำผิด จึงสนใจศึกษา การนำการควบคุมตนเอง ซึ่งเป็นรูปแบบหนึ่งของการปรับพฤติกรรม มาใช้ในการแก้ไขปัญหาคำแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรง ให้เด็กและเยาวชนสามารถควบคุมตนเอง ลดการแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวและเพิ่มแนวทางการแก้ไขปัญหาย่างเหมาะสม เพื่อประโยชน์ในการนำเทคนิคดังกล่าวไปปรับใช้ในการบำบัดแก้ไขเด็กและเยาวชนในศูนย์ฝึกและอบรมฯ อื่นและลดจำนวนเยาวชนกระทำผิดซ้ำต่อไป

แนวคิด ทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ทฤษฎีเกี่ยวกับการควบคุมตนเอง

การควบคุมตนเอง หมายถึง กระบวนการที่บุคคลใช้วิธีการหนึ่งวิธีการใด หรือหลายวิธีการรวมกัน เพื่อเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนเอง จากพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ไปสู่พฤติกรรมที่พึงประสงค์ โดยที่บุคคลนั้นเป็นผู้กำหนดพฤติกรรมเป้าหมายและกระบวนการที่จะนำไปสู่เป้าหมายด้วยตนเอง ส่วนผู้บำบัดหรือผู้ให้คำปรึกษานั้นมีบทบาทเพียงเป็นผู้ฝึกวิธีการที่เหมาะสมให้เท่านั้น (Cormier and Cormier, 1979)

กระบวนการฝึกการควบคุมตนเอง มักเริ่มจากการอธิบายให้บุคคลที่มีความต้องการฝึกควบคุมตนเอง เข้าใจลักษณะการเกิดพฤติกรรมแบบ ABC ก่อน เพื่อให้สามารถวิเคราะห์และ

เข้าใจวงจรการเกิดพฤติกรรมของตนเอง (Feindler & Ecton, 1986) แล้วจึงเข้าสู่กระบวนการจัดการกับพฤติกรรมของตนเอง

การเกิดพฤติกรรมในลักษณะ ABC

Feindler & Ecton (1986) และ Wilson & O'Leary (1981) อธิบายการเกิดพฤติกรรมในลักษณะ ABC ดังนี้

A -----> B -----> C

Antecedents หรือ A หมายถึง สิ่งเร้าหรือเหตุการณ์ที่กระตุ้นให้บุคคลเกิดอารมณ์และพฤติกรรม แบ่งออกเป็นสิ่งเร้าภายใน (Covert antecedents) และสิ่งเร้าภายนอก (Overt antecedent) สิ่งเร้าภายใน เช่น ความรู้สึกเหนื่อยล้า ความหิว ฯลฯ สิ่งเร้าภายนอก คือ สถานการณ์ที่เกิดขึ้นหรือสภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไป ซึ่งสถานการณ์นั้นจะต้องเป็นสถานการณ์ปัจจุบันที่เกิดพฤติกรรมที่เป็นปัญหาของบุคคล

Behavior หรือ B หมายถึง การตอบสนองต่อสิ่งเร้าที่มากระตุ้น หรือพฤติกรรมที่เป็นปัญหาของบุคคล

Consequences หรือ C หมายถึง ผลกรรมหรือเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นหลังจากที่บุคคลได้แสดงการตอบสนองหรือพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมออกไป

ในกระบวนการจัดการกับพฤติกรรมของตนเองนั้น Thoresen & Mahony (1974) เสนอวิธีการจัดการกับตนเอง 2 วิธี คือ 1) โปรแกรมพฤติกรรม (Behavioral Programming) วิธีนี้ผู้รับการทดลองรับผิดชอบในการเปลี่ยนพฤติกรรมตนเองโดยให้ผลกรรมแก่ตนเอง 2) วิธีการวางแผนสิ่งแวดล้อม (Environmental Planning) ผู้รับการทดลองควบคุมและจัดการกับสิ่งแวดล้อมที่มีอิทธิพลต่อตนเอง ซึ่ง Thoresen & Mahony เรียกว่า “การควบคุมสิ่งเร้า” (Stimulus Control)

การควบคุมผลกรรม

การควบคุมผลกรรม คือ การให้ผลกรรมตนเองหลังจากบุคคลได้แสดงพฤติกรรมที่พึงประสงค์หรือพฤติกรรมเป้าหมายแล้ว (Thoresen & Mahony, 1974) โดยตนเองเป็นผู้วางเงื่อนไขผลกรรมเองและให้ผลกรรมแก่ตนเอง การเพิ่มพฤติกรรมที่พึงประสงค์จะกระทำได้ด้วยการให้รางวัลเสริมตนเองหลังการเกิดพฤติกรรมหรือการลดพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม โดยการงดการเสริมแรงแก่

ตนเองหรือการลงโทษตนเองหลังจากเกิดพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม แต่เป็นการยากที่บุคคลจะลงโทษตนเอง เพราะโดยธรรมชาติมนุษย์ไม่ต้องการสิ่งที่ไม่พึงพอใจ จึงเป็นการยากแก่การปฏิบัติ นอกจากนี้การลงโทษยังมีประสิทธิภาพน้อยกว่าการให้แรงเสริมตนเอง (Humphree, Karlory and Kirchenbaum, 1978) นอกจากนี้ Sulzer – Araroff and Mayer (1977) ยังกล่าวว่า การลงโทษทำให้เกิดปัญหาทางอารมณ์และผลข้างเคียงนอกเหนือไปจากการทำให้ระงับพฤติกรรมที่เป็นปัญหาไว้ชั่วคราวเท่านั้น

การควบคุมสิ่งเร้า

การควบคุมสิ่งเร้าคือ กระบวนการที่บุคคลเรียนรู้ที่จะแสดงพฤติกรรมได้อย่างสอดคล้องกับสภาพการณ์สิ่งเร้าของตนเอง โดยการประเมินเงื่อนไขและสภาพการณ์ที่ควบคุมพฤติกรรมอยู่ด้วยวิธีการแยกแยะสิ่งเร้า จากนั้นจึงเปลี่ยนแปลงหรือจัดระบบสภาพการณ์สิ่งเร้าใหม่ เพื่ออำนวยความสะดวกให้เกิดพฤติกรรมที่ต้องการ (Martin and Pear, 1978; Wilson and O’Leary, 1980) ซึ่งการจัดสภาพแวดล้อมที่เป็นสิ่งเร้าของบุคคลใหม่นี้ ก็เพื่อที่จะกระตุ้นหรือลดพฤติกรรมของบุคคลนั้น เพราะพฤติกรรมบางอย่างมีสิ่งเร้าเป็นตัวกระตุ้นให้เกิดพฤติกรรม ดังนั้นเพื่อเป็นการควบคุมพฤติกรรม จึงต้องควบคุมสิ่งเร้า เช่น โดยปกติแล้วเด็กชายแดงชอบอ่านหนังสือการ์ตูนอย่างมาก แต่เมื่อถึงช่วงการสอบเด็กชายแดงจะต้องอ่านหนังสือเรียนเพื่อเตรียมสอบและถ้าเด็กชายแดงเห็นหนังสือการ์ตูนอยู่ในห้องก็อาจทำให้เด็กชายแดงอยากอ่านหนังสือการ์ตูนนั้น ดังนั้นเพื่อเป็นการควบคุมพฤติกรรมการอ่านหนังสือเรียนก็ต้องนำสิ่งเร้า คือ หนังสือการ์ตูนออกไปจากห้อง จึงจะควบคุมพฤติกรรมการอ่านหนังสือเรียนได้ เป็นต้น (ประทีป จินฉิ่ง, 2531)

การควบคุมตนเองมีลักษณะสำคัญประการหนึ่ง กล่าวคือ มีพฤติกรรมที่เป็นตัวเลือก 2 พฤติกรรมและผลกรรมของแต่ละพฤติกรรมที่ขัดแย้งกัน (Thoresen and Mahoney, 1974) ซึ่งเงื่อนไขผลกรรมที่ขัดแย้งกันนี้มีอยู่ 4 ลักษณะ (Kazdin, 1989 อ้างถึงใน สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต, 2536) ดังนี้

1. หลีกเลี่ยงการแสดงพฤติกรรมที่จะทำให้ได้รับผลกรรมทางบวกโดยทันที เพื่อที่ว่า จะไม่ได้รับผลกรรมทางลบในอนาคต เช่น หลีกเลี่ยงการกินอาหารที่ชอบเป็นจำนวนมาก เพื่อที่ว่า จะได้ไม่อ้วนในอนาคต หรือ หยุดการสูบบุหรี่ เพื่อที่ว่า จะได้ไม่เป็นมะเร็งที่ปอด หรือ หลีกเลี่ยงการเที่ยวผู้หญิงโสเภณี เพื่อที่ว่า จะไม่เป็นโรคเอดส์ เป็นต้น
2. แสดงพฤติกรรมที่จะได้รับผลกรรมทางลบทันที เพื่อที่ว่า จะได้รับผลกรรมทางบวกในอนาคต เช่น การทำงานหนักเพื่อที่ว่า จะได้มีฐานะดีขึ้นในอนาคต หรือ การที่นักกีฬาฝึกซ้อมอย่างหนัก เพื่อที่ว่า จะได้เป็นผู้ชนะในอนาคต เป็นต้น

3. การไม่กระทำพฤติกรรมที่ได้รับผลกระทบทางบวกเล็กน้อยทันที เพื่อที่ว่าจะได้รับผลกระทบทางบวกที่มากกว่าในอนาคต เช่น การไม่ไปเที่ยวงานสังสรรค์ในคืนวันศุกร์ (ได้รับความสนุกทันที) เพื่อที่ว่าจะใช้เวลาอ่านหนังสือ อันจะนำผลกระทบทางบวกมาให้ในอนาคต (ผลการเรียนดีขึ้น หรือทำให้มีโอกาสเรียนต่อในระดับสูง) เป็นต้น
4. การกระทำพฤติกรรมที่ได้รับผลกระทบทางลบแต่น้อยในทันที เพื่อที่ว่าจะหลีกเลี่ยงผลกระทบทางลบจำนวนมากในอนาคต เช่น การไปหาหมอฟันเพื่ออุดหินปูน ตรวจฟันหรือทำความสะอาดฟัน ซึ่งเป็นสิ่งที่ไม่น่าจะพึงพอใจนัก แต่ทว่าจะทำให้ไม่เกิดการปวดฟันอย่างรุนแรงได้ในอนาคต

จากเงื่อนไขของการขัดแย้งของผลกระทบทั้ง 4 ประการนี้ ทำให้บุคคลจะต้องกระทำพฤติกรรมบางอย่าง เพื่อที่จะควบคุมพฤติกรรมบางอย่างที่ทำให้บุคคลไม่สามารถบรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้ ซึ่ง Skinner (1953) เรียกพฤติกรรมนั้นว่าพฤติกรรมควบคุม ส่วนพฤติกรรมที่กระทำแล้วจะทำให้ไม่สามารถบรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้ เรียกว่าพฤติกรรมที่ถูกควบคุม ดังนั้นการฝึกการควบคุมตนเอง ก็คือการฝึกให้คนเราสามารถที่จะกระทำพฤติกรรมควบคุมได้ ซึ่งการกระทำเช่นนั้นจะทำให้บุคคลสามารถทนต่อสิ่งเข้ายวน อันจะทำให้บุคคลสามารถบรรลุเป้าหมายที่ต้องการได้นั่นเอง (สมโภชน์ เขียมสุภาษิต, 2536)

ลักษณะสำคัญของการควบคุมตนเองอีกประการหนึ่ง คือ บุคคลเป็นผู้ดำเนินการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมตนเอง (Thoresen and Mahoney, 1974) การควบคุมตนเองเป็นวิธีการที่ทำให้บุคคลมีบทบาทในการควบคุมพฤติกรรมตนเองให้มากที่สุด ในขณะที่ผู้ให้การบำบัดจะมีบทบาทเพียงผู้ให้การศึกษาเท่านั้น ดังนั้นบุคคลจึงจำเป็นต้องมีความต้องการที่จะเปลี่ยนแปลงหรือควบคุมพฤติกรรมของตนเอง ก่อนที่จะดำเนินการควบคุมตนเอง การควบคุมตนเองจึงจะเป็นวิธีการที่มีประสิทธิภาพ ตรงกันข้ามหากบุคคลไม่มีความต้องการในการเปลี่ยนแปลงตนเอง การควบคุมตนเอง ไม่ว่าจะดำเนินการด้วยเทคนิคมากมายเพียงใด ก็อาจไม่ประสบผลสำเร็จตามเป้าหมาย

วิธีการที่นิยมใช้ในการควบคุมตนเอง โดยมากจะประกอบด้วยวิธีหลายวิธี รวมกันเป็นกระบวนการของการควบคุมตนเอง เช่น การสังเกตและบันทึกพฤติกรรมตนเอง การตั้งเกณฑ์มาตรฐานของตนเอง การประเมินตนเอง การให้แรงเสริมตนเอง เป็นต้น (Wilson and O'Leary, 1980) การใช้วิธีการต่าง ๆ รวมกันนี้ย่อมก่อให้เกิดประสิทธิภาพมากกว่าการใช้วิธีการเดียวและผู้ที่ประสบความสำเร็จในการควบคุมตนเองนั้น จะใช้วิธีการต่าง ๆ มากกว่าคนที่ไม่ประสบความสำเร็จในการควบคุมตนเอง (Perri and Richard, 1977)

ในการควบคุมตนเองให้มีประสิทธิภาพมากขึ้นนั้น Glynn (1970) กล่าวว่า ผู้ที่ควบคุมตนเองจะต้องทราบพฤติกรรมเป้าหมาย บุคคลจะต้องมีความต้องการที่จะเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนเองและตั้งพฤติกรรมเป้าหมายด้วยตนเอง ซึ่งเป้าหมายนี้จะเป็นเกณฑ์เชื่อมโยงไปถึงการให้แรงเสริมด้วยตนเอง เพื่อให้บุคคลรู้ว่าต้องแสดงพฤติกรรมใด ในระดับใด จึงจะได้รับแรงเสริม การตั้งเป้าหมายจึงมีลักษณะเป็นการกำหนดเงื่อนไขการให้แรงเสริมตนเอง (Self-Determined Reinforcement) ส่วนกระบวนการสำคัญที่ทำให้บุคคลแสดงพฤติกรรมเป้าหมายคือ การเตือนตนเอง (Self-monitoring) ซึ่งเป็นการตรวจสอบว่าบุคคลกำลังแสดงพฤติกรรมเป้าหมายหรือไม่ (Gross and Drabman, 1982) การเตือนตนเองประกอบด้วย การสังเกตพฤติกรรมตนเอง (Self-observation) ซึ่งจะช่วยพิจารณาว่าตนได้แสดงพฤติกรรมเป้าหมายหรือไม่ และการบันทึกพฤติกรรมตนเอง (Self-recording) ซึ่งจะช่วยให้บุคคลทราบทิศทางของพฤติกรรมและช่วยในการประเมินพฤติกรรมตนเอง (Self-evaluation) ว่าพฤติกรรมที่เกิดขึ้นตรงตามเกณฑ์ที่จะได้รับแรงเสริมหรือไม่ ระดับใด ต่อจากนั้นบุคคลจึงทำการให้แรงเสริมตนเอง (Self-reinforcement)

โดยสรุป กระบวนการควบคุมตนเอง จะมีขั้นตอนดำเนินการ ดังนี้

1. การกำหนดพฤติกรรมเป้าหมายด้วยตนเอง (Self-target Behavior) เป็นการกำหนดพฤติกรรมที่ต้องการอย่างชัดเจน โดยบุคคลผู้ทำหน้าที่ควบคุมพฤติกรรมจะเป็นผู้กำหนดเองหรืออาจจะให้ผู้อื่นกำหนดให้ก็ได้ (Kazdin, 1984) ทั้งนี้ สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต (2526) อธิบายว่า การเปิดโอกาสให้ผู้ที่ทำหน้าที่ควบคุมตนเองมีส่วนร่วมในการกำหนดพฤติกรรมเป้าหมาย ย่อมพัฒนาพฤติกรรมได้ดีกว่าผู้อื่นกำหนดให้ เพราะผู้ทำหน้าที่ควบคุมพฤติกรรมย่อมสามารถรู้ถึงระดับความสามารถของตนเอง ทำให้ตั้งเป้าหมายได้สอดคล้องกับความสามารถ ทำได้สำเร็จ และทำให้เกิดความพอใจ ตลอดจนสามารถแสดงพฤติกรรมไปสู่เป้าหมายที่สูงขึ้น การฝึกให้บุคคลฝึกตั้งเป้าหมายได้เหมาะสมกับความสามารถของตน ย่อมเริ่มจากการให้บุคคลภายนอกชี้แนะในระยะแรกก่อน แล้วค่อย ๆ ลดการชี้แนะให้น้อยลง จนกระทั่งผู้รับการทดลองตั้งเป้าหมายด้วยตนเองได้
2. การกำหนดเงื่อนไขการให้แรงเสริมหรือลงโทษด้วยตนเอง (Self-contingency of reinforcement or punishment) เป็นขั้นตอนที่ผู้รับการทดลองกำหนดเงื่อนไขว่าต้องแสดงพฤติกรรมระดับใดจึงจะได้รับแรงเสริมหรือการลงโทษ แสดงพฤติกรรมเป้าหมายกี่ครั้ง ก็เปอร์ดเซ็นต์หรือแสดงพฤติกรรมเป็นระยะเวลาานเท่าใด การกำหนดเงื่อนไขเหล่านี้ด้วยตัวผู้รับการทดลองเองก็เช่นเดียวกัน ย่อมจะมีประสิทธิภาพมากกว่าให้ผู้อื่นกำหนดให้
3. สังเกตและบันทึกพฤติกรรมตนเอง (Self-observation and recording) ขั้นตอนนี้ถือเป็นหัวใจของการควบคุมตนเอง ทำให้บุคคลระมัดระวังตัวที่จะไม่แสดงพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ แต่

จะแสดงพฤติกรรมที่พึงประสงค์แทน การแสดงพฤติกรรมจึงเป็นไปอย่างรู้ตัวหรือมีสติ การสังเกตและบันทึกพฤติกรรมของตนเองนั้น นำให้บุคคลทราบว่าขณะนี้ตนเองแสดงพฤติกรรมอยู่ในระดับใด สอดคล้องหรือนำไปสู่เป้าหมายที่ตั้งไว้หรือไม่ ซึ่งจะนำไปสู่การเตือนตนเองหรือ Self-monitoring เพื่อให้บุคคลตระหนักอยู่เสมอว่าต้องแสดงพฤติกรรมในลักษณะใดจึงจะบรรลุเป้าหมายที่ตนเองตั้งไว้

4. การประเมินตนเอง (Self-evaluation) คือการเปรียบเทียบผลจากการบันทึกกับพฤติกรรมเป้าหมายที่วางไว้เป็นเกณฑ์ในการประเมินพฤติกรรม (Gross and Drabman, 1982) ถ้าบุคคลแสดงพฤติกรรมได้ตามเป้าหมายก็จะสามารถให้แรงเสริมตนเองตามเงื่อนไขการเสริมแรงที่ตนเองกำหนดไว้ Cautela (1971) กล่าวว่า พฤติกรรมที่เปลี่ยนไปได้ก็เป็นผลมาจากการประเมินตนเอง เพราะการประเมินตนเองจะกระตุ้นการให้รางวัลตนเองหรือการลงโทษตนเองที่เกิดขึ้นภายใน
5. การให้แรงเสริมตนเองหรือลงโทษตนเอง (Self-reinforcement or punishment) เป็นการให้บุคคลให้ผลกรรมแก่ตนเองเมื่อมีพฤติกรรมตามที่กำหนดไว้ และมีผลให้พฤติกรรมนั้นเพิ่มขึ้นหรือลดลง เช่นเดียวกับการให้แรงเสริมหรือลงโทษจากบุคคลอื่น ทั้งนี้ทั้งนั้น Kazdin (1984) อธิบายว่าการลงโทษมักส่งผลให้เกิดปัญหาทางอารมณ์ เช่น พฤติกรรมก้าวร้าว, การร้องไห้ เป็นต้น อีกทั้ง Mikulas (1978) บอกอีกว่า การลงโทษ เป็นเพียงวิธีระงับพฤติกรรม หรือหยุดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ ดังนั้นในกระบวนการควบคุมตนเองจึงนิยมใช้การเสริมแรงตนเอง เนื่องจากเป็นวิธีที่มีประสิทธิภาพมากกว่าการลงโทษ

หลักการเสริมแรง

Skinner (1953) อธิบายว่า การเสริมแรง หมายถึงการทำให้พฤติกรรมของบุคคลเกิดเพิ่มขึ้นหรือคงที่ อันเป็นผลเนื่องมาจากการได้รับผลกรรมภายหลังการแสดงพฤติกรรมนั้น หรือเป็นผลเนื่องมาจากความสามารถในการหลีกเลี่ยงหรือหลีกเลี่ยงหนีจากสิ่งเร้าที่ไม่พึงพอใจ การเสริมแรงนี้แบ่งออกเป็น 2 ประเภท

- (1) การเสริมแรงทางบวก (Positive Reinforcement)
- (2) การเสริมแรงทางลบ (Negative Reinforcement)

การเสริมแรงทางบวก หมายถึง การที่บุคคลแสดงพฤติกรรมเพิ่มขึ้นหรือคงที่ อันเป็นผลเนื่องมาจากได้รับผลกรรมบางอย่างภายหลังการแสดงพฤติกรรมนั้น สิ่งที่บุคคลได้รับภายหลังการแสดงพฤติกรรมแล้วมีผลทำให้พฤติกรรมเกิดเพิ่มขึ้นหรือคงที่ เรียกว่า ตัวเสริมแรงทางบวก (Positive Reinforcer) (Skinner, 1953; Kazdin, 1984) เช่น เมื่อฮูดตั้งใจเรียนหนังสือในชั่วโมง

คณิตศาสตร์ แล้วคุณครูชมเชย สิ่งที่มาคือพฤติกรรมตั้งใจเรียนของอ๊อดเพิ่มขึ้น แสดงว่าพฤติกรรมการตั้งใจเรียนได้รับการเสริมแรงทางบวก โดยตัวเสริมแรงทางบวกคือ คำชมเชยของคุณครู เป็นต้น

ในขณะที่ การเสริมแรงทางลบจะหมายถึง การที่บุคคลพฤติกรรมเพิ่มขึ้นหรือคงที่ อันเป็นผลเนื่องมาจากการถอดถอน หรือนำเอาสิ่งเร้าที่ไม่พึงพอใจ (Aversive Stimuli) ออกไป สิ่งเร้าที่นำออกไปแล้วมีผลทำให้พฤติกรรมเพิ่มขึ้นหรือคงที่ เรียกว่า ตัวเสริมแรงทางลบ (Negative Reinforcer) เช่น อ๊อบนั่งทำงานอยู่ที่บ้าน คนงานก็ตัดหญ้าที่สนามหน้าบ้าน ทำให้เกิดเสียงดังรบกวนการทำงาน อ๊อบจึงลุกขึ้นไปปิดประตูและหน้าต่าง แล้วเปิดเครื่องปรับอากาศ เสียงดังก็หายไป ดังนั้นทุกครั้งที่ทำงานและมีเสียงดังรบกวน อ๊อบก็จะลุกขึ้นไปปิดประตู หน้าต่างและเปิดเครื่องปรับอากาศทุกครั้ง การลุกขึ้นไปปิดประตู หน้าต่างและเปิดเครื่องปรับอากาศของอ๊อบ เป็นพฤติกรรมที่ได้รับแรงเสริม โดยตัวเสริมแรงทางลบ คือ เสียงดัง

ตัวเสริมแรง (Reinforcer) นั้นสามารถแบ่งออกได้เป็น 2 ประเภทใหญ่ ๆ (Kazdin, 1984) กล่าวคือ

- (1) ตัวเสริมแรงปฐมภูมิ หรือตัวเสริมแรงที่ไม่ต้องวางเงื่อนไข (Primary or Unconditioned Reinforcer) หมายถึง ตัวเสริมแรงที่มีคุณสมบัติเป็นตัวเสริมแรงด้วยตัวของมันเอง โดนไม่ต้องอาศัยกระบวนการเรียนรู้ หรือการนำไปสัมพันธ์กับสิ่งอื่น เช่น อาหาร น้ำ ความร้อน ความหนาว เป็นต้น
- (2) ตัวเสริมแรงทุติยภูมิ หรือตัวเสริมแรงที่ต้องวางเงื่อนไข (Second or Conditioned Reinforcer) หมายถึง ตัวเสริมแรงที่ไม่มีคุณสมบัติเป็นตัวเสริมแรงด้วยตัวของมันเอง แต่เนื่องจากเมื่อนำมาคู่กับตัวเสริมแรงปฐมภูมิ จึงทำให้ตัวเสริมแรงประเภทนี้มีคุณสมบัติเป็นตัวเสริมแรงได้ เช่น คะแนน เงิน เป็นต้น

ตัวเสริมแรงทางบวกนั้น พอจะแบ่งได้เป็น 6 ชนิด (Kazdin, 1984; Rimm and Master, 1974) ได้แก่

- (1) อาหารและสิ่งบริโภคได้ (Food and Consumables) เช่น อาหาร น้ำ ขนม เครื่องดื่ม บุหรี่ สุรา เป็นต้น
- (2) ตัวเสริมแรงทางสังคม (Social Reinforcer) เช่น การชมเชย การยกย่อง การยิ้ม การพยักหน้ายอมรับ การสัมผัส เป็นต้น
- (3) ตัวเสริมแรงที่เป็นกิจกรรมหรือเรียกว่า หลักฟรีแมค (Premack's Principle) เป็นการใช้กิจกรรมที่บุคคลชื่นชอบมากที่สุด มาเสริมแรงกิจกรรมที่บุคคลชอบน้อยที่สุด

- (4) เบี้ยอรรถกร (Token Economy) เช่น เบี้ย คะแนน ดาว ตั๋ว เป็นต้น สิ่งเหล่านี้สามารถนำไปแลกตัวเสริมแรงอื่น ๆ ได้มากกว่า 1 ตัว ทำให้มีคุณสมบัติเป็นตัวเสริมแรงแผ่ขยายและมีประสิทธิภาพในการเป็นตัวเสริมแรงอย่างมาก อีกทั้งยากที่จะทำให้หมดสภาพของการเป็นตัวเสริมแรง (สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต, 2529) และสามารถนำไปใช้ได้สะดวกอีกด้วย (Kazdin, 1984)
- (5) การให้ข้อมูลป้อนกลับ (Informative Feedback) เป็นการให้ข้อมูลเกี่ยวกับการกระทำของบุคคลซึ่งจะทำให้บุคคลทราบว่า ตนเองได้กระทำพฤติกรรมในลักษณะใด
- (6) วัตถุสิ่งของ (Material Reinforcer) เช่น ตู๊กตา ปากกา เป็นต้น

ปัจจัยที่ส่งผลต่อประสิทธิภาพของการควบคุมตนเอง

สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต (2536) อธิบายว่า การจะทำให้โปรแกรมการควบคุมตนเองมีประสิทธิภาพได้นั้น จำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องทำให้ผู้เข้ารับการบำบัดดำเนินการตามเงื่อนไขข้อตกลงที่ได้ตกลงกันไว้แล้ว ซึ่งการที่ผู้เข้ารับการบำบัดจะรักษาข้อตกลงได้หรือไม่นั้น Mikulas (1986) เชื่อว่าน่าจะขึ้นอยู่กับปัจจัย 4 ประการด้วยกัน คือ

1. ความตระหนัก (Awareness) เป็นลักษณะของจิตวิสัย เป็นการรับรู้ถึงสิ่งที่เกิดขึ้นในจิตสำนึกซึ่งรวมถึงการรับรู้รู้สึกและความคิด ความตระหนักมิใช่ความคิด แต่เป็นการรู้ถึงความคิด เมื่อบุคคลเกิดความตระหนักก็จะนำมาสู่ความคิด ซึ่งก็จะมีผลต่อการควบคุมตนเอง
2. การดำเนินการ (Intervention) เป็นการดำเนินการควบคุมการกระทำของตนเอง โดยการกระทำเพื่อควบคุมตนเองนั้น จะเริ่มต้นเมื่อบุคคลเกิดความตระหนักและกระทำบางสิ่งบางอย่างเพื่อเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ซึ่งการดำเนินการนั้นอาจทำได้โดยการเปลี่ยนความต่อเนื่องของพฤติกรรม หยุดพฤติกรรมหรือแสดงพฤติกรรมอื่นทดแทน นอกจากนี้ยังอาจทำได้โดยการใช้การผ่อนคลาย หยุดความคิด ใช้วิธีการจินตนาการ หรือการใช้การเสริมแรงตนเอง เป็นต้น
3. ความรู้สึกแห่งตน (Sense of Self) ความรู้สึกแห่งตนนั้นอาจมีผลต่อการควบคุมตนเองใน 2 ประการคือการที่ทำให้บุคคลบิดเบือนการรับรู้เพื่อที่จะให้สอดคล้องกับความรู้สึกแห่งตน ซึ่งมีผลต่อการพัฒนาความตระหนักของบุคคลนั้น อีกประการหนึ่งนั้นเกี่ยวข้องกับความเชื่อของบุคคลว่า เขาสามารถจะทำให้สิ่งที่เขาปรารถนาได้หรือไม่ ซึ่งมีผลต่อการควบคุมตนเองโดยตรง การดำเนินการควบคุมตนเองให้มีประสิทธิภาพนั้น เราจะต้องทำให้บุคคลมีความรู้สึกแห่งตนว่าเขาเป็นผู้ควบคุมสิ่งต่าง ๆ ซึ่งวิธีการก็คือให้บุคคลมีประสบการณ์ของการควบคุมสิ่งต่างๆ และตระหนักถึงความสามารถของเขา

4. ความรู้สึกแห่งความปรารถนา (Sense of Will) สิ่งที่มาคู่กับความรู้สึกแห่งตน คือ ความรู้สึกแห่งความปรารถนาซึ่งเป็นความรู้สึกที่เกี่ยวข้องกับการตัดสินใจของการกระทำ นั่นคือ เมื่อทำให้คนเรามีความเชื่อว่าเขาสามารถทำได้แล้ว สิ่งต่อมาที่จะทำให้บุคคลกระทำนั้นยอมขึ้นอยู่กับความรู้สึกแห่งความปรารถนานั่นเอง ความปรารถนานั้นสามารถทำให้เกิดขึ้นได้โดยผ่านการสร้างแรงจูงใจภายใน ซึ่งแรงจูงใจภายในอาจเพิ่มขึ้นได้ ถ้าบุคคลรับรู้ถึงความสำเร็จต่าง ๆ ของเขานั้นเกี่ยวข้องกับการกำหนดสิ่งต่าง ๆ ด้วยตัวของเขาเอง

ข้อจำกัดในการควบคุมตนเอง

1. การที่จะให้ผู้ที่ถูกปรับพฤติกรรมควบคุมตนเองได้นั้นจะต้องทำให้ผู้ถูกปรับพฤติกรรมเกิดความตระหนักในพฤติกรรมที่เป็นปัญหาเสียก่อนแล้วจึงค่อยดำเนินการควบคุมตนเอง เพราะไม่เช่นนั้นแล้วบุคคลผู้ถูกปรับพฤติกรรมก็ไม่สามารถดำเนินการควบคุมตนเองได้
2. อาจทำให้เกิดการลัดวงจรของกระบวนการควบคุมตนเอง โดยที่ให้การเสริมแรงตนเองในขณะที่ไม่ได้แสดงพฤติกรรมที่พึงประสงค์ ทั้งนี้เป็นเพราะการเสริมแรงตนเองที่ได้รับจากการแสดงพฤติกรรมที่พึงประสงค์นั้นต้องรอเป็นเวลานานจึงจะเกิดขึ้น หรือไม่เช่นนั้นการลงโทษที่จะได้รับการแสดงพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์นั้น ต้องรอเป็นเวลานานจึงจะเกิดขึ้น (สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต, 2526)

ทฤษฎีที่เกี่ยวกับความก้าวร้าว

ความหมายของความก้าวร้าว

ความก้าวร้าว (Aggression) เป็นพฤติกรรมของบุคคลหรือกลุ่มบุคคลที่มีความตั้งใจจะทำร้ายผู้อื่นทางกายหรือวาจา (Raven & Rubin, 1983) หรือเป็นพฤติกรรมที่มีจุดมุ่งหมายในการทำร้ายหรือทำให้ผู้อื่นได้รับความเจ็บ ทั้งการกระทำทางกายและทางวาจา (Kaplan & Sadock, 1991) นอกจากนี้ Buss (1961) ยังอธิบายเพิ่มเติมว่า ความก้าวร้าวเป็นการตอบสนองต่อสิ่งที่มากระตุ้น ด้วยการกระทำอย่างทันทีทันใด โดยมีเจตนาทำให้ผู้อื่นเจ็บปวด ซึ่งแบ่งออกได้เป็น 2 ลักษณะ ดังนี้

1. พฤติกรรมก้าวร้าวทางกาย (Physical Aggression) เป็นพฤติกรรมก้าวร้าวที่แสดงออกมาโดยใช้อวัยวะทางกาย เช่น แขน, ขา, ฟัน หรือใช้อวัยวะทางกายร่วมกับอาวุธ เช่น มีด ปืน โดยมีเจตนาทำให้ผู้อื่นได้รับความเจ็บปวด

2. พฤติกรรมก้าวร้าวทางวาจา (Verbal Aggression) เป็นการตอบสนองต่อสิ่งที่มากระตุ้น โดยใช้ถ้อยคำทำให้ผู้อื่นได้รับความเจ็บปวด ซึ่งจำแนกได้เป็น 2 ลักษณะย่อยคือ

2.1 การปฏิเสธ การปฏิเสธด้วยการแสดงท่าทางประกอบ เช่น การหลบหน้า แสดงท่าทางรังเกียจ ไม่ยอมเข้ากลุ่ม ส่วนการปฏิเสธด้วยคำพูด ได้แก่ การพูดตรง ๆ เช่น “ออกไปเดี๋ยวนี้” หรือการพูดให้ร้าย “ฉันไม่ได้ชอบคุณ” และมักใช้ร่วมกับการแสดงอารมณ์เพื่อทำร้ายความรู้สึกของผู้อื่น

2.2 การบังคับ การพูดบังคับเป็นสิ่งที่ทำให้ผู้อื่นได้รับความเจ็บปวด บุคคลเรียนรู้การบังคับจากการสังเกตและเลียนแบบจากการกระทำของบุคคลอื่นไม่ว่าจะเป็น บิดา มารดา ครู ผู้ปกครอง เพื่อน เป็นต้น

ทฤษฎีและแนวคิดเกี่ยวกับความก้าวร้าว

ทฤษฎีและแนวคิดเกี่ยวกับความก้าวร้าว แบ่งได้เป็น 3 แนวด้วยกัน ได้แก่

- ทฤษฎีความก้าวร้าวที่เกี่ยวกับพันธุกรรม
- ทฤษฎีความก้าวร้าวที่เกี่ยวกับสิ่งแวดล้อม
- ทฤษฎีความก้าวร้าวที่เกี่ยวกับการเรียนรู้ทางสังคม

ทฤษฎีพฤติกรรมก้าวร้าวที่เกี่ยวกับพันธุกรรม

ธีระพร อุวรรณโณ (2535) กล่าวว่าไว้ว่า แนวคิดนี้เป็นของกลุ่มจิตวิเคราะห์ (Psychoanalysis) และกลุ่มอีโวลูชันนิสต์ (Ethologists)

โดยในกลุ่มจิตวิเคราะห์ ฟรอยด์ (1937) เห็นว่าพฤติกรรมก้าวร้าวเกิดจากสัญชาตญาณในการดำรงเผ่าพันธุ์ เมื่อไม่ได้รับการบำบัดทางเพศแล้ว คนเราจะเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวได้ พฤติกรรมก้าวร้าวเป็นเพียงวิธีการที่จะทำให้มนุษย์และสัตว์บรรลุเป้าหมายอย่างหนึ่ง ทั้งมนุษย์และสัตว์จะมีความก้าวร้าว โดยมนุษย์จะแสดงความก้าวร้าวเมื่อจำเป็น เช่น แสดงความก้าวร้าวเพื่อการมีชีวิตรอยู่ เพื่อปกป้องอาหาร ที่อยู่และบุตร ในขณะที่สัตว์จะแสดงความก้าวร้าวเมื่อมีศัตรูอยู่ตรงหน้าซึ่งเป็นสัญชาตญาณของการต่อสู้ (กันยา ภิญโญยงค์, 2543)

ส่วนในกลุ่มอีโวลูชันนิสต์ โดยผู้นำของกลุ่มที่มีชื่อเสียงคือ ลอเรนซ์ (Lorenz) ได้กล่าวว่า ความก้าวร้าวเป็นสัญชาตญาณในการต่อสู้ของสัตว์และมนุษย์ที่มุ่งกระทำต่อสมาชิกตระกูล (Species) เดียวกัน ความก้าวร้าวจะเป็นสิ่งไม่พึงปรารถนาที่ต่อเมื่อเผ่าพันธุ์ไม่มีการพัฒนา สัญชาตญาณในการควบคุมความก้าวร้าว ลอเรนซ์ได้ให้ความเห็นว่า การต่อสู้กันของสัตว์ใน

เผ่าพันธุ์เดียวกัน โดยมากไม่สิ้นสุดลงด้วยการตาย เพราะสัตว์ตัวที่แพ้จะแสดงออกถึงอาการให้ผู้ชนะรู้ว่าตนยอมแพ้แล้ว สำหรับมนุษย์หากไม่มีการใช้อาวุธจะไม่มีร่างกายส่วนใดที่จะฆ่าผู้อื่นได้ง่าย ๆ (ธีระพร อุวรรณโณ, 2543)

ทฤษฎีพฤติกรรมก้าวร้าวที่เกี่ยวกับสิ่งแวดล้อม

ความเชื่อทางทฤษฎีนี้แบ่งออกเป็นสองแนว ได้แก่

ความเชื่อแนวแรก Tadeschi & Felson (1994) สรุปว่า ในปี 1939 นักจิตวิทยาในกลุ่มหนึ่งจากมหาวิทยาลัยเยล ได้แก่ Dollard, Doob, Miller, Mowrer และ Sears ได้เสนอทฤษฎีเกี่ยวกับความก้าวร้าว ซึ่งกระตุ้นให้เกิดการวิจัยอย่างกว้างขวาง คือ ทฤษฎีความคับข้องใจ – ความก้าวร้าว (Frustration – Aggression Theory) โดยได้ดัดแปลงมาจากแนวคิดของฟรอยด์ให้เป็นวิทยาศาสตร์มากขึ้น ทฤษฎีกล่าวไว้ว่า ความคับข้องใจจะทำให้เกิดพลังความก้าวร้าว ซึ่งกระตุ้นให้เกิดพฤติกรรมก้าวร้าว ความคับข้องใจในทฤษฎีนี้ หมายถึง สภาวะที่มีเหตุการณ์หรือการกระทำมากีดกันไม่ให้อรรถประโยชน์ประจักษ์ของพฤติกรรม ส่วนพลังความก้าวร้าว หมายถึง พลังภายในที่ผลักดันให้เกิดการแสดงออกของพฤติกรรมก้าวร้าว

อีกแนวหนึ่งคือ ทฤษฎีสัญญาณความก้าวร้าว (Aggression Cues Theory) โดย Berkowitz (1964) ซึ่งเห็นว่า รากฐานของคนที่ก้าวร้าวเกิดจากความคับข้องใจ แต่การแสดงออกที่มาก, น้อยหรือไม่แสดงออกเลยนั้น ขึ้นอยู่กับสถานการณ์ที่มากกระตุ้น กล่าวคือ ลักษณะภายในตัวบุคคลกับสถานการณ์ที่มากกระตุ้นจะมีความสัมพันธ์กัน ถ้าความคับข้องใจมีมาก แต่สถานการณ์ที่มากกระตุ้นมีน้อย อาจไม่แสดงพฤติกรรมก้าวร้าว ในขณะที่หากความคับข้องใจมีน้อย แต่มีสถานการณ์ที่มากกระตุ้นมาก ก็อาจแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวได้

ทฤษฎีพฤติกรรมก้าวร้าวที่เกี่ยวกับการเรียนรู้ทางสังคม

Sears (1969) เชื่อว่า พฤติกรรมเกิดจากการเรียนรู้ทางสังคม โดยเฉพาะการเรียนรู้พฤติกรรมทางสังคมจากบิดามารดา บิดามารดามีอิทธิพลในการพัฒนาบุคลิกภาพของเด็กเป็นอย่างมาก เพราะโดยทั่วไปบิดามารดาเป็นผู้ฝึกวินัยและให้แรงเสริมแก่พฤติกรรมของเด็ก เขายังเชื่ออีกว่า พฤติกรรมของบุคคลเกิดจากแรงขับภายในและสิ่งเร้าภายนอก เป็นเหตุการณ์ที่ต่อเนื่องในลักษณะเหตุผล คือพฤติกรรมหนึ่งจะเป็นสาเหตุของอีกพฤติกรรมหนึ่งในเวลาต่อมา

ส่วน Bandura (1973) ก็กล่าวว่าความก้าวร้าวเป็นรูปแบบหนึ่งของพฤติกรรมทางสังคม ซึ่งเกิดจากการเรียนรู้และการสังเกตของมนุษย์ การจะพิจารณาว่าพฤติกรรมใดเป็นพฤติกรรมก้าวร้าวหรือไม่นั้น จะต้องพิจารณาจากองค์ประกอบสองประการ ประการแรกคือ พฤติกรรมนั้น

จะต้องก่อให้เกิดการบาดเจ็บต่อผู้อื่นหรือก่อให้เกิดความเสียหายในสิ่งอื่น ประการที่สองคือ คนในสังคมนั้นจะต้องคิดว่าพฤติกรรมนั้นเป็นพฤติกรรมก้าวร้าวด้วย

Bandura ยังกล่าวถึงความก้าวร้าวที่เกี่ยวกับการเรียนรู้ทางสังคมอีกว่ามี 3 ลักษณะ คือ (สุขุมาลัย คำหวาน, 2543)

