

บทที่ 2

วิธีดำเนินการวิจัย

การออกแบบการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ใช้ระเบียบการวิจัยเชิงทดลอง(Experimental Research) โดยใช้รูปแบบการทดลองแบบทดสอบก่อนและหลังการทดลองโดยมีกลุ่มควบคุม(Randomized pretest-posttest control group design) เพื่อศึกษาเปรียบเทียบผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรมต่อความโกรธของนักเรียนวัยรุ่นระหว่างกลุ่มที่เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรมกับกลุ่มที่ไม่ได้เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นนักเรียนวัยรุ่นที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย ปีการศึกษา 2542 ภาคการเรียนที่ 2 โรงเรียนศรีปฐมพิทยาคาร จังหวัดอุบลราชธานี จำนวน 16 คน โดยแบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 8 คนและกลุ่มควบคุม 8 คนโดยวิธีสุ่มตัวอย่างแบบง่าย(simple random sampling)

การคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง

1. คัดเลือกผู้ที่เป็นนักเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ปีการศึกษา 2542 ภาคการเรียนที่ 2 ที่เคยมีประวัติเกี่ยวกับปัญหาทางพฤติกรรม เช่น ทะเลาะกับบุคคลอื่นจนถึงขั้นชกต่อยหรือทำร้ายกัน ทำความเสียหายแก่ทรัพย์สิน ทำร้ายบุคคลอื่น หรือแสดงความก้าวร้าวต่ออาจารย์ เป็นต้น โดยใช้ข้อมูลทะเบียนประวัติจากฝ่ายปกครองของโรงเรียนย้อนหลัง 1 ปี และเป็นนักเรียนที่อาจารย์แนะแนว อาจารย์ประจำชั้นหรืออาจารย์ผู้สอนพิจารณาว่าเป็นเด็กที่มักแสดงความโกรธออกมาภายนอกอย่างชัดเจนเสมอ ได้นักเรียนทั้งหมดจำนวน 39 คน เป็นนักเรียนชาย 30 คน นักเรียนหญิง 9 คน

2. คัดเลือกนักเรียนจากข้อ 1 ที่มีคะแนนจากแบบสำรวจความโกรธและการแสดงความโกรธสูงกว่าเปอร์เซ็นต์ที่ 75 ในมาตรย่อยความโกรธแบบลักษณะและในมาตรย่อยการแสดงความโกรธออกมาภายนอกคือในเพศชายมีคะแนนสูงกว่า 31 คะแนนและ 16 คะแนน ตามลำดับ ส่วนในเพศหญิงมีคะแนนสูงกว่า 33 คะแนนและ 17 คะแนน ตามลำดับ และมีคะแนนต่ำกว่า

เปอร์เซ็นต์ที่ 25 ในมาตรการควบคุมความโกรธคือในเพศชายมีคะแนนต่ำกว่า 17 คะแนน และในเพศหญิงมีคะแนนต่ำกว่า 16 คะแนน ได้นักเรียนที่ผ่านเกณฑ์ทั้งหมด 21 คน เป็นนักเรียนชาย 14 คน นักเรียนหญิง 7 คน

3. สัมภาษณ์นักเรียนจำนวน 21 คน ที่ผ่านเกณฑ์ในข้อ 2 เพื่อประเมินให้ชัดเจนว่า เป็นนักเรียนที่ตระหนักและยอมรับว่าตนเองมีความโกรธที่รุนแรง บ่อยครั้ง และมักจะแสดงความโกรธออกมาในทางที่ไม่เหมาะสมเช่น ทะเลาะกับบุคคลอื่นจนถึงขั้นชกต่อยหรือทำร้ายกัน ทำความเสียหายแก่ทรัพย์สิน ทำร้ายบุคคลอื่น หรือแสดงความก้าวร้าวต่ออาจารย์ เป็นต้น

4. คัดเลือกนักเรียนที่สมัครใจที่จะเข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม เพื่อลดความโกรธของตนเองและมีการแสดงความโกรธในทางที่เหมาะสม มีนักเรียนที่สมัครใจเข้าร่วมกลุ่มทั้งหมดจำนวน 21 คน

5. เมื่อได้นักเรียนจากการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างจากเกณฑ์ที่กำหนดแล้ว ผู้วิจัยทำการสุ่มเลือกนักเรียนจำนวน 16 คน โดยแบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 2 กลุ่ม กลุ่มทดลองจำนวน 8 คนและกลุ่มควบคุมจำนวน 8 คน โดยวิธีสุ่มตัวอย่างแบบง่าย (simple random sampling) และทั้งในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม จะมีนักเรียนชาย 5 คน และนักเรียนหญิง 3 คน จากขั้นตอนนี้มีนักเรียนที่ไม่ได้รับการสุ่มจำนวน 5 คน โดยผู้วิจัยได้ตกลงนัดนักเรียนที่ไม่ได้รับการคัดเลือกจำนวน 5 คนนี้ และนักเรียนที่ได้รับการสุ่มเป็นกลุ่มควบคุมว่าจะจัดกิจกรรมเพื่อช่วยให้นักเรียนฝึกควบคุมความโกรธของตนหลังจากที่ผู้วิจัยได้ทดลองกับกลุ่มทดลองเสร็จสิ้นแล้ว

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ผู้วิจัยได้พัฒนาแบบวัดประสบการณ์ความโกรธและการแสดงความโกรธ ฉบับภาษาไทย จากแบบวัดความโกรธแบบสภาวะ-ลักษณะและการแสดงความโกรธ (The State Trait Anger Expression Inventory) ของ Spielberg (1996) และสร้างข้อคำถามเพิ่มเติมจากแบบสอบถามคำถามปลายเปิดซึ่งสำรวจความโกรธของวัยรุ่น ได้ข้อคำถามเพิ่มเติมรวมกับข้อคำถามเดิมเป็นจำนวน 52 ข้อ

1. ลักษณะของเครื่องมือ

แบบวัดนี้มีจุดมุ่งหมายที่จะวัดประสบการณ์ของความโกรธ (The Experience of Anger) และการแสดงความโกรธของบุคคล (The Expression of Anger)

ก.ประสบการณ์ของความโกรธ มีมโนทัศน์ที่สำคัญว่าประสบการณ์ความโกรธของบุคคล มีองค์ประกอบหลัก 2 องค์ประกอบ ได้แก่ ความโกรธแบบสภาวะและความโกรธแบบลักษณะ

1. ความโกรธแบบสภาวะ(State Anger) หมายถึงสภาวะทางอารมณ์ เป็นความรู้สึกที่มีระดับความเข้มข้นแตกต่างกัน จากความหงุดหงิดเพียงเล็กน้อยจนถึงโกรธอย่างรุนแรงและบ้าคลั่ง ความเข้มข้นของสภาวะอารมณ์จะแปรเปลี่ยนไปตามสภาพแวดล้อมที่เผชิญ เช่น จากการรับรู้ถึงความอยุติธรรมที่เกิดขึ้น การถูกสบประมาท การรับรู้ว่าคุณไม่ได้รับความยุติธรรม และความคับข้องใจที่เกิดจากการไม่สามารถบรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้

2. ความโกรธแบบลักษณะ(Trait Anger) หมายถึงคุณลักษณะประจำตัวบุคคลที่ทำให้บุคคลมีการรับรู้สภาวะความโกรธต่างกัน

ข.การแสดงความโกรธ มีองค์ประกอบหลัก 3 องค์ประกอบ ได้แก่ การเก็บความโกรธไว้ภายใน การแสดงความโกรธออกภายนอกและการควบคุมความโกรธ