1. การเกิดความก้าวร้าว (Origin of Aggressive) หมายถึงพฤติกรรมก้าวร้าวมาได้อย่างไร ได้มาในรูปแบบใด ซึ่งทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมนั้น เชื่อว่าพฤติกรรมก้าวร้าวเกิดจากการเรียนรู้ 2 ลักษณะ

1.1 การสังเกตเป็นการเรียนรู้จากตัวอย่าง โดยการสังเกตพฤติกรรมของผู้อื่น หรือเรียกว่า การสังเกตตัวแบบ ซึ่งผู้สังเกตจะเรียนรู้กลวิธีในการแสดงพฤติกรรมในเวลาต่อมา นอกเหนือจากพฤติกรรมของตัวแบบแล้ว Bandura ยังเชื่อว่า การเรียนรู้จากการสังเกตต้องรวมตัวแปรกระบวนการทางปัญญาด้วย การสังเกตจึงสอนให้บุคคลคำนึงถึงผลกรรมที่เกิดขึ้น เช่น การสังเกตแบบได้รับตัวเสริมแรงทางอ้อม (Vicarious Reinforcement) กระบวนการทางปัญญาจะทำให้บุคคลคาดหวังผลกรรมที่จะได้รับ ถ้าตนเองแสดงพฤติกรรมเช่นนั้นบ้าง ความคาดหวังจึงเป็นตัวกำหนดพฤติกรรมที่สำคัญ การสังเกตประกอบด้วยสิ่งต่อไปนี้ คือ

- การสังเกตลักษณะสำคัญที่ตัวแบบแสดง
- การจดจำและการฝึก ทบทวนทางปัญญา

1.2 การเรียนรู้จากประสบการณ์ตรงของตนเอง กล่าวคือ เมื่อแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวแล้วได้รางวัลหรือการเสริมแรง พฤติกรรมก้าวร้าวนั้นจะเกิดขึ้นอีกในโอกาสต่อไป

2. ตัวกระตุ้นให้เกิดความก้าวร้าว (Instigator of Aggression) ได้แก่ประสบการณ์การเรียนรู้ ซึ่งมีดังต่อไปนี้

2.1 อิทธิพลของตัวแบบ ตัวแบบมีอิทธิพลทำให้เกิดพฤติกรรมก้าวร้าวได้ ไม่ว่าจะเป็นสถานการณ์จริง หรือสถานการณ์ทดลอง พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่สังเกตตัวแบบที่มีลักษณะหรือพฤติกรรมก้าวร้าว โดยเฉพาะตัวแบบที่ได้รับการเสริมแรงเมื่อแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวออกไป จะมีพฤติกรรมก้าวร้าวสูงกว่ากลุ่มตัวอย่างที่สังเกตตัวแบบที่ไม่มีพฤติกรรมก้าวร้าว

2.2 สิ่งเร้าไม่พึงประสงค์ ได้แก่ การต่อสู้ ทำร้ายร่างกาย การดูถูกเหยียดหยามหรือการถอดถอนแรงเสริม สิ่งเหล่านี้ทำให้เกิดความคับข้องใจหรือความโกรธ ซึ่งจะทำให้เกิดพฤติกรรมในรูปแบบต่าง ๆ รวมถึงพฤติกรรมก้าวร้าวด้วย

2.3 สิ่งจูงใจ ส่วนใหญ่พฤติกรรมก้าวร้าวของบุคคลเกิดจากการคาดหวังผลทางบวก ฉะนั้นตัวกระตุ้นคือ แรงเสริมที่บุคคลคาดหวังจะได้รับมากกว่าเป็นความต้องการ กระทำให้ผู้อื่นได้รับความเจ็บปวด

2.4 การควบคุมด้วยการสอน บุคคลจะถูกฝึกให้เชื่อฟังกฎและระเบียบต่าง ๆ ผู้ฝึกจะ ให้อาหารรางวัลแก่การเชื่อฟังและลงโทษการไม่เชื่อฟัง วิธีการลงโทษที่รุนแรงยอมทำให้ บุคคลเกิดความก้าวร้าวได้ เพราะการลงโทษจะทำให้บุคคลเกิดความคับข้องใจและ ยังเห็นตัวแบบที่ก้าวร้าวด้วย

2.5 การควบคุมด้วยสิ่งที่เป็นมายา มายาเป็นสิ่งเร้าภายนอกที่เกิดจากความเชื่อถือที่ ผิด บางครั้งความเชื่อที่ผิดทำให้บุคคลก้าวร้าวได้

3. การเสริมแรงที่ทำให้ความก้าวร้าวคงอยู่ (Reinforcement of Aggression) ได้แก่ แรง เสริม Bandura แบ่งแรงเสริมออกเป็น 3 ชนิด คือ

3.1 แรงเสริมภายนอก เมื่อบุคคลแสดงความก้าวร้าวแล้วได้รับแรงเสริม พฤติกรรม นั้นจะคงอยู่

3.2 แรงเสริมที่ได้จากการสังเกต บุคคลจะสังเกตและเลียนแบบพฤติกรรมก้าวร้าว ของตัวแบบที่ได้รับรางวัลมากกว่าตัวแบบที่ไม่ได้รับรางวัล ฉะนั้นตัวแบบที่รับ รางวัลจะเป็นตัวแบบที่มีประสิทธิภาพ แรงเสริมที่ได้จากการสังเกตจะทำให้หน้าที่ ให้อาหารและแรงจูงใจให้บุคคลแสดงความก้าวร้าว

3.3 แรงเสริมที่เกิดจากตนเองได้แก่ การลดค่าหรือศักดิ์ศรีของผู้อื่น เช่นการพูด นินทา หรือตำหนิผู้อื่นที่จะทำให้ตนเองรู้สึกพึงพอใจและได้ระบายความคับข้องใจ มากขึ้น

ลักษณะของพฤติกรรมก้าวร้าว

อาการและการแสดงที่เป็นสัญญาณของพฤติกรรมก้าวร้าวมี 3 ลักษณะ คือ

1. การแสดงออกทางสีหน้า มักพบว่าสีหน้าบึ้งตึง โกรธ ทำทางไม่พอใจ แววตาไม่เป็นมิตร
2. การเคลื่อนไหวและการกระทำ คือ กระวนกระวาย อยู่นิ่งไม่ได้, กระแทกหรือกระทำด้วยความรุนแรง, หยุดกิจกรรมที่ทำอยู่อย่างทันทีทันใด
3. แสดงออกทางคำพูด ในเด็กที่สามารถพูดได้ปกติ โดย เจ็บแค้นผิดปกติ, โต้ตอบด้วย น้ำเสียงห้วน, พูดก้าวร้าว วิพากษ์วิจารณ์หรือตำหนิติเตียน

ความรุนแรงของพฤติกรรมก้าวร้าวสามารถแบ่งออกได้เป็น 3 ระดับ ได้แก่

1. ระดับอ่อน (Mild Anger) สีหน้าบึ้งตึง โกรธ แหวดตาไม่เป็นมิตร แสดงท่าทางไม่พอใจ พูดโต้ตอบด้วยน้ำเสียงห้วน ชื่นเสียง
2. ระดับปานกลาง (Moderate Aggressive) ส่งเสียงกระแทกหรือกระทำด้วยความรุนแรง เอะอะ วางอำนาจ ชูตะคอก
3. ระดับรุนแรง (Severe Violence) ขาดสติ ขาดความยับยั้งชั่งใจ ชกต่อย ทูบตี ทำร้ายผู้อื่น ทำลายข้าวของ (ปทุมทิพย์ สุภานันท์, 2539)

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

จากการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ทั้งต่างประเทศและในประเทศ พบว่า มีงานวิจัยของต่างประเทศที่เกี่ยวข้องกับการควบคุมตนเอง ดังนี้

เริ่มจากการศึกษาความสอดคล้องของความสามารถในการควบคุมตนเองกับปัญหาพฤติกรรมที่เกิดขึ้น โดย Robin, Fischel & Brown (1984) ซึ่งเป็นการศึกษาโดยใช้แบบวัดการควบคุมตนเองของ เคนดอลล์และวิลคอกซ์ (Kendall & Wilcox, 1979) เพื่อหาความเที่ยงตรงของเครื่องมือกับเด็กคนไข้นอก อายุระหว่าง 3 ปี 4 เดือน ถึง 18 ปีที่มารับการรักษาที่โรงพยาบาลเด็ก เมืองมิชิแกน ประเทศสหรัฐอเมริกา โดยแบ่งเป็นกลุ่มตัวอย่างที่ 1 และกลุ่มตัวอย่างที่ 2 ในแต่ละกลุ่มจะแบ่งออกเป็นอีก 2กลุ่มย่อย ประกอบด้วยกลุ่มเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรม (เช่น ก้าวร้าว ซุกซนไม่อยู่นิ่ง มีปัญหาในการพูด ฯลฯ) กับกลุ่มเด็กที่ไม่มีปัญหาทางพฤติกรรม เด็กที่มารับการรักษาที่คลินิกจิตเวช จะได้รับการประเมินและรับการรักษาเนื่องจากมีปัญหาทางพฤติกรรม จะถูกจัดเข้ากลุ่มที่มีปัญหา บิดามารดาของเด็กเหล่านี้จะรับแบบวัดการควบคุมตนเองไปประเมินบุตรของตน ส่วนบิดามารดาของกลุ่มที่ไม่มีปัญหาทางพฤติกรรม ก็จะรับแบบวัดการควบคุมตนเองและแบบสอบถามประวัติของเด็ก เกี่ยวกับอาชีพและการศึกษาของบิดามารดา สุขภาพจิตของเด็กขณะอยู่ที่โรงเรียนและอยู่ที่บ้าน และปัญหาทางพฤติกรรม ถ้าเด็กคนใดไม่มีประวัติปัญหาสุขภาพจิตมาก่อน เด็กนั้นก็จะถูกจัดอยู่ในกลุ่มที่ไม่มีปัญหา ผลการวิจัยพบว่า เด็กที่มีปัญหาพฤติกรรม ถูกประเมินว่ามีลักษณะหุนหันพลันแล่นมากกว่าและมีการควบคุมตนเองน้อยกว่าเด็กที่ไม่มีปัญหาทางพฤติกรรม ซึ่งการศึกษานี้ยังทำให้เห็นว่าความสามารถในการควบคุมตนเองมีแนวโน้มว่าจะเพิ่มขึ้นตามอายุอีกด้วย

อย่างไรก็ดี การศึกษาเกี่ยวกับการควบคุมตนเองที่ผ่านมามักเป็นการศึกษากับกลุ่มตัวอย่างที่เป็นเด็กนักเรียน โดยการนำการควบคุมตนเองมาใช้ในการเพิ่มพฤติกรรมที่พึงประสงค์

อาทิ พฤติกรรมการตั้งใจเรียน พฤติกรรมการเข้าห้องเรียน หรือใช้ในการลดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ เช่น พฤติกรรมก่อนนอนในชั้นเรียน เป็นต้น ตัวอย่างงานวิจัยในลักษณะดังกล่าว ได้แก่ งานวิจัยของ Drabman Spitalnik & O'Leary (1973) ซึ่งศึกษาผลของการนำกระบวนการควบคุมตนเองมาใช้ร่วมกับการเสริมแรงด้วยเบี้ยอรรถกร เพื่อปรับพฤติกรรมก่อนนอนในชั้นเรียนของกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งเป็นนักเรียนชายที่มีปัญหาทางการเรียนและปัญหาทางอารมณ์ อายุ 9 – 10 ปี จำนวน 8 คน โดยแบ่งระยะทดลองออกเป็น 8 ระยะ ระยะที่ 1 เก็บข้อมูลพื้นฐาน ระยะที่ 2 ระยะให้การเสริมแรงด้วยเบี้ยอรรถกร ซึ่งผู้วิจัยจะให้คะแนนกับนักเรียนที่มีพฤติกรรมเหมาะสมและสามารถทำแบบฝึกหัดได้ถูกต้อง คะแนนดังกล่าวนักเรียนสามารถนำไปแลกเปลี่ยนเป็นตัวเสริมแรงแลกเปลี่ยนได้ ระยะที่ 3 ระยะตรวจสอบการบันทึกพฤติกรรม ผู้วิจัยให้นักเรียนบันทึกพฤติกรรมตนเองแล้วนำมาตรวจสอบกับที่ผู้วิจัยบันทึก หากผลที่ได้ต่างกันเพียง 1 คะแนน นักเรียนก็จะได้รับการเสริมแรง แต่หากผลที่ได้ตรงกัน นักเรียนจะได้รับโบนัสพิเศษ พร้อมคำชมเชย ระยะที่ 4 – ระยะที่ 7 ผู้วิจัยเริ่มถอดเงื่อนไขการเสริมแรง พบว่า นักเรียนสามารถลดพฤติกรรมก่อนนอนลง และพฤติกรรมการทำแบบฝึกหัดได้ถูกต้องยังคงอยู่

อีกงานวิจัยหนึ่งเป็นการศึกษาถึงประสิทธิภาพของการควบคุมตนเอง โดยศึกษาเป็นรายบุคคล ซึ่งในงานวิจัยนี้ McCullough, Huntsinger & Nay (1977) ได้ใช้แนวคิดของ Bandura เรื่องรูปแบบพฤติกรรมซึ่งเกิดจากการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างอินทรีย์กับสิ่งแวดล้อม ในการสร้างโปรแกรมการควบคุมตนเองเพื่อบำบัดแก้ไขปัญหาคำวร้ายของวัยรุ่นชายอายุ 16 ปีคนหนึ่ง โดยให้ตัวอย่างเปลี่ยนแปลงการแสดงพฤติกรรมของตนเองก่อน เพื่อปรับการตอบสนองจากสิ่งแวดล้อมใหม่ ซึ่งช่วยให้ความก้าวร้าวภายในถูกกระตุ้นน้อยลง วิธีการควบคุมตนเองที่เขาใช้ มีตั้งแต่ การสร้างพฤติกรรมขัดแย้ง การตัดโซ่พฤติกรรม การผ่อนคลายตนเองและการเดินออกจากสภาวะที่กระตุ้นความก้าวร้าวชั่วคราว ผลจากการบันทึกพฤติกรรมของผู้ปกครองและครู พบว่า พฤติกรรมก้าวร้าวของตัวอย่างลดลง จนในที่สุดไม่เกิดขึ้นอีกเลยในระยะติดตามผล 12 และ 22 เดือน

การศึกษาผลของการใช้โปรแกรมฝึกด้านความคิด – พฤติกรรม (Cognitive – behavioral Training Program) เพื่อฝึกปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของเด็กวัยรุ่นจำนวน 30 คน ที่มีพฤติกรรมสับสนและแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวเมื่อติดต่อกับผู้อื่น ของ Edchewidt (1991) โดยแบ่งกลุ่มที่ใช้กระบวนการ ความคิด – พฤติกรรม ควบคุมตนเอง และได้รับแรงเสริม กลุ่มที่ใช้กระบวนการ ความคิด – พฤติกรรม โดยไม่ได้รับแรงเสริมและกลุ่มควบคุม ผลปรากฏว่า นักเรียนที่ผ่านกระบวนการฝึกความคิด – พฤติกรรมมีพฤติกรรมก้าวร้าวลดลง รู้จักควบคุมตนเองและระมัดระวังในการติดต่อกับผู้อื่นมากกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้ฝึกกระบวนการดังกล่าว นอกจากนี้กลุ่มที่ได้รับแรงเสริมก็ไม่ปรากฏหลักฐานว่าแรงเสริมจะเพิ่มประสิทธิภาพของ

กระบวนการนี้ แสดงให้เห็นว่ากระบวนการฝึกความคิด – พฤติกรรม มีประสิทธิภาพทำให้เด็กวัยรุ่นมีการควบคุมตนเองมากขึ้นและทำให้พฤติกรรมก้าวร้าวลดลงโดยไม่ต้องใช้แรงเสริม

ในลักษณะของการวิจัยที่เกี่ยวกับครอบครัว Denicola and Sandler (1980) ได้ทดลองใช้วิธีการควบคุมตนเองกับบิดามารดาที่พูดหยาบคายและการควบคุมตนเองของเด็กในการติดต่อสัมพันธ์กับบิดามารดาที่ใช้วาจาก้าวร้าว โดยจัดบันทึกพฤติกรรมของบิดามารดาและเด็กในระยะทดลอง 8 ครั้ง ครั้งละ 30 นาที เพื่อดูการติดต่อสัมพันธ์ของบิดามารดาและเด็ก การฝึกบิดามารดาใช้เทคนิคการควบคุมตนเองโดยเน้นการให้แรงเสริมทางบวกหรือหลีกเลี่ยงการลงโทษ การควบคุมตนเองแบบใช้ความคิด – พฤติกรรม โดยเน้นการช่วยเหลือให้บิดามารดาแก้ปัญหาความก้าวร้าว การแสดงความโกรธและความคับข้องใจ ผลการทดลองปรากฏว่า การควบคุมตนเองทำให้พฤติกรรมไม่เหมาะสมลดลง มีพฤติกรรมทางสังคมที่เหมาะสมเพิ่มขึ้นทั้งในระยะการทดลองและระยะติดตามผล เด็กจากครอบครัวดังกล่าวมีพฤติกรรมสังคมเพิ่มขึ้นในทางบวกและลดพฤติกรรมที่ไม่พึงปรารถนาทั้งระยะการทดลองและระยะติดตามผล

นอกจากนี้ยังมีการศึกษาวิจัยในประสิทธิภาพของการใช้หลักการควบคุมตนเองในการลดพฤติกรรมก้าวร้าวของผู้กระทำผิด โดย Sear (1991) ได้ทำการวิจัยเพื่อประเมินโปรแกรมการควบคุมตนเองตามแนวพฤติกรรมบัญญัตินิยมที่มีต่อ พฤติกรรมกระทำผิดของผู้มีพฤติกรรมก้าวร้าว เปรียบเทียบกับกลุ่มควบคุม ใช้กลุ่มตัวอย่างเป็นวัยรุ่นชายกระทำผิดที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวจำนวน 48 คน ซึ่งมีอายุระหว่าง 11-12 ตัวแปรตามที่เขาศึกษาในกรณีนี้คือ พฤติกรรมก้าวร้าวจากการรายงานการการสังเกต รวมทั้งแบบทดสอบ RATC (McArther and Roberts, 1982) และ CBCL (Achenbach and Edelbrock, 1983) ซึ่งเป็นวิธีวัดโดยให้ผู้เข้ารับการทดลองตอบสนองต่อเงื่อนไขการทดลองในคลินิก ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มทดลองมีพฤติกรรมก้าวร้าวที่สังเกตจากภายนอกและจากการรายงานพฤติกรรมด้วยตนเอง ลดลงกว่ากลุ่มควบคุม ในขณะที่กลุ่มควบคุมไม่สามารถควบคุมพฤติกรรมของตนเองได้

สำหรับงานวิจัยภายในประเทศเกี่ยวกับการนำกระบวนการควบคุมตนเองมาใช้ในการปรับลดพฤติกรรมก้าวร้าว นั้น พบว่ามีอยู่ไม่มากนัก ซึ่งงานวิจัยในลักษณะดังกล่าวมักศึกษากับกลุ่มตัวอย่างที่เป็นเด็กนักเรียนเช่นกัน ได้แก่

การศึกษาวิจัยของ สมชาย เตียวตระกูล (2529) ซึ่งใช้การฝึกการผ่อนคลายแบบจิตคัมภาย ซึ่งเป็นวิธีการควบคุมตนเองวิธีหนึ่ง เพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวของกลุ่มตัวอย่างซึ่งเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ผลปรากฏว่า การฝึกการผ่อนคลายแบบจิตคัมภายสามารถลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนได้

เช่นเดียวกับ สุพล ชัดเชื้อ (2535) ที่ทำการศึกษาเปรียบเทียบผลของการควบคุมตนเองกับการปรับสินไหม (Response cost) ที่มีผลต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 75 ขึ้นไป จำนวน 16 คน แบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 2 กลุ่ม ได้แก่กลุ่มทดลองที่ 1 ใช้วิธีการควบคุมตนเองปรับพฤติกรรมก้าวร้าว กลุ่มทดลองที่ 2 ใช้วิธีการปรับสินไหม จากผลการทดลองพบว่า กลุ่มทดลองที่ใช้วิธีการควบคุมตนเองมีพฤติกรรมก้าวร้าวลดลงมากกว่ากลุ่มทดลองที่ใช้วิธีการปรับสินไหม จากงานวิจัยดังกล่าวแสดงให้เห็นว่าการควบคุมตนเองและการปรับสินไหมสามารถนำมาใช้ในการลดพฤติกรรมก้าวร้าวได้

นอกจากนี้ ยังมีงานวิจัยภายในประเทศเกี่ยวกับประสิทธิภาพในการใช้การควบคุมตนเองเพื่อเพิ่มพฤติกรรมที่พึงประสงค์และลดพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ในลักษณะต่าง ๆ นอกเหนือจากพฤติกรรมก้าวร้าว ดังนี้

อุบล วุฒินุญสิทธิ์ (2527) ได้ศึกษาผลของกระบวนการควบคุมตนเองต่อการลดความวิตกกังวลของผู้ที่เตรียมตัวสอบคัดเลือกเข้าศึกษาในสถาบันอุดมศึกษาของรัฐ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ที่เรียนกวดวิชาในโรงเรียนกวดวิชา Home of English จำนวน 20 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยผู้วิจัยฝึกเทคนิคการควบคุมตนเองให้แก่ นักเรียนกลุ่มทดลอง ได้แก่ เทคนิคการสังเกตและบันทึกพฤติกรรมตนเอง การควบคุมสิ่งเร้า การกำหนดเกณฑ์พฤติกรรม การประเมินตนเองและการเสริมแรงตนเอง พบว่า นักเรียนที่ได้รับการฝึกกระบวนการควบคุมตนเองด้วยเทคนิคดังกล่าว สามารถลดความวิตกกังวลในการเตรียมตัวสอบคัดเลือกเข้าศึกษาในสถาบันอุดมศึกษาของรัฐได้มากกว่านักเรียนที่ไม่ได้รับการฝึกกระบวนการควบคุมตนเอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

เช่นเดียวกับ ปภาวดี แจ่มศิริ (2527) ที่ศึกษาผลของการควบคุมตนเองต่อพฤติกรรมก่อนนอนในชั้นเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนโรงเรียนชลธารวิทยา จังหวัดชุมพร 2 ห้องเรียน จำนวน 54 คน แบ่งออกเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม การทดลองแบ่งเป็น 3 ระยะ ได้แก่ ระยะรวบรวมข้อมูลพื้นฐาน ใช้เวลา 1 ½ สัปดาห์ เป็นระยะหาพื้นฐานพฤติกรรมของนักเรียนทั้งสองกลุ่ม ระยะที่สองคือระยะการทดลอง ใช้เวลา 4 สัปดาห์ เป็นระยะฝึกกระบวนการควบคุมตนเองให้กลุ่มทดลอง ส่วนในกลุ่มควบคุมให้เข้าชั้นเรียนตามปกติ ส่วนระยะที่สามเป็นระยะติดตามผล ใช้เวลา 2 สัปดาห์ ผลการทดลองพบว่า กลุ่มทดลองที่ฝึกกระบวนการควบคุมตนเอง มีพฤติกรรมก่อนนอนในชั้นเรียนลดลง

ตรงกันข้ามกับการศึกษาของ ภรณ์ อินทอร (2527) ที่นำกระบวนการควบคุมมาใช้ในการเพิ่มพฤติกรรมที่พึงประสงค์ โดยทำการศึกษาผลของการควบคุมตนเองต่อการเพิ่มพฤติกรรมตั้งใจเรียนในห้องเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 จำนวน 24 คน โดยแบ่งเป็นกลุ่มควบคุมและ

กลุ่มทดลอง แบ่งการทดลองเป็น 3 ระยะ ระยะที่ 1 ระยะเก็บข้อมูลพื้นฐาน ระยะที่ 2 เป็นระยะที่ใช้การควบคุมตนเองปรับพฤติกรรมในการตั้งใจเรียน โดยให้นักเรียนสังเกตและบันทึกพฤติกรรมตนเอง ร่วมกับการประเมินตนเองและการให้แรงเสริมตนเอง ระยะที่ 3 เป็นระยะติดตามผล พบว่ากลุ่มทดลองมีพฤติกรรมตั้งใจเรียนเพิ่มขึ้นทั้งในระยะทดลองและระยะติดตามผล

ปัญหาการวิจัย

การควบคุมตนเอง จะมีผลต่อการลดพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชนหญิงที่กระทำผิดและถูกศาลพิพากษาให้ฝึกอบรมในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนหญิงได้หรือไม่

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาผลของการฝึกการควบคุมตนเองที่มีต่อการลดพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชนกระทำผิดเพศหญิง ในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนหญิง

สมมติฐาน

1. เยาวชนกลุ่มทดลอง (Treatment Group) ที่ได้รับการฝึกการควบคุมตนเองจะมีค่าเฉลี่ยร้อยละของจำนวนช่วงเวลาก่อเกิดพฤติกรรมก้าวร้าว ต่ำกว่าเยาวชนกลุ่มควบคุม (Control Group) ในระยะทดลองและในระยะติดตามผล
2. เยาวชนกลุ่มทดลอง (Treatment Group) ที่ได้รับการฝึกการควบคุมตนเองจะมีค่าเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวจากแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าว ต่ำกว่า เยาวชนกลุ่มควบคุม (Control Group) ในระยะทดลอง (Posttest) และระยะติดตามผล (Follow up)
3. เยาวชนกลุ่มทดลอง (Treatment Group) ที่ได้รับการฝึกการควบคุมตนเองจะมีค่าเฉลี่ยร้อยละของจำนวนช่วงเวลาก่อเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวในระยะทดลองและระยะติดตามผล ต่ำกว่าคะแนนเฉลี่ยร้อยละของจำนวนช่วงเวลาก่อเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวในระยะพื้นฐาน
4. เยาวชนกลุ่มทดลอง (Treatment Group) ที่ได้รับการฝึกการควบคุมตนเองจะมีค่าเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวจากแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวในระยะทดลองและระยะติดตามผล ต่ำกว่าค่าเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวจากแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวในระยะพื้นฐาน

ขอบเขตของการวิจัย

1. ตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ เป็นเยาวชนหญิง ที่อยู่ระหว่างการฝึกและอบรมในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนหญิงบ้านปรานี สังกัดกรมพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน กระทรวงยุติธรรม จำนวน 14 ราย โดยทำการเก็บข้อมูลตั้งแต่เดือน พฤศจิกายน พ.ศ. 2550 – กรกฎาคม 2551

2. ตัวแปรที่ศึกษา

ตัวแปรอิสระ คือ การฝึกการควบคุมตนเอง

ตัวแปรตาม คือ พฤติกรรมก้าวร้าว

คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย

เยาวชน หมายถึง บุคคลที่มีอายุตั้งแต่ 14 ปี บริบูรณ์ แต่ยังไม่ถึง 18 ปีบริบูรณ์ แต่ไม่นับรวมบุคคลที่บรรลุนิติภาวะแล้วด้วยการสมรส

เยาวชนกระทำผิด หมายถึง เยาวชนที่กระทำผิดกฎหมายหรือประกอบอาชญากรรม ถูกจับกุมดำเนินคดีและได้รับการพิพากษาให้เข้ารับการฝึกและอบรมในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนฯ สังกัดกรมพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน กระทรวงยุติธรรม

พฤติกรรมก้าวร้าว หมายถึง พฤติกรรมที่ทำให้บุคคลอื่นได้รับบาดเจ็บ ได้รับความเสียหายทางร่างกายหรือจิตใจ และ/หรือเป็นพฤติกรรมที่มีความตั้งใจทำให้บุคคลอื่นเกิดความรู้สึกในทางลบ และ/หรือ เป็นพฤติกรรมทำลายสิ่งของซึ่ง ในการวิจัยนี้สามารถประเมินได้ 2 แบบ คือ จากการสังเกตพฤติกรรมแบบช่วงเวลาและการตอบแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวของกลุ่มตัวอย่าง

การสังเกตพฤติกรรมแบบช่วงเวลา หมายถึง การสังเกตพฤติกรรมก้าวร้าวทั้งทางกายและทางวาจา โดยกำหนดช่วงการสังเกตแต่ละครั้งนาน 20 วินาที หากเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวทางกายและทางวาจาในระหว่างช่วงการสังเกต ตั้งแต่ 1 ครั้งขึ้นไป ผู้วิจัยจะนับว่าในช่วงการสังเกตนั้นเกิดพฤติกรรมก้าวร้าว แต่หากตลอดระยะเวลา 20 วินาทีของการสังเกต กลุ่มตัวอย่างไม่แสดงพฤติกรรมก้าวร้าวแม้แต่ 1 ครั้ง ผู้วิจัยจะนับว่าในช่วงการสังเกตนั้นไม่เกิดพฤติกรรมก้าวร้าว

การตอบแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าว หมายถึง การให้กลุ่มตัวอย่าง ตอบแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าว ประกอบด้วยข้อคำถามแบบเลือกตอบ 5 ระดับ จำนวน 58 ข้อ คะแนนเต็ม 290 คะแนน

ซึ่งผู้วิจัยปรับปรุงจากแบบสอบถามการปฏิบัติตัวของผู้อื่นของ ทิพวัลย์ สุทิน (2539) (ภาคผนวก ก)

พฤติกรรมก้าวร้าวในงานวิจัยนี้ สามารถแบ่งออกเป็น 2 ประเภท ได้แก่

พฤติกรรมก้าวร้าวทางกาย หมายถึง พฤติกรรมที่ทำให้บุคคลอื่นได้รับบาดเจ็บเสียหายทางร่างกายหรือจิตใจ ซึ่งการได้รับความเสียหายทางจิตใจนั้น อาจเป็นกระบวนการทำให้อับอายหรือใช้อำนาจบังคับทางจิตใจ รวมทั้งพฤติกรรมทำลายสิ่งของ ซึ่งยกเว้นการกระทำตามหน้าที่หรืออุบัติเหตุ ซึ่งพฤติกรรมเหล่านี้เกิดขึ้นภายในห้องเรียนหรือในการดำเนินชีวิตภายในศูนย์ฝึกและอบรม ได้แก่ ขวางทางเดิน, ชัดขาให้ล้ม, ดึง-กระชากเสื้อหรือกางเกง กระโปรง, เลียนแบบท่าทางความผิดหรือข้อบกพร่องของผู้อื่น, เขียนคำหยาบคายหรือคำด่าทอผู้อื่นลงในกระดานหรือบนผนังห้อง, ขีดเขียนหรือทำสิ่งของของผู้อื่นให้เลอะเทอะหรือเสียหาย, แสดงกิริยากระด้างกระเดื่องหรือทำทนายเมื่อถูกตำหนิหรือลงโทษ, ผลัก-ทุบ-ชูดขีด-ประทับฝ่าเท้าบนโต๊ะ เก้าอี้ ผนัง กระดาน ประตูห้อง หน้าต่าง, ชกต่อย ผลักหรือบิดแขนเพื่อน, บังคับให้ผู้อื่นทำในสิ่งที่เขาไม่เต็มใจ

พฤติกรรมก้าวร้าวทางวาจา หมายถึง การพูด การใช้วาจา ที่ทำให้บุคคลอื่นได้รับความเสียหายทางด้าน จิตใจ ซึ่งเกิดขึ้นภายในห้องเรียนหรือในการดำเนินชีวิตภายในศูนย์ฝึกและอบรม ได้แก่ การพุดคุยเหยียดให้ทะเลาะ, พุดให้ได้รับความเสียหาย, พุดจาเยาะเย้ยถากถาง, ดูถูก, ดูหมิ่น, ด่าชื่อบิดามารดาผู้อื่นเมื่อได้เถียงกัน, พุดเสียงดังขัดจังหวะ, พุดนินทา, พุดจาประชดประชัน, ตวาด-ตะคอกใส่ผู้อื่น, พุดจาข่มขู่-ทำทนายผู้อื่น

การฝึกการควบคุมตนเอง คือ การฝึกการควบคุมตนเองด้วยโปรแกรมฝึกการควบคุมตนเองที่ผู้วิจัยพัฒนาจาก Adolescent Anger Control (Feindler & Ecton, 1986) ประกอบด้วยกิจกรรมกลุ่มบำบัด 10 คาบ คาบละ 60-90 นาที ฝึกทักษะการควบคุมตนเองด้วย การอธิบายกลไกการเกิดพฤติกรรมแบบ A-B-C การตั้งพฤติกรรมเป้าหมายและกำหนดเกณฑ์การเสริมแรงด้วยตนเอง การสังเกตและบันทึกพฤติกรรมตนเอง การเตือนตนเอง การประเมินตนเองและการให้แรงเสริมตนเอง ควบคู่ไปกับการเสริมทักษะทางสังคม ได้แก่ ทักษะการแก้ปัญหา ทักษะการคิดไปข้างหน้า ทักษะการผ่อนคลายตนเองและทักษะการกล้าแสดงออก เพื่อให้ผู้ฝึกมีความสามารถในการควบคุมความคิดและพฤติกรรมการแสดงออกของตนเอง ตลอดจนเปลี่ยนการตอบสนองด้วยพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมให้เป็นพฤติกรรมที่เหมาะสมได้ (ภาคผนวก ก) โดยผู้ที่เข้ารับการฝึกครบ 10 คาบและมีส่งการบ้านครบถ้วนทุกครั้งเท่านั้น ที่จะถือว่าได้รับการฝึกการควบคุมตนเองอย่างสมบูรณ์ ส่วนผู้ที่เข้ารับการฝึกไม่ครบตามจำนวนคาบที่กำหนดหรือส่งการบ้านไม่ครบถ้วน จะถูกตัดออกจากกลุ่มตัวอย่างในครั้งนี้

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ทำให้ทราบว่า การฝึกการควบคุมตนเองสามารถลดพฤติกรรมก้าวร้าวได้หรือไม่ อย่างไร เพื่อประโยชน์ในการนำเทคนิคดังกล่าวไปใช้ในการแก้ไขพฤติกรรม การแสดงความก้าวร้าวของเยาวชนต่อไป
2. ทำให้เยาวชนตระหนักในพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมของตนเอง และสามารถแก้ไขปัญหาดังกล่าวในระยะยาวได้
3. เป็นการเพิ่มแนวทางการแก้ไขปัญหาโดยวิธีการที่เหมาะสม ลดปัญหาการใช้ความรุนแรงในการแก้ไขปัญหามาแก่เยาวชน
4. ผู้ที่มีหน้าที่ให้การบำบัด แก้ไขและฟื้นฟูเยาวชนที่กระทำผิดในศูนย์ฝึกและอบรมฯ มีแนวทางแก้ไขเยาวชนที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวที่มีประสิทธิภาพต่อไป

บทที่ 2

วิธีดำเนินการวิจัยและการดำเนินการเก็บข้อมูล

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลองเพื่อศึกษาผลของการฝึกการควบคุมตนเองต่อการลดพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชนกระทำผิดหญิงในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนหญิงบ้านปรานี

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรในการศึกษาวิจัยครั้งนี้เยาวชนกระทำผิดหญิงในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชน ทั่วประเทศ จำนวนประมาณ 200 คน

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นเยาวชนหญิงที่กระทำผิดและถูกศาลพิพากษาส่งฝึกอบรมที่ศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนหญิงบ้านปรานี อายุระหว่าง 15 – 18 ปี จำนวน 14 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองจำนวน 7 คนและกลุ่มควบคุมจำนวน 7 คน เหตุผลที่เลือกกลุ่มตัวอย่างในกลุ่มอายุดังกล่าว ซึ่งอยู่ในช่วงวัยรุ่นตอนปลาย เพื่อต้องการศึกษาในเชิงการนำไปใช้จริงและการป้องกันปัญหา เนื่องจากเยาวชนส่วนใหญ่ที่กระทำและศาลพิพากษาส่งฝึกอบรมในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนทั่วประเทศนั้น อยู่ในกลุ่มอายุดังกล่าว และเยาวชนจำนวนมากมีพฤติกรรมก้าวร้าว หากไม่ได้รับการบำบัดแก้ไขพฤติกรรมตั้งแต่ในระยะนี้ อาจส่งผลในการกระทำผิดซ้ำหรือการกระทำผิดที่ร้ายแรงขึ้นในวัยผู้ใหญ่ ในทางตรงกันข้าม หากสามารถนำเทคนิคการควบคุมตนเอง มาใช้ในกระบวนการบำบัดแก้ไขพฤติกรรมก้าวร้าวกับเยาวชนกลุ่มนี้ได้ แนวโน้มในการนำเทคนิคการควบคุมตนเองไปปรับใช้ในการบำบัดแก้ไขพฤติกรรมก้าวร้าวในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนอื่น ๆ จะเป็นไปได้มากเช่นกัน

การเลือกกลุ่มตัวอย่าง ดำเนินการตามขั้นตอนต่าง ๆ ดังนี้

1. การเลือกศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชน มีเหตุผลดังนี้

ศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนหญิงบ้านปรานี เป็นศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนหญิงที่มีขนาดใหญ่ที่สุด สังกัดกรมพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน กระทรวงยุติธรรม มีเยาวชนหญิงที่กระทำผิดและต้องโทษคำพิพากษาให้ฝึกและอบรมอยู่ในความดูแล ณ ปัจจุบัน (กรกฎาคม 2551) จำนวนประมาณ 140 คน ขนาดพื้นที่ประมาณ 12 ไร่ ลักษณะเป็นอาคารขนาดใหญ่ 3 ชั้น อาคารเป็นแนวยาวเชื่อมกันแทนแนวรั้ว พื้นที่ส่วนกลางเป็นสนามหญ้าเปิดโล่ง บุคลากรปฏิบัติงานประกอบด้วย นักวิชาการฝึกอบรมและวิชาชีพ, พยาบาล, นักจิตวิทยา, นักสังคม

สงเคราะห์และพนักงานพินิจ ภายในศูนย์ฝึกและอบรมจัดกิจกรรมการเรียนการสอนวิชาสามัญ (กศน.) ได้แก่

- ระดับประถมศึกษา
- ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น
- ระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย

นอกจากนี้ยังมีการเรียนการสอนในสายวิชาชีพ ได้แก่

- ประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช.) สาขาคอมพิวเตอร์ธุรกิจ
- ช่างตัดเย็บเสื้อผ้าสตรี
- ศิลปะผ้าประดิษฐ์
- ดอกไม้ประดิษฐ์
- คหกรรม (อาหารและเบเกอรี่)
- พิมพ์ดีดและคอมพิวเตอร์
- งานประดับมุก
- งานจิตรกรรมไทย
- ทัศนศาสตร์
- ทอผ้าไหม

เยาวชนที่ถูกส่งตัวเข้ารับการฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนหญิงบ้านปรานีนั้น จะได้รับการจำแนกโดยคณะกรรมการจำแนกประเภท ซึ่งประกอบด้วย ผู้อำนวยการศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนหญิงบ้านปรานี, หัวหน้ากลุ่มงานพัฒนาพฤตินิสัย, หัวหน้ากลุ่มงานประสานกิจกรรมชุมชน, ตัวแทนจากฝ่ายงานอภิบาลและการพินิจ, ตัวแทนจากฝ่ายงานการศึกษา, นักจิตวิทยาและนักสังคมสงเคราะห์ เพื่อ

1. จัดเยาวชนลงเรียนในสายวิชาชีพหรือสายสามัญ โดยอาศัยพื้นฐานการศึกษาเดิมและความสนใจของเด็กและเยาวชนเป็นสำคัญ
2. จัดเยาวชนเข้ากลุ่มครูที่ปรึกษาที่เหมาะสม โดยพิจารณาจากบุคลิกลักษณะของเด็กและเยาวชน อุปนิสัยใจคอและการประเมินสภาพปัญหาของเด็กและเยาวชนในเบื้องต้น
3. วางแผนบำบัดเป็นรายบุคคล โดยจะพิจารณาจากปัญหาที่พบของเยาวชนแต่ละบุคคล ให้เข้ารับการบำบัดจากนักจิตวิทยา นักสังคมสงเคราะห์และพยาบาล

โดยตารางการเรียนการสอนของเยาวชน เป็นไปดังแสดงในตารางที่ 3.1

ตารางที่ 2.1 การจัดการเรียนการสอนและกิจวัตรประจำวันของเยาวชนหญิงในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนหญิงบ้านปรานี

เวลา วัน	08.30- 08.45	08.45- 09.00	09.00-09.50	09.30 -	12.00 -	13.00- 14.00	14.00-16.00	16.00 -
จันทร์	เช้าแถว เคารพธงชาติ สวดมนต์ ฟังอบรมหน้าแถว และกิจกรรมเรื่องเล่าของเยาวชน	กลุ่มครูที่ปรึกษา	วิเคราะห์ข่าว	เช้าห้องเรียนสามัญ/วิชาชีพ	พักกลางวัน	กลุ่มบำบัด ยาเสพติด	เข้าห้องเรียน สามัญ/วิชาชีพ	เช้าแถว เคารพธงชาติ รับประทานอาหารเย็น
อังคาร			อบรม มารยาท			กิจกรรมเพื่อพัฒนา คุณธรรม/พึงธรรมะ		
พุธ			กลุ่มประชุม เช้า			กลุ่มบำบัด นักสังคม สงเคราะห์	เข้าห้องเรียนสามัญ/วิชาชีพ	
พฤหัสบดี			สวดมนต์ ทำนอง สรภัญญะ			กลุ่มบำบัด พยาบาล		
ศุกร์			วิเคราะห์ข่าว			กลุ่มบำบัด นักจิตวิทยา	กิจกรรมชมรม	

เนื่องจากการทดลองต้องใช้ระยะเวลาพอสมควร ความร่วมมือจากสถานที่และบุคลากรจึงเป็นสิ่งจำเป็นมาก ซึ่งผู้วิจัยนอกจากจะปฏิบัติหน้าที่ในศูนย์ฝึกและอบรมฯ บ้านปรานีแล้ว ยังได้รับความร่วมมือจากเจ้าหน้าที่ในศูนย์ฝึกและอบรมฯ เป็นอย่างดีอีกด้วย

ทางศูนย์ฝึกและอบรมฯ มีห้องที่สามารถใช้ดำเนินการทดลองได้อย่างดี รวมทั้งอุปกรณ์สื่อทัศนูปกรณ์ที่จำเป็น ซึ่งทำให้ผู้เข้ารับการทดลองไม่ถูกรบกวนและทำให้การทดลองมีความราบรื่นยิ่งขึ้น