1. การเก็บความโกรธไว้ภายใน(Anger in) หมายถึง เมื่อบุคคลเกิดความรู้สึกโกรธแล้วบุคคลเก็บความรู้สึกโกรธนั้นไว้ภายในหรือเก็บกดความรู้สึกโกรธไว้

2. การแสดงความโกรธออกภายนอก(Anger out) หมายถึง เมื่อบุคคลเกิดความรู้สึกโกรธแล้วบุคคลแสดงความโกรธออกภายนอกต่อบุคคลอื่นหรือสิ่งของในสภาพแวดล้อม

3. การควบคุมความโกรธ(Anger control) หมายถึง เมื่อบุคคลเกิดความรู้สึกโกรธแล้วบุคคลพยายามที่จะควบคุมการแสดง ความโกรธ

แบบวัดความโกรธและการแสดงความโกรธชุดนี้ มีข้อคำถามจำนวน 52 ข้อ ประกอบด้วยมาตรวัด 6 มาตร และในมาตรวัดความโกรธแบบลักษณะประกอบด้วยมาตรวัดย่อย 2 มาตร (ดูรายละเอียดในภาคผนวก ข. หน้า 112-115)ดังนี้

1. มาตรวัดความโกรธแบบสภาวะ(State-Anger หรือ S-Anger) มี 14 ข้อ (ข้อที่ 1-14) เป็นมาตรที่ใช้วัดความเข้มข้นของความรู้สึกโกรธที่เกิดขึ้นในช่วงเวลาใดเวลาหนึ่ง

2. มาตรวัดความโกรธแบบลักษณะ(Trait-Anger หรือ T-Anger) มี 14 ข้อ (ข้อที่ 15-28) เป็นมาตรที่ใช้วัดความแตกต่างระหว่างบุคคลในแนวโน้มการเกิดความรู้สึกโกรธ แบ่งเป็น 2 มาตรย่อยคือ

2.1 มาตรย่อยวัดนิสัยในการโกรธ(Angry Temperament หรือ T-Anger/T) มี 5 ข้อ (ข้อที่ 15, 16, 17, 27, 28) เป็นมาตรย่อยที่ใช้วัดนิสัยโดยทั่วไปของบุคคลในการเกิดประสบการณ์ความโกรธและการแสดงความโกรธ โดยไม่คำนึงถึงสิ่งกระตุ้นที่เฉพาะเจาะจง

2.2 มาตรย่อยวัดปฏิกิริยาความโกรธ(Anger Reaction หรือ T-Anger/R) มี 5 ข้อ (ข้อที่ 18, 21, 23, 24, 25, 26) เป็นมาตรย่อยที่ใช้วัดความแตกต่างระหว่างบุคคลในแนวโน้มที่จะแสดงความโกรธเมื่อถูกวิพากษ์วิจารณ์หรือไม่ได้รับความยุติธรรมจากบุคคลอื่น

3. มาตรการเก็บความโกรธไว้ภายใน(Anger-in หรือ AX/In) มี 8 ข้อ (ข้อที่ 32, 33, 37, 40, 43, 44, 48, 52) เป็นมาตรที่ใช้วัดความถี่ที่บุคคลเกิดความรู้สึกโกรธแล้วเก็บความรู้สึกโกรธไว้ภายในหรือเก็บกดความรู้สึกโกรธไว้

4. มาตรการแสดงความโกรธออกภายนอก(Anger-out หรือ AX/Out) มี 8 ข้อ (ข้อที่ 30, 34, 36, 39, 41, 46, 49, 51) เป็นมาตรที่ใช้วัดความถี่ที่บุคคลเกิดความรู้สึกโกรธแล้วแสดงความโกรธต่อบุคคลอื่นหรือสิ่งของในสภาพแวดล้อม

5. มาตรการควบคุมความโกรธ(Anger-control หรือ AX/Con) มี 8 ข้อ (ข้อที่ 29, 31, 35, 38, 42, 45, 47, 50) เป็นมาตรที่ใช้วัดความถี่ที่บุคคลเกิดความรู้สึกโกรธแล้วพยายามที่จะควบคุมการแสดง ความโกรธ

6. มาตรการแสดงความโกรธ(Anger Expression หรือ AX/EX) เป็นมาตรวัดที่รวมคะแนนจากมาตรการแสดงความโกรธออกภายนอก การเก็บความโกรธไว้ภายใน และการควบคุมความโกรธ ซึ่งเป็นดัชนีทั่ว ๆ ไปที่แสดงให้เห็นถึงความถี่ที่บุคคลแสดงความโกรธ ดัชนีการแสดงความโกรธ(X) ได้จากการคำนวณคะแนนจากมาตรการเก็บความโกรธไว้ภายใน(A) รวมกับคะแนนจากมาตรการแสดงความโกรธออกภายนอก(B) ลบด้วยคะแนนจากมาตรการควบคุมความโกรธ(C) บวก 16 (16 เป็นค่าคงที่ที่ใช้เพื่อป้องกันคะแนนการแสดงความโกรธที่เป็นลบ) เขียนเป็นสมการได้ดังนี้

$$X = A + B - C + 16$$

2. วิธีการตอบแบบวัด

แบบวัดนี้เป็นแบบวัดที่ให้ผู้ตอบประเมินตนเองเกี่ยวกับความเข้มของประสบการณ์ความโกรธและการแสดงความโกรธที่เกิดขึ้น เป็นมาตรแบบลิเคิต

ในมาตรวัดความโกรธแบบสภาวะ จะให้ผู้ตอบประเมินตนเองว่าในขณะที่ทำแบบวัดนี้ ผู้ตอบเกิดความรู้สึกตามข้อคำถามที่กำหนดให้ในระดับใด โดยมีคำตอบเป็น 4 ระดับ ตั้งแต่ 1-4 โดยมี ความหมายดังนี้

1	หมายถึง	ไม่มีเลย
2	หมายถึง	มีบ้าง
3	หมายถึง	มีปานกลาง
4	หมายถึง	มีมาก

ส่วนมาตรวัดความโกรธแบบลักษณะ และมาตรวัดการแสดงความโกรธซึ่งแบ่งเป็น 3 มาตรย่อยคือ มาตรวัดการเก็บความโกรธไว้ภายใน มาตรวัดการแสดงความโกรธออกภายนอก และมาตรวัดการควบคุมความโกรธ จะให้ผู้ตอบประเมินตนเองว่าโดยทั่วๆ ไปแล้วผู้ตอบเกิดลักษณะตามข้อคำถามที่กำหนดให้บ่อยครั้งเพียงใด โดยมีคำตอบเป็น 4 ระดับตั้งแต่ 1-4 โดยมีความหมายดังนี้

- | | | |
|---|---------|-------------------------|
| 1 | หมายถึง | เกือบไม่เคยเลย |
| 2 | หมายถึง | มีบางครั้ง |
| 3 | หมายถึง | เกิดบ่อยครั้ง |
| 4 | หมายถึง | เกือบเสมอๆหรือเป็นประจำ |

โดยทั่วไปแล้วเวลาที่ใช้ในการตอบแบบวัดนี้ให้เสร็จสมบูรณ์สำหรับบุคคลที่อยู่ในช่วงวัยรุ่นและผู้ใหญ่อยู่ในช่วงเวลา 10 - 12 นาที

3. การให้คะแนนและการแปลผล

แบบวัดนี้ใช้กับกลุ่มตัวอย่างที่มีอายุตั้งแต่ 13 ปี จนถึงวัยผู้ใหญ่ เมื่อได้คะแนนรวมในแต่ละมาตรวัดแล้วก็นำมาเทียบกับเกณฑ์ปกติ โดย Spielberg (1996) ได้ทำเกณฑ์ปกติแยกตามเพศในกลุ่มวัยรุ่น นิสิตนักศึกษา ผู้ใหญ่ และกลุ่มพิเศษเช่น กลุ่มผู้ป่วยที่ได้รับการผ่าตัด ผู้ป่วยอายุรกรรม นักโทษและทหารเกณฑ์

การแปลผลโดยทั่วไปจะพิจารณาเป็นอันดับเปอร์เซ็นต์ คะแนนที่อยู่ในระหว่างช่วงเปอร์เซ็นต์ที่ 25 ถึง 75 เป็นคะแนนที่อยู่ในช่วงปกติ ส่วนคะแนนที่สูงกว่าเปอร์เซ็นต์ที่ 75 หรือต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ที่ 25 อาจจะมีประสบการณ์ความโกรธและการแสดงความโกรธที่อยู่ในระดับที่อาจจะก่อให้เกิดความผิดปกติด้านสัมพันธภาพระหว่างบุคคล ด้านจิตใจและกายภาพ โดยการแปลผลจะต้องพิจารณาคะแนนในแต่ละมาตร(ดูรายละเอียดในภาคผนวก ง. หน้า 127-128)

ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือ

1. ศึกษาแนวคิดความโกรธและขออนุญาตพัฒนาแบบวัดจาก Spielberg

ผู้วิจัยได้ศึกษาแนวคิด ทฤษฎีความโกรธและแบบวัดความโกรธของ Spielberg และขออนุญาตจาก Spielberg เพื่อพัฒนาแบบวัดความโกรธและการแสดงความโกรธ ฉบับภาษาไทย(ดูรายละเอียดในภาคผนวก ข.) ผู้วิจัยได้รับอนุญาตให้พัฒนาในกรณีที่ยังไม่มีการพัฒนา

แบบวัดนี้ใช้ในประเทศไทย และประสานงานกับ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สมทรัพย์ สุขอนันต์ ภาควิชาจิตวิทยาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร ผู้เป็นคณะทำงาน ร่วมกับ Spielberg ในการพัฒนาแบบวัดความโกรธแบบสภาวะ-ลักษณะและการแสดงความโกรธเพื่อใช้ในประเทศไทย โดย รองศาสตราจารย์ สุภาพรณ โคตรจรัส อาจารย์ที่ปรึกษา ได้ติดต่อกับผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สมทรัพย์ สุขอนันต์ ซึ่งได้รับความร่วมมือเป็นอย่างดี และยินดีให้ผู้วิจัยได้พัฒนาแบบวัดความโกรธและการแสดงความโกรธเพื่อใช้ในการวิจัยครั้งนี้

2. ศึกษาแบบวัดความโกรธแบบสภาวะ-ลักษณะและการแสดงความโกรธของ

Spielberger

แบบวัดความโกรธแบบสภาวะ-ลักษณะและการแสดงความโกรธ ของ Spielberg (1996) มีจำนวนข้อทั้งหมด 44 ข้อ แบ่งเป็น 5 มาตรการ และ 2 มาตรการย่อย คือ มาตรการความโกรธแบบสภาวะ 10 ข้อ มาตรการความโกรธแบบลักษณะ 10 ข้อ ซึ่งแบ่งเป็นมาตรการย่อยวัดนิสัยในการโกรธ 4 ข้อ และมาตรการย่อยวัดปฏิกิริยาของความโกรธ 4 ข้อ มาตรการเก็บความโกรธไว้ภายใน 8 ข้อ มาตรการแสดงความโกรธออกภายนอก 8 ข้อ และมาตรการควบคุมความโกรธ 8 ข้อ (ดูรายละเอียดในภาคผนวก ข. หน้า 117-120)

Spielberger พัฒนาแบบวัดความโกรธแบบสภาวะ-ลักษณะ โดยเริ่มจากการพัฒนามาตรวัดความโกรธแบบสภาวะ และมาตรวัดความโกรธแบบลักษณะ จากนั้นจึงได้พัฒนาแบบวัดการแสดงความโกรธขึ้น และในปี ค.ศ. 1988 Spielberg ได้รวมมาตรวัดความโกรธแบบสภาวะ-ลักษณะและการแสดงความโกรธไว้ด้วยกัน โดยสรุปข้อมูลการพัฒนาแบบวัดของ Spielberg และคณะ ดังตารางต่อไปนี้ (รายละเอียดการพัฒนาแบบวัดดูในภาคผนวก จ. หน้า 131-145)

ผู้ศึกษา	กลุ่มตัวอย่าง	ข้อคำถาม	ความเที่ยง	ความตรง
Spielberger (1981)	นิสิตนักศึกษา 146 คน	มาตรวัด ความโกรธ แบบ ลักษณะ 15 ข้อ	ค่าสัมประสิทธิ์อัลฟา เท่ากับ .87 ทั้งในเพศ ชายและเพศหญิง	หาค่าสหสัมพันธ์กับ มาตรวัดความอยากรู้ อยากเห็นแบบลักษณะ และมาตรวัดความวิตก กังวลแบบลักษณะ และ เลือกข้อคำถามที่มีค่า สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ กับแบบวัดทั้งสองใน ระดับต่ำและมีค่าสห สัมพันธ์ระหว่างข้อคำ ถามรายข้อกับข้อ

ผู้ศึกษา	กลุ่มตัวอย่าง	ข้อความถาม	ความเที่ยง	ความตรง
				<p>คำถามที่เหลือสูง ได้ ข้อคำถาม 15 ข้อ จาก ข้อคำถาม 22 ข้อ มีค่า มัชยฐานค่าสัมประสิทธิ์ สหสัมพันธ์กับมาตรวัด ความวิตกกังวลแบบ ลักษณะเท่ากับ .33 และ .24 ในเพศชาย และหญิงตามลำดับ ค่ามัชยฐานสัมประสิทธิ์ สหสัมพันธ์กับมาตรวัด ความอยากรู้หรืออยากเห็น แบบลักษณะ เท่ากับ -.33 และ .00 ในเพศ ชายและหญิงตามลำดับ</p>
Spielberger (1981)	ทหารเรือ 270 คน	มาตรวัด ความโกรธ แบบสภาวะ 15 ข้อ	ค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาเท่า กับ .93 ทั้งในเพศชาย และเพศหญิง	หาค่าสหสัมพันธ์กับ มาตรวัดความอยากรู้ อยากเห็นแบบสภาวะ และมาตรวัดความวิตก กังวลแบบสภาวะและ เลือกข้อคำถามที่มีค่า สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ กับแบบวัดทั้งสองใน ระดับต่ำ ได้ข้อคำถาม 15 ข้อ จากข้อคำถาม 22 ข้อ มีค่ามัชยฐานค่า สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ กับมาตรวัดความวิตก กังวลแบบสภาวะเท่ากับ .49 และ .52 ในเพศ ชายและหญิงตามลำดับ ค่ามัชยฐานสัมประสิทธิ์

ผู้ศึกษา	กลุ่มตัวอย่าง	ข้อความ	ความเที่ยง	ความตรง
				สหสัมพันธ์กับมาตรวัดความอยากหรือยากเห็นแบบลักษณะ เท่ากับ $-.42$ และ $-.16$ ในเพศชายและหญิงตามลำดับ และมีค่าสหสัมพันธ์ระหว่างข้อความรายข้อกับข้อความที่เหลือสูงทั้งในเพศชายและเพศหญิง
Spielberger (1988)	ทหารเรือและนักศึกษา	ใช้มาตรวัดความโกรธแบบสภาวะ-ลักษณะ ฉบับ 30 ข้อ แบบละ 15 ข้อกับมาตรวัดความโกรธแบบสภาวะ-ลักษณะ ฉบับ 20 ข้อ แบบละ 10 ข้อ	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างมาตรวัดดังกล่าวแบบละ 15 ข้อและแบบละ 10 ข้อมีค่าสูงเท่ากับ $.95-.99$ Spielberg จึงตัดข้อความของแบบวัดความโกรธแบบสภาวะให้เหลือ 10 ข้อและแบบวัดความโกรธแบบลักษณะให้เหลือ 10 ข้อเพื่อความกระชับ	
Jacob, Latham and Brown (1988)	นักศึกษาระดับปริญญาตรีกลุ่มใหญ่	มาตรวัดความโกรธแบบสภาวะ-ลักษณะ 20 ข้อ	หาค่าสหสัมพันธ์ของการทดสอบซ้ำ 2 สัปดาห์ ได้ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ในมาตรวัดความโกรธแบบลักษณะเท่ากับ $.70$ และ $.77$ ในเพศชายและเพศหญิง	