ศูนย์ฝึกและอบรมฯ ตลอดจนกรมพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน ให้ความสำคัญกับการบำบัดแก้ไขพฤติกรรมอันเป็นปัญหาของเยาวชนและสนใจรูปแบบการปรับพฤติกรรมด้วยปัญญา เพื่อแก้ไขปัญหาระยะยาวของเด็กและเยาวชน

1. การเลือกกลุ่มตัวอย่าง

2.1 เยาวชนทั้งหมดภายในศูนย์ฝึกและอบรมฯ ยอดเยาวชน ณ เดือนมกราคม 2551 จำนวน 93 คน จะได้ทำแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าว และคัดเลือกเยาวชนเยาวชนที่มีคะแนนจากแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวตั้งแต่ 40% ขึ้นไป หรือมีคะแนน 116 คะแนนขึ้นไป จากคะแนนเต็ม 290

คะแนน จำนวน 65 คน เพื่อคัดเลือกเป็นกลุ่มตัวอย่างจำนวน 14 คน โดยพิจารณาประกอบกับหลักเกณฑ์อื่น ๆ ดังนี้

2.2 เยาวชนที่ได้รับการคัดเลือกเป็นกลุ่มตัวอย่างต้องมีอายุระหว่าง 15 – 18 ปี

2.3 เยาวชนที่ได้รับการคัดเลือกต้องมีระดับ I.Q. ไม่ต่ำกว่าเกณฑ์ปกติ จากการทดสอบของนักจิตวิทยาประจำศูนย์ฝึกและอบรมฯ ด้วยแบบวัด Standard Progressive Matrices (SPM)

2.4 เยาวชนที่ได้รับการคัดเลือกจะต้องมีความรู้ในระดับชั้น ประถมศึกษาปีที่ 6 ขึ้นไป สามารถอ่านออกเขียนได้

2.5 เยาวชนที่ได้รับการคัดเลือกจะต้องมีระยะเวลาการฝึกอบรมฯ มาแล้ว ไม่ต่ำกว่า 3 เดือน และไม่ครบกำหนดฝึกอบรมฯ ในระหว่างดำเนินการทดลอง

2.6 เยาวชนที่ได้รับการคัดเลือกจะต้องเป็นผู้ที่เจ้าหน้าที่ในศูนย์ฝึกและอบรมฯ ได้แก่ ครู สามีญ, ครูวิชาชีพ, แม่บ้าน, นักจิตวิทยา, นักสังคมสงเคราะห์, พยาบาล และ พนักงานพินิจ อย่างน้อย 3 คน เสนอชื่อให้เป็นเยาวชนที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวตามคำจำกัดความของผู้วิจัยและสมควรได้รับการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม

2.7 เยาวชนทั้งหมดที่ผ่านเกณฑ์ 2.1 – 2.5 คือ มีคะแนนจากแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าว ตั้งแต่ 114 คะแนน ขึ้นไป อายุระหว่าง 15-18 ปี มี IQ ระดับปกติขึ้นไป มีความรู้ในระดับประถมศึกษาขึ้นไป สามารถอ่านออกเขียนได้ ฝึกอบรมมาแล้วไม่น้อยกว่า 3 เดือนและจะไม่ครบกำหนดฝึกอบรมฯ ในระหว่างการทดลองและเป็นผู้ที่ได้รับการเสนอชื่อจากเจ้าหน้าที่ในศูนย์ฝึกและอบรมฯ อย่างน้อย 3 คน ว่ามีพฤติกรรมก้าวร้าว สมควรได้รับการแก้ไข จำนวน 36 คน จะได้รับการสังเกตพฤติกรรมจากผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัย เพื่อดูความสอดคล้องของคะแนนจากแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวและการสังเกตพฤติกรรมก้าวร้าว (ผู้ช่วยวิจัยจะได้รับการฝึกการสังเกตก่อนเป็นเวลา 1 สัปดาห์ จนกว่าจะมีค่าความเที่ยงระหว่างการสังเกตเป็น 0.9 ติดต่อกัน 3 ครั้ง ตามวิธีการที่อธิบายไว้ในหัวข้อ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ข้อ 4) โดยการสังเกตจะกระทำในห้องเรียนวิชาสามัญ และวิชาชีพ ขณะที่กลุ่มตัวอย่างกำลังเรียนตามปกติ เป็นเวลาประมาณ 3 สัปดาห์ โดยจะสังเกตเฉพาะช่วงเวลา 10.00 – 11.00 น. เป็นเวลา 60 นาที โดยแบ่งช่วงของการสังเกตเป็นช่วงละ 20 วินาทีและช่วงเวลายับทึบ 10 วินาที รวมเป็น 120 ช่วงเวลาการสังเกต โดยการสังเกตแต่ละครั้งจะสังเกตเยาวชนจำนวน 12 คน ดังนั้นในการสังเกตแต่ละครั้ง เยาวชนจะได้รับการสังเกตคนละจำนวน 10 ช่วงเวลา เยาวชนที่ผ่านเกณฑ์จะต้องมีการเกิดของพฤติกรรมก้าวร้าวไม่ต่ำกว่า 50% ของการสังเกต (อย่างน้อย 5 ใน 10 ช่วงเวลา) จากการสังเกตติดต่อกัน 3 วัน

2.7 เยาวชนที่ผ่านเกณฑ์ 2.6 แล้ว คือ มีคะแนนจากแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวตั้งแต่ 116 คะแนนขึ้นไป จากคะแนนเต็ม 290 คะแนนและมีจำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวจากการสังเกตไม่ต่ำกว่า 50% จะได้รับการชี้แจงรายละเอียด วัตถุประสงค์และเป้าหมายของการทำ

กิจกรรมกลุ่มบำบัด แล้วจึงให้เยาวชนที่สมัครใจร่วมกิจกรรมและมีความต้องการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของตนทั้งหมดลงชื่อไว้ คงเหลือเยาวชนจำนวน 30 คน

2.8 ผู้วิจัยจับสลาก เพื่อแบ่งเยาวชนออกเป็นกลุ่มควบคุม 7 คนและกลุ่มทดลองจำนวน 7 คน โดยเยาวชนที่เหลือจำนวน 16 คน ผู้วิจัยจัดให้เข้ากลุ่มฝึกการควบคุมตนเองโดยไม่นับเป็นกลุ่มตัวอย่าง

2.9 สำหรับเยาวชนกลุ่มตัวอย่างจำนวน 14 คน ผู้วิจัยจะแจกข้อมูลสำหรับประชากรกลุ่มตัวอย่างหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย (Patient/Participants Information Sheet) เพื่อให้กลุ่มตัวอย่างอ่านทำความเข้าใจและลงนามในแบบใบยินยอมของประชากรตัวอย่างหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย (Informed Consent Form) (ภาคผนวก ข) ตามข้อบังคับของคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน

ทั้งนี้สำหรับเยาวชนที่เป็นกลุ่มควบคุม เมื่อดำเนินการวิจัยเสร็จสิ้นแล้ว ผู้วิจัยจะดำเนินการฝึกการควบคุมตนเองเช่นเดียวกับกลุ่มทดลองทุกประการ เพื่อให้เยาวชนซึ่งสมัครใจเข้ารับการบำบัด แก่ไขและฟื้นฟูพฤติกรรมของตน ได้ร่วมกิจกรรมตามที่ตั้งใจไว้

การออกแบบการวิจัย

ผู้วิจัยใช้การวิจัยแบบมีกลุ่มควบคุมทดสอบก่อนและหลังทดลอง (Pretest – posttest control group design)

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. แบบสอบถามเยาวชนที่มีลักษณะพฤติกรรมก้าวร้าวสำหรับเจ้าหน้าที่ (ภาคผนวก ก) ซึ่งผู้วิจัยพัฒนาขึ้นสำหรับให้เจ้าหน้าที่ ได้แก่ ครูสามัญ, ครูวิชาชีพ, แม่บ้าน, นักจิตวิทยา, นักสังคมสงเคราะห์, พยาบาล หรือ พนักงานพินิจ ระบุชื่อเยาวชนที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวและสมควรได้รับการแก้ไขพฤติกรรม โดยแบบสอบถามจะระบุพฤติกรรมก้าวร้าวตามคำจำกัดความของผู้วิจัยและเว้นช่องว่างให้เจ้าหน้าที่ระบุชื่อของเยาวชนที่ตนคิดว่ามีพฤติกรรมก้าวร้าวตามคำจำกัดความของผู้วิจัย และสมควรได้รับการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ในการแจกแบบสอบถาม ผู้วิจัยจะอธิบายถึงพฤติกรรมก้าวร้าวที่ระบุในแบบสอบถามโดยละเอียดและสอบถามความเข้าใจของเจ้าหน้าที่ โดยให้เจ้าหน้าที่ลงชื่อเยาวชนและพฤติกรรมตัวอย่าง เมื่อตรวจสอบ

ความเข้าใจของเจ้าหน้าที่แล้ว จึงให้เวลาเจ้าหน้าที่ในการตอบแบบสอบถามประมาณ 20 นาที (ภาคผนวก ก)

2. แบบสำรวจตัวเสริมแรง (1) และ แบบสำรวจตัวเสริมแรง (2) เพื่อใช้สำรวจตัวเสริมแรงที่มีอิทธิพลต่อกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งผู้วิจัยได้พัฒนาขึ้นโดยอาศัยข้อมูลจากการสอบถามความต้องการของเด็กและเยาวชนที่มีใช้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 30 คน ถึงสิ่งที่เด็กและเยาวชนคิดว่ามีอิทธิพลต่อตนเอง โดยสามารถจัดกลุ่มตัวเสริมแรงเป็น 3 หัวข้อในแบบสำรวจตัวเสริมแรง (1) ตามใบงานที่ 2 กิจกรรมที่ 2 (ภาคผนวก ก) ใช้เป็นแนวทางในการตรวจสอบตัวเสริมแรงที่มีประสิทธิภาพกับกลุ่มตัวอย่างและแบบสำรวจตัวเสริมแรง (2) ตามใบงานที่ 3 กิจกรรมที่ 2 สำหรับให้กลุ่มตัวอย่างเรียงลำดับตัวเสริมแรงที่มีอิทธิพลต่อตนเอง (ภาคผนวก ก)
3. ตารางบันทึกพฤติกรรมก้าวร้าวของตนเอง ซึ่งผู้วิจัยได้สอนให้กลุ่มตัวอย่างบันทึกการแสดงพฤติกรรมเป้าหมายของตนเอง ในตารางดังกล่าว โดยให้เยาวชนวาดตารางลงในสมุดบันทึกที่ผู้วิจัยแจกให้เยาวชนใช้ในการทำกิจกรรมกลุ่มบำบัด 10 คาบ ตารางบันทึกพฤติกรรมก้าวร้าวของตนเองนี้ ผู้วิจัยใช้การบันทึกแบบความถี่ คือจำนวนครั้งของพฤติกรรมที่เกิดขึ้นในช่วงเวลาที่กำหนด ซึ่งนำรูปแบบมาจาก แบบบันทึกพฤติกรรมแบบความถี่ของ สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต (2536) ดังแสดงในโปรแกรมฝึกการควบคุมตนเองของเยาวชนกลุ่มทดลอง ใบงานที่ 1 กิจกรรมที่ 2 (ภาคผนวก ก)
4. แบบบันทึกพฤติกรรมก้าวร้าวจากการสังเกตของผู้วิจัย (ภาคผนวก ก) สำหรับให้ผู้สังเกตใช้บันทึกพฤติกรรมของกลุ่มตัวอย่างที่เกิดขึ้นในห้องเรียนตลอดระยะเวลาของการศึกษาวิจัย มีวิธีสร้างและฝึกผู้ช่วยสังเกต ดังนี้

ผู้วิจัยสร้างแบบบันทึกจำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าว โดยอาศัยรูปแบบจากตารางบันทึกพฤติกรรมแบบช่วงเวลาของ สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต (2536) โดยเพื่อเกิดความสะดวกแก่ผู้สังเกตพฤติกรรม ผู้วิจัยจึงระบุพฤติกรรมก้าวร้าวและหมายเลขของเยาวชนกลุ่มตัวอย่างที่ผู้สังเกตจะต้องสังเกตในแต่ละช่วงการสังเกตลงในแบบบันทึกด้วย แบบบันทึกจำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวนี้จะแยกเป็นกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง

การสังเกต ผู้วิจัยแบ่งช่วงเวลาของการสังเกตเป็นช่วงละ 20 วินาทีและช่วงเวลายังบันทึก 10 วินาที เนื่องจากเป็นช่วงเวลาที่เหมาะสม มีความละเอียดและดี สามารถใช้ได้กับทุกพฤติกรรม (สมโภช เอี่ยมสุภาษิต, 2536) ผู้วิจัยกำหนดระยะเวลาในการสังเกตแต่ละครั้งนาน 30 นาที ช่วงเวลาการสังเกตเป็น 56 ช่วงเวลา

ผู้ช่วยวิจัยมี 2 ท่าน คือ นักวิชาการอบรมและฝึกวิชาชีพ และนักสังคมสงเคราะห์ ประจำศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนหญิงบ้านปรานี ซึ่งผู้วิจัยได้อธิบายความหมายของพฤติกรรมก้าวร้าวทั้งทางกายและทางวาจาให้เข้าใจโดยละเอียด ตลอดจนฝึกการสังเกตและบันทึกพฤติกรรม โดยให้ผู้ช่วยวิจัยเข้าไปสังเกตพฤติกรรมของกลุ่มตัวอย่างในห้องเรียนและฟังสัญญาณจากเทปบันทึกพร้อมกัน เมื่อได้ยินคำว่า “สังเกต” ให้ผู้ช่วยวิจัยสังเกตพฤติกรรมของเยาวชนคนที่ 1 เมื่อได้ยินคำว่า “บันทึก” ให้ผู้ช่วยวิจัยบันทึกพฤติกรรมว่าเกิดหรือไม่เกิดลงในช่องว่างที่กำหนดให้ เมื่อได้ยินคำว่า “บันทึก” ให้ผู้ช่วยวิจัยสังเกตพฤติกรรมของเยาวชนคนที่ 2 ทำอย่างนี้ไปจนครบระยะเวลาของการสังเกต 30 นาที แล้วทำผลที่ได้มาคำนวณหาค่าความเที่ยงระหว่างผู้สังเกต (Interobserver Reliability หรือ IOR)

การหาความเที่ยงระหว่างผู้สังเกต (Interobserver Reliability หรือ IOR) ใช้สูตรการคำนวณ ดังนี้

$$\text{IOR} = \frac{\text{จำนวนความถี่ของพฤติกรรมที่สังเกตได้น้อยกว่า}}{\text{จำนวนความถี่ของพฤติกรรมที่สังเกตได้มากกว่า}} \times 100$$

ผู้ช่วยวิจัยทั้งสองได้รับการฝึกการสังเกตจากผู้วิจัยเป็นระยะเวลา 5 วัน จนมีค่าความเที่ยงระหว่างผู้ช่วยวิจัย 2 ท่าน (Interobservers Reliability: IOR) สูงกว่า 90 ติดต่อกัน 3 ครั้ง (100, 98.72, 100, 97.44)

การบันทึกการสังเกตแบบสุ่มสังเกต คือ สังเกตกลุ่มตัวอย่างคนที่ 1 ในช่วงเวลาที่ 1 แล้วบันทึกเสร็จแล้วก็ไปสังเกตกลุ่มตัวอย่างคนที่ 2 ในช่วงเวลาที่ 2 แล้วบันทึก แล้วจึงสังเกตกลุ่มตัวอย่างคนที่ 3 ในช่วงเวลาที่ 3 เมื่อสังเกตครบทุกคนแล้วให้เริ่มสังเกตรอบใหม่ โดยครั้งนี้เริ่มสังเกตจากกลุ่มตัวอย่างคนที่สอง ต่อด้วยกลุ่มตัวอย่างคนที่สาม จนถึงกลุ่มตัวอย่างคนที่หนึ่งเป็นคนสุดท้าย แล้วจึงเริ่มสังเกตรอบใหม่ โดยเริ่มสังเกตจากกลุ่มตัวอย่างคนที่สาม จนเสร็จคนสุดท้ายเป็นกลุ่มตัวอย่างคนที่สอง ทำอย่างนี้ไปเรื่อย ๆ จนครบช่วงเวลาการสังเกต

ในช่วงดำเนินการวิจัยนี้ การสังเกตจะแตกต่างจากในช่วงคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง โดยจะผู้ช่วยวิจัยจะสังเกตพฤติกรรมกลุ่มตัวอย่างตั้งแต่วันจันทร์-ศุกร์ วันละ 1 ครั้ง ครั้งละ 30 นาที โดยการสังเกตจะกระทำในขณะที่กลุ่มตัวอย่างกำลังรับประทานอาหาร อยู่ในโรงอาหาร ระยะเวลา 12.00 – 13.00 น.

5. เทปบันทึกเสียงเป็นเทปบันทึกขนาดความยาว 30 นาที ใช้เป็นสัญญาณให้ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยสังเกตและบันทึกพฤติกรรมก้าวร้าว แบ่งช่วงเวลาของการสังเกตเป็นช่วงละ 20 วินาทีและช่วงเวลายับมือ 10 วินาที
6. วิธีทัศนัยการผ่อนคลายกล้ามเนื้อของกรมสุขภาพจิต (2549) เป็นวิธีทัศนัยที่พัฒนาโดยกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข ในวิธีทัศนัยประกอบด้วย การฝึกผ่อนคลายตนเอง 4 ลักษณะ ได้แก่ การฝึกผ่อนคลายกล้ามเนื้อ ด้วยวิธีการเกร็งแล้วคลาย, การฝึกผ่อนคลายแบบลึก เป็นการฝึกหายใจพร้อมกับการผ่อนคลายความคิดของตนเอง, การฝึกผ่อนคลายด้วยการจินตนาการถึงสถานที่ที่ตนชื่นชอบและสุดท้าย การฝึกผ่อนคลายด้วยการจินตนาการบนหาดทรายและคลื่นทะเล ในการวิจัยนี้ผู้วิจัยได้ฝึกการผ่อนคลายตนเองทั้ง 4 ลักษณะให้แก่กลุ่มทดลองในกิจกรรมกลุ่มคาบที่ 6 (ภาคผนวก ก)
7. โปรแกรมฝึกการควบคุมตนเอง ซึ่งผู้วิจัยปรับปรุงจาก Adolescent Anger Control Program ของ Feindler and Ecton (1986) ประกอบด้วยกิจกรรมกลุ่มบำบัด 10 คาบ คาบละ 60-90 นาที ฝึกทักษะการควบคุมตนเองด้วย การอธิบายกลไกการเกิดพฤติกรรมแบบ A-B-C การตั้งพฤติกรรมเป้าหมายและกำหนดเกณฑ์การเสริมแรงด้วยตนเอง การสังเกตและบันทึกพฤติกรรมตนเอง การเตือนตนเอง การประเมินตนเองและการให้แรงเสริมตนเอง ควบคู่ไปกับการเสริมทักษะทางสังคม ได้แก่ ทักษะการแก้ปัญหา ทักษะการคิดไปข้างหน้า ทักษะการผ่อนคลายตนเองและทักษะการกล้าแสดงออก เพื่อให้ผู้ฝึกมีความสามารถในการควบคุมความคิดและพฤติกรรมแสดงออกของตนเอง ตลอดจนเปลี่ยนการตอบสนองด้วยพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมให้เป็นพฤติกรรมที่เหมาะสมได้ (ภาคผนวก ก)
8. แบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวซึ่งผู้วิจัยนำแบบสอบถามพฤติกรรมที่นักเรียนปฏิบัติตัวต่อผู้อื่นของทิพย์วัลย์ สุทิน (2539) มาปรับลักษณะข้อคำถามให้เหมาะสมกับเยาวชนในศูนย์ฝึกและอบรมมากยิ่งขึ้น แบบสอบถามพฤติกรรมที่นักเรียนปฏิบัติตัวต่อผู้อื่นของทิพย์วัลย์ สุทิน (2539) มีความเที่ยง แบ่งเป็น ความสอดคล้องภายในแบบวัด มีค่า $\alpha = .9472$ และความเที่ยงในการวัดซ้ำ ได้ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน $r = .8604$ ($P < .001$) ความตรง จากการใช้เทคนิค Known Group พบว่าค่า $t = 42.25$ ($P < .001$)

ผู้วิจัยนำแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวมาปรับลักษณะข้อคำถาม ก่อนนำไปใช้กับกลุ่มตัวอย่าง โดยมีขั้นตอนดังนี้

ผู้วิจัยปรับลักษณะข้อคำถามของแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวของทิพวัลย์ สุทิน (2539) ให้มีความเหมาะสมกับเด็กและเยาวชนที่กระทำผิดมากขึ้น

ให้ผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบข้อคำถามทั้งหมดและผู้วิจัยดำเนินการแก้ไขในส่วนที่ยังไม่เหมาะสม

นำแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวที่ปรับปรุงแล้วไปทดสอบกับเยาวชนกระทำผิดหญิงในสถานแรกรับเด็กและเยาวชนหญิงบ้านปรานี ซึ่งมีลักษณะใกล้เคียงกับเยาวชนกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 60 คน นำแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวดังกล่าวมาคำนวณหาค่าความเชื่อมั่น ได้ค่า $\alpha = .968$ คำนวณหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อคำถามแต่ละข้อกับคะแนนรวมข้อคำถามทั้งหมด (Corrected Item-Total Correlation หรือ CITC) ที่ระดับนัยสำคัญ .05 พบว่าทุกข้อคำถามผ่านเกณฑ์ สามารถนำมาใช้ทดสอบกับกลุ่มตัวอย่างได้

วิธีดำเนินการวิจัย

1. ขั้นก่อนการทดลอง ใช้เวลาทั้งหมด 4 สัปดาห์ โดยดำเนินการดังต่อไปนี้

ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยฝึกการสังเกตและบันทึกพฤติกรรมเป็นเวลา 1 สัปดาห์ตั้งแต่วันจันทร์-ศุกร์ วันละ 1 ครั้ง ครั้งละ 30 นาที และตรวจสอบค่าความเที่ยงในการสังเกตระหว่างผู้ช่วยวิจัยทั้ง 2 ท่าน จนอยู่ในเกณฑ์ที่ยอมรับได้

ผู้วิจัยให้เยาวชนทั้งหมดในศูนย์ฝึกและอบรมฯ จำนวน 93 คนทำแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าว โดยใช้แบบสอบถามการปฏิบัติตัวของเยาวชนต่อผู้อื่น ลักษณะเป็นข้อคำถามให้เลือกตอบ 5 สเตล จำนวน 58 ข้อ เพื่อนำข้อมูลมาบันทึกเป็นคะแนนจากแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวก่อนเข้าร่วมการทดลอง

ให้เจ้าหน้าที่ตอบแบบสอบถามเยาวชนที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวตามนิยามและลักษณะของพฤติกรรมก้าวร้าวทั้งทางกายและทางวาจาที่ผู้วิจัยระบุ

สังเกตพฤติกรรมเยาวชนที่ผ่านเกณฑ์เป็นเวลา 3 สัปดาห์ เพื่อดูความสอดคล้องของคะแนนจากแบบวัดและจากการพฤติกรรมที่เยาวชนแสดงออก

คัดเลือกเยาวชนกลุ่มตัวอย่างจากคะแนนแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวและการสังเกตพฤติกรรมตรง สุ่มโดยการจับสลากแบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 7 คน

2. ขั้นทำการทดลอง ใช้เวลาทั้งหมด 9 สัปดาห์ ดังนี้

2.1 ระยะเวลาพื้นฐาน (Baseline) ใช้เวลา 2 สัปดาห์ ระยะเวลาที่ผู้ช่วยวิจัยจะสังเกตพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชนตั้งแต่วันจันทร์-ศุกร์ วันละ 1 ครั้ง ระหว่างเวลา 12.00-13.00 น. รวมการสังเกตพฤติกรรมในระยะเวลาทั้งสิ้น 10 ครั้ง การสังเกตสังเกตครั้งละ 30 นาที

2.2 ระยะเวลาทดลอง (Treatment) ใช้เวลา 5 สัปดาห์ ระยะเวลาที่ผู้วิจัยจะดำเนินการฝึกการควบคุมตนเองให้แก่เยาวชนกลุ่มทดลอง ในขณะที่กลุ่มควบคุมจะทำการบำบัดในลักษณะทั่วไป ทั้งสองกลุ่มจะเข้ากลุ่มกับผู้วิจัยกลุ่มละ 10 คาบ คาบละ 1 – 1 ½ ชั่วโมง กลุ่มทดลองจะพบผู้วิจัยทุกวันจันทร์และวันพุธ เวลา 10.00 – 11.30 น. เป็นเวลา 10 สัปดาห์ ในขณะที่กลุ่มควบคุมจะพบผู้วิจัยทุกวันอังคารและพฤหัสบดี เวลา 10.00 – 11.30 น. เป็นเวลา 5 สัปดาห์เช่นกัน การดำเนินการในแต่ละกลุ่ม แสดงในภาคผนวก ก

ระยะเวลาทดลองผู้ช่วยวิจัยจะสังเกตพฤติกรรมของกลุ่มตัวอย่างเช่นเดียวกับในระยะเวลาพื้นฐาน คือสังเกตตั้งแต่วันจันทร์-ศุกร์ วันละ 1 ครั้ง รวมการสังเกตในระยะเวลาทดลองทั้งสิ้น 25 ครั้ง เมื่อสิ้นสุดระยะเวลาทดลอง ผู้วิจัยให้กลุ่มตัวอย่างตอบแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าว เพื่อนำคะแนนมาบันทึกเป็นข้อมูลในระยะเวลาสิ้นสุดการทดลอง

2.3 ระยะเวลาติดตามผล ใช้เวลา 2 สัปดาห์ ในระยะเวลาที่ผู้ช่วยวิจัยสังเกตและบันทึกพฤติกรรมก้าวร้าวของกลุ่มตัวอย่าง เช่นเดียวกับในระยะเวลาพื้นฐานและระยะเวลาติดตามผล ภายหลังจากดำเนินการสังเกตพฤติกรรม 10 ครั้ง นาน 2 สัปดาห์ ให้กลุ่มตัวอย่างตอบแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวเพื่อนำคะแนนมาบันทึกเป็นข้อมูลในระยะเวลาติดตามผล

การวิเคราะห์ข้อมูล

นำคะแนนจากการสังเกตพฤติกรรมตรงและจากแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวที่ได้จากก่อนและหลังการดำเนินการฝึกการควบคุมตนเองและการทำกิจกรรมกลุ่มทั่วไป ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มาเปรียบเทียบกันด้วยสถิติ *t-test* เพื่อดูความเปลี่ยนแปลงของคะแนนดังกล่าว

การนำเสนอข้อมูล

1. ข้อมูลจากการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยจากแบบทดสอบพฤติกรรมก้าวร้าวก่อนดำเนินการทดลอง หลังดำเนินการทดลองและในระยะเวลาติดตามผล นำเสนอในรูปแบบตารางทางสถิติ

2. ข้อมูลจากการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยร้อยละการแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวก่อนดำเนินการทดลอง หลังดำเนินการทดลองและในระยะติดตามผล นำเสนอในรูปแบบตารางสถิติ
3. ข้อมูลจากการบันทึกพฤติกรรมก้าวร้าวของผู้สังเกต แสดงในรูปแบบแผนภูมิเส้น

บทที่ 3

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ผลการวิเคราะห์

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการควบคุมตนเองที่มีต่อการลดพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชนกระทำผิดหญิงในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนหญิงบ้านปรานี ดำเนินการทดลองกับกลุ่มตัวอย่างเยาวชนหญิงอายุระหว่าง 15-18 ปี จำนวน 14 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองจำนวน 7 คนและกลุ่มควบคุมจำนวน 7 คน โดยออกแบบการทดลองแบบ ABF Control group design แบ่งการเก็บข้อมูลออกเป็น 3 ระยะ ได้แก่

ระยะพื้นฐาน (Baseline)

ก่อนผู้วิจัยเริ่มดำเนินการในระยะนี้ ผู้วิจัยให้กลุ่มตัวอย่างตอบแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าว โดยใช้แบบสอบถามการปฏิบัติตัวของเยาวชนต่อผู้อื่น ลักษณะเป็นข้อคำถามให้เลือกตอบ 5 สเกล จำนวน 58 ข้อ เพื่อนำข้อมูลมาบันทึกเป็นคะแนนจากแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวก่อนเข้าร่วมการทดลอง

จากนั้นผู้ช่วยวิจัยดำเนินการสังเกตพฤติกรรมกลุ่มตัวอย่างตั้งแต่วันที่ 5-16 พฤษภาคม 2551 นาน 2 สัปดาห์ โดยมีผู้ช่วยสังเกต 2 คน สังเกตกลุ่มตัวอย่างคนละกลุ่ม ดังแสดงในตารางที่ 3.1 ซึ่งผู้วิจัยจะเข้าไปร่วมสังเกตด้วยในทุกสัปดาห์ เพื่อตรวจสอบค่าความเที่ยงระหว่างผู้สังเกต (IOR) โดยในกลุ่มทดลอง ผู้วิจัยจะเข้าไปร่วมสังเกตทุกวันพุธและกลุ่มควบคุมผู้วิจัยจะเข้าไปร่วมสังเกตทุกวันพฤหัสบดี ค่า IOR ในระยะพื้นฐานนี้มีค่าระหว่าง 92.59 – 98.21

การสังเกตจะกระทำในวันจันทร์-ศุกร์ ช่วงพักกลางวัน ในโรงอาหาร โดยสังเกตแบบช่วงเวลาครั้งละ 30 นาที แบ่งเป็นช่วงของการสังเกตและบันทึกช่วงละ 30 วินาที เป็นการสังเกต 20 วินาทีและบันทึก 10 วินาที รวมช่วงเวลาของการสังเกตทั้งสิ้น 60 ช่วงเวลา ดังนั้นในแต่ละกลุ่มเยาวชนจะได้รับการสังเกตคนละประมาณ 8 ช่วงเวลา ในระยะพื้นฐานนี้จะทำการสังเกตทั้งสิ้น 10 ครั้ง

ตารางที่ 3.1 แสดงการกำหนดผู้สังเกตพฤติกรรมกลุ่มตัวอย่างในแต่ละสัปดาห์

ระยะเวลาการสังเกต		ผู้สังเกต	
ช่วง	วันที่	กลุ่มทดลอง	กลุ่มควบคุม
ระยะเส้น ฐาน	5 พ.ค. – 16 พ.ค. 2551	ผู้สังเกต 2	ผู้สังเกต 1
ทดลอง สัปดาห์ 1	19 พ.ค. – 23 พ.ค. 2551	ผู้สังเกต 1	ผู้สังเกต 2
ทดลอง สัปดาห์ 2	26 พ.ค. – 30 พ.ค. 2551	ผู้สังเกต 2	ผู้สังเกต 1
ทดลอง สัปดาห์ 3	2 มิ.ย. – 6 มิ.ย. 2551	ผู้สังเกต 1	ผู้สังเกต 2
ทดลอง สัปดาห์ 4	9 มิ.ย. – 13 มิ.ย. 2551	ผู้สังเกต 2	ผู้สังเกต 1
ทดลอง สัปดาห์ 5	16 มิ.ย. – 20 มิ.ย. 2551	ผู้สังเกต 1	ผู้สังเกต 2
ระยะ ติดตามผล	23 มิ.ย. – 27 มิ.ย. 2551	ผู้สังเกต 2	ผู้สังเกต 1
	30 มิ.ย. – 4 ก.ค. 2551	ผู้สังเกต 1	ผู้สังเกต 2

ระยะทดลอง (Treatment)

ดำเนินการตั้งแต่วันที่ 19 พฤษภาคม -20 มิถุนายน 2551 นาน 5 สัปดาห์ ผู้วิจัยดำเนินการฝึกการควบคุมตนเองให้กลุ่มทดลอง ทุกวันจันทร์และวันพุธ เวลา 10.00-11.30 น. และดำเนินกิจกรรมกลุ่มบำบัดทั่วไปให้เยาวชนกลุ่มควบคุมทุกวันอังคารและพฤหัสบดี เวลา 10.00-11.30 น.

เมื่อสิ้นสุดระยะทดลองนี้แล้ว ผู้วิจัยให้กลุ่มตัวอย่างทั้งหมด ตอบแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวด้วยแบบสอบถามการปฏิบัติตัวของเยาวชนต่อผู้อื่น

ในระยะทดลองผู้ช่วยวิจัยยังคงสังเกตพฤติกรรมของกลุ่มตัวอย่าง เช่นเดียวกับในระยะเส้นฐาน โดยดำเนินการสังเกตทั้งสิ้น 25 ครั้ง ค่า IOR ในระยะทดลองนี้มีค่าอยู่ระหว่าง 92.59 - 98.21

ระยะติดตามผล (Follow up)

ดำเนินการตั้งแต่วันที่ 23 มิถุนายน – 4 กรกฎาคม 2551 นาน 2 สัปดาห์ ผู้ช่วยวิจัยสังเกตพฤติกรรมของกลุ่มตัวอย่างเช่นเดียวกับระยะเส้นฐานและระยะทดลอง เมื่อครบระยะเวลา 2 สัปดาห์แล้ว ให้กลุ่มตัวอย่างทั้งหมด ตอบแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวด้วยแบบสอบถามการปฏิบัติตัวของเยาวชนต่อผู้อื่นอีกครั้ง ในระยะติดตามผลนี้ดำเนินการสังเกตทั้งสิ้น 10 ครั้ง ค่า IOR ในระยะติดตามผลนี้มีค่าระหว่าง 90.90 – 96.30

ข้อมูลที่ได้จากการวิจัย แบ่งออกเป็น 2 ลักษณะ คือ

1. จำนวนช่วงเวลาที่เกิดพฤติกรรมก้าวร้าวที่ได้จากการสังเกตพฤติกรรมตรง ซึ่งผู้วิจัยนำเสนอข้อมูลความถี่และร้อยละของช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวเป็นรายบุคคลดังแสดงในตารางที่ 3.2 และ 3.3 และเพื่อให้เห็นความแตกต่างของช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ตลอดจนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวของแต่ละบุคคล ผู้วิจัยจึงข้อมูลจากการสังเกตนำเสนอในรูปของแผนภูมิเส้น ดังแสดงในภาพที่ 3.1 – 3.15 ส่วนการเปรียบเทียบความแตกต่างของการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวในแต่ละระยะของแต่ละกลุ่ม ผู้วิจัยใช้การวิเคราะห์ด้วยสถิติ t -test ซึ่งได้นำเสนอผลการวิเคราะห์ทางสถิติ ดังแสดงในตารางที่ 3.4 – 3.6
2. คะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวจากแบบสอบถามการปฏิบัติตัวของเยาวชนต่อผู้อื่นทั้งระยะก่อนดำเนินการทดลอง ระยะทดลองและระยะติดตามผล ซึ่งได้จากการตอบแบบสอบถามด้วยตัวของเยาวชนเอง นำเสนอเป็นรายบุคคลดังแสดงในตารางที่ 3.7 จากนั้นผู้วิจัยนำมาวิเคราะห์ความแตกต่างด้วยสถิติ t -test ซึ่งได้นำเสนอในตารางที่ 3.8 – 3.10

ตารางที่ 3.2 ค่าเฉลี่ย ร้อยละ และจำนวนของช่วงเวลาในการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชนกลุ่มทดลอง
 ในระยะพื้นฐาน ระยะทดลองและระยะติดตามผล

กลุ่มตัวอย่าง	ระยะพื้นฐาน (Baseline) 10 วัน												ระยะทดลอง (Intervention/Treatment) 25 วัน																		ระยะติดตามผล (Follow up) 10 วัน																																															
	ครั้งที่ 1	ครั้งที่ 2	ครั้งที่ 3	ครั้งที่ 4	ครั้งที่ 5	ครั้งที่ 6	ครั้งที่ 7	ครั้งที่ 8	ครั้งที่ 9	ครั้งที่ 10	รวม	ร้อยละ	ครั้งที่ 11	ครั้งที่ 12	ครั้งที่ 13	ครั้งที่ 14	ครั้งที่ 15	ครั้งที่ 16	ครั้งที่ 17	ครั้งที่ 18	ครั้งที่ 19	ครั้งที่ 20	ครั้งที่ 21	ครั้งที่ 22	ครั้งที่ 23	ครั้งที่ 24	ครั้งที่ 25	ครั้งที่ 26	ครั้งที่ 27	ครั้งที่ 28	ครั้งที่ 29	ครั้งที่ 30	ครั้งที่ 31	ครั้งที่ 32	ครั้งที่ 33	ครั้งที่ 34	ครั้งที่ 35	รวม	ร้อยละ	ครั้งที่ 36	ครั้งที่ 37	ครั้งที่ 38	ครั้งที่ 39	ครั้งที่ 40	ครั้งที่ 41	ครั้งที่ 42	ครั้งที่ 43	ครั้งที่ 44	ครั้งที่ 45	รวม	ร้อยละ																											
	คะแนนเต็ม												คะแนนเต็ม																		คะแนนเต็ม																																															
	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	80	100	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	80	100																				
T1	5	6	6	5	6	7	5	4	7	4	55	68.75	6	6	4	7	6	5	5	7	5	5	4	5	5	3	4	3	3	2	3	2	3	2	2	1	0	98	49.00	1	2	1	2	1	1	0	2	3	2	15	18.75																											
T2	4	5	4	7	6	5	7	6	5	5	54	67.50	5	7	6	6	6	4	7	6	4	4	5	4	4	5	3	3	4	4	3	1	2	2	1	0	0	96	48.00	1	2	2	0	2	3	2	3	2	2	19	23.75																											
T3	6	8	7	4	5	6	7	7	5	7	62	77.50	7	6	7	4	6	6	5	6	7	5	3	4	4	4	4	4	2	3	4	3	1	1	1	1	102	51.00	0	1	2	1	2	2	1	3	3	1	16	20.00																												
T4	5	5	5	7	6	5	5	4	7	6	55	68.75	7	4	4	3	4	5	6	6	6	5	6	3	3	2	5	2	1	4	1	2	3	2	3	1	2	90	45.00	2	0	0	1	1	1	3	2	1	2	13	16.25																											
T5	4	7	4	5	6	5	4	7	6	6	54	67.50	4	4	5	5	6	5	3	4	6	6	4	5	5	4	2	2	3	3	2	1	2	3	1	2	1	88	44.00	1	2	1	2	2	2	3	1	2	1	17	21.25																											
T6	6	7	6	6	7	6	6	4	6	4	58	72.50	6	6	4	7	5	4	6	6	4	6	4	4	4	5	3	4	3	3	5	4	2	1	1	2	2	1	98	49.00	0	1	2	0	1	1	0	3	2	3	13	16.25																										
T7	7	4	5	6	5	7	5	4	5	6	54	67.50	8	3	6	4	5	6	4	5	5	5	5	5	4	3	3	5	1	2	1	2	4	1	2	1	2	92	46.00	1	1	2	3	2	1	1	2	2	3	18	22.50																											
ค่าเฉลี่ย											56	70.00																																					94.86	47.43																											15.86	19.82

หมายเหตุ ช่องแถบสีเทา คือวันที่ผู้วิจัยเข้าไปร่วมสังเกตพฤติกรรมด้วย

ตารางที่ 3.3 ค่าเฉลี่ย ร้อยละ และจำนวนของช่วงเวลาในการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชนกลุ่มควบคุม
 ในระยะพื้นฐาน ระยะทดลองและระยะติดตามผล

กลุ่มตัวอย่าง	ระยะพื้นฐาน (Baseline) 10 วัน										ระยะทดลอง (Intervention/Treatment) 25 วัน																ระยะติดตามผล (Follow up) 10 ครั้ง																													
	ครั้งที่ 1 5/5/2551	ครั้งที่ 2 6/5/2551	ครั้งที่ 3 7/5/2551	ครั้งที่ 4 8/5/2551	ครั้งที่ 5 9/5/2551	ครั้งที่ 6 12/5/2551	ครั้งที่ 7 13/5/2551	ครั้งที่ 8 14/5/2551	ครั้งที่ 9 15/5/2551	ครั้งที่ 10 16/5/2551	รวม	ร้อยละ	ครั้งที่ 11 19/5/2551	ครั้งที่ 12 20/5/2551	ครั้งที่ 13 21/5/2551	ครั้งที่ 14 22/5/2551	ครั้งที่ 15 23/5/2551	ครั้งที่ 16 26/5/2551	ครั้งที่ 17 27/5/2551	ครั้งที่ 18 28/5/2551	ครั้งที่ 19 29/5/2551	ครั้งที่ 20 30/5/2551	ครั้งที่ 21 2/6/2551	ครั้งที่ 22 3/6/2551	ครั้งที่ 23 4/6/2551	ครั้งที่ 24 5/6/2551	ครั้งที่ 25 6/6/2551	ครั้งที่ 26 9/6/2551	ครั้งที่ 27 10/6/2551	ครั้งที่ 28 11/6/2551	ครั้งที่ 29 12/6/2551	ครั้งที่ 30 13/6/2551	ครั้งที่ 31 16/6/2551	ครั้งที่ 32 17/6/2551	ครั้งที่ 33 18/6/2551	ครั้งที่ 34 19/6/2551	ครั้งที่ 35 20/6/2551	รวม	ร้อยละ	ครั้งที่ 36 23/6/2551	ครั้งที่ 37 24/6/2551	ครั้งที่ 38 25/6/2551	ครั้งที่ 39 26/6/2551	ครั้งที่ 40 27/6/2551	ครั้งที่ 41 30/6/2551	ครั้งที่ 42 1/7/2551	ครั้งที่ 43 2/7/2551	ครั้งที่ 44 3/7/2551	ครั้งที่ 45 4/7/2551	รวม	ร้อยละ					
	คะแนนเต็ม										คะแนนเต็ม																คะแนนเต็ม																													
8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	80	100	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	80	100
C1	6	6	4	6	7	5	6	6	7	6	57	71.25	4	5	6	5	6	7	4	4	5	6	5	6	6	6	6	4	6	6	7	6	5	4	5	3	5	4	130	65.00	3	3	5	7	6	5	5	7	4	3	48	60.00				
C2	6	5	5	5	4	4	6	7	5	6	53	66.25	5	6	5	5	4	2	4	6	6	5	4	5	6	4	3	5	5	7	6	6	4	5	5	6	7	136	68.00	6	6	5	6	4	5	7	5	5	4	53	66.25					
C3	3	6	6	6	6	7	4	4	5	5	52	65.00	6	6	6	5	3	4	5	6	3	5	3	3	4	6	3	8	7	5	5	5	3	4	3	5	5	118	59.00	4	4	3	4	5	5	4	5	6	4	44	55.00					
C4	6	5	5	5	6	4	6	6	4	7	54	67.50	7	6	4	4	5	5	7	7	7	4	4	5	3	5	7	7	6	5	4	7	6	4	7	4	5	135	67.50	5	5	4	5	5	7	4	4	7	5	51	63.75					
C5	6	5	6	4	7	8	4	5	7	5	57	71.25	6	5	6	7	6	3	5	5	6	5	5	6	6	6	5	5	4	6	4	6	3	5	6	6	5	132	66.00	6	5	5	6	6	4	6	6	5	5	54	67.50					
C6	4	4	6	5	6	5	7	6	6	4	53	66.25	7	6	7	6	5	6	6	7	5	7	7	5	6	6	6	5	4	5	5	5	5	5	5	6	5	143	71.50	7	7	6	4	5	6	6	5	6	6	58	72.50					
C7	3	6	4	5	7	7	5	7	7	5	56	70.00	5	4	6	6	4	4	5	5	3	7	5	4	6	3	6	7	7	6	7	5	6	6	7	7	136	68.00	6	5	5	5	4	6	3	3	5	3	45	56.25						
ค่าเฉลี่ย											54.57	68.21																																					50.43	63.04						