ผู้ศึกษา	กลุ่มตัวอย่าง	ข้อคำถาม	ความเที่ยง	ความตรง
			ตามลำดับ ในมาตร ความโกรธแบบสภาวะ เท่ากับ .27 และ .21 ในเพศชายและเพศ หญิงตามลำดับ	
Spielberger (1988)	กลุ่มนักศึกษา มหาวิทยาลัย	มาตรวัด ความโกรธ แบบสภาวะ -ลักษณะ 20 ข้อ		ค่าสัมประสิทธิ์ สหสัมพันธ์กับแบบ สำรวจความไม่เป็นมิตร ของ Buss-Durkee (1957) อยู่ระหว่าง .66-.71 ค่าสัมประสิทธิ์ สหสัมพันธ์กับมาตร ย่อยความไม่เป็นมิตร ของ แบบสำรวจ บุคลิกภาพ MMPI อยู่ ในระหว่าง .43-.59 และค่าสัมประสิทธิ์ สหสัมพันธ์กับมาตร ย่อยความไม่เป็นมิตร อย่างเปิดเผย ของ แบบสำรวจ บุคลิกภาพ MMPI อยู่ ในระหว่าง .27-.32
Johnson (1984)	นักเรียนชั้น มัธยมศึกษา ตอนปลาย จำนวน 1,114 คน	มาตรวัดการ แสดงความ โกรธออก ภายนอก และเก็บ ความโกรธ ไว้ภายใน 33 ข้อ		หาค่าสัมประสิทธิ์ สหสัมพันธ์กับความดัน โลหิตได้ค่าระหว่าง .16-.47 ในมาตรวัด การเก็บความโกรธไว้ ภายใน และระหว่าง- .09 ถึง-.13 ในมาตรวัด การแสดงความโกรธ ออกภายนอก

ผู้ศึกษา	กลุ่มตัวอย่าง	ข้อคำถาม	ความเที่ยง	ความตรง
Spielberger และคณะ (1985)	กลุ่มตัวอย่างจำนวนมาก	มาตรวัดการเก็บความโกรธไว้ภายในและการแสดงความโกรธออกภายนอก 20 ข้อ	-ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์รายข้อกับข้อที่เหลือ เท่ากับ .37 ขึ้นไป -ค่าสัมประสิทธิ์อัลฟา อยู่ในช่วง .73-.84	วิเคราะห์องค์ประกอบ ได้ค่ากลางของน้ำหนักในมาตรวัดการเก็บความโกรธไว้ภายใน ในองค์ประกอบการเก็บความโกรธไว้ภายใน และองค์ประกอบการแสดงความโกรธออกภายนอกเป็น .665 และ -.045 ตามลำดับ และได้ค่ากลางของน้ำหนักในมาตรวัดการแสดงความโกรธ ในองค์ประกอบการเก็บความโกรธไว้ภายใน และองค์ประกอบการแสดงความโกรธออกภายนอกเป็น .01 และ -.59 ตามลำดับ
Jacob, Latham and Brown (1988)	นักศึกษาระดับปริญญาตรีกลุ่มใหญ่	มาตรวัดการแสดงความโกรธออกภายนอก/เก็บไว้ภายใน 16 ข้อ	ค่าสัมประสิทธิ์ของการทดสอบซ้ำ อยู่ระหว่าง .64-.86	

3. การพัฒนาแบบวัดประสบการณ์ความโกรธและการแสดงความโกรธกับกลุ่มนักเรียนวัยรุ่นไทย

ผู้วิจัยได้พัฒนาแบบวัดประสบการณ์ความโกรธและการแสดงความโกรธ ดังนี้

3.1 การตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา(Content Validity)

3.1.1 ผู้วิจัยนำแบบวัดความโกรธแบบสภาวะ-ลักษณะและการแสดงความโกรธ(The State Trait Anger Expression Inventory)ของ Spielberger และคณะ (1996) มาแปลเป็นภาษาไทย จำนวนทั้งหมด 44 ข้อ และได้ทำแบบสอบถามแบบปลายเปิดเพื่อสำรวจคำต่าง ๆ ที่นักเรียนใช้กล่าวถึงความรู้สึกโกรธของตนและพฤติกรรมการแสดงออกเมื่อมีความรู้สึกโกรธเกิดขึ้น จากนั้นผู้วิจัยได้สร้างข้อคำถามเพิ่มเติมอีก 26 ข้อ โดยเพิ่มเติมในส่วนของมาตรย่อยความโกรธแบบสภาวะและมาตรย่อยความโกรธแบบลักษณะมาตรละ 10 ข้อ และเพิ่มเติมในส่วนของมาตรย่อยการแสดงออกภายนอก การเก็บความโกรธไว้ภายในและการควบคุมความโกรธ มาตรละ 2 ข้อและจากนั้นได้นำข้อคำถามที่แปลจาก The State Trait Anger Expression Inventory ของ Spielberger (1996) และข้อคำถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น รวมทั้งหมด 70 ข้อ

3.1.2 นำแบบวัดประสบการณ์ความโกรธและการแสดงความโกรธจำนวน 70 ข้อไปให้ผู้เชี่ยวชาญจำนวน 5 ท่านพิจารณาความตรงตามคำจำกัดความโดยผู้วิจัยได้กำหนดรายละเอียดเกี่ยวกับวัตถุประสงค์ กลุ่มตัวอย่างและคำจำกัดความของความโกรธให้แก่ผู้เชี่ยวชาญเพื่อเป็นแนวทาง โดยผู้เชี่ยวชาญทั้ง 5 ท่าน เป็นอาจารย์ประจำคณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา 3 ท่าน คือ รองศาสตราจารย์สุภาพรณ โคตรจรัส ผู้ช่วยศาสตราจารย์เกษมศักดิ์ ภูมิศรีแก้ว และรองศาสตราจารย์ ดร.พรรณราย ทรัพย์ประภา เป็นอาจารย์ประจำคณะจิตวิทยาผู้เชี่ยวชาญด้านการทดสอบทางจิตวิทยา 1 ท่าน คือ รองศาสตราจารย์ ดร.ชุมพร ชงกิตติกุล และเป็นอาจารย์ประจำภาควิชาจิตวิทยาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร วิทยาเขตพระราชวังสนามจันทร์ 1 ท่าน คือ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. สมทรัพย์ สุขอนันต์

3.1.3 นำผลการตรวจสอบของผู้เชี่ยวชาญทั้ง 5 ท่าน มาคัดเลือกโดยถือเกณฑ์ตัดสิน 3 ใน 5 ท่านแล้วนำข้อคำถามซึ่งผ่านการพิจารณาตลอดจนข้อเสนอแนะต่าง ๆ มาพิจารณาเพื่อปรับปรุงแก้ไขตามความเหมาะสมและได้ข้อคำถามที่ผ่านการตรวจสอบ และแก้ไขแล้วจำนวน 70 ข้อคำถาม

3.2 การตรวจสอบสำนวนภาษา

นำข้อคำถามที่ผ่านการคัดเลือก ทั้ง 70 ข้อ ไปตรวจสอบสำนวนภาษากับเด็กวัยรุ่นซึ่งเป็นนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนเบ็ญจะมะมหาราช จังหวัดอุบลราชธานีเพื่อพิจารณาความชัดเจนและความสามารถในการเข้าใจข้อคำถามที่สร้างขึ้นกับกลุ่มตัวอย่างที่ต้องการศึกษา

3.3 การตรวจสอบความตรงตามสภาพ (Concurrent Validity)

ใช้เทคนิคกลุ่มที่ทราบแล้ว (Known Group Method) ในการตรวจสอบความตรงตามสภาพ ดังนี้

3.3.1 นำแบบวัดความโกรธและการแสดงความโกรธที่มีข้อคำถามข้อคำถาม 70 ข้อไปตรวจสอบความตรงตามสภาพโดยใช้เทคนิคกลุ่มที่ทราบแล้ว(Known group method) โดยนำแบบสำรวจไปทดลองใช้กับบุคคล 2 กลุ่มคือ

กลุ่มที่ 1 กลุ่มนักเรียนวัยรุ่นที่เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายที่มีประวัติในทะเลเบียนประวัติที่ฝ่ายปกครองว่ามีปัญหาการทะเลาะกับบุคคลอื่น การทำลายทรัพย์สิน หรือทำร้ายร่างกายบุคคลอื่น และมีอาจารย์ที่ปรึกษา อาจารย์แนะแนวหรืออาจารย์ผู้สอนยืนยันว่าเป็นนักเรียนที่มักจะแสดงความโกรธออกภายนอกอย่างชัดเจน จำนวน 55 คน เป็นชาย 30 คน และหญิง 25 คน

กลุ่มที่ 2 กลุ่มนักเรียนวัยรุ่นที่เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายที่ไม่มีประวัติในทะเลเบียนประวัติที่ฝ่ายปกครองว่ามีปัญหาการทะเลาะกับบุคคลอื่น การทำลายทรัพย์สิน หรือทำร้ายร่างกายบุคคลอื่น และมีอาจารย์ที่ปรึกษา อาจารย์แนะแนวหรืออาจารย์ผู้สอนยืนยันว่าเป็นนักเรียนที่ควบคุมอารมณ์ได้อย่างเหมาะสมหรือเป็นคนอารมณ์ดีไม่หงุดหงิดง่าย จำนวน 55 คน เป็นชาย 30 คน และหญิง 25 คน

3.3.2 นำข้อมูลที่ได้มาทำการวิเคราะห์ทางสถิติด้วยโปรแกรม SPSS ดังนี้

3.3.2.1 หาค่าอำนาจจำแนกรายข้อ ด้วยวิธีการทดสอบค่าที (t-test) นำข้อมูลที่ได้จากบุคคลทั้ง 2 กลุ่มมาทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยระหว่างกลุ่มของคะแนนรวมในแต่ละมาตรย่อย โดยวิธีทดสอบค่าที (t-test) จากนั้นนำมาหาค่าอำนาจจำแนกรายข้อโดยทดสอบค่าที (t-test) ระหว่างกลุ่มของข้อคำถามเป็นรายข้อ เพื่อทดสอบความสามารถของข้อคำถามในการจำแนกความโกรธของนักเรียนกลุ่มที่มีความโกรธในระดับสูงและนักเรียนกลุ่มที่มีความโกรธในระดับต่ำเลือกข้อคำถามที่มีค่าอำนาจจำแนกสูงคือมีค่า r ตั้งแต่ 1.66 ขึ้นไป ที่ระดับนัยสำคัญ .05 (degree of freedom=108, one tail) ได้ข้อคำถามที่ผ่านเกณฑ์ในมาตรความโกรธแบบ

สภาวะ 20 ข้อ มาตรการความโกรธแบบลักษณะ 20 ข้อ มาตรการเก็บความโกรธไว้ภายใน 9 ข้อ มาตรการแสดงความโกรธออกภายนอก 10 ข้อ และมาตรการควบคุมความโกรธ 8 ข้อ รวมข้อคำถามที่ผ่านเกณฑ์ทั้งหมด 67 ข้อ จากนั้นผู้วิจัยได้ตัดข้อคำถามบางข้อคำถามออกเพื่อให้แบบวัดกระชับและสะดวกต่อการใช้ โดยผู้วิจัยได้ตัดข้อคำถามในมาตรการความโกรธแบบสภาวะให้เหลือ 14 ข้อ มาตรการความโกรธแบบลักษณะเหลือ 14 ข้อ มาตรการเก็บความโกรธไว้ภายใน 8 ข้อ มาตรการแสดงความโกรธออกภายนอก 8 ข้อ และมาตรการควบคุมความโกรธ 8 ข้อ รวมข้อคำถามที่คงเหลือในแบบวัดทั้งหมด 52 ข้อ มีค่า r ระหว่าง 3.46 ถึง 9.51 (ดูรายละเอียดในภาคผนวก จ. ตารางที่ 20-24 หน้า 163-165)

3.3.2.2 ทาค่าสหสัมพันธ์รายข้อของแบบวัด (Item-total Correlation) โดยนำข้อคำถามของแบบวัดที่ผ่านเกณฑ์จากข้อ 3.3.2.1 มาหาค่าสหสัมพันธ์ระหว่างข้อคำถามแต่ละข้อกับคะแนนรวมในแต่ละมาตร เลือกข้อคำถามที่มีค่าสหสัมพันธ์ตั้งแต่ .30 ขึ้นไป (นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05) ได้ข้อคำถามที่ผ่านเกณฑ์ทั้งหมด 52 ข้อ คือมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ในมาตรการความโกรธแบบสภาวะระหว่าง .65 ถึง .82 มาตรการความโกรธแบบลักษณะระหว่าง .62 ถึง .80 มาตรการเก็บความโกรธไว้ภายในระหว่าง .68 ถึง .82 มาตรการแสดงความโกรธออกภายนอกระหว่าง .65 ถึง .79 และมาตรการควบคุมความโกรธระหว่าง .77 ถึง .81 (ดูรายละเอียดในภาคผนวก จ. ตารางที่ 27-30)

เมื่อผ่านการคัดเลือกข้อคำถามตามขั้นตอนที่ผ่านมาแล้วมีข้อคำถามที่ผ่านเกณฑ์ทั้งหมด 52 ข้อ โดยแบ่งเป็นมาตรต่างๆ ดังนี้ (ดูรายละเอียดในภาคผนวก ข.)