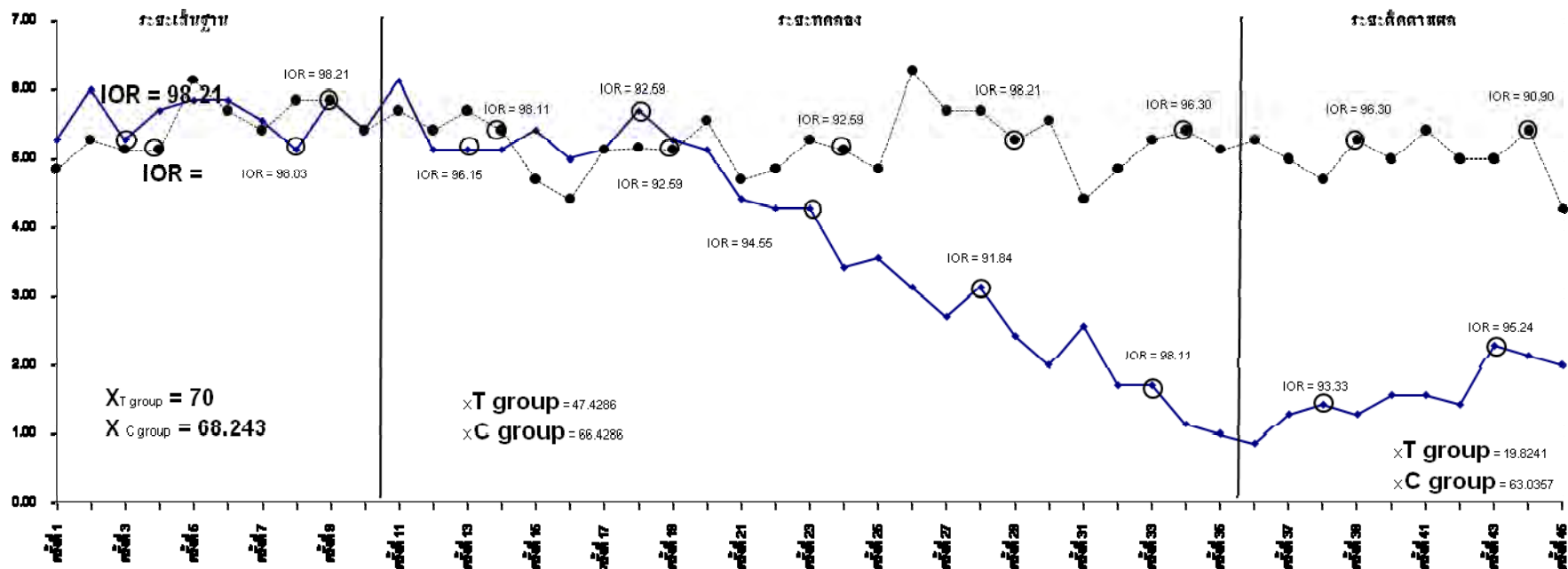
หมายเหตุ ช่องแถบสีเทา คือวันที่ผู้วิจัยเข้าไปร่วมสังเกตพฤติกรรมด้วย

จากตารางที่ 3.2 และ 3.3 แสดงค่าเฉลี่ย ร้อยละและจำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวในระยะเส้นฐาน ระยะทดลองและระยะติดตามผล แสดงเป็นรายบุคคลของเยาวชนกลุ่มทดลองและเยาวชนกลุ่มควบคุม เห็นได้ว่าเยาวชนกลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยร้อยละของจำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวลดลงอย่างเห็นได้ชัด โดยในระยะเส้นฐานมีค่าเฉลี่ยของจำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวเป็น 70 ช่วงเวลา ในระยะทดลองมีค่าเฉลี่ยของจำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวเป็น 47.43 ช่วงเวลา และระยะติดตามผลมีค่าเฉลี่ยของจำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวเป็น 19.82 ช่วงเวลา ในขณะที่เยาวชนกลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยของจำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวในระยะเส้นฐาน ระยะทดลองและระยะติดตามผลไม่แตกต่างกันเท่าใดนัก โดยในระยะเส้นฐานมีค่าเฉลี่ยของจำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวเป็น 68.21 ช่วงเวลา ในระยะทดลองมีค่าเฉลี่ยของจำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวเป็น 66.43 ช่วงเวลาและในระยะติดตามผลมีค่าเฉลี่ยของจำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวเป็น 63.04 ช่วงเวลา

เพื่อให้เห็นความแตกต่างระหว่างเยาวชนทั้งสองกลุ่ม ผู้วิจัยจึงได้นำค่าเฉลี่ยของจำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวจากการสังเกตจำนวน 45 ช่วงเวลา ตลอดการวิจัย มาแสดงในรูปของแผนภูมิเส้น ดังแสดงในภาพที่ 3.1 และเพื่อให้เห็นแนวโน้มการเปลี่ยนแปลงของจำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวเป็นรายบุคคล ผู้วิจัยจึงนำข้อมูลการสังเกตพฤติกรรมของแต่ละบุคคลมาแสดงในรูปของแผนภูมิเส้นเช่นกัน โดยแสดงในภาพที่ 3.2 - 3.15

ภาพที่ 3.1 แสดงค่าเฉลี่ยช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ในระยะเฝ้าฐาน ระยะทดลองและระยะติดตามผล

จำนวนช่วงเวลา

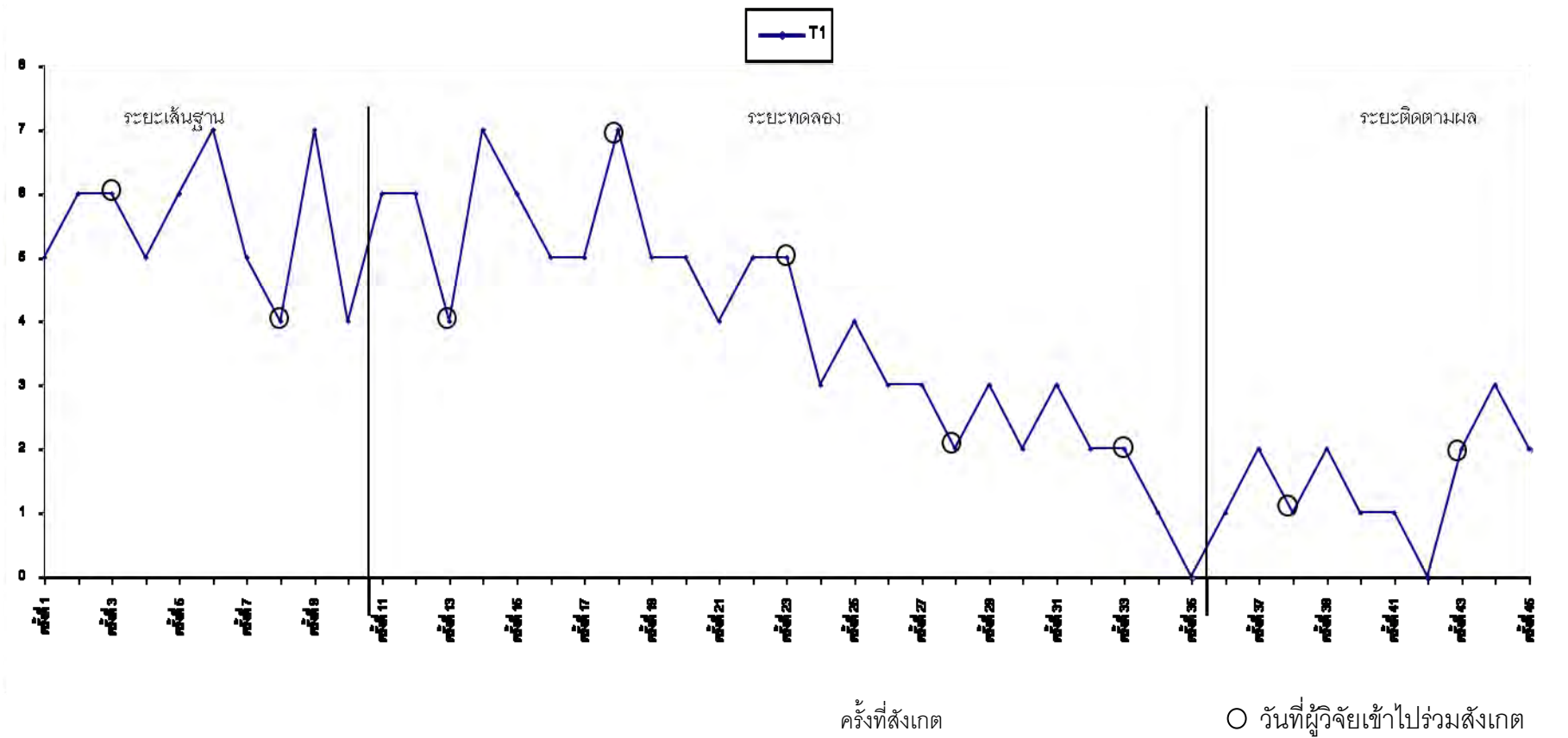


ครึ่งที่สังเกต

_____ ■ _____ กลุ่มทดลอง ----- ■ ----- กลุ่มควบคุม

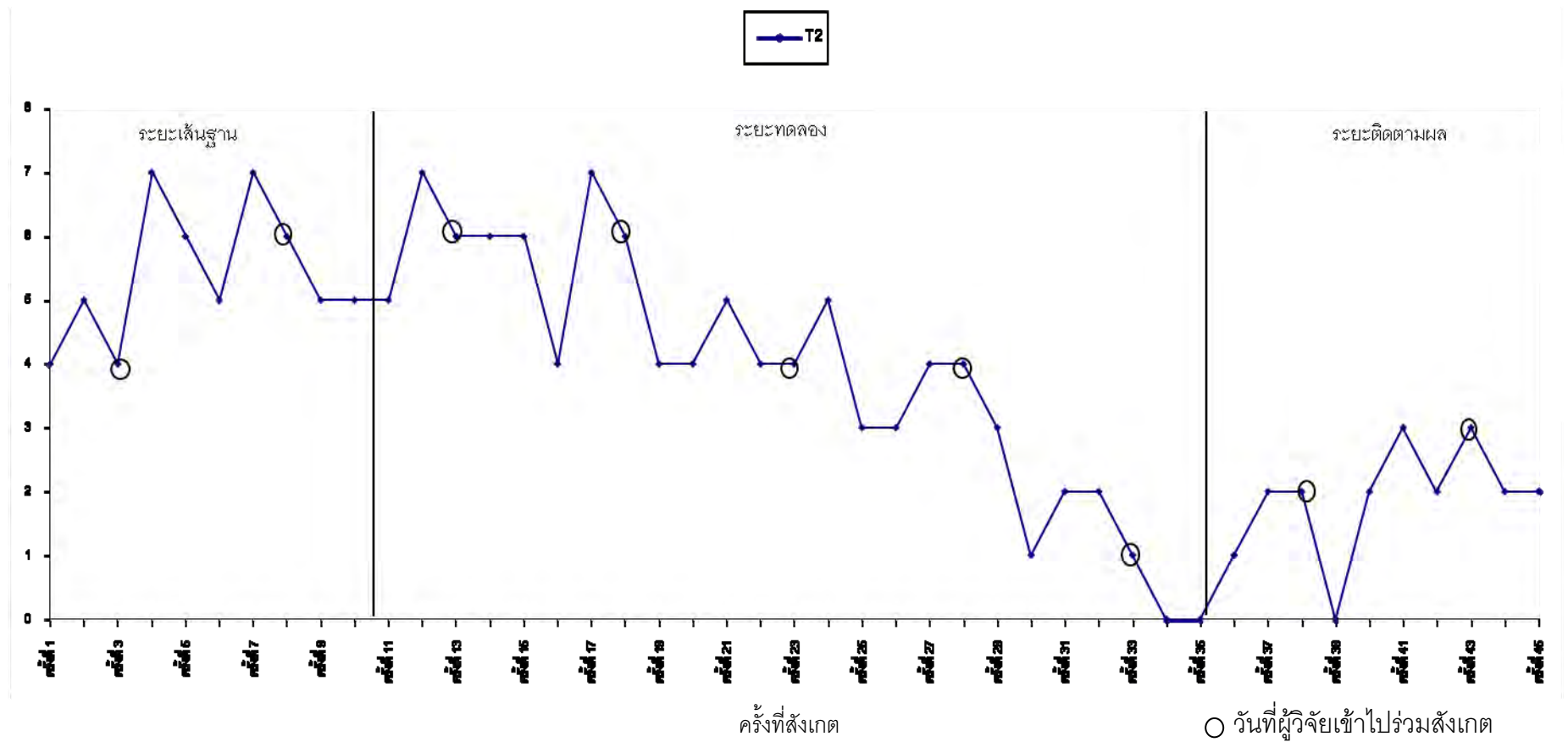
ภาพที่ 3.2 แสดงจำนวนช่วงเวลาก่อเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชนกลุ่มทดลองหมายเลข T1 ในระยะเส้นฐาน ระยะทดลองและระยะติดตามผล

จำนวนช่วงเวลา

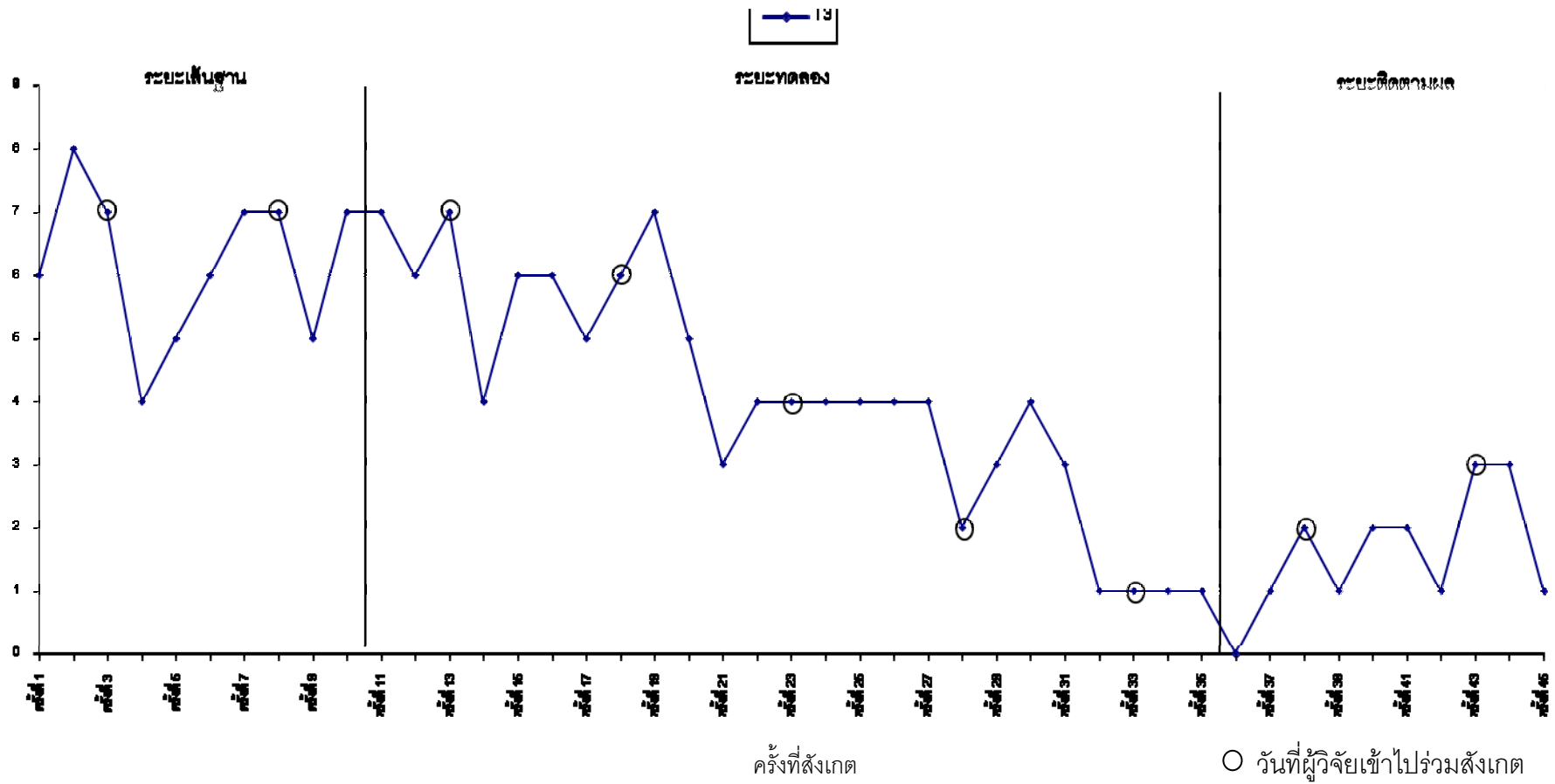


ภาพที่ 3.3 แสดงจำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชนกลุ่มทดลองหมายเลข T2 ในระยะเส้นฐาน ระยะทดลองและระยะติดตามผล

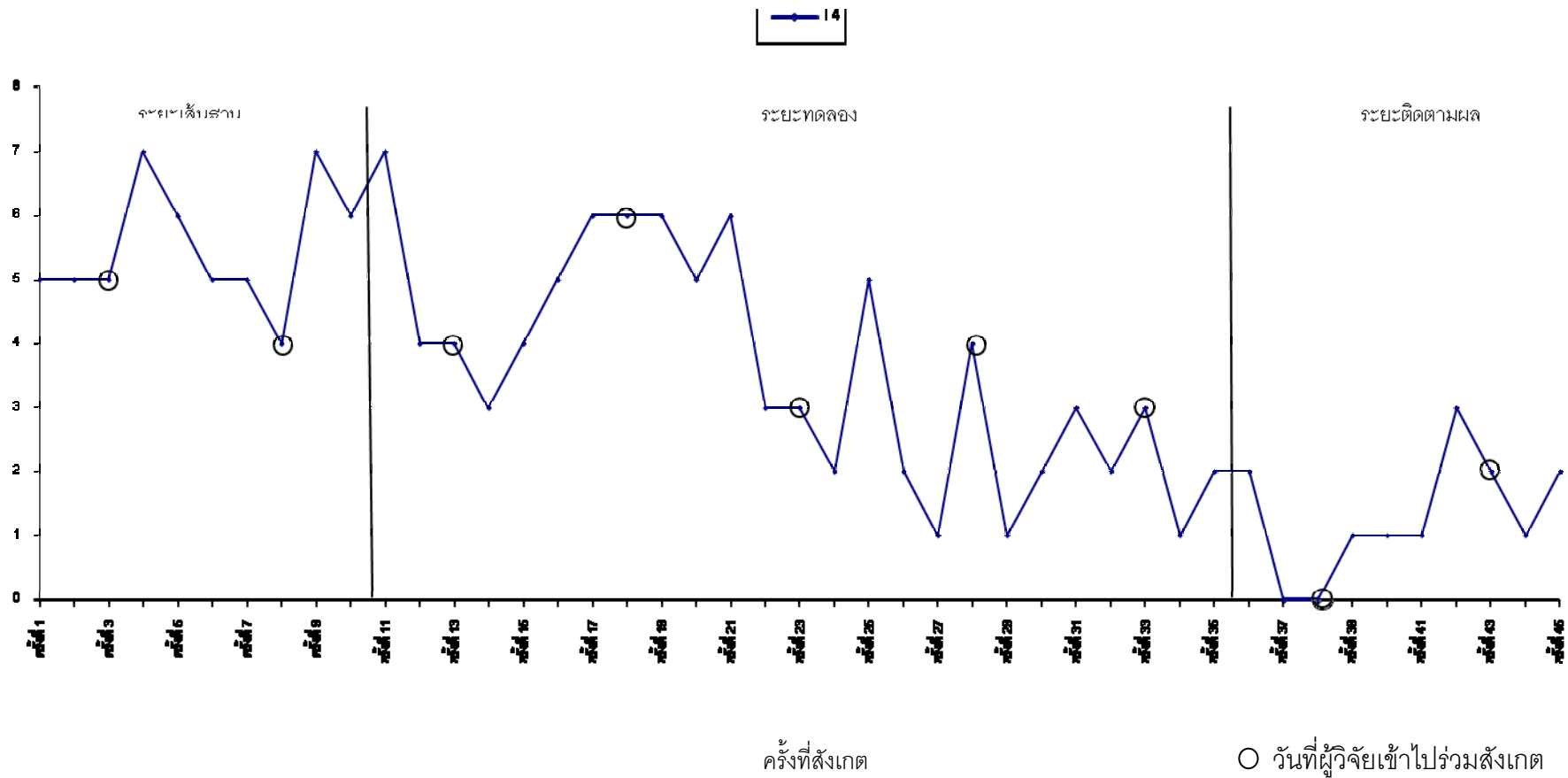
จำนวนช่วงเวลา



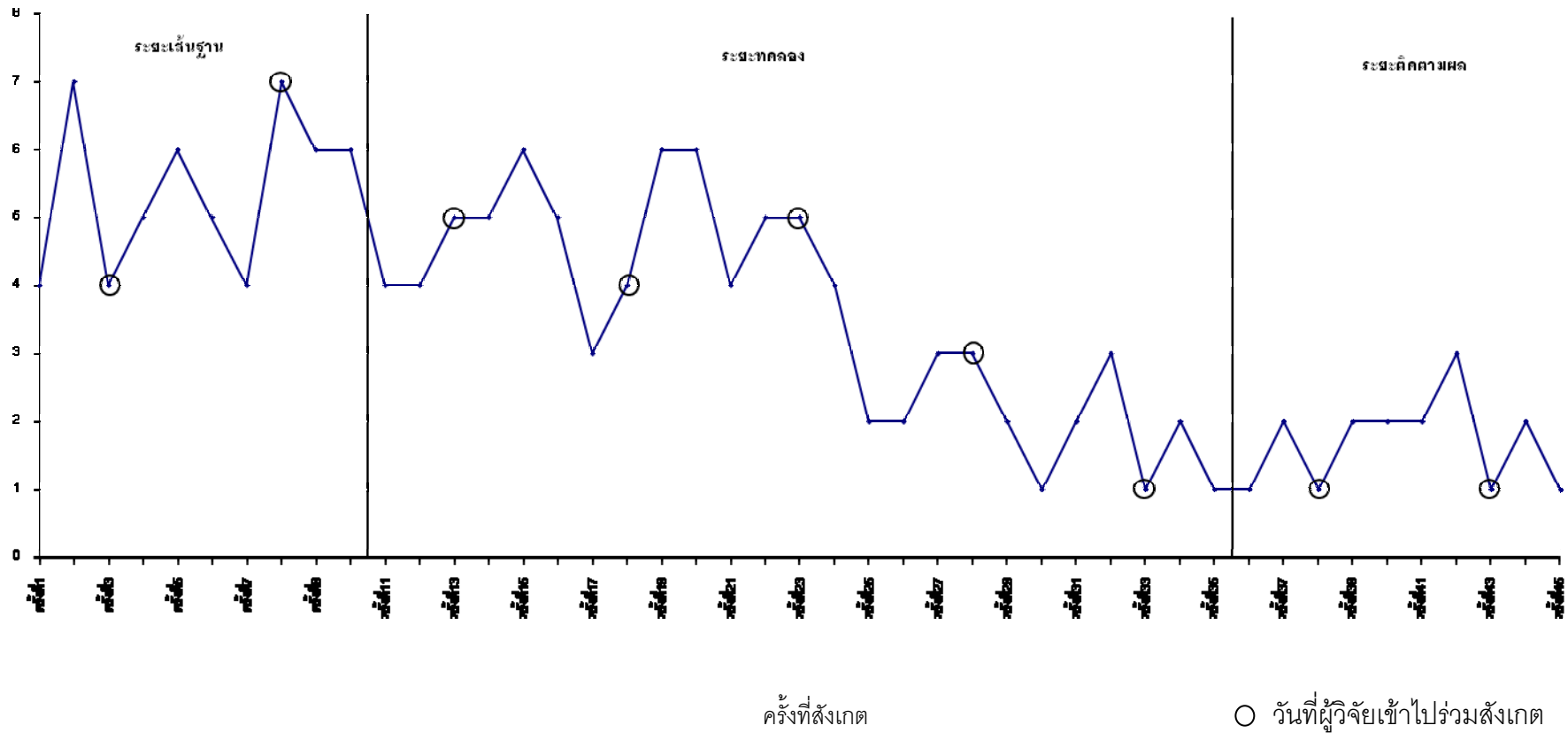
ภาพที่ 3.4 แสดงจำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชนกลุ่มทดลองหมายเลข T3 ในระยะเส้นฐาน ระยะทดลองและระยะติดตามผล จำนวนช่วงเวลา



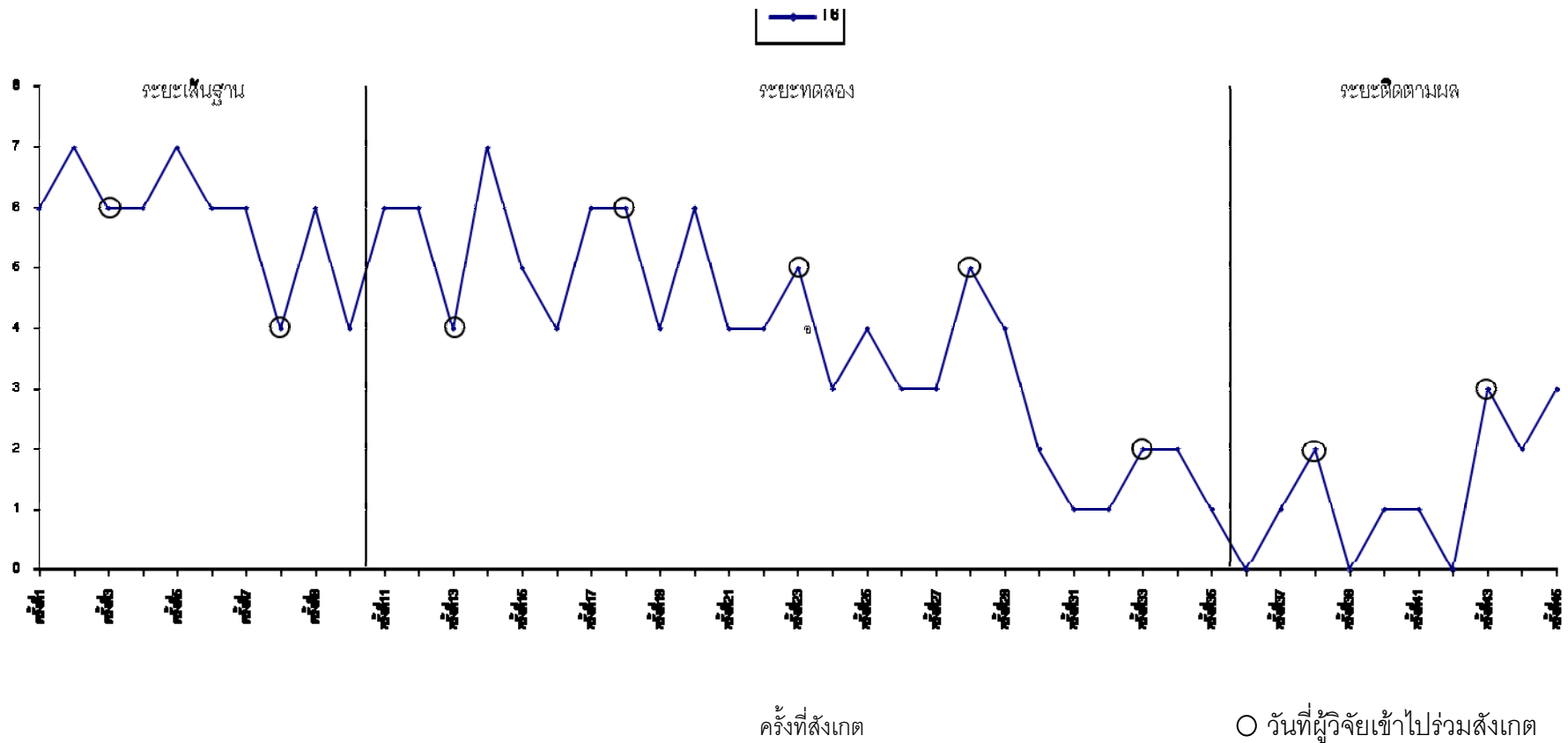
ภาพที่ 3.5 แสดงจำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชนกลุ่มทดลองหมายเลข T4 ในระยะเส้นฐาน ระยะทดลองและระยะติดตามผล
จำนวนช่วงเวลา



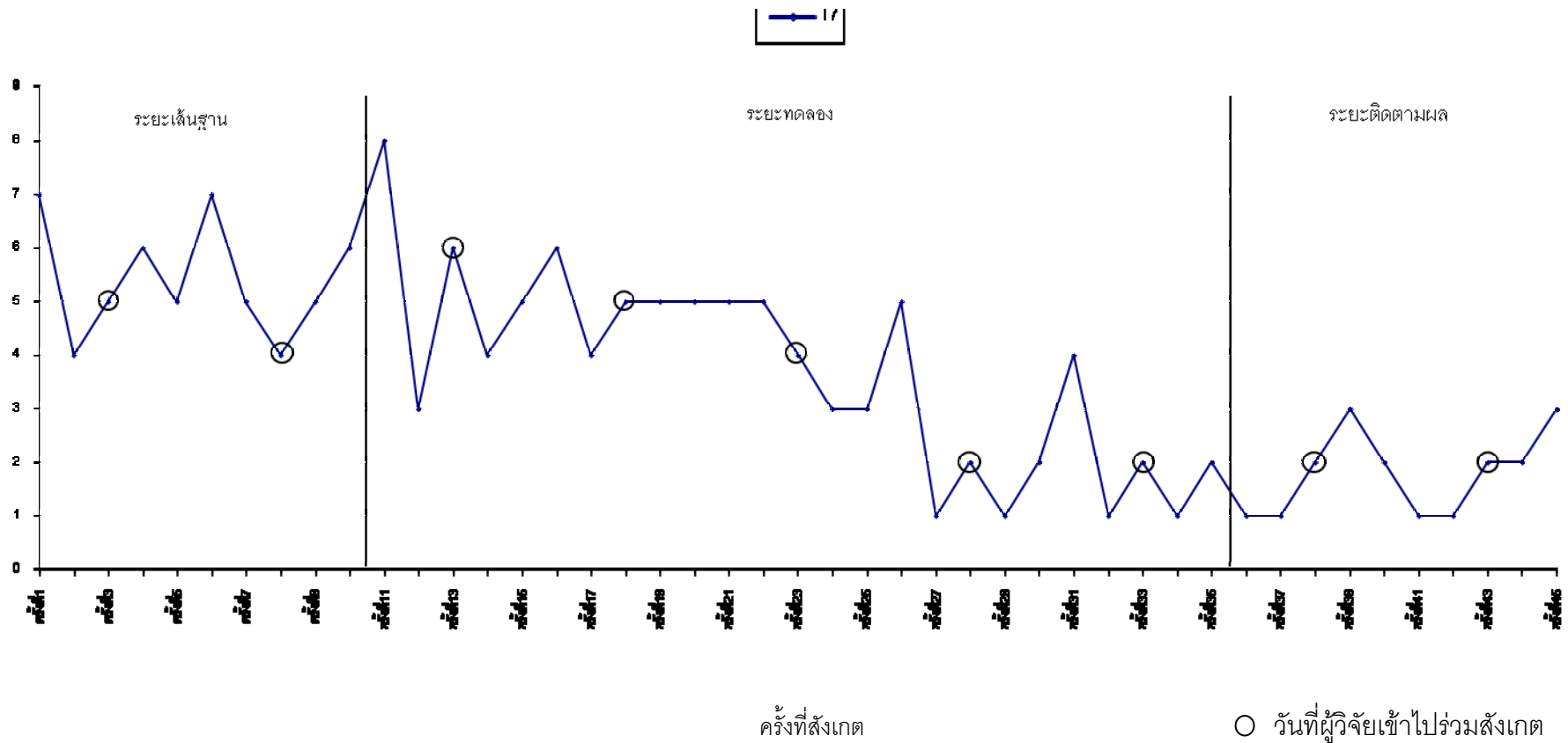
ภาพที่ 3.6 แสดงจำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชนกลุ่มทดลองหมายเลข T5 ในระยะเส้นฐาน ระยะทดลองและระยะติดตามผล
จำนวนช่วงเวลา



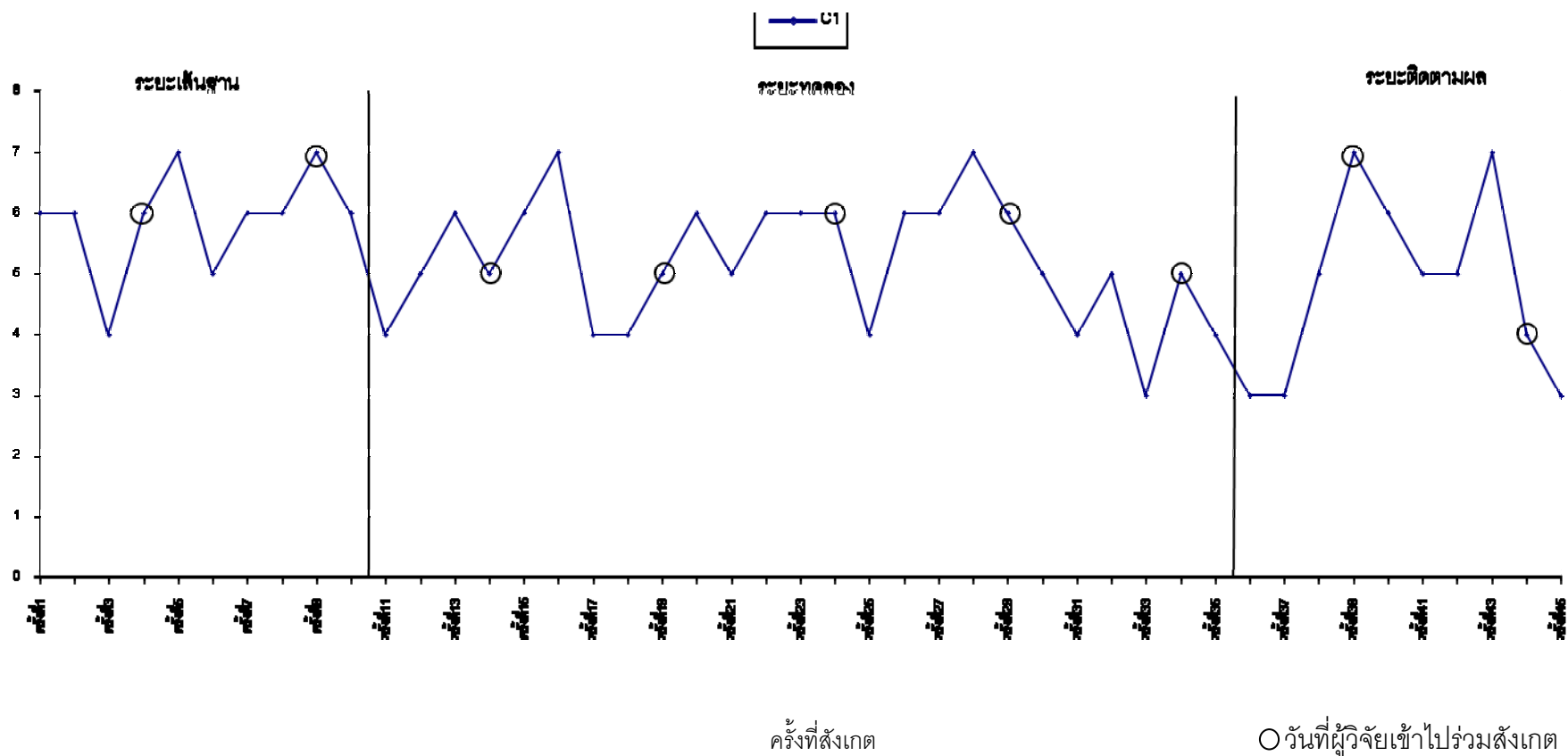
ภาพที่ 3.7 แสดงจำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชนกลุ่มทดลองหมายเลข T6 ในระยะเส้นฐาน ระยะทดลองและระยะติดตามผล
จำนวนช่วงเวลา



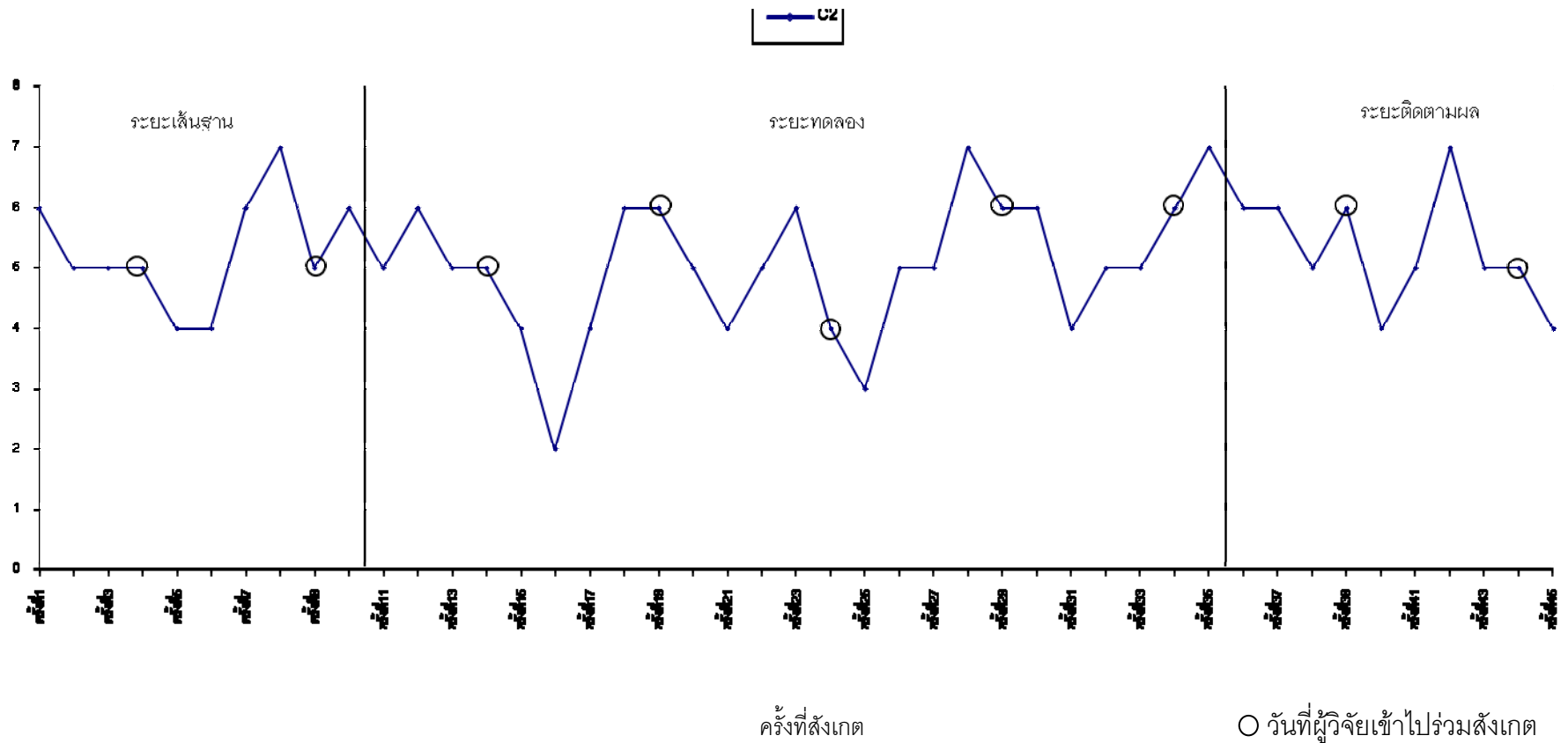
ภาพที่ 3.8 แสดงจำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชนกลุ่มทดลองหมายเลข T7 ในระยะเส้นฐาน ระยะทดลองและระยะติดตามผล
จำนวนช่วงเวลา



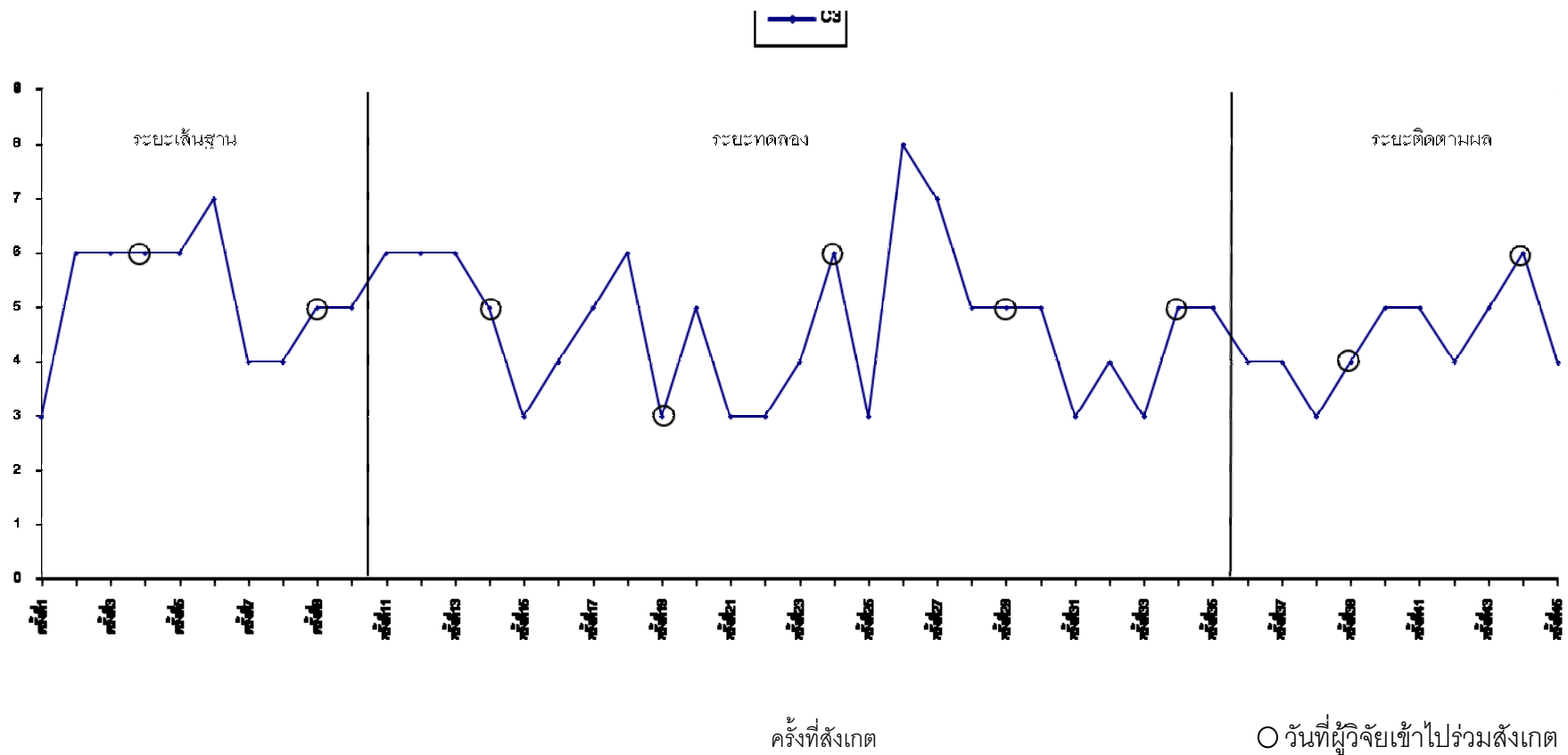
ภาพที่ 3.9 แสดงจำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชนกลุ่มควบคุมหมายเลข C1 ในระยะเส้นฐาน ระยะทดลองและระยะติดตามผล จำนวนช่วงเวลา



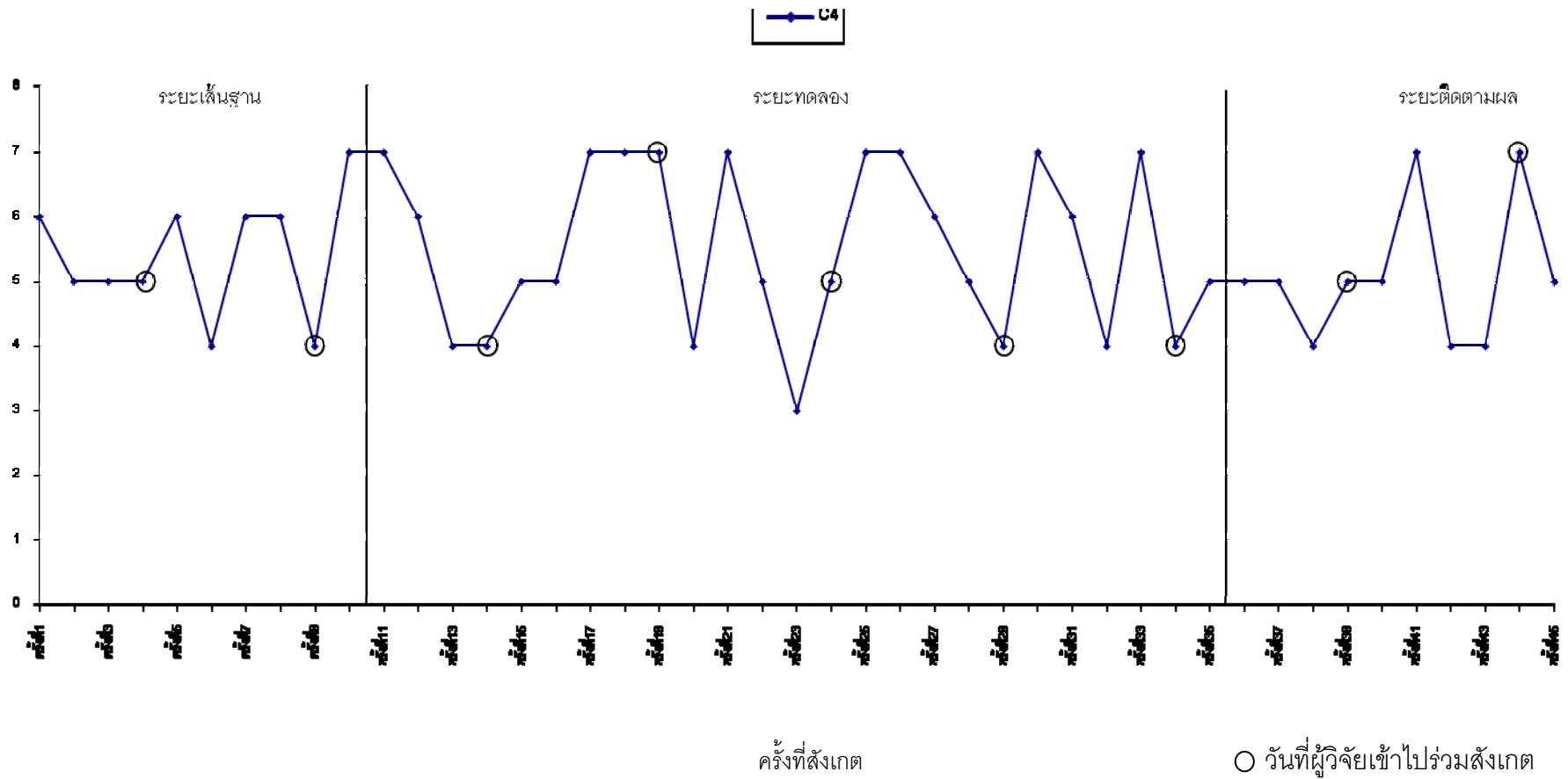
ภาพที่ 3.10 แสดงจำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชนกลุ่มควบคุม หมายเลข C2 ในระยะเส้นฐาน ระยะทดลองและระยะติดตามผล จำนวนช่วงเวลา



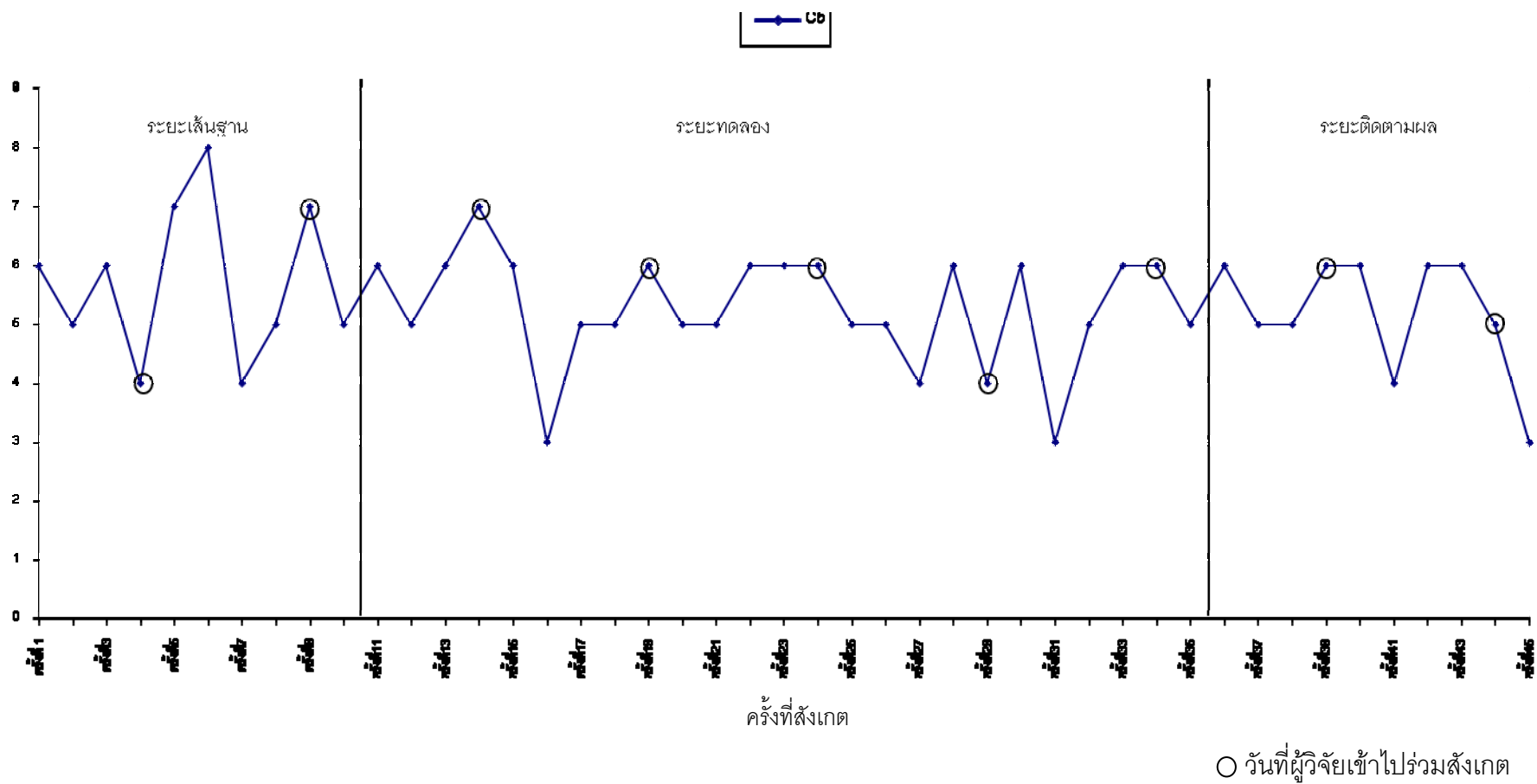
ภาพที่ 3.11 แสดงจำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชนในกลุ่มควบคุมหมายเลข C3 ในระยะเส้นฐาน ระยะทดลองและระยะติดตามผล
จำนวนช่วงเวลา



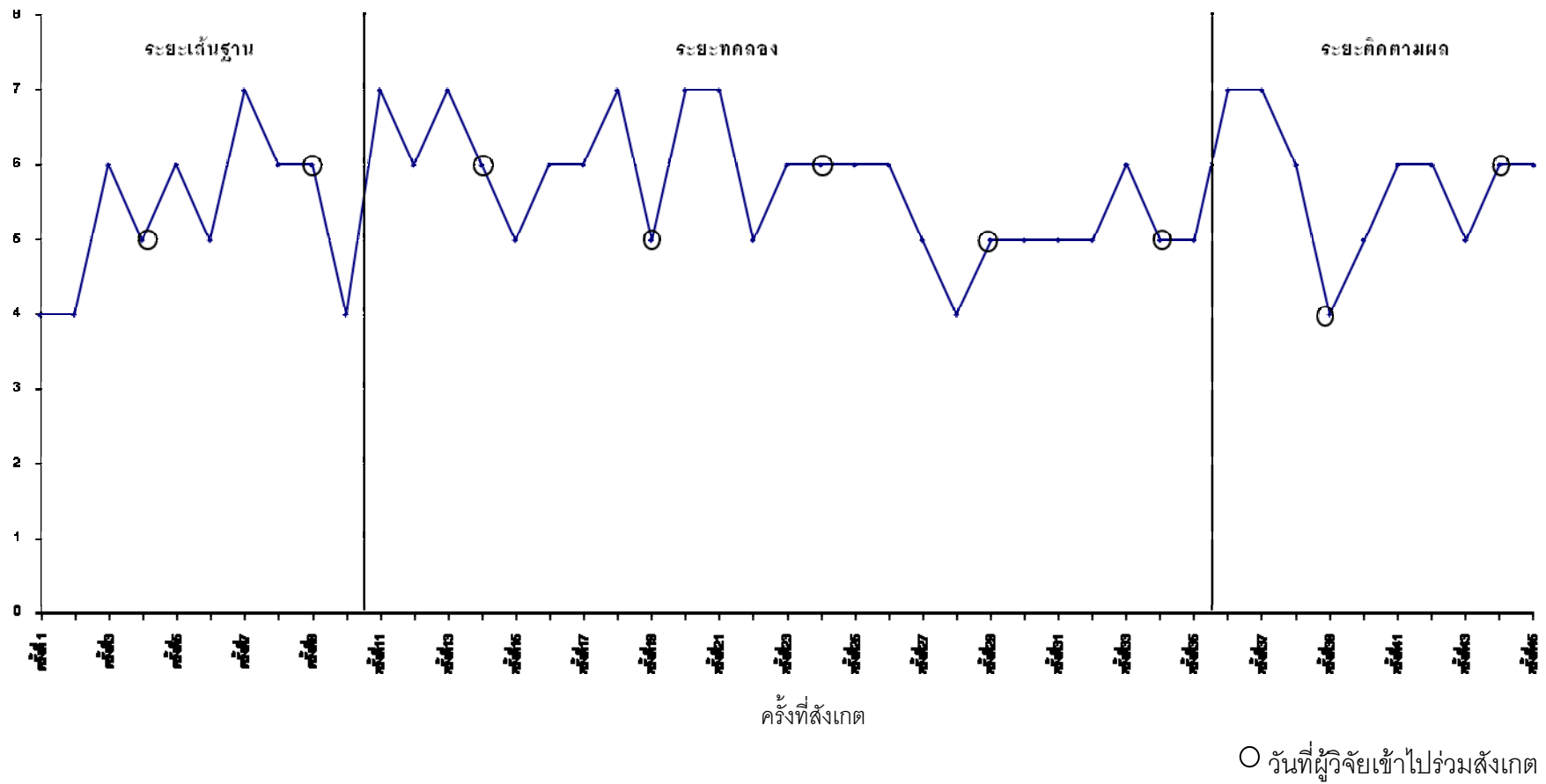
ภาพที่ 3.12 แสดงจำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชนในกลุ่มควบคุมหมายเลข C4 ในระยะเส้นฐาน ระยะทดลองและระยะติดตามผล
จำนวนช่วงเวลา



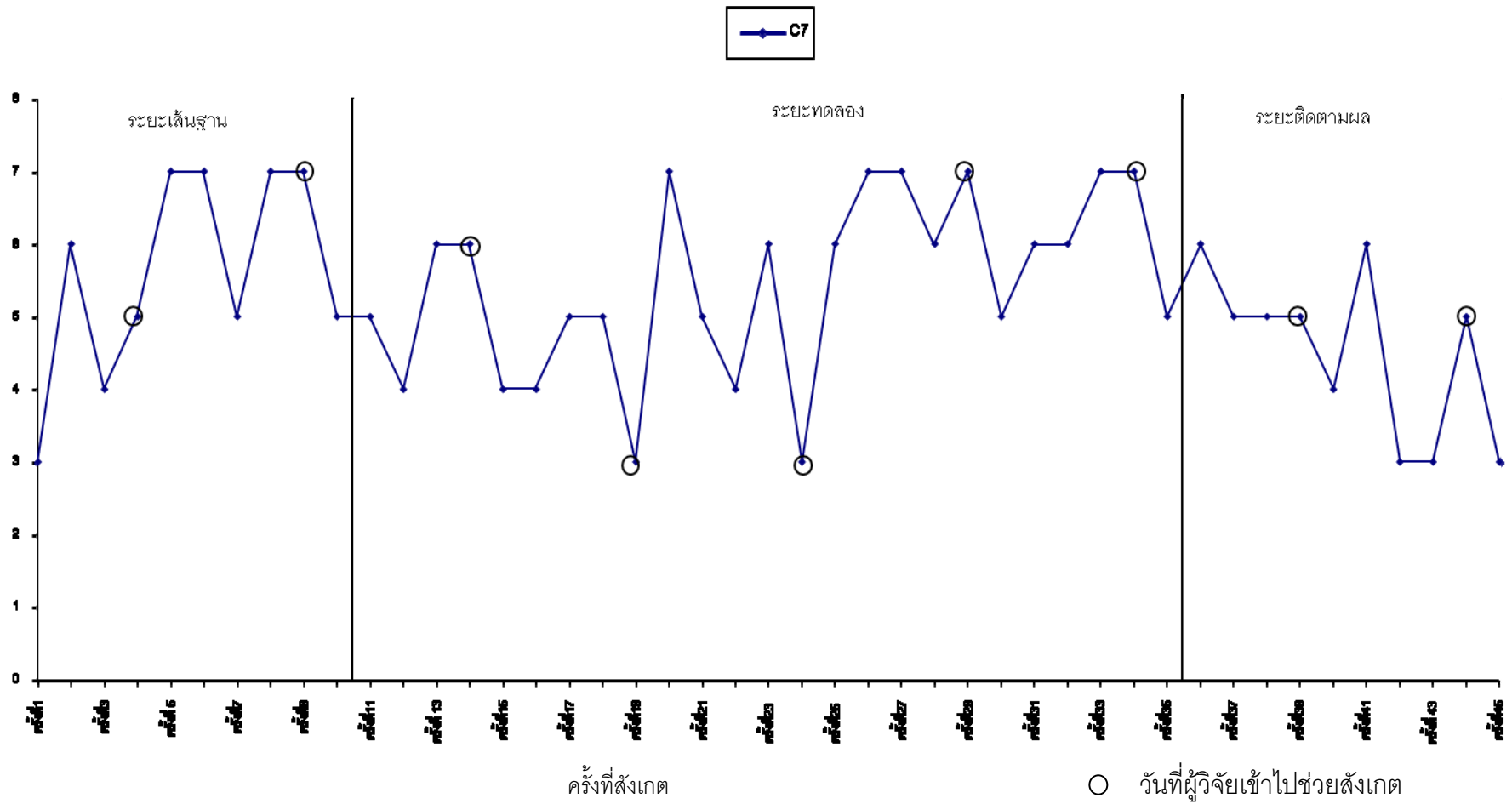
ภาพที่ 3.13 แสดงจำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชนกลุ่มควบคุม หมายเลข C5 ในระยะพื้นฐาน ระยะทดลองและระยะติดตามผล จำนวนช่วงเวลา



ภาพที่ 3.14 แสดงจำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชนกลุ่มควบคุมหมายเลข C6 ในระยะเส้นฐาน ระยะทดลองและระยะติดตามผล จำนวนช่วงเวลา



ภาพที่ 3.15 แสดงจำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชนกลุ่มควบคุมหมายเลข C7 ในระยะเส้นฐาน ระยะทดลองและระยะติดตามผล
จำนวนช่วงเวลา



จากภาพที่ 3.1 จะเห็นถึงความแตกต่างของค่าเฉลี่ยร้อยละช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวใน ระยะทดลองและระยะติดตามผลอย่างชัดเจน โดยค่าเฉลี่ยร้อยละช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรม ก้าวร้าวของเยาวชนสองกลุ่มจะใกล้เคียงกันในช่วงระยะพื้นฐาน จากนั้นหลังจากการสังเกตครั้งที่ 20 ค่าเฉลี่ยของเยาวชนกลุ่มทดลองจะค่อย ๆ ลดลงเรื่อย ๆ จนสิ้นสุดระยะติดตามผล ในขณะที่ ค่าเฉลี่ยช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชนกลุ่มควบคุมจะมีค่าใกล้เคียงกันตลอดทั้ง สามระยะ

เมื่อพิจารณาเป็นรายบุคคลจะเห็นได้ชัดเจนถึงแนวโน้มของพฤติกรรมก้าวร้าวของกลุ่ม ทดลองที่ลดลงตั้งแต่ระยะพื้นฐาน ระยะทดลองไปจนถึงระยะติดตามผล โดยเฉพาะของเยาวชน กลุ่มทดลองหมายเลข T1, T2, T3 และ T4 ที่พฤติกรรมก้าวร้าวในระยะทดลองลดลงเรื่อยๆ จนเป็น 0 ครั้ง คือในช่วงที่สังเกตนั้นไม่แสดงพฤติกรรมก้าวร้าวเลย ส่วนเยาวชนกลุ่มทดลองหมายเลข T5 และ T7 พฤติกรรมลดลงจนแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวน้อยที่สุดคือ 1 ครั้ง และจะเห็นได้ว่าเยาวชน กลุ่มทดลองนี้ในระยะติดตามผลจะแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวทั้งสิ้นเพียง 0 – 3 ครั้งเท่านั้น

เพื่อให้ทราบถึงความแตกต่างระหว่างกลุ่มที่ชัดเจนผู้วิจัยจึงนำค่าเฉลี่ยพฤติกรรมก้าวร้าว ในแต่ละระยะของแต่ละกลุ่มมาทดสอบความแตกต่างด้วยสถิติ *t*-test ดังแสดงผลในตารางที่ 3.4 – 3.6

ตารางที่ 3.4 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยร้อยละ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และผลวิเคราะห์ความแตกต่างค่าเฉลี่ยร้อยละ ของจำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชนกลุ่มทดลองและเยาวชนกลุ่มควบคุม ในระยะเส้น ฐาน (ก่อนดำเนินการทดลอง)

กลุ่มตัวอย่าง	จำนวนผู้เข้ารับ การทดลอง (n)	ค่าเฉลี่ย (X)	ส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน (S.D.)	<i>t</i>
ทดลอง	7	70.00	2.59	- 1.037
ควบคุม	7	68.21	3.75	

จากตารางที่ 3.4 ในระยะพื้นฐาน กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยร้อยละของจำนวนช่วงเวลาการ เกิดพฤติกรรมก้าวร้าวเป็น 70.00 ในขณะที่กลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยร้อยละของจำนวนช่วงเวลาการ เกิดพฤติกรรมก้าวร้าวเป็น 68.21 ผู้วิจัยจึงทดสอบความแตกต่างด้วยการทดสอบค่า *t* ที่ระดับ นัยสำคัญที่ .01 ได้ค่า *t* = -1.037 เปรียบเทียบกับค่า *t* จากการเปิดตาราง = 3.055 แสดงว่าใน ระยะพื้นฐานค่าเฉลี่ยร้อยละของจำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชนทั้งสอง กลุ่มไม่แตกต่างกัน

ตารางที่ 3.5 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยร้อยละ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และผลวิเคราะห์ความแตกต่างค่าเฉลี่ยร้อยละ ของจำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชนกลุ่มทดลองและเยาวชนกลุ่มควบคุม ในระยะทดลอง

กลุ่มตัวอย่าง	จำนวนผู้เข้ารับ การทดลอง (n)	ค่าเฉลี่ย (X)	ส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน (S.D.)	t
ทดลอง	7	42.43	2.51	10.929**
ควบคุม	7	66.43	3.86	

$$t_{.01,12} = 3.055$$

$$**p < .01$$

จากตารางที่ 3.5 ในระยะทดลอง กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยร้อยละของจำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวเป็น 47.4286 ในขณะที่กลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยร้อยละของจำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวเป็น 66.4286 ผู้วิจัยจึงทดสอบความแตกต่างด้วยการทดสอบค่า t ที่ระดับนัยสำคัญที่ .01 ได้ค่า $t = 10.929$ เปรียบเทียบกับค่า t จากการเปิดตาราง = 3.055 แสดงว่าในระยะทดลองค่าเฉลี่ยร้อยละของจำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชนทั้งสองกลุ่มแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยเยาวชนกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวต่ำกว่าเยาวชนกลุ่มควบคุม

ตารางที่ 3.6 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยร้อยละ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และผลวิเคราะห์ความแตกต่างค่าเฉลี่ยร้อยละ ของจำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชนกลุ่มทดลองและเยาวชนกลุ่มควบคุม ในระยะทดลอง

กลุ่มตัวอย่าง	จำนวนผู้เข้ารับ การทดลอง (n)	ค่าเฉลี่ย (X)	ส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน (S.D.)	t
ทดลอง	7	19.82	2.93	16.403**
ควบคุม	7	63.04	6.33	

$$t_{.01,12} = 3.055$$

$$**p < .01$$

จากตารางที่ 3.6 ในระยะติดตามผล กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยร้อยละของจำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวเป็น 19.8214 ในขณะที่กลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยร้อยละของจำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวเป็น 63.0357 ผู้วิจัยจึงทดสอบความแตกต่างด้วยการทดสอบค่า t ที่ระดับนัยสำคัญที่ .01 ได้ค่า $t = 16.403$ เปรียบเทียบกับค่า t จากการเปิดตาราง = 3.055

แสดงว่าในระยะติดตามผลค่าเฉลี่ยร้อยละของจำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชนทั้งสองกลุ่มแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยเยาวชนกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวต่ำกว่าเยาวชนกลุ่มควบคุม

ตารางที่ 3.7 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยร้อยละ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และผลวิเคราะห์ความแตกต่างค่าเฉลี่ยร้อยละของจำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชนกลุ่มทดลอง ในระยะเส้นฐานและระยะทดลอง

ระยะ	จำนวนผู้เข้ารับ การทดลอง (n)	ค่าเฉลี่ย (X)	ส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน (S.D.)	t
เส้นฐาน	7	70.00	3.75	24.019**
ทดลอง	7	47.43	2.51	

$$t_{.01,6} = 3.707$$

$$**p < .01$$

จากตารางที่ 3.7 ในระยะเส้นฐาน กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยร้อยละของจำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวเป็น 70.00 และในระยะทดลอง กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยร้อยละของจำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวเป็น 47.43 ผู้วิจัยจึงทดสอบความแตกต่างด้วยการทดสอบค่า t ที่ระดับนัยสำคัญที่ .01 ได้ค่า $t = 24.019$ เปรียบเทียบกับค่า t จากการเปิดตาราง = 3.707 แสดงว่าในระยะเส้นฐานและระยะทดลอง เยาวชนกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยร้อยละของจำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยเยาวชนกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวในระยะทดลองต่ำกว่าในระยะเส้นฐาน

ตารางที่ 3.8 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยร้อยละ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และผลวิเคราะห์ความแตกต่างค่าเฉลี่ยร้อยละของจำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชนกลุ่มทดลอง ในระยะเส้นฐานและระยะติดตามผล

ระยะ	จำนวนผู้เข้ารับ การทดลอง (n)	ค่าเฉลี่ย (X)	ส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน (S.D.)	t
เส้นฐาน	7	70.00	3.75	24.275**
ติดตามผล	7	19.82	2.93	

$$t_{.01,6} = 3.707$$

$$**p < .01$$

จากตารางที่ 3.8 ในระยะเส้นฐาน กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยร้อยละของจำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวเป็น 70.00 และในระยะทดลอง กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยร้อยละของจำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวเป็น 19.82 ผู้วิจัยจึงทดสอบความแตกต่างด้วยการทดสอบค่า t ที่ระดับนัยสำคัญที่ .01 ได้ค่า $t = 24.275$ เปรียบเทียบกับค่า t จากการเปิดตาราง = 3.707 แสดงว่าในระยะเส้นฐานและระยะติดตามผล เยาวชนกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยร้อยละของจำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยเยาวชนกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวในระยะติดตามผลต่ำกว่าในระยะเส้นฐาน

ส่วนข้อมูลคะแนนจากวัดพฤติกรรมก้าวร้าวในระยะเส้นฐาน ระยะสิ้นสุดการทดลองและระยะติดตามผล ผู้วิจัยเก็บรวบรวมและนำเสนอในตารางที่ 3.9

ตารางที่ 3.9 คะแนนและค่าเฉลี่ยคะแนนจากแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชนกลุ่มควบคุมและเยาวชนกลุ่มทดลอง

คะแนนจากแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าว (คะแนนเต็ม 290 คะแนน)							
กลุ่มทดลอง				กลุ่มควบคุม			
ลำดับ	ระยะเส้นฐาน	ระยะสิ้นสุดการทดลอง	ระยะติดตามผล	ลำดับ	ระยะเส้นฐาน	ระยะสิ้นสุดการทดลอง	ระยะติดตามผล
T1	203	97	105	C1	190	196	200
T2	180	101	112	C2	195	198	178
T3	156	111	119	C3	124	118	134
T4	143	86	92	C4	179	166	156
T5	148	65	73	C5	152	155	167
T6	155	82	80	C6	131	121	116
T7	141	71	77	C7	162	156	167
เฉลี่ย	160.86	87.57	94	เฉลี่ย	161.86	158.57	159.71
S.D.	22.65	16.51	18.26	S.D.	27.89	31.85	27.84

จากตารางที่ 3.9 แสดงให้เห็นว่ากลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยจากแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวเปลี่ยนแปลงไป โดยในระยะเริ่มต้นกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเป็น 160.86 คะแนน ในระยะสิ้นสุดการทดลองคะแนนเฉลี่ยเป็น 87.57 คะแนนและในระยะติดตามผลคะแนนเฉลี่ยเป็น 94 คะแนน ในขณะที่ กลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยจากแบบทดสอบใน 3 ระยะไม่เปลี่ยนแปลงไปนัก โดยในระยะเริ่มต้นกลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยเป็น 161.86 คะแนน ในระยะสิ้นสุดการทดลองคะแนนเฉลี่ยเป็น 158.57 คะแนนและในระยะติดตามผลคะแนนเฉลี่ยเป็น 159.71 คะแนน

เพื่อทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนจากแบบสอบถามพฤติกรรมก้าวร้าวในระยะเริ่มต้น ระยะสิ้นสุดการทดลอง และระยะติดตามผลของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ผู้วิจัยนำค่าเฉลี่ยคะแนนจากแบบสอบถามพฤติกรรมก้าวร้าวมาวิเคราะห์ความแตกต่างด้วยสถิติ *t*-test ดังนำเสนอในตารางที่ 3.8 - 3.10

ตารางที่ 3.10 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนและผลวิเคราะห์ความแตกต่างค่าเฉลี่ยคะแนนจากแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชนกลุ่มทดลองและเยาวชนกลุ่มควบคุม ในระยะเริ่มต้น

กลุ่มตัวอย่าง	จำนวนผู้เข้ารับการทดลอง (n)	ค่าเฉลี่ย (X)	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.)	<i>t</i>
ทดลอง	7	160.86	27.89	.074
ควบคุม	7	161.86	22.65	

จากตารางที่ 3.10 ในระยะเริ่มต้นกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนจากแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวเป็น 160.86 ในขณะที่กลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยคะแนนจากแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวเป็น 161.86 ผู้วิจัยจึงทดสอบความแตกต่างด้วยการทดสอบค่า *t* ที่ระดับนัยสำคัญที่ .01 พบว่า $t = 0.074$ เปรียบเทียบกับค่า $t_{.01,12}$ จากการเปิดตาราง = 3.055 แสดงว่าในระยะเริ่มต้นค่าเฉลี่ยคะแนนจากแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชนทั้งสองกลุ่ม ไม่มีความแตกต่างกัน

ตารางที่ 3.11 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนและผลวิเคราะห์ความแตกต่างค่าเฉลี่ยคะแนนจากแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชนกลุ่มทดลองและเยาวชนกลุ่มควบคุมในระยะสิ้นสุดการทดลอง

กลุ่มตัวอย่าง	จำนวนผู้เข้ารับ การทดลอง (n)	ค่าเฉลี่ย (X)	ส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน (S.D.)	t
ทดลอง	7	87.57	16.511	5.236**
ควบคุม	7	158.57	31.85	

$$t_{.01,12} = 3.055$$

$$**p < .01$$

จากตารางที่ 3.11 ในระยะสิ้นสุดการทดลอง กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนจากแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวเป็น 87.57 ในขณะที่กลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยคะแนนจากแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวเป็น 158.57 ผู้วิจัยจึงทดสอบความแตกต่างด้วยการทดสอบค่า t ที่ระดับนัยสำคัญที่ .01 พบว่า $t = 5.236$ เปรียบเทียบกับค่า $t_{.01,12}$ จากการเปิดตาราง = 3.055 แสดงว่า ในสิ้นสุดการทดลอง ค่าเฉลี่ยคะแนนจากแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชนทั้งสองกลุ่ม มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนจากแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวต่ำกว่ากลุ่มควบคุม

ตารางที่ 3.12 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนและผลวิเคราะห์ความแตกต่างค่าเฉลี่ยคะแนนจากแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชนกลุ่มทดลองและเยาวชนกลุ่มควบคุมในระยะติดตามผล

กลุ่มตัวอย่าง	จำนวนผู้เข้ารับ การทดลอง (n)	ค่าเฉลี่ย (X)	ส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน (S.D.)	t
ทดลอง	7	94	18.26	5.223**
ควบคุม	7	159.71	27.84	

$$t_{.01,12} = 3.055$$

$$**p < .01$$

จากตารางที่ 3.12 ในระยะติดตามผล กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนจากแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวเป็น 18.26 ในขณะที่กลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยคะแนนจากแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวเป็น 159.71 ผู้วิจัยจึงทดสอบความแตกต่างด้วยการทดสอบค่า t ที่ระดับนัยสำคัญที่ .01 พบว่า $t = 5.223$ เปรียบเทียบกับค่า $t_{.01,12}$ จากการเปิดตาราง = 3.055 แสดงว่า ในระยะติดตาม

ผลค่าเฉลี่ยคะแนนจากแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชนทั้งสองกลุ่ม มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนจากแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวต่ำกว่ากลุ่มควบคุม

ตารางที่ 3.13 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนจากแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าว ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และผลวิเคราะห์ความแตกต่างค่าเฉลี่ยคะแนนจากแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชนกลุ่มทดลอง ในระยะเส้นฐาน และระยะสิ้นสุดการทดลอง

ระยะ	จำนวนผู้เข้ารับ การทดลอง (n)	คะแนนเฉลี่ย (X)	ส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน (S.D.)	t
เส้นฐาน	7	160.86	22.65	9.961**
สิ้นสุดการทดลอง	7	87.57	16.51	

$$t_{0.01,6} = 3.707$$

$$**p < .01$$

จากตารางที่ 3.13 ในระยะเส้นฐาน กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยจากแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวเป็น 160.86 และในระยะสิ้นสุดการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยจากแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวเป็น 87.57 ผู้วิจัยจึงทดสอบความแตกต่างด้วยการทดสอบค่า t ที่ระดับนัยสำคัญที่ .01 ได้ค่า $t = 9.961$ เปรียบเทียบกับค่า t จากการเปิดตาราง = 3.707 แสดงว่าในระยะเส้นฐานและระยะสิ้นสุดการทดลอง เยาวชนกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยจากแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยเยาวชนกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยจากแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวในระยะสิ้นสุดการทดลองต่ำกว่าระยะเส้นฐาน

ตารางที่ 3.14 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนจากแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าว ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และผลวิเคราะห์ความแตกต่างค่าเฉลี่ยคะแนนจากแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชนกลุ่มทดลอง ในระยะเส้นฐาน และระยะติดตามผล

ระยะ	จำนวนผู้เข้ารับ การทดลอง (n)	คะแนนเฉลี่ย (X)	ส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน (S.D.)	t
เส้นฐาน	7	160.86	22.65	9.125**
ติดตามผล	7	94	18.26	

$$t_{0.01,6} = 3.707$$

$$**p < .01$$

จากตารางที่ 3.14 ในระยะเส้นฐาน กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยจากแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวเป็น 160.86 และในระยะติดตามผล กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยจากแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวเป็น 94 ผู้วิจัยจึงทดสอบความแตกต่างด้วยการทดสอบค่า t ที่ระดับนัยสำคัญที่ .01 ได้ค่า $t = 9.125$ เปรียบเทียบกับค่า t จากการเปิดตาราง = 3.707 แสดงว่าในระยะเส้นฐานและระยะติดตามผล เยาวชนกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยจากแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยเยาวชนกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยจากแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวในระยะติดตามผลต่ำกว่าระยะเส้นฐาน

บทที่ 4

อภิปรายผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการฝึกการควบคุมตนเองที่มีต่อการลดพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชนกระทำผิดหญิง อายุระหว่าง 15 – 18 ปี ในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนหญิงบ้านปรานี โดยมีสมมติฐานในการวิจัยดังนี้

สมมติฐานที่ 1 เยาวชนกลุ่มทดลอง (Treatment Group) ที่ได้รับการฝึกการควบคุมตนเองจะมีค่าเฉลี่ยร้อยละของจำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าว ต่ำกว่าเยาวชนกลุ่มควบคุม (Control Group) ในระยะทดลองและในระยะติดตามผล

สมมติฐานที่ 2 เยาวชนกลุ่มทดลอง (Treatment Group) ที่ได้รับการฝึกการควบคุมตนเองจะมีค่าเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวจากแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าว ต่ำกว่า เยาวชนกลุ่มควบคุม (Control Group) ในระยะทดลอง (Posttest) และระยะติดตามผล (Follow up)

สมมติฐานที่ 3 เยาวชนกลุ่มทดลอง (Treatment Group) ที่ได้รับการฝึกการควบคุมตนเองจะมีค่าเฉลี่ยร้อยละของจำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวในระยะทดลองและระยะติดตามผล ต่ำกว่าคะแนนเฉลี่ยร้อยละของจำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวในระยะเริ่มต้น

สมมติฐานที่ 4 เยาวชนกลุ่มทดลอง (Treatment Group) ที่ได้รับการฝึกการควบคุมตนเองจะมีค่าเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวจากแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวในระยะทดลองและระยะติดตามผล ต่ำกว่าค่าเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวจากแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวในระยะเริ่มต้น

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลพบว่าสนับสนุนสมมติฐานที่ตั้งไว้ ทั้ง 4 สมมติฐาน กล่าวคือ เมื่อเปรียบเทียบระหว่างเยาวชนกลุ่มทดลองและเยาวชนกลุ่มควบคุม พบว่า เยาวชนกลุ่มทดลองที่ได้รับการฝึกการควบคุมตนเอง จะมีค่าเฉลี่ยร้อยละของจำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวในระยะทดลองและระยะติดตามผล ต่ำกว่าเยาวชนกลุ่มควบคุม เช่นเดียวกับผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยจากแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าว พบว่า เยาวชนกลุ่มทดลองที่ได้รับการฝึกการควบคุมตนเองมีคะแนนเฉลี่ยจากแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าว ในระยะสิ้นสุดการทดลองและระยะติดตามผล ต่ำกว่าเยาวชนกลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

เมื่อพิจารณาผลวิเคราะห์ทางสถิติของเยาวชนกลุ่มทดลองซึ่งได้รับการฝึกการควบคุมตนเอง เปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยร้อยละของจำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวและคะแนนเฉลี่ยจากแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าว ในระยะเส้นฐาน ระยะทดลองและระยะติดตามผล พบว่า เยาวชนกลุ่มทดลองซึ่งได้รับการฝึกการควบคุมตนเองจะมีค่าเฉลี่ยร้อยละของจำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมในระยะทดลองและระยะติดตามผล ต่ำกว่าค่าเฉลี่ยร้อยละของจำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวในระยะเส้นฐาน เช่นเดียวกับคะแนนเฉลี่ยจากแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าว เยาวชนกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยจากแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวในระยะสิ้นสุดการทดลองและระยะติดตามผล ต่ำกว่าคะแนนเฉลี่ยจากแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวในระยะเส้นฐาน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากผลการวิเคราะห์ข้อมูล การที่เยาวชนกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยร้อยละของจำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวและคะแนนเฉลี่ยจากแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวลดลง เนื่องจากผลของการฝึกการควบคุมตนเอง (Self-control) ซึ่งเป็นวิธีการหนึ่งที่มีประสิทธิภาพในการลดพฤติกรรมก้าวร้าว โดยเฉพาะอย่างยิ่งกับเด็กและเยาวชนกระทำผิดที่พฤติกรรมก้าวร้าวเกิดขึ้นบ่อยและไม่สามารถคาดเดาการเกิดหรือการตอบสนองล่วงหน้าได้ (Saunders, Reppucci, and Sarato, 1973) ซึ่ง Shure and Spivack (1972) อธิบายเพิ่มเติมว่า นอกจากพฤติกรรมก้าวร้าวจะมีสาเหตุมาจากการขาดทักษะการควบคุมตนเองแล้ว ยังเกิดจากการขาดทักษะทางสังคม อาทิเช่น ทักษะการแก้ปัญหาที่เหมาะสม ร่วมด้วย

กลุ่มตัวอย่างได้รับการฝึกการควบคุมตนเองด้วย Adolescent anger control ซึ่งได้รับการพัฒนาโดย Feindler and Ecton (1986) เป็นการผสมผสานเทคนิคการควบคุมตนเองกับการเพิ่มพูนทักษะทางสังคม เยาวชนกลุ่มทดลองได้รับการฝึกฝนเทคนิคการควบคุมตนเองได้แก่ การตั้งพฤติกรรมเป้าหมายด้วยตนเอง (Self-targeting behavior) การสังเกตและบันทึกพฤติกรรมตนเอง (Self-observation and recording) การเตือนตนเอง (Self-monitoring) การกำหนดเงื่อนไขการเสริมแรงและลงโทษตนเอง (Self-contingency of reinforcement or punishment) การประเมินตนเอง (Self-evaluation) และการเสริมแรงและการลงโทษตนเอง (Self-administration of reinforcement or punishment)

กระบวนการดังกล่าวมีประสิทธิภาพ เนื่องจาก การที่เยาวชนเป็นผู้ตั้งพฤติกรรมเป้าหมายด้วยตนเอง กำหนดเงื่อนไขการเสริมแรงและลงโทษตนเอง ทำให้เยาวชนสามารถมองพฤติกรรมตนเองตามความเป็นจริงและสามารถตั้งเป้าหมายที่มีความเป็นไปได้ ทำให้เกิดแรงจูงใจในการทำพฤติกรรมที่ตนตั้งเป้าหมายไว้ โดยมีตัวเสริมแรงที่สอดคล้องกับความต้องการของตน ทำ

ให้เยาวชนมีแนวโน้มแสดงพฤติกรรมตามเป้าหมายที่กำหนดไว้ยิ่งขึ้น สอดคล้องกับ สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต (2526) และประเทือง ภูมิภักทราคม (2540) ที่อธิบายว่าการให้บุคคลตั้งพฤติกรรมเป้าหมายด้วยตนเองนั้น บุคคลจะสามารถปฏิบัติได้บรรลุตามเป้าหมายที่ตั้งไว้มากกว่าการให้ผู้อื่นเป็นผู้กำหนดพฤติกรรมเป้าหมาย เนื่องจากบุคคลจะรู้ระดับความสามารถของตนเองและสามารถตั้งเป้าหมายได้สอดคล้องกับความสามารถ ซึ่งหากสามารถปฏิบัติได้สำเร็จก็จะเกิดความพึงพอใจ สามารถตั้งพฤติกรรมเป้าหมายที่สูงขึ้นต่อไปได้ ตลอดจนสามารถกำหนดเงื่อนไขการเสริมแรงและการลงโทษได้เหมาะสมและสอดคล้องกับความต้องการของตนเอง อันจะมีผลนำไปสู่การบรรลุพฤติกรรมเป้าหมายที่ตั้งไว้เป็นอย่างดี โดยเฉพาะอย่างยิ่งเมื่อเยาวชนกำหนดตัวเสริมแรงด้วยเบี้ยอรรถกรนั้น มีส่วนสำคัญที่จูงใจให้เยาวชนแสดงพฤติกรรมตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ เพื่อให้สามารถนำเบี้ยอรรถกรไปแลกเปลี่ยนเป็นสิ่งของที่ตนเองชื่นชอบ ซึ่ง Kazdin (1984) อธิบายว่าที่เป็นเช่นนั้นเพราะเบี้ยอรรถกรเป็นตัวเสริมแรงที่มีประสิทธิภาพสูง สามารถนำไปแลกเปลี่ยนของที่เยาวชนแต่ละคนต้องการหรือชื่นชอบได้ ตามอัตราแลกเปลี่ยนที่กำหนด

นอกจากนี้การฝึกให้เยาวชนกลุ่มทดลองรู้จักสังเกตและบันทึกพฤติกรรมตนเอง (Self-observation and recording) จะทำให้เยาวชนได้มีโอกาสนำเทคนิคการเตือนตนเอง (Self-monitoring) ซึ่ง Gross and Drabman (1982) อธิบายว่าเป็นการเตือนตนเองให้ทราบว่าตนได้แสดงพฤติกรรมเป้าหมายหรือไม่ และพฤติกรรมของตนเองนั้นมีทิศทางใด ซึ่งจะนำไปสู่การประเมินตนเอง (Self-evaluation) เยาวชนจะเปรียบเทียบพฤติกรรมของตนเองกับพฤติกรรมเป้าหมายที่ตนวางไว้ หากพฤติกรรมมีแนวโน้มจะไม่เป็นไปตามเป้าหมายที่วางไว้ เยาวชนจะใช้เทคนิคการเตือนตนเอง หรือลงโทษตนเองตามเงื่อนไขที่ได้กำหนดไว้ ในทางตรงกันข้ามหากพฤติกรรมมีแนวโน้มจะเป็นไปตามเป้าหมายที่วางไว้ เยาวชนจะให้แรงเสริมตนเองตามเงื่อนไขที่ได้กำหนดไว้เช่นกัน ทำให้การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น สอดคล้องกับการศึกษาของ McCullough, Huntsinger, & Nay (1977) ที่ฝึกการควบคุมตนเองให้กับเยาวชนชายอายุ 16 ปี ที่มีปัญหาพฤติกรรมก้าวร้าว และการศึกษาของ Stumphauer (1976) ที่ฝึกการควบคุมตนเองหญิงวัยรุ่นตอนต้นที่มีปัญหาพฤติกรรมลักขโมย ผลการศึกษาวิจัย พบว่าพฤติกรรมก้าวร้าวและพฤติกรรมลักขโมยลดลง นอกจากนี้ Snyder and White (1990) ได้ทำการฝึกการควบคุมตนเองให้แก่เยาวชนกระทำผิดจำนวน 15 คน ซึ่งมีปัญหาพฤติกรรมหลากหลาย ได้แก่ ยาเสพติด พฤติกรรมก้าวร้าว ฯลฯ ในสถานฝึกอบรมฯ ผลการศึกษพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีพฤติกรรมที่เหมาะสมขึ้น อาทิ มีความรับผิดชอบในการเข้าเรียน ดูแลตัวเองมากขึ้น ในขณะที่พฤติกรรมก้าวร้าวและหุนหันพลันแล่นลดลง

นอกจากนี้การที่เยาวชนกลุ่มทดลองได้รับการฝึกทักษะทางสังคม ได้แก่ ทักษะการแก้ปัญหา (Problem solving), ทักษะการกล้าแสดงออก (Assertion) ทักษะการผ่อนคลายตนเอง (Relaxation) การกำกับตนเอง (Self-instruction) และทักษะการคิดไปข้างหน้า (Thinking ahead procedure) ยังทำให้เยาวชนมีแนวทางตอบสนองต่อสถานการณ์อย่างเหมาะสม เป็นการปรับเปลี่ยนจากการตอบสนองด้วยพฤติกรรมก้าวร้าวในลักษณะเดิม เป็นการตอบสนองที่เหมาะสมได้หลากหลายตามที่ได้รับการสอนและฝึกฝนจากผู้วิจัย ดังที่ Gaffney and McFall (1981) อธิบายไว้ว่าเยาวชนกระทำผิดมักเป็นผู้ที่ขาดพฤติกรรมสังคมที่เหมาะสม การฝึกทักษะทางสังคมจึงเป็นวิธีการที่มีประสิทธิภาพ

การศึกษาของ Walker (1991) พบว่า เด็กที่มีพฤติกรรมก้าวร้าว ไม่เคยได้รับการสอนวิธีการที่เหมาะสมในการแสดงความโกรธและไม่พอใจ เช่นเดียวกับเยาวชนกระทำผิดหญิงในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนหญิงบ้านปรานีกลุ่มทดลองที่มีพฤติกรรมก้าวร้าว ซึ่งขาดทักษะการแสดงออกถึงความโกรธและไม่พอใจอย่างเหมาะสม เมื่อได้รับการฝึกฝนทักษะการแก้ปัญหา (Problem solving skill) ทำให้เยาวชนมีทักษะในการเผชิญปัญหา มองเห็นและเข้าใจสภาพของปัญหาที่เกิดขึ้น สามารถหาแนวทางแก้ปัญหาอย่างเหมาะสมโดยไม่ใช้ความรุนแรง ทั้งนี้เพราะ Platt, Prout and Metzger, 1987; Goldfried and Goldfried (1984) อธิบายว่า ทักษะการแก้ปัญหาทำให้นักคลั่งจู้กระดมสมองในการหาคำตอบหรือทางเลือกในการแก้ไขปัญหาที่เป็นไปได้ได้อย่างอิสระเสรี สามารถประเมินทางเลือกต่าง ๆ เหล่านี้ได้อย่างรอบคอบและตัดสินใจเลือกวิธีที่มีประสิทธิภาพที่สุดในการแก้ไขปัญหา ตลอดจนประเมินได้ว่าทางเลือกนั้นสามารถแก้ปัญหาได้หรือไม่เป็นทางเลือกที่เหมาะสมหรือควรตัดสินใจเลือกใหม่

นอกจากนี้เยาวชนได้รับการฝึกทักษะทางสังคมอื่นๆ เพื่อให้มีแนวทางปรับเปลี่ยนพฤติกรรมก้าวร้าวไปเป็นพฤติกรรมที่เหมาะสม ได้แก่ การฝึกทักษะการคิดไปข้างหน้า (Thinking ahead procedure) เพื่อให้เยาวชนรู้จักคิดว่า ถ้าแสดงพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมออกไปแล้ว จะเกิดอะไรตามมา ซึ่งเป็นการคิดล่วงหน้าก่อนจะแสดงพฤติกรรมใด ๆ ออกไปและประเมินผลกระทบที่จะเกิดขึ้นกับตนเองหลังแสดงพฤติกรรมออกไป, การฝึกการกำกับตนเอง (Self-regulation) ซึ่งเป็นการพูดหรือบอกกับตนเอง เพื่อควบคุมตนเอง, การฝึกการกล้าแสดงออก (Assertion) เป็นการเปลี่ยนการตอบสนองด้วยพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม ไม่ว่าจะเป็นการสมยอมหรือก้าวร้าวต่อผู้อื่น เป็นการแสดงความคิดและพฤติกรรมที่เหมาะสม สามารถแสดงความต้องการของตน โดยไม่ละเมิดสิทธิของผู้อื่นและในขณะเดียวกัน ก็เป็นไปเพื่อมิให้ผู้อื่นละเมิดสิทธิของตนเองด้วย

เมื่อเยาวชนรู้สึกว่าคุณเองมีอาการโกรธหรือไม่พอใจ การฝึกทักษะการผ่อนคลายตนเอง (Self relaxation) จะทำให้เยาวชนรู้จักตรวจสอบและรับรู้สภาวะอารมณ์ของตนเองตามความเป็นจริง โดยสังเกตจากดัชนีบ่งชี้ทางสรีระต่าง ๆ ที่แสดงถึงอารมณ์ความโกรธ ซึ่งเป็นสาเหตุของพฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรง เมื่อเยาวชนเริ่มรู้สึกโกรธ ควรต้องระงับความรู้สึกนั้น วิธีการควบคุมมีผู้ศึกษาไว้หลายวิธี อาทิ Feindler & Fremouw (1983) ได้พัฒนารูปแบบการฝึกควบคุมความโกรธ ด้วยการสอนตนเองและฝึกการหายใจลึก ๆ การนั่งถอยหลัง การจินตนาการและการพิจารณาถึงผลระยะยาว Goldstein et al. (1986) พัฒนารูปแบบการฝึกควบคุมความโกรธ ด้วยเทคนิคการหายใจลึก ๆ การนั่งถอยหลังและการจินตนาการ ซึ่งในการวิจัยครั้งผู้วิจัยได้ใช้วิธีทัศนัยการผ่อนคลายกล้ามเนื้อซึ่งพัฒนาโดยกรมสุขภาพจิต (2549) ซึ่งประกอบด้วยการหายใจลึก ๆ การนั่งถอยหลังและการจินตนาการ ผู้วิจัยให้เยาวชนฝึกซ้ำ ๆ เนื่องจากเห็นว่าเป็นเครื่องมือที่พัฒนาสำหรับคนไทย และเป็นวิธีการที่ฝึกได้ง่าย สามารถนำไปใช้ได้ในทุกสถานการณ์

อย่างไรก็ดีเพื่อให้กระบวนการเรียนรู้ของกลุ่มตัวอย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น ผู้วิจัยใช้เทคนิคการสอนด้วยการแสดงบทบาทสมมติ (Role play) การให้ข้อมูลป้อนกลับ (Informative feedback) การสอน (Coaching) การอภิปรายกลุ่ม (Group discussion) และการฝึกซ้ำ (Rehearsal) ซึ่งเทคนิคเหล่านี้ได้มีผู้ศึกษานำไปใช้ พบว่า เป็นวิธีการที่ช่วยพัฒนาความสามารถในการแสดงออกทางสังคมได้ ดังที่ Zaragaza, et al. (1991) ศึกษาพบว่า เทคนิคที่นำไปใช้ในการพัฒนาความสามารถทางสังคมที่ใช้มากที่สุดคือ การสอน การใช้ตัวแบบ การฝึกกระทำซ้ำ การให้ข้อมูลป้อนกลับและการเสริมแรง (หรรษา แก้วพูลปกรณ, 2541) เช่นเดียวกับ Sarason and Sarason (1981) และ Elder, Edelstein, & Narick (1979) ทำการศึกษาจนได้ข้อสรุปว่า การนำเทคนิคหลายๆ เทคนิค อาทิ การใช้ตัวแบบ การแสดงบทบาทสมมติ การมอบหมายการบ้าน จะทำให้พฤติกรรมก้าวร้าวลดลงและช่วยเพิ่มพฤติกรรมทางสังคมที่เหมาะสมและความกล้าแสดงออกให้แก่เยาวชนที่กระทำผิด

โดยสรุป การวิจัยนี้พบว่า โปรแกรมการฝึกการควบคุมตนเองที่ผู้วิจัยปรับปรุงจาก Adolescent Anger Control ของ Feindler and Ecton (1986) สามารถลดพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชนกลุ่มทดลองได้ สอดคล้องกับการศึกษาวิจัยที่ใช้กระบวนการปรับพฤติกรรมทางปัญญาในการลดพฤติกรรมก้าวร้าวของผู้วิจัยหลายท่าน อาทิ การฝึกการควบคุมความโกรธ (Anger Control Training) ในเด็กมัธยมที่มีปัญหาพฤติกรรม โดย Feindler, Marriott and Iwata (1984) ทำการฝึกการควบคุมความโกรธด้วยการเทคนิคการควบคุมตนเองและการฝึกทักษะทางสังคม พบว่า กลุ่มที่ได้รับการฝึกการควบคุมความโกรธมีพฤติกรรมก้าวร้าวลดลง นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับงานวิจัย

ของ ทิพวัลย์ สุทิน (2539) ซึ่งใช้รูปแบบการปรับพฤติกรรมทางปัญญา เพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนวัยรุ่น ผลการศึกษาพบว่า มีพฤติกรรมก้าวร้าวลดลงในระยะทดลองและ ทรรษา แก้วพูลปกรณ์ (2541) ที่ศึกษาผลพบว่า การฝึกควบคุมความโกรธและทักษะทางสังคม สามารถลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักศึกษาอาชีวศึกษาในระยะทดลองและระยะติดตามผล แสดงให้เห็นว่าเมื่อเยาวชนได้รับการฝึกการควบคุมตนเองแล้ว จะมีการปรับเปลี่ยนกระบวนการทางความคิด การรับรู้ของตนเอง ตลอดจนสามารถนำเทคนิคต่าง ๆ ที่ได้รับการฝึกฝนมาใช้เมื่อต้องเผชิญกับสถานการณ์กระตุ้น ซึ่งจะทำให้ท้ายที่สุด เยาวชนจะเปลี่ยนการตอบสนองจากคำพูดหรือการแสดงพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม อาทิ การใช้วาจาไม่สุภาพ การชกสีหน้า การใช้สายตามองจ้องผู้อื่น ฯลฯ เป็นพฤติกรรมที่เหมาะสมยิ่งขึ้น เช่น เดินหนี ขอโทษ อธิบายด้วยเหตุผล เป็นต้น ซึ่งในกระบวนการฝึกการควบคุมตนเองนี้ จะมีการฝึกการตั้งเป้าหมายด้วยตนเอง การเตือนตนเอง การเสริมแรงตนเองและเทคนิคการเสริมแรงตนเองเป็นเทคนิคที่ช่วยทำให้พฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงไปในทิศทางต่อการหยุดยั้ง (Rosenbaum and Drabman, 1979) จึงทำให้เยาวชนกลุ่มทดลองมีพฤติกรรมก้าวร้าวลดลงต่อเนื่องไปถึงระยะติดตามผล

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

วัตถุประสงค์ในการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการฝึกการควบคุมตนเองที่มีต่อการลดพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชนกระทำผิดเพียงในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนหญิง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้คือ เยาวชนกระทำผิดหญิงที่ศาลมีคำพิพากษาให้เข้ารับการฝึกอบรมในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนหญิงบ้านปรานี จำนวน 14 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 7 คนและกลุ่มควบคุม 7 คน

สมมติฐานในการวิจัย

1. เยาวชนกลุ่มทดลอง (Treatment Group) ที่ได้รับการฝึกการควบคุมตนเองจะมีค่าเฉลี่ยร้อยละของจำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าว ต่ำกว่าเยาวชนกลุ่มควบคุม (Control Group) ในระยะทดลองและในระยะติดตามผล

2. เยาวชนกลุ่มทดลอง (Treatment Group) ที่ได้รับการฝึกการควบคุมตนเองจะมีค่าเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวจากแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าว ต่ำกว่า เยาวชนกลุ่มควบคุม (Control Group) ในระยะทดลอง (Posttest) และระยะติดตามผล (Follow up)

3. เยาวชนกลุ่มทดลอง (Treatment Group) ที่ได้รับการฝึกการควบคุมตนเองจะมีค่าเฉลี่ยร้อยละของจำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวในระยะทดลองและระยะติดตามผล ต่ำกว่าคะแนนเฉลี่ยร้อยละของจำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวในระยะพื้นฐาน

4. เยาวชนกลุ่มทดลอง (Treatment Group) ที่ได้รับการฝึกการควบคุมตนเองจะมีค่าเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวจากแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวในระยะทดลองและระยะติดตามผล ต่ำกว่าค่าเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวจากแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวในระยะพื้นฐาน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. แบบสอบถามเยาวชนที่มีลักษณะพฤติกรรมก้าวร้าวสำหรับเจ้าหน้าที่
2. แบบสำรวจตัวเสริมแรง เพื่อสำรวจตัวเสริมแรงที่มีอิทธิพลต่อกลุ่มตัวอย่าง
3. แบบบันทึกพฤติกรรมก้าวร้าวของตนเอง สำหรับให้ผู้รับการทดลองแต่ละคนใช้ในการสังเกตและบันทึกพฤติกรรมตนเอง เกี่ยวกับการแสดงพฤติกรรมก้าวร้าว
4. แบบบันทึกจำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวจากการสังเกตของผู้วิจัย
5. คู่มือบันทึกและให้เสียงความยาว 30 นาที สำหรับให้สัญญาณในการสังเกต
6. วัตถุประสงค์การผ่อนคลายกล้ามเนื้อของกรมสุขภาพจิต (2549)
7. โปรแกรมฝึกการควบคุมตนเอง ซึ่งผู้วิจัยดัดแปลงมาจาก Adolescent Anger Control Program ของ Feindler and Ecton (1986)
8. แบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวซึ่งผู้วิจัยนำแบบสอบถามพฤติกรรมที่นักเรียนปฏิบัติตัวต่อผู้อื่นของ ทิพย์วัลย์ สุทิน (2539) มาปรับลักษณะข้อคำถามให้เหมาะสมกับเยาวชนในศูนย์ฝึกและอบรมมากยิ่งขึ้น

วิธีดำเนินการวิจัยและการเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ก่อนการทดลอง
 - 1.1 ผู้วิจัยเสนอโครงการเพื่อวิจัยเพื่อขอรับการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน จาก คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน
 - 1.2 ทำการฝึกผู้ช่วยสังเกต 2 คน
 - 1.3 คัดเลือกเยาวชนกลุ่มตัวอย่างจำนวน 14 คน
2. ผู้วิจัยดำเนินการเก็บข้อมูล
3. ผู้วิจัยนำข้อมูลมาวิเคราะห์ผลทางสถิติ

การวิเคราะห์ข้อมูล

นำค่าเฉลี่ยร้อยละของจำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวจากการสังเกตพฤติกรรมตรงและคะแนนเฉลี่ยจากแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวในระยะพื้นฐาน ระยะทดลองและระยะติดตามผล ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มาเปรียบเทียบกันด้วยสถิติ t -test และนำค่าเฉลี่ยร้อยละของจำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวจากการสังเกตพฤติกรรมตรงและคะแนนเฉลี่ยจากแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชนกลุ่มทดลอง ในระยะพื้นฐาน ระยะทดลองและระยะติดตามผล มาทดสอบความแตกต่างกันเป็นรายคู่ด้วย สถิติ t -test เพื่อดูความเปลี่ยนแปลงของเยาวชนทั้งสองกลุ่ม

ผลการวิจัย

จากการศึกษาผลของการฝึกการควบคุมตนเอง ที่มีต่อการลดพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชนกระทำผิดหญิง โดยนำค่าเฉลี่ยร้อยละของจำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวและคะแนนจากแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวในระยะก่อนดำเนินการทดลอง (Pretest) ระยะทดลอง (Posttest) และระยะติดตามผล ของกลุ่มควบคุม (Control Group) และกลุ่มทดลอง (Treatment Group) มาทดสอบความแตกต่างด้วยการทดสอบค่า t พบว่า

1. ค่าเฉลี่ยร้อยละของจำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวของกลุ่มทดลอง (Treatment Group) ไม่เท่ากันกับกลุ่มควบคุม (Control Group) ทั้งในระยะทดลอง และระยะติดตามผล อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยกลุ่มทดลองจะมีค่าเฉลี่ยร้อยละของจำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวต่ำกว่าเยาวชนกลุ่มควบคุม
2. คะแนนเฉลี่ยคะแนนจากแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม แตกต่างกันทั้งในระยะสิ้นสุดการทดลองและระยะติดตามผล อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยจากแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวต่ำกว่าเยาวชนกลุ่มควบคุม
3. เยาวชนกลุ่มทดลอง มีค่าเฉลี่ยร้อยละของจำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวในระยะทดลองและระยะติดตามผล ต่ำกว่าค่าเฉลี่ยร้อยละของจำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวในระยะพื้นฐานอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
4. เยาวชนกลุ่มทดลอง มีคะแนนเฉลี่ยจากแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวในระยะสิ้นสุดการทดลองและระยะติดตามผลต่ำกว่าคะแนนเฉลี่ยจากแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวในระยะพื้นฐานอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ข้อเสนอแนะ

1. ในกระบวนการฝึกการควบคุมตนเองนั้น จำนวนสมาชิกในกลุ่มมีความสำคัญเป็นอย่างยิ่ง หากจำนวนสมาชิกที่มากเกินไป การอธิบาย การยกตัวอย่างจะใช้เวลานาน การจะดำเนินกิจกรรมที่กำหนดไว้ในแต่ละคาบให้ครบ อาจต้องใช้เวลามากกว่าที่คาดการณ์ไว้ ซึ่งในสภาพการณ์ทำกิจกรรมกลุ่มจริง หากใช้เวลานานเกินไป สมาชิกในกลุ่มอาจเกิดความรู้สึกเบื่อหน่าย ไม่อยากเข้าร่วมกิจกรรม ทำให้การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมไม่เป็นผลสำเร็จ ตลอดจนอาจเกิดทัศนคติในแง่ลบต่อผู้ดำเนินกิจกรรมกลุ่ม จนทำให้เยาวชนไม่ต้องการร่วมกิจกรรมกลุ่มอื่น ๆ กับผู้ดำเนินกิจกรรมกลุ่มอีก นอกจากนี้การดำเนินกลุ่มที่มีสมาชิกที่มีพฤติกรรมก้าวร้าว ไม่ว่าจะด้วยคำพูดหรือการกระทำจำนวนหลายคน จะพบปัญหาการเกิดข้อขัดแย้งต่าง ๆ การไม่ยอมให้อภัย ฯลฯ ซึ่งจะเป็นอุปสรรคอย่างยิ่งต่อความราบรื่นในการดำเนินกิจกรรมกลุ่ม ตลอดจนกระทบต่อความรู้สึกของสมาชิกคนอื่น ๆ ในกลุ่มด้วย

2. การสังเกตและบันทึกพฤติกรรมควรกระทำทุกวันเป็นระยะเวลาที่ต่อเนื่อง เพื่อให้บุคคลสามารถทราบถึงการเกิดพฤติกรรมและการเปลี่ยนแปลงของการเกิดพฤติกรรมของตน ซึ่งเยาวชนในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชน มิได้สังเกตและบันทึกพฤติกรรมของตนเองอย่างต่อเนื่องทุกวัน อาจเป็นเพราะทางศูนย์ฝึกและอบรมฯ จัดให้มีกิจกรรมอื่นค่อนข้างมาก ในขณะที่เดียวกันสมุดประจำตัวที่แจกให้เยาวชนใช้ในการสังเกตและบันทึกพฤติกรรมของตนเอง เป็นสมุดมีเส้น ขนาด B5 (182 x 257 มิลลิเมตร) ความหนา 24 แผ่น ตลอดจนการเข้าร่วมกิจกรรมกับผู้วิจัยเยาวชนต้องนำสมุดติดตัวไปด้วยตลอด ซึ่งสมุดดังกล่าวอาจมีขนาดไม่เหมาะสมสำหรับการพกพา ควรปรับลดสมุดให้มีขนาดเล็ก สามารถพกพาใส่กระเป๋าเสื้อหรือกระเป๋ากางเกงได้ อาจสามารถแก้ปัญหาความไม่สม่ำเสมอในการบันทึกพฤติกรรมได้

3. การดำเนินกิจกรรมกลุ่มควรกำหนดเวลาในการดำเนินกิจกรรมให้แน่นอน เนื่องจากสมาชิกกลุ่มต้องทำการบ้านมาส่งในคาบต่อไป และหากการดำเนินกิจกรรมไม่กำหนดเวลาให้แน่นอน จะทำให้สมาชิกมาเข้าร่วมกิจกรรมไม่ตรงต่อเวลาและทำให้สมาชิกคนอื่นต้องรอจนกว่าสมาชิกจะมาครบจึงจะดำเนินกิจกรรมได้ ซึ่งโดยปกติแล้วศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนในเขตกรุงเทพและปริมณฑล จะมีการจัดกิจกรรมจากบุคคลภายนอกค่อนข้างบ่อย หากสมาชิกในกลุ่มไม่มีความจำเป็นจะต้องร่วมกิจกรรมกับบุคคลภายนอกแล้ว ควรให้เยาวชนร่วมกิจกรรมกลุ่มก่อน หากเยาวชนจำเป็นจะต้องเข้าร่วมกิจกรรม ไม่สามารถปฏิเสธได้ ควรเลื่อนระยะเวลาในการดำเนินกิจกรรมออกไปเล็กน้อยและกำหนดเวลาการดำเนินกิจกรรมกลุ่มอีกครั้ง

โดยควรประกาศให้สมาชิกทุกคนในกลุ่มทราบโดยพร้อมเพรียงกัน ทั้งนี้ไม่ควรอย่างยิ่งที่จะงดการดำเนินกิจกรรมในวันนั้นออกไป เพราะจะทำให้การดำเนินกิจกรรมไม่ต่อเนื่อง

4. การเสริมแรงและลงโทษตนเอง เป็นเทคนิคที่เยาวชนเข้าใจได้ค่อนข้างยาก เนื่องจากเป็นเทคนิคที่เยาวชนรู้สึกว่าการค่อนข้างไกลตัว กระทำได้ยากและไม่คุ้นเคยมาก่อน กรณีของเยาวชนในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชน การกำหนดตัวเสริมแรงให้ตนเองจะมีข้อจำกัด เยาวชนจะรู้สึกว่าตนเองไม่สามารถกำหนดในสิ่งที่เป็นรางวัลหรือถูกจำกัดในเรื่องของสิทธิเด็กและเยาวชน ดังนั้นเมื่อให้เยาวชนกำหนดตัวเสริมแรงของตนเอง เยาวชนจะเลือกการเสริมแรงที่เป็น การสนับสนุนทางสังคม (Social support) อาทิเช่น คำชมเชย หรือของที่มีมูลค่าไม่มากนัก เช่น ขนม ฯลฯ เนื่องจากไม่ขัดกับกฎระเบียบของศูนย์ฝึกฯ และไม่ขัดกับสิทธิต่าง ๆ ที่ตนเองได้รับ

5. กระบวนการควบคุมตนเองนี้ เยาวชนกลุ่มทดลองส่วนใหญ่ลงความเห็นว่า การฝึกแสดงบทบาทสมมติ (Role play) มีส่วนช่วยให้เยาวชนมีความเข้าใจในการนำเทคนิคต่าง ๆ มาใช้มากขึ้น ควรเพิ่มการแสดงบทบาทสมมติเพิ่มเติมในคาบอื่น ๆ และควรมีการเปลี่ยนสถานที่ในการทำกิจกรรมกลุ่มบ้าง นอกเหนือจากในห้องเรียน เพื่อให้สมาชิกรู้สึกผ่อนคลาย ทั้งนี้เนื่องจากการทำกิจกรรมกลุ่มค่อนข้างเป็นไปได้ในเชิงของการคิดและวิเคราะห์สถานการณ์ต่าง ๆ เพียงอย่างเดียว หากมีกิจกรรมเสริมที่สนุกสนานและผ่อนคลายจะทำให้การร่วมกิจกรรมกลุ่มมีความน่าสนใจมากขึ้น

รายการอ้างอิง

ภาษาไทย

- กันยา ภิญโญยงค์. (2543) ผลของการฝึกอานาปานสติโดยใช้เทคนิคการอบรมตามแนวทางท่านอาจารย์โกเอ็นก้า ที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าว และความสามารถในการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4: กรณีศึกษาโรงเรียนบ้านหนองศาลาป่าชาติ จังหวัดชัยภูมิ. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- ทิพวัลย์ สุทิน. (2539) การลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนวัยรุ่นโดยรูปแบบการปรับพฤติกรรมด้วยปัญญา. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทชั้นปริญญาตรีบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ธีระพร อุวรรณโณ. (2535) จิตวิทยาสังคม. กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ธรรมศาสตร์, มหาวิทยาลัย. (2543) กระบวนการยุติธรรมกับการคุ้มครองสิทธิเด็กในคดีอาญา. (เอกสารประกอบการสัมมนา) กรุงเทพมหานคร.
- ปทุมทิพย์ สุภานันท์. (2538) การศึกษาเปรียบเทียบผู้ปกครองเด็กที่มีและไม่มีพฤติกรรมเสี่ยงต่อปัญหาสุขภาพจิต. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยมหิดล.
- ปภาวดี แจ้งศิริ. (2527) ผลของการควบคุมตนเองต่อพฤติกรรมก่อนนอนในชั้นเรียนของนักเรียน ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ประทีป จินฉี. (2531) การเปรียบเทียบผลของการเสริมแรงตนเองต่อพฤติกรรมตั้งใจเรียนและการเสริมแรงตนเองต่อผลการสอบย่อย ที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ในการเรียนวิชาภาษาไทยของ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์ มหาวิทยาลัย.
- ประเทือง ภูมิภักตราคม. (2540) การปรับพฤติกรรม: ทฤษฎีและการประยุกต์. กรุงเทพมหานคร: โอเดียนสโตร์.
- ภรณี อินทศร. (2527) ผลของการใช้วิธีควบคุมตนเองปรับพฤติกรรมตั้งใจเรียนในห้องเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุกมลย์ คำหวาน. (2543) การลดพฤติกรรมก้าวร้าวโดยเทคนิคตัวแบบและการเสริมแรงทางสังคมกับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยขอนแก่น.

- สุพล ชัดเชื้อ. (2526) การเปรียบเทียบผลของการควบคุมตนเองและการปรับสัณใหม่ที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวัดเสมียนนารี กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- สมชาย เตียวตระกูล. (2529) วิธีฝึกการผ่อนคลายแบบจิตคลุมกาย เพื่อลดความก้าวร้าวของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนนคณาอูบถัมภ์. วิทยานิพนธ์ปริญญา มหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- สมพร สุทัศน์ีย์, ม.ร.ว. (2530) ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์เชิงสาเหตุกับพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนในเขตกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาดุษฎีบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สมโภชน์ เอี่ยมสุภาชิต. (2536) ทฤษฎีและเทคนิคการปรับพฤติกรรม. กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- หรรษา แก้วพูลปกรณ์. (2541) ผลของการฝึกการควบคุมความโกรธและทักษะทางสังคมที่มีต่อการลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักศึกษาอาชีวศึกษา. วิทยานิพนธ์ปริญญา มหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- อุบล วุฒินุลาสิทธิ์. (2527) กระบวนการควบคุมตนเองเพื่อลดความวิตกกังวลในการเตรียมตัวสอบคัดเลือกบุคคลเข้าศึกษาในสถาบันอุดมศึกษาของรัฐ. วิทยานิพนธ์ปริญญา มหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ภาษาอังกฤษ

- Achenbach, T.M. & Edelbrock, C.S. (1983) *Manual for The Child Behavior Checklist and Revised Behavior Profile*. Burlington, VT: Department of Psychiatry, University of Vermont.
- Bandura, A. (1973) *Aggression: A Social Learning Analysis*. Englewood Cliffs, New Jersey: Prentice Hall.
- Berkowitz, L. (1964) Aggressive Cues in Aggressive Behavior and Hostility Catharsis. *Psychological Review*, 71.
- Buss, A.H. (1961) *The Psychology of Aggression*. New York: Wiley.
- Cautela, J. R. (1971) Covert Extinction. *Behavior therapy*.

- Cormier & Cormier. (1979) *Interviewing Strategies for Helpers: A Guide to Assessment and Evaluation*. California: Brooks/Cole.
- Denicola, J. & Sandler, J. (1980) *Training Abusive Parents in Child Management and Self-control Skills*. University of South Florida.
- Dollard, J., Doob, L.W., Miller, N.E., Mowrer, O.H. & Sear, R.R. (1939) *Frustration and Aggression*. New Haven, CT: Yale University Press.
- Drabman, R., Spitalnik, R., & O'Leary, L. (1973) Teaching Self-control to Disruptive Children. *Journal of Abnormal Psychology*, 82, 10-16.
- Elder, J., Edelstein, B., & Novick, M., (1979) Modifying Aggressive Behavior with Social Skills Training, *Behavior Modification*, 3(2), 161-178.
- Feindler, E.L. & Ecton, R. (1986) *Adolescent Anger Control*. New York: Pergamon Press.
- Feindler, E.L. & Fremouw, W.J. (1983) *Anger Management in Children and Adolescent*. New York: Plenum Press.
- Feindler, E.L , Mariott, S.A., & Iwata, M.,(1984) Group Anger Control Training for Junior High School Delinquents. *Cognitive Therapy and Research*, 8(3), 299-311.
- Finch, A.J., Nelson, W. Michael & Ott, E.S. (1993) *Cognitive-behavioral Procedure with Children and Adolescents: A practical guide*. Massachusetts: Allyn and Bacon.
- Freud, S. (1937) Analysis Terminable and Interminable. In Strachey, J. (ed) *Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud 1886-1939*. London: Hogarth Press.
- Gaffney, L.R., & McFall, R.M. (1981) Acomparison of Social Skill in Delinquent and Nondelinquent Adolescent Girls Using a Behavioral Roleplaying Inventory. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 49, 959-967.
- Glynn, E.L. (1970) Classroom Applications of Self-determined Reinforcement. *Journal of Applied Behavior Analysis*, 3, 123-132.

- Gross, A.M. & Drabman, R.S. (1982) *Teaching Self-recording, Self-evaluation, and Self-reward to Nonclinic Children and Adolescent*. New York: Pergamon Press.
- Kazdin, A.E., (1977) *The Token Economy: A Review and Evaluation*. New York: Plenum Press.
- Kazdin, A.E., (1984) *Behavior Modification in Applied Settings*. (3rd Ed.) Homewood, IL: Dorsey Press.
- Kendall, P.C. & Wilcox, L.E. (1979) Self-control in Children: Development of a Rating Scale. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 47, 1020-1030.
- Martin, G. & Pear, J. (1978) *Behavior Modification: What is it and how to do it*. Upper Saddle River, NJ: Prentice Hall.
- McCullough, J.P., Huntsinger, G.M., & Nay W.R.,(1977) Self-control Treatment of Aggression in a Sixteen-year-old-male: Case study. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 45, 322-331.
- Mikulas, W.L. (1978) *Behavior Modification*. New York: Harper and Row Publishers.
- Perri, M.G. & Richard, C.S. (1977) An Investigation of Naturally Occurring Episodes of Self-controlled Behaviors. *Journal of Counseling Psychology*, 24, 177-185.
- Raven, B. H.; Rubin, J. Z. (1983) *Social psychology*. New York: Wiley.
- Rimm, D. C. & Masters, J. C. (1974) *Behavior therapy: Techniques and Empirical Findings*. New York: Academic Press.
- Robin, A.L., Fischel, J.E. & Brown, K.E. (1984) The Measurement of Self-control in Children: Validation of the Self-control Rating Scale. *Journal of Pediatric Psychology*, 9, 165-175.
- Rose, S.D. (1998) *Group Therapy with Troubled Youth: A Cognitive-behavioral Interactive Approach*. C.A: Sage.
- Rosenbaum, Micheal S., and Drabman, Ronald S. (1979) Self-control Training in the Classroom : A Review and Critique. *Journal of Applied behavior analysis*, 12, 467-485.
- Sarason, I.G., & Sarason, B.R. (1981) Teaching Cognitive and Social Skill to High School Students. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 48, 908-918.

- Saunders, J.T., Reppucci, N.D., & Sarato, B.P. (1973) An Examination of Impulsivity as a Trait Characterizing Delinquent Youth. *American Journal of Orthopsychiatry*, 43, 789-795.
- Shure, M.B., & Spivack, G. (1972) Means-ends Thinking, Adjustment and Social Class among Elementary School-aged Children. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 38, 348-353.
- Skinner, B.F. (1953) *Science and Human Behavior*. New York: Free Press.
- Sulzer-Azaroff, E. and Mayer, G.R. (1977) *Applying Behavior: Analysis Procedures with Children and Youth*. New York: Holt, Rinehart and Winston.
- Tadeschi, J.T. & Felson, R.B. (1994) *Aggressive Behavior: Violence, Aggression and Coercive Actions*. Washington DC: American Psychological Association.
- Thoresen, C.E. & Mahoney, M.J. (1974) *Behavioral Self-control*. New York: Holt Rinehart & Winston.
- Walker J.E., Shea, T.M. (1991) *Behavior Management: A Practical Approach for Educators*, (5th Ed.). New York: Macmillan.
- Wilson, G.T. & O'Leary, K.D. (1980) *Principles of Behavior Therapy*. New Jersey: Prentice-Hall.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

- แบบสอบถามเยาวชนที่มีลักษณะพฤติกรรมก้าวร้าวสำหรับเจ้าหน้าที่
- แบบบันทึกพฤติกรรมก้าวร้าวจากการสังเกตของผู้วิจัย
- โปรแกรมฝึกการควบคุมตนเองสำหรับกลุ่มทดลอง
แบบสำรวจตัวเสริมแรง (1) และแบบเสริมแรง (2) ในใบงานที่ 2 และ 3
กิจกรรมคาบที่ 2
ตารางบันทึกพฤติกรรมตนเองสำหรับกลุ่มตัวอย่าง ในใบงานที่ 1 กิจกรรม
คาบที่ 2
- โปรแกรมบำบัดทั่วไปสำหรับเยาวชนกลุ่มควบคุม
- แบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าว

แบบสอบถามเยาวชนที่มีลักษณะก้าวร้าวสำหรับเจ้าหน้าที่

แบบสอบถามนี้จัดทำขึ้นเพื่อต้องการทราบเกี่ยวกับเยาวชนหญิงที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวใน ศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนหญิงบ้านปรานี ข้อเท็จจริงที่ได้จากการตอบคำถามของท่าน จะเป็นประโยชน์ในการศึกษาเป็นอย่างยิ่ง ท่านสามารถตอบคำถามได้โดยอิสระตามสภาพความเป็นจริงหรือตามความคิดเห็นของตัวเอง ผู้วิจัยใคร่ขอร้องให้เยาวชนตอบคำถามตามสภาพความเป็นจริงของตนเองและขอรับรองว่าข้อมูลเกี่ยวกับเยาวชนและเจ้าหน้าที่ที่ตอบแบบสอบถามนี้ จะไม่มีการนำไปเปิดเผย ตลอดจนไม่มีการนำข้อมูลดังกล่าวไปใช้ในประโยชน์อื่นใดนอกจากการ ศึกษาวิจัยครั้งนี้เท่านั้น

ก่อนจะตอบแบบสอบถาม ขอให้ท่านทำความเข้าใจเกี่ยวกับพฤติกรรมก้าวร้าวตามคำจำกัดความของผู้วิจัยก่อน

พฤติกรรมก้าวร้าว คือ พฤติกรรมที่ทำให้บุคคลอื่นได้รับบาดเจ็บ ได้รับความเสียหายทางร่างกายหรือจิตใจ และ/หรือเป็นพฤติกรรมที่มีความตั้งใจทำให้บุคคลอื่นเกิดความรู้สึกในทางลบ และ/หรือ เป็นพฤติกรรมทำลายสิ่งของ ได้แก่

- ทางกาย เช่น ขว้างทางเดิน, ชัดขาให้ล้ม, ดึง-กระชากเสื้อหรือกางเกง กระโปรง, เลียนแบบท่าทางความผิดหรือข้อบกพร่องของผู้อื่น, เขียนคำหยาบคายหรือคำด่าทอผู้อื่นลงในกระดาษหรือบนผนังห้อง, ชีดเขียนหรือทำสิ่งของของผู้อื่นให้เลอะเทอะหรือเสียหาย, แสดงกิริยากระด้างกระเดื่องหรือทำทนายเมื่อถูกตำหนิหรือลงโทษ, ผลัก-ทุบ-ชูดขีด-ประทับฝ่าเท้าบนโต๊ะ เก้าอี้ ผนัง กระดาน ประตูห้อง หน้าต่าง, ชกต่อย ผลักหรือบิดแขนเพื่อน, บังคับให้ผู้อื่นทำในสิ่งที่เขาไม่เต็มใจ
- ทางวาจา เช่น การพุดคุยเหยียดให้ทะเลาะ, พุดให้ได้รับความเสียหาย, พุดจาเยาะเย้ยถากถาง, ดูถูก, ดูหมิ่น, ด่าซึ่งบิดามารดาผู้อื่นเมื่อโต้เถียงกัน, พุดเสียดจ้วงจ้วงหว่า, พุดนินทา พุดจาประชดประชัน, ตวาด-ตะคอกใส่ผู้อื่น, พุดจาข่มขู่-ทำทนายผู้อื่น

เมื่อท่านทำความเข้าใจพฤติกรรมก้าวร้าวตามคำจำกัดความของผู้วิจัยแล้ว โปรดตอบคำถามในหน้าถัดไป หากท่านยังมีข้อสงสัย ขอให้สอบถามผู้วิจัยได้ตลอดเวลาและท่านมีเวลาในการตอบแบบสอบถามประมาณ 20 นาที

ปัจจุบันท่านปฏิบัติหน้าที่เป็น _____ นักวิชาการอบรมและฝึกวิชาชีพ
 _____ พยาบาล
 _____ นักจิตวิทยา
 _____ นักสังคมสงเคราะห์
 _____ พนักงานพินิจ

ตามที่ท่านได้อ่านคำจำกัดเกี่ยวกับพฤติกรรมก้าวร้าวทั้งทางกายและทางวาจา ท่านเห็นว่ามีเยาวชนหญิงคนใดบ้างที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวในลักษณะดังกล่าว ในช่วง 2-3 เดือนที่ผ่านมา และท่านเห็นว่า ควรได้รับการปรับปรุงแก้ไข โปรแกรมชุมชนชื่อเยาวชน และพฤติกรรมที่เป็นปัญหาที่ท่านเคยพบเห็นจากเยาวชนคนดังกล่าว

1. ชื่อ _____
 พฤติกรรมที่เป็นปัญหา _____

2. ชื่อ _____
 พฤติกรรมที่เป็นปัญหา _____

3. ชื่อ _____
 พฤติกรรมที่เป็นปัญหา _____

4. ชื่อ _____
 พฤติกรรมที่เป็นปัญหา _____

5. ชื่อ _____
 พฤติกรรมที่เป็นปัญหา _____

6. ชื่อ _____
 พฤติกรรมที่เป็นปัญหา _____

7. ชื่อ _____
พฤติกรรมที่เป็นปัญหา _____

8. ชื่อ _____
พฤติกรรมที่เป็นปัญหา _____

9. ชื่อ _____
พฤติกรรมที่เป็นปัญหา _____

10. ชื่อ _____
พฤติกรรมที่เป็นปัญหา _____

11. ชื่อ _____
พฤติกรรมที่เป็นปัญหา _____

12. ชื่อ _____
พฤติกรรมที่เป็นปัญหา _____

13. ชื่อ _____
พฤติกรรมที่เป็นปัญหา _____

14. ชื่อ _____
พฤติกรรมที่เป็นปัญหา _____

15. ชื่อ _____
พฤติกรรมที่เป็นปัญหา _____

ขอบคุณทุกท่านในความร่วมมือ

แบบบันทึกการสังเกตพฤติกรรมของเยาวชนกลุ่มทดลอง

วันที่..... เวลา..... ผู้สังเกต.....
สถานที่.....

หมายเลข	T1	T2	T3	T4	T5	T6	T7	T2	T3	T4	ชื่อผู้ถูกสังเกต	
หมายเลข	T5	T6	T7	T1	T3	T4	T5	T6	T7	T1		T1_____
ผล												T2_____
หมายเลข	T2	T4	T5	T6	T7	T1	T2	T3	T5	T6		T3_____
ผล												T4_____
หมายเลข	T7	T1	T2	T3	T4	T6	T7	T1	T2	T3		T5_____
ผล												T6_____
หมายเลข	T4	T5	T7	T1	T2	T3	T4	T5	T6	T1		T7_____
ผล												
หมายเลข	T2	T3	T4	T6	T7	T2	T3	T4	T5	T6		
ผล												

พฤติกรรมก้าวร้าว คือ พฤติกรรมที่ทำให้บุคคลอื่นได้รับบาดเจ็บ ได้รับความเสียหายทางร่างกายหรือจิตใจ และ/หรือเป็นพฤติกรรมที่มีความตั้งใจทำให้บุคคลอื่นเกิดความรู้สึกในทางลบ และ/หรือ เป็นพฤติกรรมทำลายสิ่งของ ได้แก่

- ทางกาย เช่น ขวางทางเดิน, ชัดขาให้ล้ม, ดึง-กระชากเสื้อหรือกางเกง กระโปรง, เลียนแบบท่าทาง ความผิดหรือข้อบกพร่องของผู้อื่น, เขียนคำหยาบคายหรือคำด่าทอผู้อื่นลงในกระดาษหรือบนผนังห้อง, ชีดเขียนหรือทำสิ่งของของผู้อื่นให้เลอะเทอะหรือเสียหาย, แสดงกิริยากระด้างกระเดื่องหรือทำทนายเมื่อถูกตำหนิหรือลงโทษ, ผลัก-ทุบ-ชูดขีด-ประทับฝ่าเท้าบนโต๊ะ เก้าอี้ ผนัง กระดาน ประตูห้อง หน้าต่าง, ชกต่อย ผลักหรือบิดแขนเพื่อน, บังคับให้ผู้อื่นทำในสิ่งที่เขาไม่เต็มใจ
- ทางวาจา เช่น การพุดูเหยียดให้ทะเลาะ, พุดให้ได้รับความเสียหาย, พุดจาเยาะเย้ยถากถาง, ดูถูก, ดูหมิ่น, ด่าชื่อบิดามารดาผู้อื่นเมื่อได้เถียงกัน, พุดเสียงดังขัดจังหวะ, พุดนินทา พุดจาประชดประชัน, ตวาด-ตะคอกใส่ผู้อื่น, พุดจาข่มขู่-ทำทนายผู้อื่น

แบบบันทึกการสังเกตพฤติกรรมของเยาวชนกลุ่มควบคุม

วันที่..... เวลา..... ผู้สังเกต.....
สถานที่.....

หมายเลข	C1	C2	C3	C4	C5	C6	C7	C2	C3	C4	ชื่อผู้ถูกสังเกต	
หมายเลข	C5	C6	C7	C1	C3	C4	C5	C6	C7	C1		C1_____
ผล												C2_____
หมายเลข	C2	C4	C5	C6	C7	C1	C2	C3	C5	C6		C3_____
ผล												C4_____
หมายเลข	C7	C1	C2	C3	C4	C6	C7	C1	C2	C3		C5_____
ผล												C6_____
หมายเลข	C4	C5	C7	C1	C2	C3	C4	C5	C6	C1		C7_____
ผล												
หมายเลข	C2	C3	C4	C6	C7	C2	C3	C4	C5	C6		
ผล												

พฤติกรรมก้าวร้าว คือ พฤติกรรมที่ทำให้บุคคลอื่นได้รับบาดเจ็บ ได้รับความเสียหายทางร่างกายหรือจิตใจ และ/หรือเป็นพฤติกรรมที่มีความตั้งใจทำให้บุคคลอื่นเกิดความรู้สึกในทางลบ และ/หรือ เป็นพฤติกรรมทำลายสิ่งของได้แก่

- ทางกาย เช่น ขวางทางเดิน, ขัดขาให้ล้ม, ดึง-กระชากเสื้อหรือกางเกง กระโปรง, เลียนแบบท่าทาง ความผิดหรือข้อบกพร่องของผู้อื่น, เขียนคำหยาบคายหรือคำด่าทอผู้อื่นลงในกระดาษหรือบนผนังห้อง, ชีดเขียนหรือทำสิ่งของของผู้อื่นให้เลอะเทอะหรือเสียหาย, แสดงกิริยากระด้างกระเดื่องหรือทำทนายเมื่อถูกตำหนิหรือลงโทษ, ผลัก-ทุบ-ชูดขีด-ประทับฝ่าเท้าบนโต๊ะ เก้าอี้ ผนัง กระดาน ประตูห้อง หน้าต่าง, ชกต่อย ผลักหรือบิดแขนเพื่อน, บังคับให้ผู้อื่นทำในสิ่งที่เขาไม่เต็มใจ
- ทางวาจา เช่น การพุดูเหยียดให้ทะเลาะ, พุดให้ได้รับความเสียหาย, พุดจาเยาะเย้ยถากถาง, ดูถูก, ดูหมิ่น, ด่าชื่อบิดามารดาผู้อื่นเมื่อได้เถียงกัน, พุดเสียงดังขัดจังหวะ, พุดนินทา พุดจาประชดประชัน, ตวาด-ตะคอกใส่ผู้อื่น, พุดจาข่มขู่-ทำทนายผู้อื่น

โปรแกรมการฝึกการควบคุมตนเองสำหรับกลุ่มทดลอง

คาบที่ 1 เวลา 90 นาที

วัตถุประสงค์

เพื่อให้เยาวชนทราบถึงลักษณะโปรแกรมการฝึก, กำหนดข้อตกลง กติกาในการดำเนินกลุ่มร่วมกัน, เข้าใจความหมายและลักษณะของการควบคุมตนเอง ตลอดจนทราบลักษณะการเกิดพฤติกรรมของบุคคลในลักษณะ A-B-C และสามารถวิเคราะห์การเกิดพฤติกรรมของตนเองในลักษณะ A-B-C ได้

กระบวนการ

1. ผู้วิจัยแนะนำตนเอง ให้สมาชิกแนะนำตนเอง จากนั้นจึงอธิบายเข้าใจถึงโปรแกรมการฝึกที่จะใช้เวลา 5 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 ครั้ง รวมเป็น 10 ครั้ง
2. กำหนดข้อตกลงร่วมกันในการฝึก อาทิ การตรงต่อเวลา การลงชื่อในการร่วมกลุ่มแต่ละครั้ง ความรับผิดชอบในการทำการบ้าน การแสดงความคิดเห็นและการรักษาความลับของสมาชิกในกลุ่ม เป็นต้น แล้วมอบหมายให้สมาชิกเขียนใส่กระดาษแผ่นใหญ่ ติดไว้บริเวณห้องทำกิจกรรม
3. อธิบายหลักการ ลักษณะ กระบวนการและเป้าหมายของการควบคุมตนเอง เพื่อให้เยาวชนสามารถควบคุมพฤติกรรมของตนเองในสถานการณ์ต่าง ๆ ได้ และเพื่อให้เยาวชนทราบว่าตนเองมีอำนาจในการควบคุมตนเองได้
4. ยกตัวอย่างบุคคลที่ประสบความสำเร็จจากการใช้เทคนิคการควบคุมตนเอง
5. อธิบายลักษณะของการเกิดพฤติกรรมของบุคคล ในลักษณะ A-B-C โดยลองยกตัวอย่างให้เยาวชนลองวิเคราะห์พฤติกรรมตามที่ได้รับการสอน
6. ให้การบ้านเยาวชนวิเคราะห์เหตุการณ์ที่เกิดขึ้นกับตนเองและทำให้เกิดการตอบสนองในลักษณะที่ไม่เหมาะสมตามรูปแบบของ A-B-C เพื่อประเมินความเข้าใจของเยาวชน
7. สรุปและปิดการทำกลุ่ม

การประเมินผล

1. จากใบงานการวิเคราะห์สถานการณ์ตัวอย่าง
2. จากการแสดงความคิดเห็นและการตอบคำถามในห้องเรียน
3. จากการบ้านการวิเคราะห์พฤติกรรมตนเอง

ใบงานคาบเรียนที่ 1

สถานการณ์

ไอ เป็นเด็กสาวอายุ 17 ปี เรียนอยู่ในโรงเรียนที่มีชื่อเสียงแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร พ่อของไอประกอบอาชีพรับจ้าง แม่ของไอเป็นแม่บ้าน มีหน้าที่ดูแลลูกทั้ง 3 คน ไอเป็นลูกคนกลาง มีพี่ชายอายุ 20 ปีและน้องสาวอายุ 12 ปี ครอบครัวของไอมีฐานะปานกลาง ค่ำวันเสาร์วันหนึ่งเวลาประมาณ 23.30 น. มีโทรศัพท์มาแจ้งคุณพ่อคุณแม่ของไอว่าไอถูกเจ้าหน้าที่ตำรวจจับกุม เมื่อพ่อและแม่ไปถึงสถานีตำรวจ จึงทราบเรื่องว่าไอ มีเรื่องทำร้ายร่างกายหญิงวัยรุ่นคนหนึ่ง โดยไอให้การสารภาพว่า เมื่อตอนช่วงบ่ายของวันนี้ ดอและเพื่อนได้ไปเดินเที่ยวในห้างสรรพสินค้าชื่อดังและบังเอิญได้พบเห็นหญิงสาวคนดังกล่าว เดินมากับแฟนหนุ่มของตนเอง ไอและพรรคพวกจึงได้ตามไปทำร้ายหญิงสาวคนนั้นขณะกำลังเดินทางกลับบ้านในซอยเปลี่ยว โชคดีที่มีผู้มาพบเห็นจึงแจ้งเจ้าหน้าที่ตำรวจ เพื่อนคนอื่น ๆ ของไอหนีไปได้ แต่ตัวไอนั้นหนีไม่ทันจึงถูกจับกุม ไอทำให้วิงวอนให้พ่อและแม่ช่วยประกันตัว แต่พ่อและแม่กำลังตกใจและเสียใจกับเหตุการณ์นี้ไม่คาดฝันในครั้งนี้

ตอบคำถาม

จากสถานการณ์ข้างต้น ให้เยาวชนวิเคราะห์ตามที่ได้เรียนมา

A คืออะไร

.....

.....

.....

B คืออะไร

.....

.....

.....

C คืออะไร

.....

.....

.....

ชื่อ-สกุล.....

คาบที่ 2 เวลา 90 นาที

วัตถุประสงค์

ทบทวนการดำเนินกิจกรรมกลุ่มในคาบที่ผ่านมา, ประเมินความเข้าใจและความสามารถในการวิเคราะห์พฤติกรรมในลักษณะ A-B-C ของเยาวชน, ให้เยาวชนทราบลักษณะและความสำคัญของการสังเกตและบันทึกพฤติกรรมตนเอง ตลอดจนเข้าใจหลักการเสริมแรงตนเอง และสามารถกำหนดตัวเสริมแรงที่มีประสิทธิภาพของตนเองได้

กระบวนการ

1. ทบทวนกฎเกณฑ์และข้อตกลงจากคาบที่ผ่านมา ทบทวนรูปแบบ A-B-C
2. วิเคราะห์และประเมินการบ้านที่ให้เยาวชนกลับไปทำ โดยเน้นผลที่เกิดขึ้นจากการแสดงพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมที่เชื่อมโยงกับลักษณะการขาดความสามารถในการควบคุมตนเอง
3. ผู้วิจัยชี้แนะว่าพฤติกรรมใดที่เป็นปัญหาและควรปรับปรุง ตลอดจนผลในทางบวกจากการปรับปรุงการแสดงพฤติกรรม ถามความคิดเห็นของสมาชิกในเรื่องดังกล่าว เพื่อให้เกิดแรงสนับสนุนของกลุ่ม
4. ให้กลุ่มตัวอย่างร่วมกันตั้งเป้าหมายพฤติกรรมของตนเอง และนำเสนอต่อกลุ่ม โดยในตอนแรกสมาชิกอาจไม่ค่อยกล้าพูดถึงพฤติกรรมเป้าหมายของตน ผู้วิจัยจะต้องกระตุ้นให้สมาชิกคนอื่นๆ ให้ความสนใจอย่างจริงจัง
5. อธิบายความสำคัญของการสังเกตและบันทึกพฤติกรรมของตนเอง แจกและอธิบายแบบบันทึกพฤติกรรมตนเอง
6. อธิบายหลักการเสริมแรงตนเอง ให้เยาวชนร่วมกันกำหนดตัวเสริมแรงที่มีประสิทธิภาพ โดยอาศัยหลักเกณฑ์ของ Token Economy กล่าวคือ ในแต่ละคาบกิจกรรมเมื่อเยาวชนทำการบ้านบันทึกพฤติกรรมตนเองมาส่ง จะได้รับดาว 1 ดวง สะสมดาวครบจำนวนกี่ดวงจะนำไปแลกสิ่งใดได้บ้าง
7. ให้การบ้านเยาวชนสังเกตและบันทึกพฤติกรรมของตนเอง
8. สรุปหัวข้อที่สอนและปิดการทำกลุ่ม

ประเมินผล

1. จากการตอบคำถามและเสนอความคิดเห็นในคาบเรียน
2. จากใบงานการกำหนดตัวเสริมแรง
3. จากการบ้านการสังเกตและบันทึกพฤติกรรมของตนเอง

ใบงาน 1 กิจกรรมคาบที่ 2

ให้เยาวชนฝึกฝนและทำการบ้านการสังเกตและบันทึกพฤติกรรมเป้าหมายของตนลงใน
ตารางบันทึกพฤติกรรม ดังตัวอย่าง โดยให้วาดและบันทึกลงในสมุดที่ครูได้แจกให้

ตารางบันทึกพฤติกรรม

ชื่อสกุล.....

วันที่สังเกต.....เวลา.....

พฤติกรรมที่ต้องการสังเกต	ความถี่	จำนวนครั้ง	การเสริมแรง/ลงโทษ ตนเอง
ตัวอย่าง พูดคำหยาบ	IIII	4	เว้นไว้เพื่ออธิบาย ภายหลัง

ใบงาน 2 กิจกรรมคาบที่ 2

ชื่อ-สกุล.....

แบบสำรวจตัวเสริมแรง (1)

ให้เยาวชนตอบคำถามต่อไปนี้ทุกข้อตามความเป็นจริง

1. คนที่เยาวชนชื่นชอบมากที่สุดคือ.....
2. อุปกรณ์การเรียนที่เยาวชนต้องการมากที่สุดคือ.....
3. ข้าวของเครื่องใช้ที่เยาวชนต้องการมากที่สุด.....

ใบงาน 3 กิจกรรมคาบที่ 2

ชื่อ-สกุล.....

แบบสำรวจตัวเสริมแรง (2)

ให้เยาวชนเรียงลำดับสิ่งของต่อไปนี้ตามความต้องการของตนเอง โดยสิ่งที่ต้องการมากที่สุดเป็นลำดับ 1 สิ่งที่ต้องการน้อยที่สุดเป็นลำดับ 10

- | | |
|---|------------------------------|
| - ปากกาลูกกลิ้งด้ามลายการ์ตูน | ความต้องการเป็นลำดับที่..... |
| - ขนมขบเคี้ยวห่อละ 5 บาท | ความต้องการเป็นลำดับที่..... |
| - ครีมทาผิวขนาดบรรจุ 125 มล. | ความต้องการเป็นลำดับที่..... |
| - สมุดบันทึกลายการ์ตูนขนาด A4
หน้า 20 แผ่น | ความต้องการเป็นลำดับที่..... |
| - ถุงใส่อุปกรณ์เครื่องเขียนลายการ์ตูน | ความต้องการเป็นลำดับที่..... |
| - ลูกกอล์ฟห่อละ 10 บาท | ความต้องการเป็นลำดับที่..... |
| - แป้งกระป๋อง ขนาดบรรจุ 500 กรัม | ความต้องการเป็นลำดับที่..... |
| - ลูกอม 5 เม็ด | ความต้องการเป็นลำดับที่..... |
| - ผ้าขนหนูลายการ์ตูนขนาด 20x20 ซม. | ความต้องการเป็นลำดับที่..... |
| - ชุดกระดาษเขียนจดหมาย 555
กระดาษ 6 แผ่น ซองจดหมาย 3 ซอง | ความต้องการเป็นลำดับที่..... |

ตารางกำหนดอัตราแลกเปลี่ยนตัวเสริมแรง

จำนวนดาว	สิ่งของแลกเปลี่ยน
1 ดาว	ลูกอม 5 เม็ด หรือ ขนมขบเคี้ยวห่อละ 5 บาท 1 ห่อ
3 ดาว	คุกกี้ห่อ ห่อละ 10 บาทหรือปากกาลูกกลิ้งด้ามลายการ์ตูน
5 ดาว	สมุดบันทึก 1 เล่ม หรือ ชุดกระดาษเขียนจดหมาย 1 ชุด
7 ดาว	ผ้าขนหนูลายการ์ตูน 2 ผืนหรือถุงใส่อุปกรณ์เครื่องเขียนลายการ์ตูน
10 ดาว	ครีมทาผิวขนาดบรรจุ 125 มล. หรือ แป้งกระป๋องขนาดบรรจุ 500 กรัม

คาบที่ 3 เวลา 90 นาที

วัตถุประสงค์

เพื่อประเมินความเข้าใจและความสามารถในการบันทึกพฤติกรรมตนเองได้อย่างถูกต้องของเยาวชน, เข้าใจความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ การตีความและการแสดงพฤติกรรมในทางที่เหมาะสมและไม่เหมาะสม ตลอดจนเรียนรู้เทคนิคในการกำกับตนเอง (Self regulation) เพื่อนำไปใช้ในการควบคุมตนเองอย่างมีประสิทธิภาพ

กระบวนการ

1. ทบทวนหลักการสังเกตและบันทึกพฤติกรรมตนเอง
2. เก็บกรบ้านจากเยาวชน วิเคราะห์และประเมินความเข้าใจและความถูกต้องในการสังเกตและบันทึกพฤติกรรมของเยาวชนเป็นรายบุคคล
3. อธิบายถึงความสำคัญของความคิดและรูปแบบการรับรู้ของบุคคล ที่มีต่อการแสดงพฤติกรรม ยกตัวอย่างเหตุการณ์และให้เยาวชนลองตีความในรูปแบบที่แตกต่างกัน ตลอดจนพฤติกรรมตอบสนองต่อเหตุการณ์ที่แตกต่างกันไปตามการรับรู้ของแต่ละบุคคล
4. ยกตัวอย่างจากสถานการณ์ของเยาวชน 1 คนในกลุ่ม แล้วให้เพื่อนสมาชิกคนอื่น ๆ ในกลุ่ม ช่วยกันแสดงความคิดเห็น การตีความและการรับรู้ต่อสถานการณ์ดังกล่าว
5. ผู้วิจัยเชื่อมโยงให้เยาวชนเห็นความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ การตีความและการแสดงพฤติกรรม ทั้งในทางที่เหมาะสมและไม่เหมาะสม โดยยกตัวอย่างจากพฤติกรรมที่เยาวชนสังเกตและบันทึกเป็นการบ้าน
6. ฝึกการกำกับตนเอง โดยอธิบายว่าเป็นการบอกหรือพูดกับตนเอง เพื่อควบคุมพฤติกรรมตนเอง
7. ให้เยาวชนลองยกตัวอย่างคำพูดที่ตนเองใช้ในการกำกับตนเองในสถานการณ์ต่าง ๆ และอภิปรายว่ามีประสิทธิภาพในการควบคุมตนเองได้อย่างไร
8. ให้เยาวชนแสดงบทบาทสมมติเกี่ยวกับการกำกับตนเอง
9. ให้กรบ้านเยาวชนสังเกตและบันทึกพฤติกรรมของตนเองต่อไป
10. สรุปผลจากการทำกลุ่มและปิดกลุ่ม

ประเมินผล

1. จากการแสดงบทบาทสมมติ
2. จากการตอบคำถามและการทดลองฝึกปฏิบัติ

คาบที่ 4 เวลา 60 นาที

วัตถุประสงค์

เพื่อประเมินความเข้าใจ ความสามารถและความคืบหน้าในการบันทึกพฤติกรรมตนเองได้อย่างถูกต้องของเยาวชน ตลอดจนฝึกฝนเทคนิคการกล้าแสดงออกอย่างเหมาะสม (Assertion) เพื่อเปลี่ยนการตอบสนองด้วยพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม ให้เป็นพฤติกรรมที่เหมาะสมยิ่งขึ้น

กระบวนการ

1. ทบทวนกิจกรรมครั้งที่ผ่านมา
2. เก็บกำบ้านเพื่อประเมินความคืบหน้าของการสังเกตและบันทึกพฤติกรรมของเยาวชน
3. อธิบายแนวคิด ความหมายและลักษณะของการกล้าแสดงออกอย่างเหมาะสม
4. ให้เยาวชนลองวิเคราะห์เหตุการณ์และพฤติกรรมตอบสนอง ตลอดจนเปลี่ยนพฤติกรรมตอบสนองที่ไม่เหมาะสมไปอยู่ในรูปแบบของการกล้าแสดงออกอย่างเหมาะสมแทน
5. ให้เยาวชนแสดงบทบาทสมมติเกี่ยวกับการกล้าแสดงออกอย่างเหมาะสม
6. ให้กำบ้านเยาวชนในการสังเกตและบันทึกพฤติกรรมของตนเองต่อไป
7. สรุปผลการทำกลุ่มและปิดกลุ่ม

ประเมินผล

1. จากใบงานการกล้าแสดงออกอย่างเหมาะสม
2. จากการแสดงบทบาทสมมติและจากการตอบคำถามในคาบเรียน

ใบงานกิจกรรมคาบที่ 4

ชื่อ-สกุล.....

อ่านสถานการณ์ต่อไปนี้ แล้วตอบคำถาม

เช้าวันนี้ นิดตื่นเข้ามาด้วยอารมณ์สดใส รีบอาบน้ำแต่งตัวเตรียมจะไปเที่ยวกับเพื่อน ๆ หลังจากไม่ได้นัดเจอกับกลุ่มเพื่อนสนิทที่รู้จักกันมานานหลายเดือน ขณะกำลังจะออกจากบ้านนั้น หน้อย พี่สาวของนิดเดินเข้ามาและบอกนิดว่า “ช่วยเฝ้าบ้านให้หน่อย วันนี้ไม่มีใครอยู่ พี่จะไปดูหนังกับแฟนพี่” นิดรู้สึกโกรธขึ้นมาในทันใด ตะคอกเสียงดังกลับไปว่า “อะไรกัน คนไม่ได้เที่ยวมาเป็นเดือน ๆ จะมาให้เฝ้าบ้านอีก พี่หน้อยเห็นแก่ตัวมากไปแล้วนะ เฝ้าบ้านเองละกัน” แล้วหันหลังให้พี่สาว เดินออกจากบ้านไปในทันที

คำถาม หากจะเปลี่ยนการตอบสนองให้เหมาะสมอย่างที่เยาวชนได้เรียนมา เยาวชนคิดว่านิดควรจะใช้คำพูดว่าอย่างไร

.....
.....

คาบที่ 5 เวลา 60 นาที

วัตถุประสงค์

เพื่อประเมินความเข้าใจ ความสามารถและความคืบหน้าในการบันทึกพฤติกรรมตนเองได้อย่างถูกต้องของเยาวชน ตลอดจนฝึกฝนกระบวนการการคิดไปข้างหน้า (Thinking Ahead Procedure) เพื่อเปลี่ยนการตอบสนองด้วยพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม ให้เป็นพฤติกรรมที่เหมาะสมยิ่งขึ้น

กระบวนการ

1. ทบทวนกิจกรรมครั้งที่ผ่านมา
2. อธิบายแนวคิด ความหมายและลักษณะของการคิดไปข้างหน้า ในลักษณะ ถ้า....แล้ว....
3. อธิบายการนำลักษณะการคิดไปข้างหน้าไปใช้ในการแก้ปัญหา เมื่อเผชิญกับสถานการณ์ที่ทำให้เกิดความคับข้องใจ
4. ยกตัวอย่างสถานการณ์และให้เยาวชนร่วมกันอภิปรายถึงผลที่แตกต่างกันระหว่างการตอบสนองที่มีการคิดไปข้างหน้าและการตอบสนองโดยไม่มี การคิดไปข้างหน้า
5. ให้เยาวชนระลึกถึงเหตุการณ์ในอดีตของตนเองที่มีการตอบสนองอย่างไม่เหมาะสม และวิเคราะห์ว่าหากมีการคิดไปข้างหน้าจะเปลี่ยนแปลงผลที่เกิดขึ้นจากสถานการณ์นั้นได้อย่างไร
6. สรุปการทำกลุ่มและปิดกลุ่ม

ประเมินผล

1. จากใบงานกิจกรรมคาบที่ 5
2. จากการตอบคำถามและการแสดงความคิดเห็นในการอภิปราย

ใบงานกิจกรรมคาบที่ 5

ให้เยาวชนนึกทบทวนถึงเหตุการณ์ในอดีตที่ตนเองเคยแสดงพฤติกรรมตอบสนองออกไป
ในลักษณะที่ไม่เหมาะสม แล้วเขียนเล่าเหตุการณ์ดังกล่าวโดยละเอียด ตั้งแต่สาเหตุ พฤติกรรม
และผลของการแสดงพฤติกรรมดังกล่าว

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

เมื่อได้ทำกิจกรรมในวันนี้แล้ว ให้เยาวชนลองนึกย้อนไปถึงเหตุการณ์ที่เยาวชนเล่ามาข้างต้นว่า
หากที่การคิดไปข้างหน้า ในลักษณะ “ถ้า.....แล้ว.....” ผลจากเหตุการณ์นั้นจะเปลี่ยนแปลงไป
อย่างไรบ้าง

.....
.....
.....
.....
.....

ชื่อ-สกุล.....

คาบที่ 6 เวลา 75 นาที

วัตถุประสงค์

เพื่อประเมินความเข้าใจ ความสามารถและความคืบหน้าในการบันทึกพฤติกรรมตนเองได้อย่างถูกต้องของเยาวชน ตลอดจนฝึกฝนเทคนิคการผ่อนคลายตนเอง เพื่อลดความโกรธ เพื่อเปลี่ยนการตอบสนองด้วยพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม ให้เป็นพฤติกรรมที่เหมาะสมยิ่งขึ้น

กระบวนการ

1. ทบทวนกิจกรรมครั้งที่ผ่านมา
2. ฝึกเทคนิคการผ่อนคลายกล้ามเนื้อ ด้วยวิธีทัศนัยการผ่อนคลายกล้ามเนื้อของกรมสุขภาพจิต
3. ให้เยาวชนร่วมกันอภิปรายถึงประโยชน์และการนำเทคนิคการผ่อนคลายไปใช้ในชีวิตรประจำวัน
4. สรุปผลการทำกลุ่ม ปิดกลุ่ม

ประเมินผล

1. การแสดงความรู้สึกและแสดงความคิดเห็นจากการฝึกปฏิบัติ

คาบที่ 7 เวลา 90 นาที

วัตถุประสงค์

เพื่อประเมินความเข้าใจ ความสามารถและความคืบหน้าในการบันทึกพฤติกรรมตนเองได้อย่างถูกต้องของเยาวชน ตลอดจนฝึกฝนทักษะการแก้ปัญหาอย่างเหมาะสม (Problem Solving Skill) เพื่อให้เยาวชนมีแนวทางในการแก้ปัญหาอย่างเหมาะสมยิ่งขึ้น

กระบวนการ

1. ทบทวนกิจกรรมครั้งที่ผ่านมา
2. อธิบายแนวคิด ความหมายและลักษณะของทักษะในการแก้ปัญหาอย่างมีเหตุผล กล่าวคือการรู้จักพิจารณาว่า เมื่อเผชิญปัญหาหนึ่ง ๆ จะมีแนวทางในการแก้ปัญหาอย่างไรบ้าง และแนวทางแก้ไขแต่ละทางมีข้อดี ข้อเสีย อย่างไร และสุดท้ายจะเลือกใช้แนวทางใดในการแก้ปัญหา โดยพิจารณาจากข้อดีข้อเสียที่ได้วิเคราะห์ไว้
3. อธิบายถึงประโยชน์ในการนำทักษะการแก้ปัญหาอย่างมีเหตุผล ในการแก้ปัญหาอย่างเหมาะสม ซึ่งช่วยลดวิธีการแก้ปัญหาด้วยความรุนแรง

4. ยกตัวอย่างสถานการณ์และให้เยาวชนร่วมกันอภิปราย
5. สรุปแนวคิดที่ได้จากการอภิปราย
6. ให้เยาวชนแสดงบทบาทสมมติในการแก้ปัญหาอย่างมีเหตุผล
7. ให้การบ้านเยาวชนวิเคราะห์สถานการณ์หรือปัญหาที่เคยเกิดขึ้นกับตนเอง วิเคราะห์แนวทางแก้ปัญหา ข้อดีข้อเสีย และการเลือกใช้วิธีแก้ปัญหาที่ดีที่สุด
8. สรุปผลการทำกลุ่ม ปิดกลุ่ม

ประเมินผล

1. จากการบ้านการวิเคราะห์สถานการณ์ของเยาวชน
2. จากใบงานกิจกรรมคาบที่ 7

ใบงานกิจกรรมคาบที่ 7

ชื่อ-สกุล.....

ให้เยาวชนอ่านสถานการณ์ต่อไปนี้และลองวิเคราะห์แนวทางแก้ปัญหาตามทักษะที่ได้เรียนมา

สถานการณ์

ปูเป้เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 มีผลการเรียนอยู่ในเกณฑ์ดีมากฐานะทางบ้านของปูเป้ค่อนข้างขัดสน ทำให้ปูเป้เป็นคนประหยัด ในขณะที่เดียวกันก็เป็นคนที่มีความประพฤติเรียบร้อย เป็นที่ไว้วางใจของคณาจารย์ในโรงเรียนเป็นอย่างมาก วันหนึ่งเพื่อนในกลุ่มแอบนำบุหรี่มาจากบ้านและชักชวนให้เพื่อนคนอื่น ๆ ในกลุ่มสูบ ปูเป้ปฏิเสธเพราะเกรงว่าหากครูมาพบเข้าตนเองจะถูกภาคทัณฑ์และทำให้ไม่ได้รับทุนการศึกษาในปีการศึกษาถัดไป แต่เพื่อนยังรบเร้าและยื่นคำขาดให้ปูเป้ไปเฝ้าต้นทาง ถ้าไม่ทำ เพื่อนขู่ว่าไม่ต้องมาคบกันอีกต่อไป ถ้าเยาวชนเป็นปูเป้จะตัดสินใจแก้ปัญหาอย่างไร

ปัญหาของปูเป้คือ.....

วิเคราะห์แนวทางที่เป็นไปได้ในการแก้ไขปัญหา

แนวทางในการแก้ปัญหา	ข้อดี	ข้อเสีย
1.		
2.		
3.		

ตัดสินใจเลือกวิธีแก้ปัญหา.....

คาบที่ 8 เวลา 60 นาที

วัตถุประสงค์

เพื่อประเมินความเข้าใจ ความสามารถและความคืบหน้าในการบันทึกพฤติกรรมตนเองได้อย่างถูกต้องของเยาวชน ตลอดจนรู้จักประเมินตนเอง (Self evaluation) เพื่อให้เยาวชนสามารถพิจารณาความก้าวหน้าของตนเองได้อย่างถูกต้องและรู้จักเชื่อมโยงผลของการประเมินตนเองเข้ากับการเสริมแรงตนเอง

กระบวนการ

1. ทบทวนกิจกรรมในคาบที่ผ่านมา โดยวิเคราะห์จากกรบ้านที่เยาวชนนำมาส่ง
2. อธิบายแนวคิด ความหมายและลักษณะของการประเมินตนเอง ว่าเป็นการประเมินว่าตนเองจัดการกับสถานการณ์ที่ทำให้เกิดความโกรธหรือความคับข้องใจได้อย่างไร และการประเมินตนเองมีผลต่อการแสดงพฤติกรรมในอนาคตของตนเองอย่างไร
3. ให้เยาวชนลองประเมินตนเองและอภิปรายร่วมกับสมาชิกในกลุ่ม
4. ผู้วิจัยเชื่อมโยงการประเมินตนเองเข้ากับการเสริมแรงตนเองให้เยาวชนทราบ
5. ให้กรบ้านเยาวชนในการประเมินตนเองในช่วงระยะเวลาการฝึก 4 สัปดาห์ที่ผ่านมา
6. สรุปผลการทำกลุ่ม ปิดกลุ่ม

ประเมินผล

1. จากการแสดงความคิดเห็นและอภิปรายร่วมกัน
2. จากการบ้านการประเมินตนเองของเยาวชน

คาบที่ 9 เวลา 60 นาที

วัตถุประสงค์

เพื่อประเมินความเข้าใจ ความสามารถและความคืบหน้าในการบันทึกพฤติกรรมตนเองได้อย่างถูกต้องของเยาวชน ตลอดจนทบทวนสิ่งที่เยาวชนได้เรียนรู้และปฏิบัติตั้งแต่คาบที่ 1 - 5

กระบวนการ

1. ทบทวนกิจกรรมในคาบที่ผ่านมา
2. ทบทวนกิจกรรมตั้งแต่คาบแรก - คาบที่ 5
3. ให้เยาวชนแสดงบทบาทสมมติ โดยยกตัวอย่างสถานการณ์ให้
4. ให้สมาชิกในกลุ่ม Feed back
5. สรุปผลการทำกิจกรรมกลุ่ม ปิดกลุ่ม

ประเมินผล

1. จากการ Feed back ของสมาชิกในกลุ่ม

ใบงานกิจกรรมคาบที่ 9

สถานการณ์สมมติ

1. ยาวชนถูกเพื่อนชักชวนให้หลบหนี โดยผ่านช่องรั้วแห่งหนึ่งที่ชำรุด ยาวชนปฏิเสธ เนื่องจากไม่ต้องการเพิ่มโทษให้แก่ตนเอง แต่เมื่อปฏิเสธเพื่อนกลับต่อว่าเพราะเกรง ยาวชนจะเอาความลับเรื่องเพื่อนจะหลบหนีไปแพร่พรายให้บุคคลอื่นรู้ จะทำให้เพื่อนของยาวชนเดือดร้อนและเริ่มมีอาการรุนแรงขึ้นเรื่อย ๆ ยาวชนจะแก้ไขปัญหาอย่างไร
2. ยาวชนปล่อยตัวแล้ว กลับไปอยู่ในหมู่บ้าน ไม่นานเพื่อนแถวบ้านที่รู้ข่าวต่างมาพุดจาดู ถูกเหยียดหยามยาวชนว่าเป็นคนติดคุกทุกครั้งที่ยาวชนเดินออกจากบ้าน ยาวชนจะรับมือกับสถานการณ์นี้ได้อย่างไร

คาบที่ 10 เวลา 60 นาที

วัตถุประสงค์

เพื่อประเมินความเข้าใจ ความสามารถและความคืบหน้าในการบันทึกพฤติกรรมตนเองได้อย่างถูกต้องของยาวชน ตลอดจนทบทวนสิ่งที่ยาวชนได้เรียนรู้และปฏิบัติตั้งแต่คาบที่ 6 – 8 และการนำสิ่งที่ได้เรียนรู้ไปใช้ประโยชน์ในชีวิตจริง

กระบวนการ

1. ทบทวนกิจกรรมในคาบที่ผ่านมา
2. ทบทวนกิจกรรมในคาบ 6 – 8
3. ให้ยาวชนแสดงบทบาทสมมติ
4. ให้สมาชิกในกลุ่ม Feed back
5. สรุปกิจกรรมทั้งหมดที่ได้ฝึกฝน ให้ยาวชนวิเคราะห์ว่าการฝึกฝนทั้ง 10 คาบมีผลต่อพฤติกรรมและความคิดของตนเองอย่างไร ตลอดจนแนวทางการนำไปปฏิบัติในชีวิตประจำวันและอธิบายถึงปัญหาที่เกิดขึ้นจากการฝึกฝน
6. ขอขอบคุณสมาชิกกลุ่มทุกคนและปิดกลุ่ม

ประเมินผล

1. จากการ Feed back ของสมาชิกในกลุ่ม

ใบงานกิจกรรมคาบที่ 10

สถานการณ์สมมติ

1. ยาวชนสามารถเลิกยาเสพติดได้เด็ดขาดมาเป็นระยะเวลา 2 ปี และตั้งใจเป็นอย่างยิ่งว่าจะไม่หวนกลับไปเสพหรือยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติดอีก แต่ยาวชนเพิ่งค้นพบความจริงว่าแฟนที่ยาวชนคบหาดูใจกันมานาน 6 เดือน มีพฤติกรรมยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติด โดยเสพและจำหน่ายยาบ้า นอกจากนี้ยังใช้ให้ยาวชนไปส่งยาบ้าโดยบอกว่าตนเองกำลังถูกต้องสงสัยอยู่ ไม่สามารถไปส่งเองได้ ยาวชนเกรงว่าหากถูกจับกุมจะต้องได้รับโทษหนักเพราะอายุตนเองเกิน 18 ปีแล้ว ขณะเดียวกันถ้าปฏิเสธก็ต้องผิดใจกับแฟน ยาวชนจะรับมือกับสถานการณ์อย่างไร
2. บิดามารดาของยาวชนแยกทางกันมาได้เป็นเวลหลายปี โดยยาวชนอาศัยอยู่กับบิดาและน้อง วันหนึ่งบิดาพาผู้หญิงมาที่บ้านโดยบอกว่าจะแต่งงานใหม่ ยาวชนและน้องรู้สึกไม่พอใจทันที แต่ยังเก็บความรู้สึกเอาไว้ ยาวชนและมารดาเลี้ยงแทบไม่เคยพูดจากัน เพราะพูดกันทีไรเป็นต้องเถียงกันทุกที จนกระทั่งวันหนึ่งมารดาเลี้ยงบอกว่าจะพาลูกของตนเองมาอยู่ในบ้านด้วย ให้ยาวชนและน้องย้ายมาอยู่ห้องเดียวกัน เพื่อให้มีห้องว่างสำหรับลูกของตน ยาวชนรู้สึกโกรธมากจนแทบระงับอารมณ์ไม่อยู่ แต่ก็รู้สึกเป็นห่วงน้องและบิดา ยาวชนจะจัดการกับสถานการณ์นี้อย่างไร

โปรแกรมการบำบัดทั่วไปสำหรับกลุ่มควบคุม

คาบที่ 1 เวลา 60 นาที

แนะนำผู้วิจัยและสมาชิกในกลุ่ม

กิจกรรมศิลปะบำบัดเพื่อให้สมาชิกในกลุ่มรู้จักตนเองและผู้อื่นมากขึ้น

สรุปการทำกิจกรรมและปิดกลุ่ม

คาบที่ 2 เวลา 60 นาที

พูดคุยแลกเปลี่ยนความคิดเห็นระหว่างสมาชิก

กิจกรรมผ่อนคลายความเครียด

สรุปการทำกิจกรรมและปิดกลุ่ม

คาบที่ 3 เวลา 60 นาที

พูดคุยแลกเปลี่ยนความคิดเห็นระหว่างสมาชิก

กิจกรรมทักษะชีวิต (ทักษะการปฏิเสธ)

สรุปการทำกิจกรรมและปิดกลุ่ม

คาบที่ 4 เวลา 60 นาที

พูดคุยแลกเปลี่ยนความคิดเห็นระหว่างสมาชิก

กิจกรรมทักษะชีวิต (การสร้างความภาคภูมิใจในตนเอง)

สรุปการทำกิจกรรมและปิดกลุ่ม

คาบที่ 5 เวลา 60 นาที

พูดคุยแลกเปลี่ยนความคิดเห็นระหว่างสมาชิก

กิจกรรมทักษะชีวิต (ความรู้สึกรับผิดชอบต่อสังคม)

สรุปการทำกิจกรรมและปิดกลุ่ม

คาบที่ 6 เวลา 60 นาที

พูดคุยแลกเปลี่ยนความคิดเห็นระหว่างสมาชิก
กิจกรรมทักษะชีวิต (แก้ไขปัญหาการใช้สารเสพติด)
สรุปการทำกิจกรรมและปิดกลุ่ม

คาบที่ 7 เวลา 60 นาที

พูดคุยแลกเปลี่ยนความคิดเห็นระหว่างสมาชิก
กิจกรรมทักษะชีวิต (การตั้งเป้าหมายในชีวิต)
สรุปการทำกิจกรรมและปิดกลุ่ม

คาบที่ 8 เวลา 60 นาที

พูดคุยแลกเปลี่ยนความคิดเห็น
ให้ความรู้เกี่ยวกับการศึกษาต่อในสายสามัญในระดับมัธยมศึกษาและระดับอุดมศึกษา
แนะนำสถานศึกษา ให้ความรู้เกี่ยวกับคณะและสาขาวิชา ตลอดจนการนำความรู้จากการศึกษา
ในสายดังกล่าวไปประกอบอาชีพ
สรุปการทำกิจกรรมและปิดกลุ่ม

คาบที่ 9 เวลา 60 นาที

พูดคุยแลกเปลี่ยนความคิดเห็น
ให้ความรู้เกี่ยวกับการศึกษาต่อในสายอาชีพ
ให้สมาชิกในกลุ่มอภิปรายถึงแนวทางการประกอบอาชีพที่ตนเองสนใจ
ผู้วิจัยให้ความรู้เกี่ยวกับการส่งเสริมแนวทางการประกอบอาชีพที่ศูนย์ฝึกและอบรมฯ สามารถ
กระทำได้
สรุปการทำกิจกรรมและปิดกลุ่ม

คาบที่ 10 เวลา 60 นาที

พูดคุยแลกเปลี่ยนความคิดเห็น
ให้สมาชิกเขียนเรียงความเรื่อง “อนาคตของฉัน”
ให้สมาชิกในกลุ่มอภิปรายถึงผลของการร่วมกิจกรรมกลุ่ม 10 คาบ
สรุปการทำกิจกรรมและปิดกลุ่ม

แบบสอบถามการปฏิบัติตัวของเยาวชนต่อผู้อื่น

แบบสอบถามฉบับนี้ปรับปรุงขึ้นเพื่อรวบรวมข้อเท็จจริงเกี่ยวกับ “การปฏิบัติตัวของเยาวชนต่อผู้อื่น” ข้อเท็จจริงที่ได้จากการตอบคำถามของเยาวชน จะเป็นประโยชน์ในการศึกษาเป็นอย่างยิ่ง ข้อคำถามทุกข้อ ไม่มีข้อใดมีคำตอบที่เป็นถูกหรือผิด คำตอบของเยาวชนแต่ละคนจะแตกต่างกันไปตามสภาพความเป็นจริงของเยาวชนผู้นั้น ผู้วิจัยใคร่ขอรับรองให้เยาวชนตอบคำถามตามสภาพความเป็นจริงของตนเองและขอรับรองว่าข้อมูลเกี่ยวกับเยาวชนที่ตอบแบบสอบถามนี้ จะไม่มีการนำไปเปิดเผย ตลอดจนไม่มีการนำข้อมูลดังกล่าวไปใช้ในประโยชน์อื่นใดนอกจากการศึกษาวิจัยครั้งนี้เท่านั้น

คำชี้แจงในการตอบแบบสอบถาม

1. แบบสอบถามมีทั้งสิ้น 58 ข้อ แต่ละข้อจะเป็นสถานการณ์ระหว่างตัวเยาวชนกับผู้อื่น แต่สถานการณ์จะแสดงถึงวิธีการปฏิบัติตัวของเยาวชนทั้งในอดีตและปัจจุบัน
2. วิธีตอบแบบสอบถาม ให้เยาวชนระลึกถึงเหตุการณ์ระหว่างตัวเยาวชนกับผู้อื่นย้อนหลังไปตั้งแต่สองสัปดาห์ที่ผ่านมาจนถึงปัจจุบัน ว่าเยาวชนปฏิบัติต่อผู้อื่นอย่างไร แล้วให้ทำเครื่องหมาย / ลงในช่องคำตอบท้ายข้อคำถามที่ตรงกับความเป็นจริงที่สุด ข้อละหนึ่งคำตอบและขอให้ตอบให้ครบทุกข้อ

วิธีที่เยาวชนปฏิบัติต่อผู้อื่น	ประจำ	บ่อยๆ	ค่อนข้างบ่อย	นานๆ ครั้ง	ไม่เคยเลย
- ถ้าเพื่อนมาแหย่ ฉันจะโกรธและชู้อาฆาตเขา					
- ฉันพูดถึงความไม่ดีของเพื่อน					

หลักเกณฑ์ในการตอบแบบสอบถาม เป็นดังนี้

- เลือก “ประจำ” เมื่อสถานการณ์นั้นเกิดขึ้นตรงกับความเป็นจริง 10 ครั้ง ขึ้นไป
- เลือก “บ่อยๆ” เมื่อสถานการณ์นั้นเกิดขึ้นตรงกับความเป็นจริง 7-9 ครั้ง
- เลือก “ค่อนข้างบ่อย” เมื่อสถานการณ์นั้นเกิดขึ้นตรงกับความเป็นจริง 4-6 ครั้ง
- เลือก “นานๆ ครั้ง” เมื่อสถานการณ์นั้นเกิดขึ้นตรงกับความเป็นจริง 1-3 ครั้ง
- เลือก “ไม่เคยเลย” เมื่อสถานการณ์นั้นไม่เคยเกิดขึ้นเลยในความเป็นจริง

วิธีที่เยาวชนปฏิบัติต่อผู้อื่น	ประจำ	บ่อยๆ	ค่อนข้างบ่อย	นานๆครั้ง	ไม่เคยเลย
1. เมื่อมีเรื่องขัดแย้งกับเพื่อนฉันจะโต้เถียงเพื่อเอาชนะ					
2. ถ้าครูหรือเจ้าหน้าที่สั่งให้ทำในสิ่งที่ฉันไม่พอใจ ฉันจะขัดขืนไม่ทำตาม					
3. เมื่อเพื่อนดักเตือนในเรื่องส่วนตัว ฉันจะไม่พอใจและพูดว่าไม่ต้องมายุ่งเรื่องส่วนตัวของฉัน					
4. ถ้าฉันไม่พอใจเพื่อนหรือผู้อื่น ฉันจะพูดประชดเพื่อให้เขารู้สึกตัว					
5. ฉันทำเสียงดังรบกวนในขณะที่ครูสอน					
6. เมื่อมีใครห้ามไม่ให้ฉันทำบางสิ่ง ในขณะที่ตัวเองยังทำฉันจะพูดย้อนว่าเขา					
7. ฉันพูดโกหก เมื่อฉันทำผิดและไม่อยากให้ผู้อื่นรู้					
8. ฉันพูดจาเยาะเย้ยผู้ที่เคยตำหนิในความผิดพลาดของฉัน เมื่อเขาทำผิดพลาดบ้าง					
9. ฉันล้อชื่อพ่อแม่หรือญาติของเพื่อน เพียงเพื่อความสนุก ทั้งที่รู้ว่าเพื่อนไม่ชอบ					
10. ฉันพูดจายั่วให้เพื่อนโกรธ เพราะรู้สึกสนุกดี					
11. ถ้าใครแกล้งฉัน และทำให้ฉันไม่พอใจ ฉันจะพูดไม่ดีกับเขา					
12. ถ้าสิ่งของของฉันถูกทำให้เสียหายโดยไม่รู้ตัวใครทำ ฉันจะสาปแช่งคนที่ทำ					
13. หากฉันรู้ว่าคนอื่นแอบนินทาฉัน ฉันจะพูดไม่ดีกับเขา					

วิธีที่เยาวชนปฏิบัติต่อผู้อื่น	ประจำ	บ่อยๆ	ค่อนข้างบ่อย	นานๆครั้ง	ไม่เคยเลย
14. เมื่อเพื่อนทำให้ฉันโกรธ ฉันจะพูดข่มขู่เพื่อน					
15. ฉันพูดคำหยาบหรือด่า เมื่อฉันรู้สึกไม่พอใจใคร					
16. ถ้าฉันถูกกล่าวหาว่าผิด โดยที่ไม่ได้ทำ ความผิด ฉันจะตอบโต้โดยการต่อว่าอีกฝ่าย					
17. ถ้าฉันไม่ชอบเพื่อนคนไหน ฉันจะพูดจาสบประมาทให้เขาเจ็บใจ					
18. ฉันตั้งฉายาให้เพื่อนที่มีปมด้อยใน เรื่องต่างๆ					
19. ถ้าใครทำให้ฉันอับอายหรือโกรธแค้น ฉันจะพูดจาให้เขาอับอายเป็นการโต้ตอบ					
20. ฉันจะโต้เถียง เมื่อถูกผู้ใหญ่ลงโทษใน สิ่งที่ฉันรู้สึกว่าตนเองไม่ได้กระทำผิด					
21. ฉันจะพูดวิจารณ์เพื่อนอย่าง ตรงไปตรงมา เมื่อเขาทำไม่ถูกต้อง					
22. ถ้าคนอื่นมาพูดไม่ดีกับฉัน ฉันจะพูด ไม่ดีกับเขากลับไปทันที					
23. ฉันด่าว่าผู้ที่กล่าวหาฉัน ทั้งต่อหน้า และลับหลัง					
24. ฉันจะพูดระบายด้วยคำหยาบคาย เมื่อเกิดความรู้สึกไม่พอใจ					
25. ฉันทำท่าทางล้อเลียนข้อบกพร่องของ เพื่อน เพื่อยั่วให้เขาโกรธ					
26. ฉันจะแสดงให้เห็นคนที่ฉันไม่พอใจรู้ว่าฉันไม่พอใจเขาโดยกระแทกของให้เกิดเสียงดังต่อ หน้าเขา					

วิธีที่เยาวชนปฏิบัติต่อผู้อื่น	ประจำ	บ่อยๆ	ค่อนข้างบ่อย	นานๆครั้ง	ไม่เคยเลย
27. ถ้าเพื่อนแกล้งขวางทางเดิน ฉันจะผลักให้พ้นทางเดิน					
28. ฉันจะขำของที่อยู่ในมือ ใส่คนที่มาทำร้ายฉันก่อน					
29. ถ้าฉันมีสิ่งของอยู่ใกล้มือ ฉันจะคว้ามาตีคนที่ทำให้ฉันโกรธ					
30. ฉันมีเรื่องทะเลาะเบาะแว้งกับผู้อื่น จนเกิดการชกต่อย หรือตบตีกัน					
31. ฉันแกล้งเพื่อน เช่น ชักขาให้ล้ม, ดึงผม, ทำให้รำคาญ เพราะสนุกดี					
32. เมื่ออยากดูของของเพื่อน ฉันถือโอกาสแย่งมาดูก่อน					
33. ถ้าใครทำสิ่งของของฉันเสียหาย ฉันจะทำให้ของของคนนั้นเสียหาย เป็นการตอบแทน					
34. ฉันแกล้งผู้ที่อ่อนแอกว่า แชนคว, แย่งที่นั่ง, เอาของไปซ่อน, ดึงผม, กีดขวางทางเดิน เป็นต้น					
35. ถ้าใครหัวเราะเมื่อฉันทำผิด ฉันจะไปพูดทำร้ายจิตใจหรือประชดเขา					
36. ถ้าใครตั้งใจทำให้ฉันได้รับความอับอาย ฉันจะต้องทำให้เขาบาดเจ็บหรืออับอายเช่นกัน					
37. ถ้าครูหรือเจ้าหน้าที่ห้ามโดยไม่มีเหตุผล ฉันจะยื่นกรานทำสิ่งในที่ถูกห้ามนั้น					

วิธีที่เยาวชนปฏิบัติต่อผู้อื่น	ประจำ	บ่อยๆ	ค่อนข้างบ่อย	นานๆครั้ง	ไม่เคยเลย
38. เมื่อฉันถูกลงโทษโดยไม่มีเหตุผล ฉันจะแสดงท่าที่ไม่พอใจ เช่น ทำลายสิ่งของ แสดงสีหน้าท่าทาง					
39. เมื่อเกิดความขัดแย้งกับผู้อื่นและถูกทำทนายให้ต่อสู้กัน ฉันจะไม่ปฏิเสธ					
40. เมื่อฉันไม่พอใจการกระทำของบางคน ฉันจะทำให้เขาพิสูจน์ว่าใครต่อสู้ได้ดีกว่ากัน					
41. ฉันจะขว้างปาสิ่งของใส่คนที่ทำให้ฉันโกรธมาก					
42. เมื่อฉันถูกดูต่ำ ฉันจะระบายความโกรธโดยทำให้สิ่งของส่วนรวมเสียหาย					
43. ฉันข่มขู่เพื่อนเพื่อขอของที่ฉันต้องการจากเขา					
44. ฉันสั่งให้รุ่นน้องนำของที่ฉันต้องการมาให้ฉัน					
45. เมื่อพบกับบางคนที่ไม่ชอบหน้ากัน ฉันจะแหย้ให้เขาไม่พอใจ					
46. ฉันแกล้งรุ่นน้องให้ทำในสิ่งที่น่าอับอาย					
47. ฉันเอาของเพื่อนไปซ่อนเพื่อให้เพื่อนอารมณ์เสีย					
48. ฉันเอาสิ่งที่เพื่อนเกลียดกลัวใส่ในกระเป๋า, โต๊ะหรือตู้ของเขาเพราะความสนุก					
49. ฉันเขียนคำหยาบคายบนโต๊ะหรือผนังเพื่อระบายความโกรธหรือคับแค้นใจ					

วิธีที่เยาวชนปฏิบัติต่อผู้อื่น	ประจำ	บ่อยๆ	ค่อนข้างบ่อย	นานๆ ครั้ง	ไม่เคยเลย
50. ฉันทำของส่วนรวมเสียหาย เมื่อรู้สึกโกรธแค้น					
51. ฉันเขียนว่าบางคนในสถานที่สาธารณะเช่น ห้องน้ำ เพราะจะได้ไม่มีใครรู้					
52. ฉันหยอกล้อหรือเล่นกับเพื่อนแล้วได้รับบาดเจ็บ ฉันควบคุมความโกรธไม่ได้ ต้องทำให้เขาบาดเจ็บ					
53. เมื่อฉันมีความคิดเห็นไม่ตรงกับผู้อื่น ฉันจะพูดประชดเขา					
54. เมื่อเพื่อนถูกทำร้าย ฉันจะเข้าไปร่วมต่อสู้เพื่อช่วยเหลือเพื่อน					
55. ถ้ามีการแข่งขันกีฬาหรือประชันความสามารถระหว่างห้อง ฉันจะพูดทำทนายฝ่ายตรงข้าม					
56. หากมีกรณีขัดแย้งกับผู้อื่น ฉันจะใช้กำลังตัดสิน					
57. เมื่อไม่ได้รับความยุติธรรม ฉันจะทำให้ของใช้เสียหาย เป็นการระบายอารมณ์					
58. เมื่อไม่พอใจผู้อื่น ฉันจะทำเสื้อผ้า, สมุดหรือสิ่งของของเขาเปื้อน					

ภาคผนวก ข

การพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน

- ใบรับรองการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน
- ข้อมูลสำหรับประชากรกลุ่มตัวอย่างหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย (Patient/Participants Information Sheet)
- แบบใบยินยอมของประชากรตัวอย่างหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย (Informed Consent Form)



บันทึกข้อความ



ส่วนงาน คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน วิทยาลัยวิทยาศาสตร์สาธารณสุข โทร.88147

ที่ จว/ 1๗๒/2551

วันที่ 10 เมษายน 2551

เรื่อง แจ้งผลพิจารณาจริยธรรมการวิจัย

เรียน คณบดีคณะจิตวิทยา

สิ่งที่ส่งมาด้วย 1. ใบรับรองผลการพิจารณา

ตามที่ นางสาวดิษชา มีเพชร นิสิตระดับมหาบัณฑิต คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ได้เสนอแก้ไขโครงการวิจัย เรื่อง ผลของกาฝึกการควบคุมตนเองต่อการลดพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชน กระทำผิดหญิงในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนหญิงบ้านปรานี (EFFECTS OF SELF-CONTROL TRAINING IN REDUCING FEMALE ADOLESCENT OFFENDERS' AGGRESSIVE BEHAVIORS IN BAN PRANEE JUVENILE VOCATIONAL TRAINING CENTRE) เพื่อให้คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน กลุ่มสหสถาบัน ชุดที่ 1 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย พิจารณาจริยธรรมการวิจัยความละเอียดแจ้งแล้วนั้น

การนี้ คณะกรรมการฯ ได้พิจารณาแล้ว เมื่อวันที่พฤหัสบดี ที่ 28 กุมภาพันธ์ 2551 มีมติให้ผ่านการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยได้

จึงเรียนมาเพื่อ โปรดทราบ

เรียน เลขานุการคณะ

จึงเรียนมาเพื่อ โปรด

ทราบ

พิจารณา

ดำเนินการ

อนุมัติ

ลงชื่อ..... ๐1๗๓

ดร.ทวี วัฒนเวทโกศล

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นันทรี ชัยชนะวงศาโรจน์)

กรรมการและเลขานุการ

คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน

กลุ่มสหสถาบัน ชุดที่ 1 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

โปรดแจ้ง ผอ. นลิ่งบุตร
จัดทำแฟ้มเอกสาร

ทพพนม

22 เม 51

เรียน ผอ.คณะบดีฝ่ายวิชาการ
ผ่าน น.นงงานบริการทางสถิติ.
เพื่อโปรดทราบ

นลิ่ง
21 เม 51



คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน กลุ่มสหสถาบัน ชุดที่ 1 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
 วิทยาลัยวิทยาศาสตร์สาธารณสุข จุฬาฯ อาคารสถาบัน 2 ชั้น 4 ซอยจุฬาลงกรณ์ 62 ถนนพญาไท
 เขตปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330 โทรศัพท์: 0-2218-8147 โทรสาร: 0-2253-2395 E-mail: irbcu@yahoo.com

COA No. 023/2551

เอกสารรับรองโครงการวิจัย

โครงการวิจัย : ผลของกาฬีการควบคุมตนเองต่อการลดพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชน
 กระทำผิดหญิงในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนหญิงบ้านปรานี

ผู้วิจัยหลัก : นางสาวศิษยา มีเพียร นิสิตระดับมหาบัณฑิต

หน่วยงาน : คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน กลุ่มสหสถาบัน ชุดที่ 1 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
 อนุมัติในแจ้งจริยธรรมให้ดำเนินการศึกษาวิจัยเรื่องดังกล่าวได้

ลงนาม.....
 (ศาสตราจารย์ นายแพทย์ปริดา ทักตนประสิทธิ์)
 ประธาน

ลงนาม.....
 (ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นันทรี ชัยชนะวงศาโรจน์)
 กรรมการและเลขานุการ

วันที่รับรอง : 8 กุมภาพันธ์ 2551

วันหมดอายุ 7 กุมภาพันธ์ 2552

เงื่อนไข

1. หากใบรับรองหมดอายุ การดำเนินการวิจัยต้องยุติ เมื่อต้องการต่ออายุต้องขออนุมัติใหม่ล่วงหน้าไม่ต่ำกว่า 1 เดือน เงื่อนไข
2. ต้องดำเนินการวิจัยตามที่ระบุไว้ในโครงการวิจัยอย่างเคร่งครัด
3. ใช้เอกสารข้อมูลสำหรับอาสาสมัคร/ประชากรตัวอย่าง, ใบยินยอม, และเอกสารเชิญเข้าร่วมวิจัย (ถ้ามี) เฉพาะที่ประทับตรา
 ของคณะกรรมการฯ เท่านั้น แล้วส่งสำเนาใบแรกที่ใช้ เอกสารดังกล่าวมาที่คณะกรรมการฯ
4. หากเกิดเหตุการณ์ไม่พึงประสงค์ร้ายแรง ต้องรายงานคณะกรรมการฯ ภายใน 5 วันทำการ
5. หากมีการเปลี่ยนแปลงการดำเนินการวิจัย ให้ส่งคณะกรรมการฯ พิจารณารับรองก่อนดำเนินการ
6. โครงการวิจัยไม่เกิน 1 ปี ส่งบทคัดย่อผลการวิจัยในรูปแบบ CD ภายใน 30 วัน เมื่อโครงการวิจัยเสร็จสิ้น
7. โครงการวิจัยเกิน 1 ปี ส่งรายงานความก้าวหน้าการวิจัยทุกปี เมื่อโครงการวิจัยเสร็จสิ้นแล้ว ส่งบทคัดย่อผลการวิจัยในรูปแบบ
 CD ภายใน 60 วัน

ข้อมูลสำหรับประชากรตัวอย่างหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย

(Patient/ Participant Information Sheet)

ชื่อโครงการวิจัย... ผลของการฝึกการควบคุมตนเองต่อการลดพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชนกระทำ

ผิดหญิงในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนหญิงบ้านปรานี

ชื่อผู้วิจัย... นางสาวดิษยา มีเพียร... ตำแหน่ง... นิติบรรณานุกรมมหาวิทยาลัย

สถานที่ติดต่อผู้วิจัย (ที่ทำงาน)... คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย กรุงเทพฯ

(ที่บ้าน) 14/20 หมู่ 4 ซ.เสมอดามาพงศ์ ถ.ลาดพร้าว แขวงลาดพร้าว เขตลาดพร้าว

กรุงเทพฯ

โทรศัพท์ (ที่ทำงาน) ... 0-2218-9923... โทรศัพท์ที่บ้าน ... 0-2542-3773-4

โทรศัพท์มือถือ ... 08-1810-0510... E-mail : nanami_24@hotmail.com,

honeydizzie@yahoo.com

ข้อมูลการศึกษาวิจัย

(1) โครงการวิจัยนี้เป็นการศึกษาการฝึกการควบคุมตนเอง ซึ่งเป็นรูปแบบหนึ่งของการปรับพฤติกรรม เพื่อศึกษาว่าวิธีการฝึกการควบคุมตนเองจะสามารถลดพฤติกรรมก้าวร้าวของเด็กและเยาวชนหญิง ที่กระทำผิดและต้องคำพิพากษาให้ฝึกอบรมในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนได้หรือไม่ ทั้งยังเป็นการช่วยให้เยาวชนตระหนักในพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมของตนเอง และสามารถแก้ไขปัญหาพฤติกรรมของตนเองในระยะยาวได้ต่อไป

(2) โครงการวิจัยนี้ได้รับอนุญาตจากอธิบดีกรมพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนให้สามารถดำเนินการวิจัยกับเยาวชนภายในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนหญิงบ้านปรานี

(3) กลุ่มตัวอย่างในการศึกษาครั้งนี้เป็นเยาวชนหญิงที่กระทำผิดและต้องคำพิพากษาให้เข้ารับการฝึกอบรมในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนบ้านปรานีที่สมัครใจเข้าร่วม

โครงการวิจัย นาน 9 สัปดาห์ ซึ่งแบ่งออก เป็น 3 ระยะ ได้แก่

(3.1) ระยะเริ่มต้น กลุ่มตัวอย่างจะทำแบบสอบถามการปฏิบัติตัวของเยาวชนต่อผู้อื่น ซึ่งประกอบด้วยข้อคำถามให้เลือกตอบจำนวน 58 ข้อ ใช้เวลาตอบประมาณ 25 นาที และผู้วิจัยจะสังเกตการณ์ตัวอย่างในช่วงพักกลางวันทุกวัน วันละ 1/2 ชั่วโมง เป็นเวลา 2 สัปดาห์

(3.2) ระยะทดลอง กลุ่มตัวอย่างจะเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มเพื่อฝึกฝนการควบคุมตนเองกับผู้วิจัย สัปดาห์ละ 2 คาบ คาบละ 60 – 90 นาที นาน 5 สัปดาห์ ระหว่างนี้ผู้วิจัยจะยังคงสังเกตการณ์กลุ่มตัวอย่างในช่วงพักกลางวันทุกวัน วันละ 1/2 ชั่วโมง และกลุ่มตัวอย่างจะได้รับ

มอบหมายให้สังเกตและบันทึกพฤติกรรมของตนเองทุกวัน วันละ 1 หน้า ตลอด 5 สัปดาห์ ในสมุดบันทึกที่ผู้วิจัยจัดเตรียมให้ โดยกิจกรรมในแต่ละสัปดาห์ เป็นดังนี้

สัปดาห์ที่ 1

กิจกรรมแนะนำกลุ่ม อธิบายลักษณะโปรแกรมการฝึกการควบคุมตนเอง กำหนดข้อตกลงกติกาในการดำเนินกลุ่มร่วมกัน อธิบายความหมายและลักษณะของการควบคุมตนเอง ตลอดจนคุณลักษณะการเกิดพฤติกรรมของบุคคลในลักษณะเหตุและผล สามารถวิเคราะห์พฤติกรรมของตนเอง

ทบทวนกิจกรรมในคาบที่ผ่านมา ประเมินการวิเคราะห์พฤติกรรมตนเอง อธิบายความสำคัญและลักษณะของการสังเกตและบันทึกพฤติกรรมตนเอง ตลอดจนการเสริมแรงตนเอง และกำหนดตัวเสริมแรงที่มีประสิทธิภาพของตนเองได้ มอบหมายการบ้านการสังเกตและบันทึกพฤติกรรมของตนเอง

สัปดาห์ที่ 2

ประเมินความเข้าใจและความสามารถในการบันทึกพฤติกรรมตนเอง อธิบายความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ การตีความและการแสดงพฤติกรรมในทางที่เหมาะสมและไม่เหมาะสม ตลอดจนเรียนรู้เทคนิคในการกำกับตนเอง (Self regulation) เพื่อนำไปใช้ในการควบคุมตนเองอย่างมีประสิทธิภาพ

ประเมินความเข้าใจ ความสามารถและความคืบหน้าในการบันทึกพฤติกรรมตนเองของเยาวชน ตลอดจนฝึกฝนเทคนิคการกล้าแสดงออกอย่างเหมาะสม (Assertion) ด้วยการวิเคราะห์เหตุการณ์และแสดงบทบาทสมมติ เพื่อเปลี่ยนการตอบสนองด้วยพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม ให้เป็นพฤติกรรมที่เหมาะสมยิ่งขึ้น

สัปดาห์ที่ 3

ฝึกฝนกระบวนการการคิดไปข้างหน้า (Thinking Ahead Procedure) โดยให้เยาวชนวิเคราะห์พฤติกรรมในอดีตของตนเองและอภิปรายผลของการคิดไปข้างหน้าร่วมกัน ตลอดจนอธิบายประโยชน์ในการนำเทคนิคดังกล่าวไปใช้ในการเปลี่ยนการตอบสนองด้วยพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม ให้เป็นพฤติกรรมที่เหมาะสมยิ่งขึ้น

ฝึกฝนเทคนิคการผ่อนคลายกล้ามเนื้อเพื่อลดความโกรธ ด้วยวิธีทัศนคติการผ่อนคลายตนเองของกรมสุขภาพจิต เพื่อนำไปใช้ประโยชน์ในชีวิตประจำวัน

สัปดาห์ที่ 4

อธิบายแนวคิด ความหมายและลักษณะของทักษะในการแก้ปัญหาอย่างมีเหตุผล รู้จักพิจารณาว่า เมื่อเผชิญปัญหาหนึ่ง ๆ จะมีแนวทางในการแก้ปัญหาอย่างไรบ้าง และแนวทางแก้ไข

แต่ละทางมีข้อดี ข้อเสีย อย่างไร และสุดท้ายจะเลือกใช้แนวทางใดในการแก้ปัญหา โดยพิจารณาจากข้อดีข้อเสียที่ได้วิเคราะห์ไว้ ตลอดจนประโยชน์ในการนำทักษะการแก้ปัญหาอย่างมีเหตุผลในการแก้ปัญหาอย่างเหมาะสม ซึ่งช่วยลดวิธีการแก้ปัญหาด้วยความรุนแรง

อธิบายแนวคิด ความหมายและลักษณะของการประเมินตนเอง ว่าเป็นการประเมินว่าตนเองจัดการกับสถานการณ์ที่ทำให้เกิดความโกรธหรือความคับข้องใจได้อย่างไร และเชื่อมโยงให้เห็นว่าการประเมินตนเองมีผลต่อการแสดงพฤติกรรมในอนาคตของตนเองอย่างไร มอบหมายการบ้านเยาวชนในการประเมินตนเองในช่วงระยะเวลาการฝึก 4 สัปดาห์ที่ผ่านมา
สัปดาห์ที่ 5

ประเมินความเข้าใจ ความสามารถและความคืบหน้าในการบันทึกพฤติกรรมตนเองของเยาวชน ตลอดจนบททวนสิ่งที่เยาวชนได้เรียนรู้และปฏิบัติตั้งแต่คาบที่ 1 – 5 ให้เยาวชนแสดงบทบาทสมมติ โดยยกตัวอย่างสถานการณ์ให้และมีการให้สมาชิกในกลุ่ม Feedback

ประเมินความเข้าใจ ความสามารถและความคืบหน้าในการบันทึกพฤติกรรมตนเองของเยาวชน ตลอดจนบททวนสิ่งที่เยาวชนได้เรียนรู้และปฏิบัติตั้งแต่คาบที่ 6 – 8 และการนำสิ่งที่ได้เรียนรู้ไปใช้ประโยชน์ในชีวิตจริง จากนั้นทำแบบสอบถามการปฏิบัติตัวของเยาวชนต่อผู้อื่น เป็นข้อคำถามให้เลือกตอบจำนวน 58 ข้อ ใช้เวลาในการตอบประมาณ 25 นาที

(3.3) ระยะเวลาติดตามผล ผู้วิจัยจะยังคงสังเกตการณ์กลุ่มตัวอย่างในช่วงพักกลางวัน ทุกวัน วันละ 1/2 ชั่วโมง เป็นเวลา 2 สัปดาห์และกลุ่มตัวอย่างจะทำแบบสอบถามการปฏิบัติตัวของเยาวชนต่อผู้อื่นอีกครั้งภายหลังสิ้นสุดกิจกรรมกลุ่มครบ 2 สัปดาห์ ซึ่งแบบสอบถามประกอบด้วยข้อคำถามให้เลือกตอบจำนวน 58 ข้อ ใช้เวลาตอบประมาณ 25 นาที

(4) โครงการวิจัยนี้ไม่มีความเสี่ยงแต่ประการใด เพียงแต่กลุ่มตัวอย่างอาจมีความไม่สะดวกในการสังเกตและบันทึกพฤติกรรมของตนเองอย่างต่อเนื่องเป็นเวลา 9 สัปดาห์

(5) ระหว่างการดำเนินการวิจัย หากกลุ่มตัวอย่างเกิดความรู้สึกขัดข้อง ไม่สะดวกใจ หรือมีข้อสงสัยเกี่ยวกับกระบวนการวิจัย สามารถติดต่อ สอบถามหรือปรึกษาผู้วิจัยได้ตลอดเวลา ตลอดจนสามารถถอนตัวการร่วมกิจกรรมได้ทันที โดยไม่มีการลงโทษหรือสูญเสียผลประโยชน์ที่พึงได้รับแต่ประการใด

(6) โครงการวิจัยนี้ไม่มีค่าตอบแทนแก่เยาวชนซึ่งเป็นกลุ่มตัวอย่างในครั้งนี้

(7) ข้อมูลจากการร่วมกิจกรรมกลุ่มและจากการตอบแบบสอบถาม จะเก็บรักษาเป็นความลับ โดยไม่มีการระบุชื่อผู้ตอบแบบสอบถามและไม่มี การนำไปใช้เพื่อการอื่นใด นอกเหนือจากงานวิจัยนี้ การนำเสนอผลการวิจัยจะเสนอในภาพรวมของกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด

(8) จำนวนกลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ ประมาณ 14 คน

ใบยินยอมของประชากรตัวอย่างหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย

(Informed Consent Form)

ชื่อโครงการ...ผลของการฝึกการควบคุมตนเองต่อการลดพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชนกระทำผิด
หญิงในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนหญิงบ้านปรานี

เลขที่ ประชากรตัวอย่างหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย

ข้าพเจ้าได้รับทราบจากผู้วิจัย ชื่อ นางสาวดิษยา มีเพียร ที่อยู่ 14/20 หมู่ 4 ซ.เสมอ
ดามาพงศ์ ถ.ลาดพร้าว แขวงลาดพร้าว เขตลาดพร้าว กรุงเทพฯ 10230 ซึ่งได้ลงนามด้านท้าย
ของหนังสือนี้ ถึงวัตถุประสงค์ ลักษณะ และขั้นตอนการศึกษาวิจัยเรื่อง...ผลของการฝึกการ
ควบคุมตนเองต่อการลดพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชนกระทำผิดหญิงในศูนย์ฝึกและอบรมเด็ก
และเยาวชนหญิงบ้านปรานี

ข้าพเจ้าเข้าร่วมการศึกษาวิจัยครั้งนี้โดย**สมัครใจ** เพื่อเป็นประโยชน์ต่อการศึกษาและมี
สิทธิที่จะปฏิเสธจากการเข้าร่วมการวิจัยได้ตามต้องการ โดยไม่จำเป็นต้องแจ้งเหตุผล ซึ่งจะไม่มี
โทษหรือการสูญเสียผลประโยชน์ใด ๆ ที่จะได้รับ

ข้าพเจ้าได้รับการรับรองจากผู้วิจัยว่าข้อมูลของข้าพเจ้าจะถูก**เก็บรักษาเป็นความลับ**

ข้าพเจ้ายินดีเข้าร่วมการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ภายใต้เงื่อนไขที่ระบุไว้แล้วข้างต้น

สถานที่ / วันที่

ผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย

สถานที่ / วันที่

ผู้ปกครองเยาวชนในศูนย์ฝึกฯ

สถานที่ / วันที่

(นางสาวดิษยา มีเพียร)
ผู้วิจัยหลัก

สถานที่ / วันที่

()
พยาน

ภาคผนวก ค

- หนังสือขออนุญาตเก็บข้อมูลในสถานแรกรับเด็กและเยาวชนหญิงบ้านปรานีและศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนหญิงบ้านปรานี
- หนังสือขออนุญาตจากอธิบดีกรมพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน กระทรวงยุติธรรมให้เก็บข้อมูลในหน่วยงานราชการ



กรมพินิจฯ
เลขที่ 1161
วันที่ 16 มิ.ย. 2550
เวลา 09.40

ที่ ศธ. 0512.7 / 683

สำนักพัฒนาระบบงานยุติธรรมเด็กและเยาวชน
เลขที่ 354
วันที่ 16 มิ.ย. 2550
เวลา

คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
อาคารวิทยกิตติ์ ชั้น 16 ถ. พญาไท
วังใหม่ ปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330
สำนักพัฒนาระบบงานยุติธรรมฯ

5 มิถุนายน 2550

เรื่อง ขออนุญาตให้นิสิตเก็บข้อมูลจากหน่วยงานของท่าน

เรียน อธิบดีกรมพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน

ด้วย นางสาวติชยา มีเพียร นิสิตสาขาวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อยู่ระหว่างการดำเนินการทำวิทยานิพนธ์เรื่อง "ผลของการควบคุมตนเองต่อการลดพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชนกระทำผิดหญิงในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนหญิงบ้านปรานี" โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาถึงผลการฝึกการควบคุมตนเองต่อการลดพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชนกระทำผิดหญิง โดยมี รองศาสตราจารย์ ดร.สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ซึ่งในการทํางานวิจัยในเรื่องดังกล่าว มีความจำเป็นต้องเก็บข้อมูลจากเยาวชนหญิงในบ้านปรานี ในการนี้ จึงใคร่ขอความอนุเคราะห์จากท่าน ในการเก็บข้อมูลจากเยาวชนหญิงในสถานแรกรับเด็กและเยาวชนหญิงบ้านปรานี และ ศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนหญิงบ้านปรานี ระหว่างเดือนมิถุนายน - สิงหาคม 2550

จึงเรียนมาเพื่อโปรดอนุเคราะห์ให้นิสิตจากคณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เก็บข้อมูลวิจัยในหน่วยงานของท่านด้วย จักเป็นพระคุณยิ่ง โดยระหว่างนี้ ท่านสามารถติดต่อ นิสิตเพื่อสอบถามรายละเอียดเกี่ยวกับงานวิจัยได้ที่ 081-810-0510 หรือ 089-206-2660 ในวันและเวลาที่ท่านสะดวก

- ส่ง ฝ่ายบริหารงานทั่วไป
 กลุ่มงานประสานฯ
 ส่วนพัฒนาระบบงานจิตวิทยา
 ส่วนแผนงานงบประมาณฯ
 กลุ่มงานข้อมูลและสารสนเทศ

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ ดร.สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต)
คณบดี คณะจิตวิทยา

(นางสาวอรศรี ศรีวินา)
พนักงานคุมประพฤติ 84

สาขาวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ หัวหน้ากลุ่มงานประสานกิจการเด็กและเยาวชน
โทรศัพท์ 02-218-9929
โทรสาร 02-218-9923

ข้าราชการแทนผู้อำนวยการสำนักพัฒนาระบบงานยุติธรรมเด็กและเยาวชน
14 มิ.ย. 2550



บันทึกข้อความ

กลุ่มงานช่วยอำนวยความสะดวกและประสานงาน
เลขที่ ๕/๕๖/๕๐
วันที่ 15 มิ.ย. 2550 15/10

ส่วนราชการ สำนักพัฒนาระบบงานยุติธรรมเด็กและเยาวชน กลุ่มพัฒนาระบบงานจิตวิทยา โทร. 0 2502 8018
ที่ ขบ 0602/ 726 วันที่ 15 มิถุนายน 2550

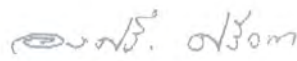
เรื่อง นิติศขอนุญาตดำเนินการศึกษาวิจัยในเด็กและเยาวชนหญิง

เรียน อธิบดีกรมพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน

ด้วยจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย คณะจิตวิทยา มีความประสงค์ขออนุญาตให้นางสาวศิษยา มีเพียร นิสิตสาขาวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ ซึ่งกำลังทำการศึกษาวิจัยเรื่อง "ผลของการควบคุมตนเองต่อการลดพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชนกระทำผิดหญิงในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนหญิงบ้านปรานี" เข้าไปเก็บข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามเพื่อทดสอบเครื่องมือกับเด็กและเยาวชนหญิงที่กระทำความผิดและถูกควบคุมตัวในสถานแรกรับเด็กและเยาวชนหญิงบ้านปรานีทุกคน และศึกษาวิจัยในกลุ่มตัวอย่างจริง ได้แก่ เด็กและเยาวชนหญิงในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนหญิงบ้านปรานี จำนวน 60 คน โดยเก็บข้อมูลจากแบบสอบถาม และจัดกิจกรรมตามโปรแกรมฝึกการควบคุมตนเองสำหรับกลุ่มทดลอง ในช่วงเดือนมิถุนายน ถึงเดือนสิงหาคม 2550 ซึ่งนิติศขดังกล่าวเป็นข้าราชการในสังกัดศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนหญิงบ้านปรานี จะเข้าไปดำเนินการด้วยตนเอง และได้แนบบแบบสอบถาม และโปรแกรมกิจกรรมที่ใช้ดำเนินการมาพร้อมด้วยเพื่อประกอบการพิจารณาขออนุญาต ปรากฏตามรายละเอียดที่แนบ

สำนักพัฒนาระบบงานยุติธรรมเด็กและเยาวชน ได้พิจารณาแบบสอบถามและโปรแกรมกิจกรรมที่จะดำเนินการครั้งนี้แล้ว มีความเหมาะสมสามารถนำไปใช้เก็บข้อมูลได้ และได้ให้คำแนะนำเพิ่มเติมเพื่อให้นิติศขถือปฏิบัติ จึงเห็นควรให้นิติศขเข้าไปเก็บข้อมูลเยาวชนได้ตามวันและสถานที่ดังกล่าว หากเห็นชอบตามเสนอ ขอได้มอบหมายให้กลุ่มงานช่วยอำนวยความสะดวกและประสานงาน สำนักงานเลขาธิการกรมแจ้งให้นิติศข สถานแรกรับเด็กและเยาวชนหญิงบ้านปรานี สถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนกรุงเทพมหานคร และศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนหญิงบ้านปรานี ทราบ เพื่อดำเนินการต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อ โปรดพิจารณา


(นางสาวอรศรี ศรีวนา)

พนักงานคุมประพฤติ ๘๖ รักษาราชการแทน

ผู้อำนวยการสำนักพัฒนาระบบงานยุติธรรมเด็กและเยาวชน

อนุญาต

ส่ง กลุ่มงานช่วยอำนวยความสะดวก


(นายรัชชัย ไทยเซีย)

รองอธิบดี ปฏิบัติราชการแทน

อธิบดีกรมพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน

18 มิ.ย. 2550

ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์

นางสาวดิษยา มีเพียร เกิดวันที่ 24 กรกฎาคม พ.ศ.2525 ที่กรุงเทพมหานคร สำเร็จการศึกษาศิลปศาสตรบัณฑิต (จิตวิทยา) คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ในปีการศึกษา 2547 และเข้าศึกษาต่อในหลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยา พัฒนาการ คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยเมื่อปี พ.ศ.2548 ปัจจุบันรับราชการเป็น นักจิตวิทยา 4 สังกัดกรมพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน กระทรวงยุติธรรม