- | | |
|---------------------------------|--|
| 1. มาตรการความโกรธแบบสภาวะ | จำนวน 14 ข้อ คือ ข้อ 1-14 |
| 2. มาตรการความโกรธแบบลักษณะ | จำนวน 14 ข้อ คือ ข้อ 15-28 |
| 3. มาตรการเก็บความโกรธไว้ภายใน | จำนวน 8 ข้อ คือ ข้อ 32, 33, 37, 40, 43, 44, 48, 52 |
| 4. มาตรการแสดงความโกรธออกภายนอก | จำนวน 8 ข้อ คือ ข้อ 30, 34, 36, 39, 41, 46, 49, 51 |
| 5. มาตรการควบคุมความโกรธ | จำนวน 8 ข้อ คือ ข้อ 29, 31, 35, 38, 42, 45, 47, 50 |

3.4 หาค่าความเที่ยง (Reliability)

หาค่าความเที่ยงของแบบวัดโดยการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องภายใน (Coefficient of Internal Consistency) โดยใช้สูตรของครอนบาค (Cronbach Alpha) ได้ค่าสัมประสิทธิ์ความเที่ยงของแบบวัดในมาตรความโกรธแบบสภาวะเท่ากับ .94 มาตรความโกรธแบบลักษณะเท่ากับ .93 มาตรการเก็บความโกรธไว้ภายในเท่ากับ .90 มาตรการแสดงความโกรธออกภายนอกเท่ากับ .87 และมาตรการควบคุมความโกรธเท่ากับ .92

3.5 การหาเกณฑ์มาตรฐาน (Norms)

3.5.1 นำแบบวัดความโกรธและการแสดงความโกรธที่ผ่านการตรวจสอบคุณภาพแล้ว จำนวน 52 ข้อ ไปใช้กับนักเรียนวัยรุ่นที่เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนเบ็ญจะมะมหาราชและโรงเรียนปทุมพิทยาคม จังหวัดอุบลราชธานี จำนวน 320 คน เป็นชาย 160 คน หญิง 160 คน และหาค่าสัมประสิทธิ์ความเที่ยงโดยการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องภายใน (Coefficient of Internal Consistency) โดยใช้สูตรของ ครอนบาค (Cronbach Alpha) ได้ค่าสัมประสิทธิ์ความเที่ยงระหว่าง .75-.93 ดังรายละเอียดในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 แสดงค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาในแต่ละมาตรของมาตรวัดความโกรธและการแสดงความโกรธเมื่อนำไปใช้กับกลุ่มนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ชาย 160 คน หญิง 160 คน รวมจำนวน 320 คน

มาตร	ความเที่ยง		
	ชาย	หญิง	รวม
ความโกรธแบบสภาวะ	.93	.93	.93
ความโกรธลักษณะ	.87	.87	.87
- มาตรการย่อยนิสัยในการโกรธ	.84	.83	.84
- มาตรการย่อยปฏิบัติการโกรธ	.77	.72	.75
การเก็บความโกรธไว้ภายใน	.70	.66	.68
การแสดงความโกรธออกภายนอก	.76	.80	.78
การควบคุมความโกรธ	.85	.88	.87

3.5.2 นำข้อมูลที่ได้มาคำนวณหาเกณฑ์มาตรฐานคะแนนความโกรธแบบสภาวะ-ลักษณะ และการแสดงความโกรธในนักเรียนวัยรุ่น โดยเทียบคะแนนดิบเป็นอันดับเปอร์เซ็นต์ (percentile ranks) ทั้งกลุ่มเพศชาย เพศหญิง และรวมทั้งเพศชายเพศหญิง (ดูรายละเอียดในภาคผนวก ฉ. ตารางที่ 31-33 หน้า 174-176)

ขั้นตอนในการดำเนินการวิจัย

1. ขั้นตอนเตรียมการทดลอง

1.1 ผู้วิจัยทำหนังสือขออนุญาตผู้อำนวยการโรงเรียนศรีปฐมพิทยาคาร จังหวัด อุบลราชธานี เพื่อขอเก็บข้อมูลและทำการทดลอง และขอความร่วมมือจากอาจารย์ประจำชั้น อาจารย์แนะแนวและผู้เกี่ยวข้องเพื่อขอเวลาและสถานที่ในการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม

1.2 คัดเลือกผู้ที่เป็นนักเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ปีการศึกษา 2542 ภาคการเรียนที่ 2 ที่เคยมีประวัติเกี่ยวกับปัญหาทางพฤติกรรม เช่น ทะเลาะกับบุคคลอื่นจนถึงขั้นชกต่อยหรือทำร้ายกัน ทำความเสียหายแก่ทรัพย์สิน ทำร้ายบุคคลอื่น หรือแสดงความก้าวร้าวต่ออาจารย์ เป็นต้น โดยใช้ข้อมูลทะเบียนประวัติจากฝ่ายปกครองของโรงเรียนย้อนหลัง 1 ปี และเป็นนักเรียนที่อาจารย์แนะแนว อาจารย์ประจำชั้นหรืออาจารย์ผู้สอนพิจารณาว่าเป็นเด็กที่มักแสดงความโกรธออกมาภายนอกอย่างชัดเจนเสมอ ได้นักเรียนทั้งหมดจำนวน 39 คน เป็นนักเรียนชาย 30 คน นักเรียนหญิง 9 คน

1.3 คัดเลือกนักเรียนจากข้อ 1.2 ที่มีคะแนนจากแบบสำรวจความโกรธและการแสดงความโกรธสูงกว่าเปอร์เซ็นต์ที่ 75 ในมาตรย่อยความโกรธแบบลักษณะและในมาตรย่อยการแสดงความโกรธออกภายนอกคือในเพศชายมีคะแนนสูงกว่า 31 คะแนนและ 16 คะแนน ตามลำดับ ส่วนในเพศหญิงมีคะแนนสูงกว่า 33 คะแนนและ 17 คะแนน ตามลำดับ และมีคะแนนต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ที่ 25 ในมาตรย่อยการควบคุมความโกรธคือในเพศชายมีคะแนนต่ำกว่า 17 คะแนน และในเพศหญิงมีคะแนนต่ำกว่า 16 คะแนน ได้นักเรียนที่ผ่านเกณฑ์ทั้งหมด 21 คน เป็นนักเรียนชาย 14 คน นักเรียนหญิง 7 คน

1.4 สัมภาษณ์นักเรียนจำนวน 21 คน ที่ผ่านเกณฑ์ในข้อ 2 เพื่อประเมินให้ชัดเจนว่าเป็นนักเรียนที่ตระหนักและยอมรับว่าตนเองมีความโกรธที่รุนแรง ป่อยครั้ง และมักจะแสดงความโกรธออกมาในทางที่ไม่เหมาะสมเช่น ทะเลาะกับบุคคลอื่นจนถึงขั้นชกต่อยหรือทำร้ายกัน ทำความเสียหายแก่ทรัพย์สิน ทำร้ายบุคคลอื่น หรือแสดงความก้าวร้าวต่ออาจารย์ เป็นต้น

1.5 คัดเลือกนักเรียนที่สมัครใจที่จะเข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม เพื่อลดความโกรธของตนเองและมีการแสดงความโกรธในทางที่เหมาะสม มีนักเรียนที่สมัครใจเข้าร่วมกลุ่มทั้งหมดจำนวน 21 คน

1.6 เมื่อได้นักเรียนจากการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างจากเกณฑ์ที่กำหนดแล้ว ผู้วิจัยทำการสุ่มเลือกนักเรียนจำนวน 16 คน โดยแบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 2 กลุ่ม กลุ่มทดลองจำนวน 8 คนและกลุ่มควบคุมจำนวน 8 คน โดยวิธีสุ่มตัวอย่างแบบง่าย (simple random sampling) และทั้งในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม จะมีนักเรียนชาย 5 คน และนักเรียนหญิง 3 คน จากขั้นตอนนี้มีนักเรียนที่ไม่ได้รับการสุ่มจำนวน 5 คน ผู้วิจัยได้จัดกิจกรรมให้ความรู้เรื่องความโกรธและการควบคุมความโกรธแบบกลุ่มแก่นักเรียนเรียนที่ไม่ได้รับการคัดเลือกจำนวน 5 คน และนักเรียนที่ได้รับการสุ่มเป็นกลุ่มควบคุม โดยใช้เวลา 3 ครั้ง ๆ ละ 1 ชั่วโมง ภายหลังจากระยะติดตามผล 3 เดือน

2. ขั้นตอนการทดลอง

ผู้วิจัยดำเนินการทดลองกับกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมดังนี้

กลุ่มทดลอง เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม โดยผู้วิจัยเป็นผู้นำกลุ่ม ใช้ระยะเวลา 7 สัปดาห์ สัปดาห์ ละ 1-2 ครั้ง ครั้งละประมาณ 1 ½ - 2 ชั่วโมง รวมทั้งหมด 12 ครั้ง และใช้เวลาทั้งสิ้นประมาณ 20 ชั่วโมง โดยเริ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มเมื่อวันที่ 16 พฤศจิกายน 2542 และยุติการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม วันที่ 28 ธันวาคม 2542 โดยสมาชิกกลุ่มแต่ละคนจะขาดการเข้าร่วมกลุ่มได้ไม่เกิน 2 ครั้งและทำกิจกรรมต่าง ๆ ของโรงเรียนตามปกติ

กลุ่มควบคุม ในขณะที่ดำเนินการทดลอง กลุ่มควบคุมเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ของโรงเรียนตามปกติ

3. ขั้นสิ้นสุดการทดลอง

ผู้วิจัยให้กลุ่มตัวอย่างทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมตอบแบบวัดประสพการณ์ความโกรธและการแสดงความโกรธอีกครั้ง เพื่อเป็นคะแนนการทดสอบภายหลังการทดสอบ (post-test) โดยกลุ่มทดลองทำแบบวัดในวันที่ 28 ธันวาคม 2542 และกลุ่มควบคุมทำแบบวัดในวันที่ 27 ธันวาคม 2542

4. ขั้นติดตามผล

ผู้วิจัยให้กลุ่มตัวอย่างทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมตอบแบบวัดความโกรธแบบสภาวะ-ลักษณะและการแสดงความโกรธอีกครั้งหลังจากขั้นสิ้นสุดการทดลองเป็นระยะเวลา 1 เดือน เพื่อเป็นคะแนนการทดสอบในขั้นติดตามผล (follow up-test) โดยกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมทำแบบวัดในวันที่ 27 มกราคม 2543

5. ขั้นวิเคราะห์ข้อมูล

โดยนำผลที่ได้จากการตอบแบบวัด มาตรวจให้คะแนนและวิเคราะห์ผล เปรียบเทียบข้อมูลโดยใช้วิธีทางสถิติ

โปรแกรมการศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม

ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาทฤษฎีและวิธีการปฏิบัติในการศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม เพื่อจัดโปรแกรมการศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มในการศึกษานำร่อง (Pilot Study) กับกลุ่มนักเรียนวัยรุ่นระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย ซึ่งเป็นกลุ่มที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการทดลองจริง ก่อนที่จะนำไปโปรแกรมการศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรมไปใช้กับกลุ่มตัวอย่างในการทดลองจริง โดยใช้เวลาในการศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มสัปดาห์ละ 2 ครั้ง ๆ ละ 2 ชั่วโมง เป็นระยะเวลา 5 สัปดาห์ติดต่อกัน รวมทั้งหมด 10 ครั้ง เป็นจำนวน 20 ชั่วโมง ผู้วิจัยได้ทำการศึกษา นำร่องการศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรมกับนักเรียนที่มีปัญหาทางพฤติกรรมและมีคะแนนความโกรธสูงจำนวน 2 กลุ่ม กลุ่มแรกเป็นนักเรียนหญิงจำนวน 6 คนและนักเรียนชาย 1 คน กลุ่มที่สองเป็นนักเรียนหญิง 5 คนและนักเรียนชาย 1 คน จากการศึกษานำร่องพบว่าโปรแกรมที่ผู้วิจัยได้สร้างขึ้นนั้นไม่เหมาะกับกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการทดลอง ผู้วิจัยจึงได้มีการปรับเปลี่ยนโปรแกรมที่ใช้ดังนี้คือ

1. ระยะเวลาในการศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรมไม่สามารถอยู่ในระยะเวลาที่กำหนดได้ เนื่องจากเวลาที่นักเรียนเป็นเวลาหลังเลิกเรียนของคาบเรียนสุดท้าย และนักเรียนบางคนบ้านอยู่ไกลจากโรงเรียนมากและไม่สามารถเข้าร่วมกลุ่มได้ถึงระยะเวลา 2 ชั่วโมง ผู้วิจัยจึงได้ปรับเปลี่ยนระยะเวลาของการเข้ากลุ่มการศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม เป็นประมาณครั้งละ $1\frac{1}{2}$ - 2 ชั่วโมง เป็นจำนวน 12 ครั้ง

2. ลักษณะตัวแปรของการวิจัยเป็นปัญหาที่เกิดขึ้นชัดเจนคือเรื่องอารมณ์โกรธของนักเรียนที่เข้าร่วมกลุ่ม และนักเรียนก็ตระหนักกว่าเป็นปัญหาที่เกิดขึ้นกับตน อารมณ์โกรธที่เกิดขึ้นในบุคคลนั้นเกิดจากความคิดที่ไร้เหตุผลตามแนวคิดของ Ellis เพียงบางข้อ ผู้วิจัยจึงได้ปรับเปลี่ยนวิธีดำเนินการจากการกล่าวถึงความคิดที่ไร้เหตุผลของ Ellis ทั้ง 11 ข้อ มาเป็นการให้นักเรียนที่เข้าร่วมกลุ่มเล่าถึงประสบการณ์ความโกรธที่เกิดขึ้นของนักเรียนที่เข้าร่วมกลุ่มและพิจารณาความคิดที่ไร้เหตุผลจากความรู้สึกโกรธที่เกิดขึ้นของนักเรียนแต่ละคน

ในขั้นทดลองผู้วิจัยจึงได้จัดโปรแกรมการศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม โดยใช้เวลาประมาณ 7 สัปดาห์ ๆ ละ 1-2 ครั้ง ครั้งละประมาณ $1\frac{1}{2}$ - 2 ชั่วโมง รวมระยะเวลาทั้งสิ้นประมาณ 20 ชั่วโมง ดังนี้

ขั้นตอน	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
ครั้งที่ 1,2 การสร้าง สัมพันธภาพ	เพื่อให้สมาชิกได้เกิดความ คุ้นเคย เกิดความไว้วางใจ กลุ่ม และรู้สึกว่าคุณมีส่วนร่วม ในกลุ่ม เกิดความพร้อมใน การที่จะเข้าสู่กระบวนการ ปรึกษา	<ol style="list-style-type: none"> 1. ผู้นำกลุ่มกล่าวแนะนำตนเอง กล่าวถึง วัตถุประสงค์ ลักษณะ กฎ และเป้าหมายของ การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม ผู้นำกลุ่ม กล่าวถึงบทบาทของผู้นำกลุ่ม และบทบาทของ สมาชิกกลุ่ม 2. ผู้นำกลุ่มเปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่มได้ แนะนำตนเอง และเรื่องราวของตนเอง เพื่อให้ สมาชิกได้รู้จักและคุ้นเคยกันมากขึ้น
ครั้งที่ 3-7 เสนอทฤษฎี บุคลิกภาพ A-B-C และ การเกิด อารมณ์ไม่เป็น สุข	เพื่อให้สมาชิกเกิดความเข้าใจ ถึงผลของความคิด ความเชื่อ ที่ไร้เหตุผล อันเป็นสาเหตุ ของการเกิดอารมณ์ไม่เป็นสุข	<ol style="list-style-type: none"> 1. ผู้นำกลุ่มกล่าวอธิบายถึงทฤษฎีบุคลิกภาพ A-B-C ซึ่งมีอิทธิพลต่อการเกิดอารมณ์ไม่เป็น สุข เพื่อให้สมาชิกเกิดความเข้าใจและมองเห็น ถึงความสำคัญของความคิดที่มีต่ออารมณ์และ พฤติกรรมของมนุษย์ โดยให้ A คือ เหตุการณ์ที่เกิดขึ้น B คือ ความคิด ความเชื่อของบุคคลที่มีต่อ เหตุการณ์นั้น C คือ อารมณ์และพฤติกรรมที่เกิดขึ้นจาก ความคิดนั้น 2. ผู้นำกลุ่มได้เสนอให้สมาชิกได้เล่าเรื่องราว ต่างๆ ของตนเอง ที่เกี่ยวข้องกับประสบการณ์ ความรู้สึกโกรธของตนเองที่เกิดขึ้น 3. แสดงให้สมาชิกกลุ่มได้เห็นถึงผลของความคิด ที่มีต่ออารมณ์และพฤติกรรมที่เกิดขึ้นจาก เรื่องราวของสมาชิก โดยเน้นถึงความคิดความ เชื่อที่ไร้เหตุผลที่มีต่ออารมณ์โกรธที่เกิดขึ้นจาก ประสบการณ์นั้น

ขั้นตอน	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
		<p>4. สรุปหลักของทฤษฎีบุคลิกภาพ A-B-C และความคิดความเชื่อที่ไร้เหตุผลที่มีผลต่ออารมณ์โกรธของสมาชิกตามประสบการณ์ที่สมาชิกแต่ละคนเล่า</p> <p>5. ให้การบ้านเพื่อฝึกความคิดโดยพิจารณาเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันซึ่งเป็นผลทำให้เกิดความรู้สึกโกรธ โดยใช้หลักทฤษฎีบุคลิกภาพ A-B-C ในการพิจารณา และให้สมาชิกฝึกโต้แย้งความคิดความเชื่อที่ไร้เหตุผลของตนและสร้างความคิดความเชื่อที่มีเหตุผลขึ้นต่อเหตุการณ์ที่ทำให้เกิดความรู้สึกโกรธและให้สมาชิกพิจารณาอารมณ์และการกระทำที่ตามมาหลังจากที่ตนเกิดความคิดความเชื่อที่มีเหตุผลขึ้น</p>
<p>ครั้งที่ 8-11</p> <p>ฝึกให้สมาชิกพิจารณาเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันตามทฤษฎีบุคลิกภาพ A-B-C</p>	<p>เพื่อให้สมาชิกสามารถนำทฤษฎีบุคลิกภาพ A-B-C ไปใช้ในชีวิตประจำวันเพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงหลักการในการดำเนินชีวิตไปสู่การใช้ชีวิตด้วยความคิดที่มีเหตุผล</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. ผู้นำกลุ่มกล่าวถึงสิ่งที่ได้พูดคุยกันในครั้งที่ผ่านมาและให้สมาชิกได้ช่วยกันสรุปโดยกล่าวถึงทฤษฎีบุคลิกภาพ A-B-C 2. ให้สมาชิกแต่ละคนเล่าถึงการบ้านของตนเองที่ได้ฝึกการพิจารณาเหตุการณ์ในชีวิตประจำวันที่ทำให้เกิดความรู้สึกโกรธกับทฤษฎีบุคลิกภาพ A-B-C โดยเน้นความคิดความเชื่อที่มีเหตุผลที่สมาชิกสร้างขึ้นต่อเหตุการณ์ที่ทำให้ตนเกิดอารมณ์โกรธ 3. ผู้นำกลุ่มสรุปสิ่งที่เกิดขึ้นในกลุ่ม 4. ให้การบ้านเพื่อฝึกความคิดของสมาชิกเพิ่มเติมคนละ 1 ครั้ง

ขั้นตอน	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
ครั้งที่ 12 สรุปและยุติ กลุ่มการ ปรึกษาเชิง จิตวิทยา	<p>1. เพื่อให้สมาชิกเกิดความเข้าใจสาเหตุของการเกิดอารมณ์ที่ไม่เป็นสุขและสามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้</p> <p>2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มให้กำลังใจซึ่งกันและกัน และเกิดความมั่นใจในการดำเนินชีวิตของตนต่อไปด้วยหลักการใช้ชีวิตด้วยความคิดที่มีเหตุผล</p>	<p>1. ผู้นำกลุ่มกล่าวสรุปการพูดคุยในครั้งที่ผ่านมา</p> <p>2. ให้สมาชิกได้กล่าวถึงประสบการณ์ที่ตนได้รับจากการเข้ากลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา</p> <p>3. ผู้นำกลุ่มกล่าวคำขอบคุณและกล่าวคำอำลาสมาชิก จากนั้นให้สมาชิกได้กล่าวลาซึ่งกันและกัน ให้กำลังใจแก่กัน</p>

สรุประยะเวลาในการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม

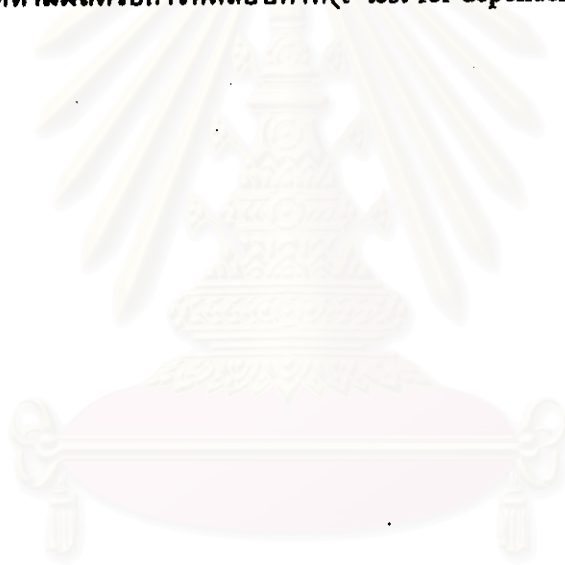
ลำดับที่	หลักการ	วัน/เดือน/ปี	เวลา	ระยะเวลา (ชั่วโมง)
1	สร้างสัมพันธภาพ	16 พย. 42	15.10-17.30 น.	2.20
		18 พย. 42	15.10-17.30 น.	2.20
2	เสนอหลักการ A-B-Cและ ประสบการณ์ความรู้สึกโกรธ	23 พย.42	15.10-17.30 น.	2.20
		25 พย.42	15.10-16.40 น.	1.30
3	ประสบการณ์ความรู้สึกโกรธ	2 ธค. 42	15.10-16.40 น.	1.30
4	ประสบการณ์ความรู้สึกโกรธ	9 ธค. 42	15.10-16.40 น.	1.30
		11 ธค. 42	10.00-11.30 น.	1.30
5	ใช้แบบฝึกความคิด	14 ธค. 42	15.10-16.40 น.	1.30
		16 ธค. 42	15.10-16.40 น.	1.30
6	ใช้แบบฝึกความคิด	21 ธค. 42	15.10-16.40 น.	1.30
		25 ธค. 42	10.00-11.30 น.	1.30
7	ยุติกลุ่ม	28 ธค.42	15.30-17.00 น.	1.30
รวมระยะเวลาประมาณ				20

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. ทดสอบความแตกต่างของคะแนนคะแนนความโกรธโดยทั่วไป การแสดงความโกรธออกภายนอก และการควบคุมความโกรธระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมที่วัดหลังทดลองและระยะติดตามผลด้วยการทดสอบค่าที (t- test for independent groups)

2. ทดสอบความแตกต่างของของคะแนนความโกรธโดยทั่วไป การแสดงความโกรธออกภายนอก และการควบคุมความโกรธของกลุ่มทดลองในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลด้วยการทดสอบค่าที(t-test for dependent groups)

3. ทดสอบความแตกต่างของของคะแนนความโกรธโดยทั่วไป การแสดงความโกรธออกภายนอก และการควบคุมความโกรธของกลุ่มควบคุมในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลด้วยการทดสอบค่าที(t-test for dependent groups)



สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย