

การพัฒนาโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษา
โดยบูรณาการแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา



บทคัดย่อและแฟ้มข้อมูลฉบับเต็มของวิทยานิพนธ์ตั้งแต่ปีการศึกษา 2554 ที่ให้บริการในคลังปัญญาจุฬาฯ (CUIR)
เป็นแฟ้มข้อมูลของนิสิตเจ้าของวิทยานิพนธ์ ที่ส่งผ่านทางบัณฑิตวิทยาลัย

The abstract and full text of theses from the academic year 2011 in Chulalongkorn University Intellectual Repository (CUIR)
are the thesis authors' files submitted through the University Graduate School.

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาครุศาสตรดุษฎีบัณฑิต
สาขาวิชาสุศึกษาและพลศึกษา ภาควิชาหลักสูตรและการสอน
คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
ปีการศึกษา 2559
ลิขสิทธิ์ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

DEVELOPMENT OF A RECREATIONAL ACTIVITY PROGRAM
TO REDUCE AGGRESSIVE BEHAVIORS OF VOCATIONAL SCHOOL STUDENTS
BY INTEGRATING THE COGNITIVE BEHAVIOR MODIFICATION APPROACH

Mr. Pongkasem Singrungruang



A Dissertation Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements
for the Degree of Doctor of Philosophy Program in Health and Physical Education

Department of Curriculum and Instruction

Faculty of Education

Chulalongkorn University

Academic Year 2016

Copyright of Chulalongkorn University

หัวข้อวิทยานิพนธ์

การพัฒนาโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลด
พฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดย
บูรณาการแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา

โดย

นายพงษ์เกษม สิงห์รุ่งเรือง

สาขาวิชา

สุขศึกษาและพลศึกษา

อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก

รองศาสตราจารย์ ดร.เอมอัชฌา วัฒนบุรานนท์

อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม

รองศาสตราจารย์ ดร.รัชณี ขวัญบุญจัน

คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้หัวข้อวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่ง
ของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาศึกษาศาสตรบัณฑิต

..... คณบดีคณะครุศาสตร์

(รองศาสตราจารย์ ดร.ศิริเดช สุชีวะ)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

..... ประธานกรรมการ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุธนะ ดิงศภิตย์)

..... อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก

(รองศาสตราจารย์ ดร.เอมอัชฌา วัฒนบุรานนท์)

..... อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม

(รองศาสตราจารย์ ดร.รัชณี ขวัญบุญจัน)

..... กรรมการ

(ศาสตราจารย์ ดร.จินตนา สรายุทธพิทักษ์)

..... กรรมการ

(อาจารย์ ดร.รุ่งระวี สมะวรรณะ)

..... กรรมการภายนอกมหาวิทยาลัย

(ดร.พรหมสวัสดิ์ ทิพย์คงคา)

พงษ์เกษม สิ่งหรั่งเรื่อง : การพัฒนาโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา (DEVELOPMENT OF A RECREATIONAL ACTIVITY PROGRAM TO REDUCE AGGRESSIVE BEHAVIORS OF VOCATIONAL SCHOOL STUDENTS BY INTEGRATING THE COGNITIVE BEHAVIOR MODIFICATION APPROACH) อ.ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก: รศ. ดร.เอมอัชฌา วัฒนบุรณานนท์, อ.ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม: รศ. ดร.รัชนี ขวัญบุญจัน , 245 หน้า.

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) พัฒนาโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา 2) ศึกษาผลของการใช้โปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา และ 3) เปรียบเทียบผลของโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนอาชีวศึกษาที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช.) เทคโนโลยีช่างกลพิษณุพานครราชสีมา จำนวน 60 คน แบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม จัดเป็นกลุ่มทดลอง 30 คน และกลุ่มควบคุม 30 คน ซึ่งกลุ่มตัวอย่างทุกคนเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการด้วยความสมัครใจตามโปรแกรมที่ผู้วิจัยได้ออกแบบ ใช้เวลาการทดลองทั้งหมด จำนวน 16 ครั้ง โดยกลุ่มทดลองเป็นการเลือกแบบเจาะจง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ประกอบด้วย 1) โปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา 2) แบบวัดพฤติกรรมความก้าวร้าว การเก็บรวบรวมข้อมูลดำเนินการโดยให้นักเรียนตอบแบบวัดพฤติกรรมความก้าวร้าวก่อนการทดลอง ระหว่างการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล วิเคราะห์ข้อมูลโดยการหาค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน วิเคราะห์ค่าความแปรปรวนร่วม (Analysis of Covariance ANCOVA) และเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ ตามวิธีของตุ๊กกีเอ (Turkey's a)

ผลการวิจัยพบว่า

1. ได้โปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาที่มีคุณภาพ มีค่า IOC (Index of Congruence) เท่ากับ 0.98 ประกอบด้วยเทคนิคการพูดกับตนเอง ในทางที่ดี เทคนิคการหยุดความคิด เทคนิคการตั้งเป้าหมาย เทคนิคการคิดไปข้างหน้า เทคนิคการหายใจ- การนับในใจ และเทคนิคการเสริมแรงทางบวก

2. ผลการทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษา ก่อนการทดลอง ระหว่างการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล ของกลุ่มทดลองมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยหลังการทดลองมีพฤติกรรมความก้าวร้าวลดน้อยลงมากกว่าระหว่างการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล และระหว่างการทดลองมีพฤติกรรมความก้าวร้าวมากกว่าหลังการทดลอง

3. หลังการทดลองใช้โปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา พบว่ากลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมความก้าวร่วมน้อยกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงให้เห็นว่าโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการโดยบูรณาการแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาสามารถลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษา

ภาควิชา หลักสูตรและการสอน

สาขาวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา

ปีการศึกษา 2559

ลายมือชื่อผู้วิจัย

ลายมือชื่อ อ.ที่ปรึกษาหลัก

ลายมือชื่อ อ.ที่ปรึกษาร่วม

5484266227 : MAJOR HEALTH AND PHYSICAL EDUCATION

KEYWORDS: RECREATIONAL ACTIVITY PROGRAM TO REDUCE AGGRESSIVE BEHAVIORS / VOCATIONAL SCHOOL STUDENTS / INTEGRATING THE COGNITIVE BEHAVIOR

PONGKASEM SINGRUNGRUANG: DEVELOPMENT OF A RECREATIONAL ACTIVITY PROGRAM TO REDUCE AGGRESSIVE BEHAVIORS OF VOCATIONAL SCHOOL STUDENTS BY INTEGRATING THE COGNITIVE BEHAVIOR MODIFICATION APPROACH. ADVISOR: ASSOC. PROF. AIMUTCHA WATTANABURANON, Ed.D., CO-ADVISOR: ASSOC. PROF. RAJANEE QUANBOONCHAN, Ph.D., 245 pp.

The research aims to 1) develop recreational activity program to reduce aggressive behaviors of vocational school students by integrating the cognitive behavior modification approach 2) study the results of the recreational activity program and 3) compare the results of the recreational activity program applied to a sample group of 60 vocational school students which were divided into 30 students of experimental group and 30 students of control group. The sample group was chosen by purposive selection and voluntarily participated the designed 6- week recreational activity program (16 times of the experiment). The research instruments consisted of 1) the recreational activity program and 2) the aggressive behavior test. The experiment was conducted and the data were then collected before, during and after the experiment including following-up. Results of the tests were statistically analyzed by using arithmetic mean, standard deviation, Analysis of Covariance (ANCOVA) and Turkey's a. method.

The research findings were as follows:

1. The recreational activity program developed to reduce aggressive behaviors of vocational school students by integrating the cognitive behavior modification approach was qualified with IOC (Index of Congruence) equaled to 0.98 which consisted of positive self- talk, thought stopping, goal setting, forward thinking, breath counting technique and positive reinforcement.

2. Mean scores of the experimental group were found significantly different at the .05 level among before, during, after and following-up periods of experiment. The aggressive behaviors of the subjects were less than before the experiment.

3. After applying the recreational activity program, the mean scores of the experimental group were significantly less than of the control group at the .05 level. This suggests that applying developed recreational activity program to reduce aggressive behaviors of vocational school students by integrating the cognitive behavior modification approach is effective.

Department: Curriculum and Instruction

Student's Signature

Field of Study: Health and Physical Education

Advisor's Signature

Academic Year: 2016

Co-Advisor's Signature

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จได้ด้วยดี เนื่องจากผู้วิจัยได้รับความกรุณาเป็นอย่างดียิ่งจาก รองศาสตราจารย์ ดร.เอมอัครมา วัฒนบูรานนท์ อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ และรองศาสตราจารย์ ดร.รัชนี ขวัญบุญจัน อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม ที่ช่วยกรุณาให้คำปรึกษา แนะนำ และช่วยตรวจแก้วิทยานิพนธ์ด้วยความเมตตาเอาใจใส่ รวมทั้งชี้แนะวิธีการทำงานอย่างประณีต จนทำให้วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จได้ด้วยดี ผู้วิจัยจึงใคร่ขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูง

ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณคณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ ดร.พรหมสวัสดิ์ ทิพย์คงคา ที่ได้กระตุ้นเตือนความวิริยะในการศึกษาด้วยความห่วงใย ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุธนะ ติงศภิตีย์ ศาสตราจารย์ ดร.จินตนา สรายุทธพิทักษ์ และ ดร.รุ่งระวี สมะวรรณนะ ที่ได้ให้ข้อคิด ข้อสังเกต และคำแนะนำ ทำให้วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น

ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณ ดร.กิจจา บานชื่น ดร.พรหมสวัสดิ์ ทิพย์คงคา รองศาสตราจารย์เทพประสิทธิ์ กุลธวัชวิชัย ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สมร แสงอรุณ รองศาสตราจารย์ ดร.เทพวาทินี หอมสนธิ ที่กรุณาให้คำปรึกษา แนะนำ ตรวจสอบแก้ไขและปรับปรุงเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยในครั้งนี้

ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณ ดร.สำราญ หงษ์กลาง ผู้อำนวยการวิทยาลัยอาชีวศึกษานครราชสีมา อาจารย์ณัฐนันท์ ศรีธัญมงคล ผู้อำนวยการเทคโนโลยีช่างกลพาณิชย์การนครราชสีมา ที่ให้ความร่วมมือในการเก็บข้อมูลวิจัย ขอขอบคุณเพื่อนร่วมรุ่นปริญญาตรีบัณฑิตทุกคนที่คอยให้กำลังใจเสมอมา ขอขอบคุณ นายเชาวลิต พระชนะ เพื่อนที่ทำการเรียนและการใช้ชีวิตมีสีสันที่งดงาม ขอขอบคุณเพื่อนอาจารย์มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา ที่คอยตรวจแก้ความถูกต้องจนทำให้วิทยานิพนธ์เสร็จสมบูรณ์ ขอขอบคุณและขอใจพี่ เพื่อนและน้อง ที่คอยทักทาย ถามถึง ห่วงใยด้วยไมตรี ให้การช่วยเหลือ สนับสนุน เสนอแนะ และให้กำลังใจทุกอย่างมาโดยตลอด

สุดท้ายนี้ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณ คุณพ่อ คุณแม่ และน้องสาวในครอบครัว “สิ่งห่อหุ้ม” อันเป็นที่รักยิ่งของผู้วิจัย ที่ส่งเสริมให้ลูกได้ศึกษาในสิ่งที่ลูกเชื่อและรัก และเป็นผู้คอยให้ความช่วยเหลือ คอยให้กำลังใจ ให้คำปรึกษา ให้การสนับสนุน และคอยยินดีกับความสำเร็จของผู้วิจัยเสมอมา จนทำให้วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จได้ด้วยดี

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
กิตติกรรมประกาศ.....	ฉ
สารบัญ	ช
สารบัญตาราง.....	ฎ
สารบัญภาพ.....	ฐ
บทที่ 1 บทนำ.....	1
1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
1.2 คำถามการวิจัย	8
1.3 วัตถุประสงค์ของการวิจัย	9
1.4 สมมติฐานของการวิจัย	9
1.5 ข้อยกเว้นเบื้องต้น	9
1.6 ขอบเขตของการวิจัย.....	10
1.7 คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย	10
1.8 ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย.....	12
บทที่ 2 เอกสารและรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้อง	14
2.1 แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการ	15
2.1.1 ความหมายของกิจกรรมนันทนาการ	16
2.1.2 คุณลักษณะของกิจกรรมนันทนาการ	18
2.1.3 คุณค่าของกิจกรรมนันทนาการ	22
2.1.4 ประเภทของกิจกรรมนันทนาการ	24
2.2 แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการปรับพฤติกรรมทางปัญญา	33

2.2.1 แนวคิดของการปรับพฤติกรรมทางปัญญา.....	33
2.2.2 ความหมายของการปรับพฤติกรรมทางปัญญา	37
2.2.3 วิธีการการปรับพฤติกรรมทางปัญญา.....	38
2.3 แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมความก้าวร้าว	48
2.3.1 ความหมายของพฤติกรรมความก้าวร้าว.....	48
2.3.2 แนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้องของพฤติกรรมความก้าวร้าว	50
2.3.3 สาเหตุของความก้าวร้าว.....	53
2.3.4 ลักษณะการแสดงออกของพฤติกรรมความก้าวร้าว	56
2.3.5 ประเภทของพฤติกรรมความก้าวร้าว	57
2.3.6 แนวทางการจัดการแก้ไขความก้าวร้าว.....	58
2.4 แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการบูรณาการ	63
2.4.1 ลักษณะการจัดการเรียนรู้แบบบูรณาการ	64
2.4.2 รูปแบบของการบูรณาการ (Model of integration).....	65
2.4.3 หลักการจัดการเรียนรู้แบบบูรณาการ (Learning Integration)	66
2.5 แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับหลักสูตรอาชีวศึกษา	68
2.5.1 ปรัชญาการจัดการศึกษาเพื่ออาชีพ.....	69
2.5.2 นโยบายการอาชีวศึกษา	70
2.5.3 การจัดการเรียนการสอนอาชีวศึกษา.....	72
2.5.4 หลักสูตรประกาศนียบัตรวิชาชีพ พุทธศักราช 2556.....	74
2.6 เอกสารและรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้อง	79
2.6.1 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องในประเทศ.....	80
2.6.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องในต่างประเทศ	86

บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย	90
3.1 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	90
3.1.1 ประชากร	90
3.1.2 กลุ่มตัวอย่าง	90
3.2 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	91
3.2.1 โปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียน อาชีวศึกษาโดยบูรณาการแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา.....	91
3.2.2 แบบวัดพฤติกรรมความก้าวร้าว.....	92
3.3 ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	93
3.3.1 โปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียน อาชีวศึกษาโดยบูรณาการแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา.....	93
3.3.2 แบบวัดพฤติกรรมความก้าวร้าว.....	95
3.4 วิธีดำเนินการทดลองและวิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล	96
3.4.1 ขั้นตอนเตรียมการทดลอง.....	96
3.4.2 ขั้นตอนการทดลอง	97
3.5 การวิเคราะห์ข้อมูล	99
3.6 ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย	100
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	101
ตอนที่ 1 การพัฒนาโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของ นักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา	101
ตอนที่ 2 การศึกษาผลของการใช้โปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความ ก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา ..	102

ตอนที่ 3 การเปรียบเทียบผลของโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความ ก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการแนวความคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา ก่อนการทดลอง ระหว่างการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล ระหว่าง กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม.....	119
บทที่ 5 สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	124
5.1 สรุปผลการวิจัย	125
5.2 อภิปรายผล.....	126
5.3 ข้อเสนอแนะ	130
5.3.1 ข้อเสนอแนะที่ได้จากผลการวิจัย	130
5.3.2 ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป	131
รายการอ้างอิง.....	132
ภาคผนวก.....	140
ภาคผนวก ก รายนามผู้ทรงคุณวุฒิตรวจเครื่องมือในการวิจัย	141
ภาคผนวก ข เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	143
ภาคผนวก ค ตารางการประเมินความตรงเชิงเนื้อหาของแบบวัดพฤติกรรมความก้าวร้าว ...	220
ภาคผนวก ง ภาพการดำเนินกิจกรรม	238
ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์	245

สารบัญตาราง

	หน้า
ตารางที่ 1 แสดงการวิเคราะห์หิกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียน อาชีวศึกษา.....	30
ตารางที่ 2 การวิเคราะห์หิกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าว.....	31
ตารางที่ 3 แสดงรายการเทคนิคการปรับพฤติกรรมทางปัญญาที่ใช้อยู่ในปัจจุบัน.....	39
ตารางที่ 4 แสดงแบบแผนการทดลอง	98
ตารางที่ 5 จำนวนและค่าร้อยละ ข้อมูลพื้นฐานของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม (n= 60)	103
ตารางที่ 6 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน พฤติกรรมความก้าวร้าวทางกายของนักเรียน อาชีวศึกษาของกลุ่มทดลอง ระยะก่อนทดลอง ระยะระหว่างทดลอง ระยะหลัง ทดลอง และระยะติดตามผล.....	105
ตารางที่ 7 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน พฤติกรรมความก้าวร้าวทางวาจาของนักเรียน อาชีวศึกษาของกลุ่มทดลอง ระยะก่อนทดลอง ระยะระหว่างทดลอง ระยะหลัง ทดลอง และระยะติดตามผล.....	109
ตารางที่ 8 อาชีวศึกษาของกลุ่มควบคุม ระยะก่อนทดลอง ระยะระหว่างทดลอง ระยะหลัง ทดลอง และระยะติดตามผล.....	112
ตารางที่ 9 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน พฤติกรรมความก้าวร้าวทางวาจาของนักเรียน อาชีวศึกษาของกลุ่มควบคุม ระยะก่อนทดลอง ระยะระหว่างทดลอง ระยะหลัง ทดลอง และระยะติดตามผล.....	116
ตารางที่ 10 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วมของคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมความก้าวร้าวของ นักเรียนอาชีวศึกษาของกลุ่มทดลอง ระยะก่อนการทดลอง ระหว่างทดลอง หลัง การทดลอง และระยะการติดตามผล	119
ตารางที่ 11 ผลการทดสอบความแตกต่างรายคู่ของคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมความก้าวร้าวของ นักเรียนอาชีวศึกษาของกลุ่มทดลอง ระยะก่อนการทดลอง ระหว่างทดลอง หลัง การทดลอง และระยะการติดตามผล ตามวิธีของตุ๊กไเอ (Turkey's a).....	120

ตารางที่ 12 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วมของคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมความก้าวร้าวของ
นักเรียนอาชีวศึกษาของกลุ่มควบคุม ระยะก่อนการทดลอง ระหว่างทดลอง หลัง
การทดลอง และระยะการติดตามผล 121

ตารางที่ 13 ผลการทดสอบความแตกต่างรายคู่ของคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมความก้าวร้าวของ
นักเรียนอาชีวศึกษาของกลุ่มควบคุม ระยะก่อนการทดลอง ระหว่างทดลอง หลัง
การทดลอง และระยะการติดตามผล ตามวิธีของดูกีเอ (Turkey's a)..... 122

ตารางที่ 14 คะแนนเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าที (t-test) ของคะแนนเฉลี่ย
พฤติกรรมความก้าวร้าวหลังการทดลอง ของกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม 122



สารบัญภาพ

	หน้า
ภาพที่ 1 ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเรียนรู้จากการสังเกต.....	41
ภาพที่ 2 ความสัมพันธ์ระหว่างการเรียนรู้ความสามารถตนเองและความคาดหวังที่จะเกิดขึ้น.....	42
ภาพที่ 3 กรอบแนวคิดการวิจัย.....	89
ภาพที่ 4 ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย.....	100



บทที่ 1

บทนำ

1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ในปัจจุบันประเทศไทยถือได้ว่าเป็นประเทศที่กำลังพัฒนา ไม่ว่าจะเป็นทางด้านการศึกษา เศรษฐกิจ สังคม วัฒนธรรม และการเมืองการปกครอง ในการพัฒนาประเทศให้เจริญก้าวหน้าได้นั้นต้องอาศัยปัจจัยหลายประการ หนึ่งในปัจจัยที่สำคัญที่จะช่วยขับเคลื่อนนำพาประเทศไปสู่เป้าหมายที่ดีเลิศได้ก็คือ ทรัพยากรมนุษย์ เนื่องด้วยทรัพยากรมนุษย์เป็นผู้ที่คิดค้น แก้ไข ปรับเปลี่ยน เปลี่ยนแปลง เพื่อให้สอดคล้องกับบริบททางสังคมที่เป็นอยู่ ถ้าหากมนุษย์เป็นผู้ที่มีสุขภาพอนามัยที่สมบูรณ์แข็งแรงแล้วย่อมนำพาประเทศชาติให้เจริญก้าวหน้าไปได้อย่างรวดเร็ว แต่ในทางตรงกันข้ามถ้าหากประชากรในชาติมีสุขภาพอนามัยที่ไม่ดี มีภาวะของความเจ็บป่วยบ่อย คุณภาพการดำเนินชีวิตต่ำและขาดประสิทธิภาพในการดูแลรักษาตนเอง ย่อมส่งผลทำให้เสียค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาลมากจนเป็นภาระต่อสังคม ส่งผลให้การพัฒนาประเทศทำได้อย่างเชื่องช้าและไม่เต็มที่ ดังนั้นการมีสุขภาพที่สมบูรณ์แข็งแรง จึงเป็นปัจจัยหลักสำคัญในการนำพาประเทศให้เจริญก้าวหน้าอย่างมีศักยภาพ

ทิพวรรณ เรืองขจร (2550) ได้กล่าวถึงความสำคัญของการมีสุขภาพที่ดีต่อการพัฒนาประเทศไว้ว่า สุขภาพคือขุมพลังแห่งชีวิต ไม่ใช่เป้าหมายของการดำเนินชีวิต แต่เป็นขุมพลังผลักดันให้มนุษย์สามารถใช้ชีวิตได้อย่างมีคุณค่า สุขภาพจึงมีน้ำหนักไปทางกระบวนการนำไปสู่การมีชีวิตที่มีค่า การใช้ชีวิตที่มีค่าเป็นหนทางนำไปสู่เป้าหมายคือชีวิตที่เป็นสุข อันเป็นสิ่งที่พึงปรารถนาของชีวิตมนุษย์ทุกคน แต่สุขภาพเป็นผลจากการกระทำหรือพฤติกรรมที่มีความเชื่อมโยงกับปัจจัยต่าง ๆ หลายมิติ จึงจำเป็นที่มนุษย์ต้องศึกษาเพื่อวางกลยุทธ์ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในการดำรงชีวิตของตน หรือปรับเปลี่ยนกรอบองวิถีการดำเนินชีวิต สร้างขุมพลังในการนำพาไปสู่เป้าหมายที่ตั้งไว้คือการมีชีวิตที่เป็นสุข

ประเทศที่ได้ขึ้นชื่อว่าพัฒนาแล้วนั้น ส่วนหนึ่งเป็นเพราะเน้นการพัฒนาโครงสร้างพื้นฐานคือ สถาบันครอบครัว เพราะครอบครัวคือสถาบันแรกที่เป็นรากฐานสำคัญของการพัฒนาชาติ เป็นสถาบันขั้นมูลฐานที่เป็นจุดเริ่มต้นของสถาบันทั้งหลาย ทำหน้าที่อบรมสั่งสอนในสิ่งที่ถูกต้อง ถ้ายทอดวัฒนธรรมอันดีงามของสังคม ตลอดจนประเพณีติดเป็นแบบอย่างที่ดีแก่บุตรหลาน

เพื่อให้เขาเหล่านั้นเติบโตเป็นพลเมืองที่ดี สามารถนำเอาองค์ความรู้ที่เป็นประโยชน์ไปพัฒนาต่อยอดสังคมต่อไป

อนาคตของชาติขึ้นอยู่กับ การดูแลเอาใจใส่ของสถาบันครอบครัวในการอบรมบ่มเพาะคุณธรรม ความรู้ ความมีระเบียบวินัย ปลูกฝังคุณธรรมความดี รู้จักรับผิดชอบ เคารพกฎระเบียบของบ้านเมือง ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น มีจิตสำนึกรับผิดชอบต่อสังคม อุทิศตนเป็นประโยชน์ต่อส่วนรวม เพราะเยาวชนได้ขึ้นชื่อว่าเป็นทรัพยากรมนุษย์ที่สำคัญของชาติ อาจจะถูกกล่าวได้ว่าเป็นหัวใจของชาติเลยก็ว่าได้ ชาติจะพัฒนามากน้อยเพียงใดก็ขึ้นอยู่กับเยาวชน เพราะพวกเขาเหล่านั้นจะเติบโตเป็นผู้ใหญ่ในภายภาคหน้า ซึ่งถ้าได้รับการอบรมสั่งสอนในทางที่ดีก็จะกลายเป็นพลเมืองที่ดีของชาติ เป็นกำลังหลักในการนำพาประเทศให้เจริญก้าวหน้ามากยิ่งขึ้น

ในการพัฒนาเยาวชน ต้องอาศัยหน่วยงานหลายภาคส่วนช่วยกันสนับสนุนและประคับประคองให้เยาวชนเติบโตเป็นคนดีของสังคม ไม่ว่าจะเป็นผู้ปกครอง สถาบันการศึกษา หรือหน่วยงานที่เกี่ยวข้องช่วยกันส่งเสริมทั้งทางด้านสุขภาพทางกาย สุขภาพทางใจ และสุขภาพทางสังคม รวมถึงคอยชี้แนะให้พวกเขาเหล่านั้นดำเนินชีวิตไปในทางที่ถูกต้องและเหมาะสม

ในการสัมมนาวิชาการเรื่องพลังชุมชนเพื่อเยาวชน โดยสมาคมส่งเสริมสถานภาพสตรี ในพระอุปถัมภ์พระเจ้าวรวงศ์เธอ พระองค์เจ้าโสมสวลี พระวรราชาทินัดดามาตุ ยิ่งตอกย้ำพลังของทุกคนในชุมชนที่จะต้องช่วยกันประคับประคองเยาวชน เพราะที่ผ่านมาพบว่า เยาวชนนั้นมีศักยภาพ มีจิตใจสำนึกต่อชุมชน พร้อมทั้งจะเป็นพลังสำคัญในการสร้างชุมชน ในขณะที่เดียวกัน ปัญหาที่เกิดขึ้นกับการแสดงความคิดเห็นของผู้นำชุมชนและท้องถิ่น มีความจำเป็นที่จะต้องหาทางแก้ไขไปพร้อมกันด้วย เพราะผู้ใหญ่ในท้องถิ่นคือแรงสนับสนุนสำคัญที่ทำให้เยาวชนพัฒนาไปในทิศทางที่สร้างสรรค์ต่อไป (ฉลอง จิตรประดิษฐ์, 2550)

พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดช ทรงตระหนักดีว่าการพัฒนาเยาวชนนั้นเป็นพื้นฐานสำคัญของการพัฒนาชาติ ซึ่งตลอดระยะเวลาที่ผ่านมา พระองค์ทรงห่วงใยในเรื่องดังกล่าว และได้พระราชทานแนวทางเกี่ยวกับการพัฒนาเยาวชน ผ่านพระบรมราโชวาทและพระราชดำรัสให้สังคมไทยดำเนินรอยตามตลอดมา มีใจความตอนหนึ่งของพระบรมราโชวาทที่พระราชทานแก่คณะเยาวชนจาก 20 จังหวัด เมื่อ วันที่ 6 เมษายน พ.ศ. 2512 มีใจความว่า (มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์, 2539)

“ผู้ที่เป็นเยาวชนที่จะต้องทำหน้าที่สำหรับรักษาบ้านเมืองต่อไปเมื่อเป็นผู้ใหญ่ เมื่ออายุถึงขั้นที่จะเรียกว่าเป็นผู้ใหญ่ ได้เล่าเรียนมาแล้วเพื่อให้ปฏิบัติงานของชาติได้ต่อไป ก็ต้องเตรียมตัวเพื่อปฏิบัติงานนั้น ในเวลานี้ก็ต้อง

หาความรู้ใส่ตัว ฝึกฝนจิตใจ ฝึกฝนความคิดที่ดี เพื่อให้เข้าใจ ให้มีความคิด
พิจารณา ให้มีเหตุผลที่แน่นแฟ้น มีเหตุผลที่จะใช้การได้ เพื่อแยกสิ่งที่ดีที่ควรทำ
จากสิ่งที่ไม่ดีที่ไม่ควรทำ ฉะนั้น หน้าทีของเยาวชนก็คือเรียนรู้ แล้วก็นอกจาก
เรียนรู้คือเมื่อเรียนแล้ว ก็เริ่มช่วยกันสร้างความมั่นคงแก่บ้านเมือง โดยใช้ความรู้
ที่ได้มาให้เป็นประโยชน์พัฒนาบ้านเมืองให้มั่นคง”

จะเห็นได้ว่าพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ทรงเห็นความสำคัญของการพัฒนาเยาวชนเป็น
อย่างยิ่ง ทรงห่วงใยและให้ความช่วยเหลือเสมอมา ครั้นมีกิจกรรมใดที่เป็นประโยชน์แก่เยาวชน
พระองค์ก็ทรงสนพระทัยเป็นอย่างยิ่ง เพื่อให้พวกเขาเติบโตเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์และมีจิตใจ
งดงาม

การอบรมสั่งสอนให้เยาวชนเป็นคนดีต้องอาศัยความรักและความเอื้ออาทร เนื่องจาก
ความรักและความเอื้ออาทรเปรียบเสมือนแรงดึงดูด เป็นแหล่งพลังสร้างสรรค์ความคิด และลด
ภาวะความตึงเครียดให้ผ่อนคลาย แปรสภาพของบุตรที่ตื้อตึงให้มีความพอดีสามารถอยู่ร่วมกันกับ
สังคมได้

เป็นที่ยอมรับกันโดยทั่วไปว่า ความผาสุกจะเกิดขึ้นได้ก็ต่อเมื่อเยาวชนอยู่ในครอบครัวที่มี
การเลี้ยงดูด้วยความรัก ความเมตตา ความเอาใจใส่และความห่วงใย ถ้าผู้ปกครองไม่สามารถเติม
เต็มความต้องการเหล่านี้ได้แล้ว เด็กและเยาวชนก็จะรู้สึกว่ตนเองมีปมด้อย มีความน้อยเนื้อต่ำใจ
ซึ่งจะเป็นพลังผลักดันให้เขาเหล่านั้นกลายเป็นคนไม่ดีและเป็นปัญหาของสังคม ซึ่งนับวันจะยิ่งทวี
ความรุนแรงมากขึ้นเรื่อย ๆ トラบใดที่ทุกคนไม่เห็นความสำคัญของสถาบันครอบครัว ดังคำกล่าว
ของ ศ.ดร.สุชาติ ฐาธาธำรงเวช รัฐมนตรีว่าการกระทรวงศึกษาธิการ ที่ได้กล่าวไว้ว่า เป็นหน้าที่ของ
โรงเรียนและผู้ปกครองที่จะต้องดูแลเยาวชนอย่างใกล้ชิด ทั้งนี้โลกในปัจจุบันคือโลกแห่งเทคโนโลยี
ซึ่งเด็กจะดีหรือไม่ดีได้ขึ้นอยู่กับผู้ปกครอง (ทนายธรรม ศิริบุญ, 2555)

ปัจจุบันปัญหาเยาวชนที่กระทำความผิดมีเพิ่มมากขึ้นเรื่อย ๆ โดยปรากฏในลักษณะ
หลากหลายรูปแบบ มีตั้งแต่ความผิดทางศีลธรรมเล็ก ๆ น้อย ๆ ไปจนถึงการกระทำความผิด
กฎหมายบ้านเมือง เช่น มีพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมต่อสถานะความเป็นเยาวชน ลักขโมย ล่วง
ละเมิดทางเพศ มีพฤติกรรมความก้าวร้าว การใช้สารเสพติด การยกพวกตีกันของนักเรียนอาชีว
ศึกษา การก่อคดีฆาตกรรม ซึ่งการกระทำความผิดของเยาวชนส่วนใหญ่เกิดจากสาเหตุและปัจจัย
ต่าง ๆ ทั้งสภาวะร่างกาย สภาพครอบครัว และสภาพแวดล้อม ดังนั้นการแก้ไขปัญหาคือต้องแก้ไขที่
ต้นเหตุอย่างเป็นระบบ ไม่ใช่มอบอำนาจหน้าที่ให้กับกระบวนการยุติธรรมเข้ามาจัดการ โดยการ
ตัดสินว่าผิดจากนั้นก็กำหนดบทลงโทษ ซึ่งวิธีนี้จะไม่สามารถแก้ไขปัญหาวินัยยาวได้ อีกทั้งยัง

เป็นการสร้างตราบาปให้แก่เยาวชนด้วย แม้ว่าเขาจะพ้นโทษมาแล้ว แต่สิ่งนี้ก็จะปมอยู่ในใจเขาตลอดชีวิต (การพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์, 2554)

พฤติกรรมความก้าวร้าวเป็นพฤติกรรมตามวัยอย่างหนึ่งของวัยรุ่น เพราะวัยรุ่นเป็นวัย หัวเลี้ยวหัวต่อของชีวิตเด็ก วัยนี้จะมีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วทั้งในด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา โดยเฉพาะด้านอารมณ์จะมีการเปลี่ยนแปลงง่าย สับสน อ่อนไหว มีความเข้มข้นของอารมณ์สูง อารมณ์ไม่มั่นคง เปลี่ยนแปลงง่ายอย่างรวดเร็ว มักแสดงออกโดยไม่กลั่นกรอง ขาดการยั้งคิด เมื่อเกิดความรู้สึกอย่างไรก็มักแสดงออกมาทันทีโดยไม่มีการยับยั้งชั่งใจ จะเห็นได้ว่าวัยรุ่นเป็นวัยที่มีโอกาสแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวได้มากที่สุด โดยเฉพาะแล้ววัยรุ่นจะมีช่วงอายุระหว่าง 10-19 ปี (กรมสุขภาพจิต, 2545) ซึ่งแบ่งออกเป็น 3 ระยะ คือ วัยรุ่นตอนต้นมีอายุระหว่าง 10-13 ปี วัยรุ่นตอนกลางมีอายุระหว่าง 14-16 ปี และวัยรุ่นตอนปลายมีอายุระหว่าง 17-19 ปี โดยเด็กวัยรุ่นที่อายุน้อยที่สุดจะก้าวร้าวที่สุด มีความคับข้องใจสูงทุกด้าน และมีความรู้สึกเป็นหมู่พวกสูงที่สุด (สุภา มาลากุล ณ อยุธยา, 2540)

เกษม ตันติผลาชีวะ (2550) กล่าวถึงสภาพปัญหาพฤติกรรมความก้าวร้าวของวัยรุ่นว่า จากข่าวคราวที่ปรากฏ ยังไม่เคยพบว่าเด็กนักเรียนชั้นประถมหรืออนุบาลยกพวกตีกันเลย แต่พวกที่เกิดเรื่องราวบ่อยที่สุดมักเป็นวัยรุ่น ซึ่งอายุอยู่ในวัย 15-19 ปี ถ้าหากอธิบายตามหลักจิตวิทยา วัยรุ่นในกลุ่มอายุดังกล่าว เป็นวัยที่มีการรวมกลุ่มกันมากที่สุด เป็นวัยที่มีการเลียนแบบเพื่อนฝูง และให้ความสำคัญกับกลุ่มเพื่อนมากกว่าวัยอื่น เป็นวัยที่มีพลังและแรงขับ (drives) ต่าง ๆ มีความรุนแรงมากอันเป็นผลจากฮอร์โมนเพศที่มีการเปลี่ยนแปลงเพิ่มขึ้น เพื่อปรับตัวเป็นผู้ใหญ่ที่สามารถเจริญพันธุ์ได้ต่อไป ในส่วนพัฒนาการทางจิตใจของวัยรุ่น มีภารกิจที่จะต้องแสวงหาเอกลักษณ์ (identity) ของตน นั่นคือจะต้องมีจุดยืนของตนเอง ต้องกำหนดค่านิยมทิศทางในอนาคต ตลอดจนอุปนิสัยเพื่อสร้างเป็นบุคลิกภาพของตนเองที่ถาวรต่อไป

นอกจากนี้ ทิวา วงศ์ธนาภา (2539) ได้กล่าวถึงปัจจัยเชิงสาเหตุของการเกิดเหตุทะเลาะวิวาทของเด็กวัยรุ่นดังนี้ คือ 1) เกิดจากการถูกทำร้ายร่างกายมาก่อน 2) เกิดจากการเป็นศัตรูคู่อาฆาต 3) เกิดจากความต้องการอวดให้รุ่นน้องเห็น 4) เกิดจากเทศกาล 5) เกิดจากประเพณีและพิธีกรรม เช่น เพื่อสร้างให้เกิดความรู้สึกศักดิ์ศรีหรือความยิ่งใหญ่ของสถาบัน และ 6) เกิดจากความรู้สึกเสียศักดิ์ศรี ซึ่งทั้ง 6 ประเด็นเป็นกระบวนการที่ถูกสร้างขึ้นจากกลไกทางสังคม สังคมจนกลายเป็นประเพณีปฏิบัติสืบทอดต่อกันมาโดยเฉพาะการให้ความหมายและการตีความของการก่อเหตุทะเลาะวิวาทเป็นเรื่องปกติธรรมดาที่สามารถเกิดขึ้นได้ควบคู่กับการดำเนินชีวิตของวัยรุ่น

นักเรียนนักศึกษาในกลุ่มที่กระทำความผิดในเรื่องการทะเลาะวิวาทนั้นส่วนใหญ่เกิดขึ้นกับนักเรียนนักศึกษาอาชีวะ โดยเฉพาะประเภทวิชาอุตสาหกรรม แต่ไม่ค่อยพบในประเภทวิชาอื่น เช่น ประเภทวิชาพาณิชยกรรม/ บริหารธุรกิจ ประเภทวิชาศิลปกรรม ประเภทวิชาคหกรรม ประเภทวิชาเกษตรกรรม ประเภทวิชาอุตสาหกรรมท่องเที่ยว ประเภทวิชาอุตสาหกรรมสิ่งทอ เป็นต้น และยังคงกล่าวเพิ่มเติมถึงสาเหตุดังกล่าวอีกว่า กลุ่มที่ไม่ค่อยมีปัญหาการทะเลาะวิวาทส่วนใหญ่เป็นนักเรียนหญิงมากกว่านักเรียนชาย หรือเป็นโรงเรียนสหศึกษา ซึ่งทำให้นักเรียนเหล่านี้มีโอกาสฝึกทักษะด้านสังคมมากกว่า จึงทำให้สามารถควบคุมพฤติกรรมความก้าวร้าวได้ดีกว่า ส่วนนักเรียนหญิงส่วนใหญ่มักใช้วาจามากกว่าใช้กำลังทำร้ายกัน กลุ่มที่มีปัญหาส่วนใหญ่มักอยู่ในโรงเรียนชายล้วน มีความคับข้องใจ (frustration) ในด้านการแสดงออกของพฤติกรรมมารยาทจากผู้อื่น (เกษม ตันติผลาชีวะ, 2550) นอกจากนี้ เตือนใจ ชาลี (2539) ให้คำอธิบายปรากฏการณ์ของการทะเลาะวิวาทโดยพิจารณากระบวนการทางสังคมที่เป็นเงื่อนไขต่อการเกิดขึ้นและดำรงอยู่ของปรากฏการณ์การทะเลาะวิวาท กระบวนการในการสร้างโลกทัศน์ การให้เหตุผลและความหมาย การกระทำของนักเรียนอาชีวศึกษา ซึ่งเป็นการทำความเข้าใจในบริบททางสังคมและวัฒนธรรมที่ก่อให้เกิดรูปแบบจิตสำนึกของนักเรียนอาชีวศึกษา จากคำอธิบายดังกล่าว แสดงให้เห็นว่า ปัญหาการทะเลาะวิวาทไม่ใช่ปัญหาในระดับปัจเจกบุคคลเท่านั้น แต่เป็นความรู้สึกนึกคิดในเชิงสถาบัน ซึ่งมีกระบวนการสร้างหรือหล่อหลอมจนถึงขั้นครอบงำ เป็นกระบวนการเรียนรู้จากการปฏิสังสรรค์ทางสังคมอาชีวศึกษาที่ได้สร้างอัตลักษณ์ของตนเอง มีกลุ่มอ้างอิงที่เป็นตัวกำหนดมาตรฐานของความถูกต้อง คือ ระบบรุ่นพี่และรุ่นน้องที่มีพัฒนาการมาอย่างยาวนานในโลกของนักเรียนอาชีวศึกษา

สถานการณ์การใช้ความก้าวร้าวของเยาวชนเพิ่มความรุนแรงมากขึ้นเรื่อย ๆ มีหลายองค์กรที่ได้ยื่นมือเข้ามาช่วยแก้ไขปัญหาต่าง ๆ เสนอแนะแนวทางในการแก้ไข แต่ก็ดูเหมือนสถานการณ์ไม่ได้คลี่คลายลงแม้แต่น้อย แต่กลับทำให้การใช้ความก้าวร้าวเพิ่มมากขึ้นกว่าเดิมด้วยซ้ำ มีการใช้อาวุธต่าง ๆ เช่น มีด ไม้ ปืน บวกกับกลวิธีการต่อสู้ต่าง ๆ เพื่อให้ได้เปรียบคู่ต่อสู้ต่างสถาบันมากที่สุด ซึ่งการใช้ความก้าวร้าวไม่เพียงแต่ทำให้ได้รับบาดเจ็บเท่านั้น บางครั้งอาจทำให้เสียชีวิต อีกทั้งยังทำลายชื่อเสียงของสถาบันอีกด้วย จากเหตุการณ์ดังกล่าวส่งผลต่อวิถีการดำเนินชีวิตของคนในชุมชนที่ก่อเหตุทะเลาะวิวาทด้วย ซึ่งดูเหมือนจะผูกขาดการก่อเหตุทะเลาะวิวาทไม่ว่าระหว่างเพื่อนร่วมสถาบัน หรือต่างสถาบันมาช้านาน โดยเฉพาะอย่างยิ่งเด็กนักเรียนชายจากสถาบันการอาชีวศึกษา ที่นับวันจะทวีความรุนแรงมากขึ้น (ชินฤทัย กาญจนะจิตรา และคณะ, 2550) ซึ่งตลอดปี พ.ศ. 2549 ต่อเนื่องปี พ.ศ. 2550 เกิดความถี่ของการใช้ความรุนแรงในโรงเรียน

มากยิ่งขึ้นจากข้อมูลทำให้ทราบว่าการทะเลาะวิวาทด้วยการใช้อาวุธระหว่างนักเรียนอาชีวศึกษาต่างสถาบันถึงขั้นเสียชีวิต แล้วยังมีเหตุการณ์ที่นักเรียนหญิงตบตีกันเองจนเลือดตกยางออก ครูลงโทษนักเรียนด้วยความรุนแรงทั้งทางกายและทางจิตใจ นำมาซึ่งคำถามที่ว่า โรงเรียนยังเป็นสถานที่ปลอดภัยสำหรับเด็กอยู่หรือเปล่า (การพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์, 2554)

ความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาที่เกิดขึ้นในปัจจุบันพบว่า การแก้ไขปัญหาดังกล่าวยังไม่ดีพอเท่าที่ควร สังเกตได้จากยังมีการก่อเหตุทะเลาะวิวาทอยู่เสมอและยิ่งทวีความรุนแรงมากขึ้นเรื่อย ๆ มีหลายหน่วยงานทั้งภาครัฐและเอกชนได้ยื่นมือเข้ามาให้การช่วยเหลือด้วยวิธีการต่าง ๆ ทั้งการแก้ไขเชิงนโยบาย เช่น การนำนักเรียนอาชีวศึกษาที่กระทำความผิดไปเข้าค่ายทหารหรือการใช้ธรรมะบำบัดเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ซึ่งการแก้ไขปัญหาดังกล่าวนั้นเน้นการแก้ไขเพียงมิติเดียวไม่ครอบคลุมถึงสาเหตุของการกระทำความผิด หรือแม้กระทั่งมีการกำหนดมาตรการในการป้องกัน แก้ไขและฟื้นฟู รวมถึงการสะท้อนความคิดเชิงเหตุปัจจัยของการเกิดเหตุทะเลาะวิวาท ได้แก่ การไม่ให้การสนับสนุนและเห็นความสำคัญของปัญหาของผู้บริหาร การประสานงานและความร่วมมือระหว่างสถานศึกษากับหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ความพร้อมในการปฏิบัติงานของหน่วยงานสถานศึกษาในด้านบุคลากรและอุปกรณ์ประกอบการทำงาน บุคคลที่เกี่ยวข้องขาดความร่วมมือในการปฏิบัติ และมาตรการที่กำหนดไว้ไม่สอดคล้องกับปัญหาที่เกิดขึ้นจริง ซึ่งมาตรการดังกล่าวมาข้างต้น ไม่ได้แก้ไขปัญหที่เกิดจากสภาพของจิตใจ อีกทั้งไม่มีการศึกษาข้อมูลเชิงลึกหรือข้อมูลเชิงประจักษ์เพื่อนำมาใช้แก้ไขปัญหที่เกิดขึ้น ซึ่งการแก้ไขปัญหากการใช้ความก้าวร้าวดังกล่าวนี้ควรมีรูปแบบของกิจกรรมที่มีความหลากหลายไม่ซ้ำซาก ไม่ว่าจะเป็นการใช้กิจกรรมนันทนาการที่มีความหนักพอประมาณเพื่อให้สามารถระบายออกของอารมณ์ความก้าวร้าวได้บวกกับการใช้จิตวิทยาในเรื่องของการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมทางปัญญาเพื่อช่วยลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนนักศึกษาในระดับอาชีวศึกษา

กิจกรรมนันทนาการเป็นกิจกรรมที่ช่วยเสริมสร้างพลังชีวิต เพราะในแต่ละวันนั้นมนุษย์ต้องใช้พลังงานจำนวนมากไปกับกิจวัตรประจำเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ กิจกรรมนันทนาการจะช่วยเรียกพลังเหล่านั้นให้กลับคืนมาอีกครั้งหนึ่ง ก่อให้เกิดความสดชื่นช่วยทำให้ร่างกายและจิตใจเป็นปกติสามารถตอบสนองความสุขของมนุษย์ได้อย่างแท้จริง ซึ่งมนุษย์จะใช้เวลาว่างเพื่อเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในรูปแบบที่หลากหลายด้วยความสมัครใจก่อให้เกิดความสุข ความสนุกสนาน และความสงบแก่ชีวิต ได้แก่ 1) กิจกรรมนันทนาการศิลปะหัตถกรรม 2) กิจกรรมนันทนาการการเล่นพื้นบ้าน 3) กิจกรรมนันทนาการการพักผ่อนและกิจกรรมเข้าจังหวะ 4) กิจกรรมนันทนาการพัฒนาจิตใจและความสงบสุข 5) กิจกรรมนันทนาการการละคร 6) กิจกรรมนันทนาการ

งานอดิเรก 7) กิจกรรมนันทนาการดนตรีและร้องเพลง 8) กิจกรรมนันทนาการทางสังคม 9) กิจกรรมนันทนาการภาษาและวรรณกรรม 10) กิจกรรมนันทนาการอาสาสมัคร 11) กิจกรรมนันทนาการสุขภาพและสมรรถภาพและ 12) กิจกรรมนันทนาการมนุษยสัมพันธ์ (สมบัติ กาญจน กิจ, 2548)

การเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการต้องเกี่ยวข้องกับกิจกรรมในรูปแบบใดรูปแบบหนึ่งเสมอ ผู้เข้าร่วมกิจกรรมจะใช้พลังงานทั้ง 3 ด้าน คือ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านสมองไปพร้อมกัน ไม่อาจแบ่งแยกออกจากกันได้อย่างเด็ดขาด ซึ่งคุณค่าของการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ ย่อมก่อให้เกิดความสุขแก่ทั้งตนเองและบุคคลรอบข้าง ดังต่อไปนี้ 1) ช่วยให้คุณและชุมชนได้รับความสุขสนุกสนานในชีวิต 2) รู้จักใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ 3) ช่วยป้องกันปัญหาอาชญากรรม และพฤติกรรมความเบี่ยงเบนของเยาวชน 4) ช่วยพัฒนาให้มีพฤติกรรมในการดำเนินชีวิตไปในทางที่พึงประสงค์ 5) ส่งเสริมความเป็นพลเมืองดี 6) ส่งเสริมการพัฒนาอารมณ์สุข 7) ส่งเสริมมนุษยสัมพันธ์และการทำงานเป็นทีม

จะเห็นได้ว่าคุณค่าของกิจกรรมนันทนาการนั้นมีมากมาย ทั้งคุณค่าแก่ตนเอง สังคมและประเทศชาติ เป็นคุณค่าที่สามารถหาได้จากการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการที่มีความหลากหลาย เพื่อส่งเสริมให้เกิดกระบวนการเรียนรู้ ได้รับความสนุกสนานเพลิดเพลิน ความกล้าแสดงออก การเป็นผู้นำและผู้ตามที่ดี ช่วยผ่อนคลายความตึงเครียด ช่วยส่งเสริมสุขภาพจิต และช่วยพัฒนาทักษะด้านต่าง ๆ เช่น ทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐาน ทักษะทางด้านภาษา ทักษะการอยู่ร่วมกับผู้อื่น เป็นต้น สิ่งเหล่านี้ย่อมจะส่งผลดีต่อการดำเนินชีวิตร่วมกันกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างเป็นปกติสุข

การปรับพฤติกรรมทางปัญญา เป็นกระบวนการนำหลักการแห่งพฤติกรรม มาประยุกต์ใช้เพื่อเปลี่ยนแปลงหรือแก้ไขพฤติกรรมความก้าวร้าวด้วยเทคนิคการพูดกับตนเองในทางที่ดี เทคนิคการหยุดความคิด เทคนิคการตั้งเป้าหมาย เทคนิคการคิดไปข้างหน้า เทคนิคการหายใจ-การนับในใจ และเทคนิคการเสริมแรงทางบวก ซึ่งเทคนิคเหล่านี้จะช่วยปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและพัฒนาพฤติกรรมใหม่ที่พึงประสงค์ของนักเรียนอาชีวศึกษาที่มีพฤติกรรมความก้าวร้าวโดยการจัดเงื่อนไขของสิ่งเร้า และผลกรรมของพฤติกรรมผ่านกระบวนการทางปัญญา เพื่อทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงของพฤติกรรมให้ดียิ่งขึ้น (วัลลภา จันทร์เพ็ญ, 2544) ดังนั้น วิธีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมทางปัญญาจึงสามารถนำไปใช้ร่วมกับการออกแบบโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวรุนแรงของนักเรียนอาชีวศึกษาได้ และยังมีส่วนในการทำให้เกิดกระบวนการคิดเชิงบวกต่อการอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างมีความสุขอีกด้วย

การใช้กิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวถือเป็นเรื่องที่สำคัญ โดยเฉพาะในเรื่องของการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมทางปัญญาของนักเรียนอาชีวศึกษา กล่าวคือ เน้นการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่เกิดขึ้นจากความคิดทางจิตใจ ซึ่งเป็นตัวแปรที่สำคัญต่อการแสดงออกของพฤติกรรมความก้าวร้าว เนื่องจากการตอบสนองของบุคคลนั้นไม่ได้ขึ้นอยู่กับสภาพแวดล้อมที่เป็นจริง แต่ขึ้นอยู่กับสภาพแวดล้อมที่รับรู้ ซึ่งสามารถนำไปใช้กับผู้ที่พฤติกรรมความก้าวร้าว ความผิดปกติทางจิต หรือผู้ที่มีความวิตกกังวลสูงในกลุ่มนักเรียนอาชีวศึกษาที่มีพฤติกรรมแสดงออก โดยการใช้ความรุนแรง

โปรแกรมกิจกรรมนันทนาการโดยบูรณาการแนวความคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาจะช่วยให้เกิดการเชื่อมโยงของการเรียนรู้โดยการผสมผสานและสัมพันธ์ระหว่างกิจกรรมนันทนาการกับการปรับพฤติกรรมทางปัญญาในรูปแบบที่เอื้อต่อการนำไปใช้กับชีวิต ช่วยให้นักเรียนอาชีวศึกษาเข้าใจสภาพและปัญหาสังคมได้ดียิ่งขึ้น การกระทำหรือปรากฏการณ์ต่าง ๆ ในสังคมเป็นผลรวมจากหลาย ๆ สาเหตุ การที่เข้าใจปัญหาใดและสามารถแก้ปัญหานั้นได้ ควรพิจารณาปัญหาและที่มาของปัญหาอย่างกว้าง ๆ ใช้ความรู้จากหลายวิทยาการมาสัมพันธ์กันเพื่อสร้างความเข้าใจใหม่ ช่วยให้การจัดกิจกรรมนันทนาการมีคุณค่ามากขึ้นโดยบูรณาการแนวความคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา แทนที่จะเป็นขบวนการถ่ายทอดความรู้หรือสาระแต่เพียงประการเดียว แต่กลับเน้นการพัฒนาทักษะที่จำเป็นเพื่อให้เกิดความคิดรวบยอดที่ถูกต้อง และสามารถปลูกฝังค่านิยมที่พึงปรารถนาได้

ด้วยเหตุผลดังกล่าวทำให้ผู้วิจัยสนใจที่จะศึกษา การพัฒนาโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการโดยบูรณาการแนวความคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษา โดยใช้กระบวนการวิจัยเชิงคุณภาพผสมเชิงปริมาณ เพื่อให้เข้าใจสภาพของนักเรียนอาชีวศึกษาในลักษณะองค์รวม และเพื่อนำผลของการจัดกิจกรรมนันทนาการไปใช้แก้ปัญหาพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาแบบองค์รวม จากรายงานการวิจัยที่ผ่านมายังไม่ปรากฏการวิจัยในลักษณะการใช้กิจกรรมนันทนาการกับนักเรียนอาชีวศึกษาอย่างแท้จริง อีกทั้งยังขาดการนำไปใช้ในระบับนโยบายเพื่อแก้ไขปัญหที่เกิดขึ้นอันเป็นปัญหาที่ส่งผลกระทบต่อการพัฒนาชาติต่อไป

1.2 คำถามการวิจัย

1) โปรแกรมกิจกรรมนันทนาการโดยบูรณาการแนวความคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาจะสามารถช่วยลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาได้หรือไม่ อย่างไร

2) โปรแกรมกิจกรรมนันทนาการโดยบูรณาการแนวความคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาที่ได้รับการพัฒนาแล้วสามารถลดพฤติกรรมความก้าวร้าวได้หรือไม่ อย่างไร

3) พฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษา ระหว่างกลุ่มที่เข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการโดยบูรณาการแนวความคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญากับกลุ่มควบคุม จะแตกต่างกันหรือไม่อย่างไร

1.3 วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1) เพื่อพัฒนาโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการโดยบูรณาการแนวความคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษา

2) เพื่อศึกษาผลของการใช้โปรแกรมกิจกรรมนันทนาการโดยบูรณาการแนวความคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษา

3) เพื่อเปรียบเทียบผลของโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการโดยบูรณาการแนวความคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาเพื่อลดความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษา ก่อนการทดลอง ระหว่างการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

1.4 สมมติฐานของการวิจัย

1) นักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการโดยบูรณาการแนวความคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญามีพฤติกรรมความก้าวร้าวน้อยกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการโดยบูรณาการแนวความคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา

2) นักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการโดยบูรณาการแนวความคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญามีพฤติกรรมความก้าวร้าวทางกายน้อยกว่านักเรียนกลุ่มควบคุม

3) นักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการโดยบูรณาการแนวความคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญามีพฤติกรรมความก้าวร้าวทางวาจาน้อยกว่านักเรียนกลุ่มควบคุม

1.5 ข้อตกลงเบื้องต้น

นักเรียนอาชีวศึกษาดำเนินการทดลองการวิจัยตามขั้นตอนด้วยความสนใจและเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการด้วยความสมัครใจตามโปรแกรมที่ผู้วิจัยได้ออกแบบ

1.6 ขอบเขตของการวิจัย

การวิจัยในครั้งนี้ผู้วิจัยใช้กลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช.) ชั้นปีที่ 1 หลักสูตรประกาศนียบัตรวิชาชีพ พุทธศักราช 2556 เทคโนโลยีช่างกลพณิชยการนครราชสีมา จังหวัดนครราชสีมา จำนวน 60 คน อายุ ระหว่าง 15- 19 ปี ที่มีพฤติกรรมความก้าวร้าวในระดับปานกลาง (2.50– 3.49) โดยดูจากแฟ้มประวัตินักเรียน สภาพครอบครัว และการแสดงออกของพฤติกรรม จำนวน 60 คน อายุ ระหว่าง 15- 19 ปี จากนั้นผู้วิจัยได้ทำการจับสลากแบ่งกลุ่มออกเป็น 2 กลุ่ม คือ เป็นกลุ่มทดลอง 30 คน และกลุ่มควบคุม 30 คน โดยใช้ระยะเวลาในการวิจัย 16 ครั้ง ครั้งละ 90 นาที ในวันจันทร์ วันพุธ และวันศุกร์ ซึ่งทั้งหมดจะต้องเป็นนักเรียนที่มีความสนใจและเข้าร่วมกิจกรรมด้วยความสมัครใจเท่านั้น

1.7 คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย

โปรแกรมกิจกรรมนันทนาการ หมายถึง โปรแกรมที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นมาเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาอันประกอบไปด้วย

1) กิจกรรมนันทนาการศิลปะหัตถกรรม เพื่อให้ให้นักเรียนอาชีวศึกษาที่มีพฤติกรรมความก้าวร้าวเกิดการเรียนรู้และแสดงพฤติกรรมอย่างสร้างสรรค์ ช่วยให้จิตใจได้ผ่อนคลายความเครียด และมีความสุข ประกอบด้วย 1) กิจกรรมปั้นดินให้เป็นดาว 2) กิจกรรมงานประดิษฐ์หรรษา

2) กิจกรรมนันทนาการเกมและกีฬา เพื่อให้ให้นักเรียนอาชีวศึกษาที่มีพฤติกรรมความก้าวร้าวเกิดกระบวนการเรียนรู้ตนเองและผู้อื่น ความกล้าแสดงออก การเป็นผู้นำและผู้ตามที่ดี ช่วยส่งเสริมสุขภาพจิต ซึ่งจะมีผลต่อการดำเนินชีวิตร่วมกับผู้อื่นได้อย่างเป็นปกติสุข ประกอบด้วย

1) กิจกรรมชิงชัยแทงซูมทรัพย์สุดขอบฟ้า 2) กิจกรรมวอลเลย์บอลล์ฟี่และน้องสัมพันธ์ 3) กิจกรรมตกหลุมรัก 4) กิจกรรมกระสอบน้อยคอยรัก 5) กิจกรรมกู่ระเบิด

3) กิจกรรมนันทนาการพัฒนาจิตใจและความสงบสุข เพื่อให้ให้นักเรียนอาชีวศึกษาที่มีพฤติกรรมความก้าวร้าวเกิดความสุขทางจิต รู้จักใช้คุณค่าที่ได้จากกิจกรรมนันทนาการเพื่อสร้างความสุขให้กับผู้ที่ได้เข้าร่วม และช่วยส่งเสริมการแสดงออกแห่งตนอย่างถูกต้องและสร้างสรรค์ ประกอบด้วย 1) กิจกรรมวาดภาพระบายสีอย่างสร้างสรรค์ 2) กิจกรรมจิตสงบด้วยดนตรี

4) กิจกรรมนันทนาการการละคร เพื่อให้ให้นักเรียนอาชีวศึกษาที่มีพฤติกรรมความก้าวร้าว รู้จักการสื่อความหมายผ่านการแสดงที่ผูกเป็นเรื่องราว เพื่อสนองความต้องการทางอารมณ์ ก่อให้เกิดอารมณ์สะเทือนใจ ทำให้ได้ประสบการณ์และเข้าใจชีวิตในแง่มุมที่หลากหลายมากยิ่งขึ้น ประกอบด้วย 1) กิจกรรมละครใบ้ 2) กิจกรรมเล่าเรื่อง& เรื่องเล่า

5) กิจกรรมนันทนาการดนตรีและร้องเพลง เพื่อให้นักเรียนอาชีวศึกษาที่มีพฤติกรรมความก้าวร้าวเกิดความสุข ความสนุกสนานรื่นเริง ช่วยผ่อนคลายความเครียด และเป็นสื่อกลางในการถ่ายทอดอารมณ์ความรู้สึกให้ผู้อื่นเกิดความพึงพอใจ ได้แก่ กิจกรรมเคลื่อนไหวตามเสียงดนตรี

6) กิจกรรมนันทนาการภาษาและวรรณกรรม เพื่อให้นักเรียนอาชีวศึกษาที่มีพฤติกรรมความก้าวร้าวเกิดการพัฒนาทางด้านความคิด เสริมสร้างสติปัญญาในห้วงยามผ่านวรรณกรรม ประกอบด้วย 1) กิจกรรมใบคำหรรษา 2) กิจกรรมการโต้วาที 3) กิจกรรมต่อเพลงเรียงใจ

7) กิจกรรมนันทนาการอาสาสมัคร เพื่อให้นักเรียนอาชีวศึกษาที่มีพฤติกรรมความก้าวร้าวเกิดการเห็นคุณค่าของตนเอง พัฒนาจิตใจของกลุ่มทดลองให้มีความมั่นคงสูง ได้เรียนรู้ทักษะการทำงานใหม่ ๆ อันเป็นการเพิ่มศักยภาพอาชีพการงานในอนาคต ได้แก่ กิจกรรมบ้านหลังที่ 2

การปรับพฤติกรรมทางปัญญา หมายถึง การนำหลักการแห่งพฤติกรรม มาประยุกต์ใช้เพื่อเปลี่ยนแปลงหรือแก้ไขพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาอย่างเป็นระบบ ประกอบด้วย

- | | |
|-----------------------------------|----------------------------|
| 1) เทคนิคการพูดกับตนเองในทางที่ดี | 2) เทคนิคการหยุดความคิด |
| 3) เทคนิคการตั้งเป้าหมาย | 4) เทคนิคการคิดไปข้างหน้า |
| 5) เทคนิคการหายใจ-การนับในใจ และ | 6) เทคนิคการเสริมแรงทางบวก |

โปรแกรมกิจกรรมนันทนาการโดยบูรณาการแนวความคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา หมายถึง การประสานกลมกลืนกันของการจัดกิจกรรมนันทนาการที่เชื่อมโยงกับเทคนิคการปรับพฤติกรรมทางปัญญาเพื่อนำมาใช้ลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษา ประกอบด้วย

1) กิจกรรมนันทนาการศิลปหัตถกรรม บูรณาการแนวความคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาด้วย เทคนิคการหยุดความคิด เทคนิคการคิดไปข้างหน้า เทคนิคการคิดตั้งเป้าหมาย เทคนิคการเสริมแรงทางบวก และเทคนิคการพูดกับตนเองในทางที่ดี

2) กิจกรรมนันทนาการเกมและกีฬา บูรณาการแนวความคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาด้วย เทคนิคการหยุดความคิด เทคนิคการเสริมแรงทางบวก เทคนิคการตั้งเป้าหมาย เทคนิคการคิดไปข้างหน้า และเทคนิคการหายใจ- การนับในใจ

3) กิจกรรมนันทนาการพัฒนาจิตใจและความสงบสุข บูรณาการแนวความคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาด้วย เทคนิคการหยุดความคิด เทคนิคการคิดไปข้างหน้า เทคนิคการคิดตั้งเป้าหมาย และเทคนิคการเสริมแรงทางบวก

4) กิจกรรมนันทนาการการละคร บูรณาการแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาด้วย เทคนิคการหยุดความคิด เทคนิคการคิดตั้งเป้าหมาย และเทคนิคการเสริมแรงทางบวก

5) กิจกรรมนันทนาการดนตรีและร้องเพลง บูรณาการแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาด้วย เทคนิคการหยุดความคิด เทคนิคการคิดตั้งเป้าหมาย และเทคนิคการคิดไปข้างหน้า

6) กิจกรรมนันทนาการภาษาและวรรณกรรม บูรณาการแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาด้วย เทคนิคการหยุดความคิด เทคนิคการคิดตั้งเป้าหมาย เทคนิคการเสริมแรงทางบวก และเทคนิคการคิดไปข้างหน้า

7) กิจกรรมนันทนาการอาสาสมัคร บูรณาการแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาด้วย เทคนิคการหยุดความคิด เทคนิคการตั้งเป้าหมาย และเทคนิคการคิดไปข้างหน้า

พฤติกรรมความก้าวร้าว หมายถึง การกระทำหรือการแสดงออกเพื่อต้องการให้ผู้อื่น เข้าใจหรือยอมรับความรู้สึกและความคิดของตนเอง กับความก้าวร้าวที่เกิดจากการแก้ไขปัญหาที่เกิดจากความคับข้องใจ จึงแสดงพฤติกรรมที่รุนแรงออกมาทั้งทางกายและทางวาจา เพื่อขจัดปัญหาที่เกิดขึ้นให้ตนเองและบุคคลอื่นโดยขาดความยับยั้งชั่งใจ ได้แก่

1) พฤติกรรมการแสดงออกทางกาย ประกอบด้วย การทุบ การตี การเตะ การถีบ การต่อย การผลัก การกัด การดึงผม การหยิก การชกต่อย การขว้างปาสิ่งของ การเลียนแบบท่าทางความ ผิดปกติหรือข้อบกพร่องทางกายของผู้อื่น การกระชากเสื้อผ้า การขัดขาให้ล้ม การผลักโต๊ะ เก้าอี้ให้ล้ม

2) พฤติกรรมแสดงออกทางวาจา ประกอบด้วย การพูดส่อเสียด การพูดคำที่ไม่เป็น มิตร การพูดเสียงดังเอะอะโวยวาย การพูดจาไม่สุภาพ การพูดจาเยาะเย้ย การล้อชื่อพ่อแม่ผู้อื่น การพูดคำหยาบ การพูดตวาด การพูดตะคอก การพูดจาข่มขู่ การพูดจาดูถูก การพูดจาเสียดสี การพูดจายั่วยุให้หมู่คณะแตกร้าง

นักเรียนอาชีวศึกษา หมายถึง ผู้ที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช.) ชั้นปีที่ 1 หลักสูตรประกาศนียบัตรวิชาชีพ พุทธศักราช 2556 เทคโนโลยีช่างกลพณิชยการ นครราชสีมา จังหวัดนครราชสีมา

1.8 ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย

1) ได้โปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษา โดยบูรณาการแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา สามารถนำผลการทดลองไปใช้ปฏิบัติได้จริง และสามารถนำไปใช้กับนักเรียนนักศึกษาในสถาบันการอาชีวศึกษาอื่นได้

2) ได้ผลของการใช้โปรแกรมกิจกรรมนันทนาการโดยบูรณาการแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษา

3) เป็นแนวทางสำหรับการจัดโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา



บทที่ 2

เอกสารและรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาเรื่อง การพัฒนาโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา ผู้วิจัยได้ทำการศึกษา ค้นคว้าเอกสาร แนวคิด ทฤษฎี หลักการและรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้อง โดยนำเสนอเป็นหัวข้อเพื่อนำมาใช้เป็นแนวทางในการวิจัย ดังต่อไปนี้

2.1 แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการ

2.1.1 ความหมายของกิจกรรมนันทนาการ

2.1.2 คุณลักษณะของกิจกรรมนันทนาการ

2.1.3 คุณค่าของกิจกรรมนันทนาการ

2.1.4 ประเภทของกิจกรรมนันทนาการ

2.2 แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการปรับพฤติกรรมทางปัญญา

2.2.1 แนวคิดของการปรับพฤติกรรมทางปัญญา

2.2.2 ความหมายของการปรับพฤติกรรมทางปัญญา

2.2.3 วิธีการการปรับพฤติกรรมทางปัญญา

2.3 แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมความก้าวร้าว

2.3.1 ความหมายของพฤติกรรมความก้าวร้าว

2.3.2 แนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้องของพฤติกรรมความก้าวร้าว

2.3.3 สาเหตุของความก้าวร้าว

2.3.4 ลักษณะการแสดงออกของพฤติกรรมความก้าวร้าว

2.3.5 ประเภทของพฤติกรรมความก้าวร้าว

2.3.6 แนวทางการจัดการแก้ไขความก้าวร้าว

2.3.7 แนวทางการจัดการแก้ไขความก้าวร้าว

2.4 แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการบูรณาการ

2.4.1 ลักษณะการจัดการเรียนรู้แบบบูรณาการ

2.4.2 รูปแบบของการบูรณาการ

2.4.3 หลักการจัดการเรียนรู้แบบบูรณาการ.

2.5 แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับอาชีวศึกษา

2.5.1 ปรัชญาการจัดการศึกษาเพื่ออาชีพ

2.5.2 นโยบายการอาชีวศึกษา

2.5.3 การจัดการเรียนการสอนอาชีวศึกษา

2.5.4 หลักสูตรประกาศนียบัตรวิชาชีพ พุทธศักราช 2556

2.6 เอกสารและรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้อง

2.7 กรอบแนวคิดการวิจัย

2.1 แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการ

ประวัติศาสตร์ของกิจกรรมนันทนาการ เริ่มปรากฏมาตั้งแต่สมัยอาณาจักรกรีกและโรมัน กล่าวคือ ในสังคมชั้นสูงระดับหัวหน้าเผ่าหรือขุนนางชั้นสูงจะใช้เวลาว่างในการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการต่าง ๆ เพื่อสนองความต้องการ ความพึงพอใจให้กับตนเอง เช่น การเดินทางไปอาบน้ำแร่เพื่อรักษาโรคและส่งเสริมสุขภาพ หรือการเข้าร่วมชมการแข่งขันกีฬาโอลิมปิก (Olympic Games) บนยอดเขาโอลิมปัสในประเทศกรีซ เป็นต้น

ต่อมาในศตวรรษที่ 19 และ 20 ประเทศสหราชอาณาจักรและสหรัฐอเมริกาเริ่มใช้กิจกรรมนันทนาการในสังคมอุตสาหกรรมเครื่องจักร เด็ก ๆ ใช้ประโยชน์จากการเล่นเพื่อนันทนาการ มีทฤษฎีและแนวคิดหลายอย่างที่ใช้เป็นกรอบในการกำหนดคำจำกัดความของนันทนาการ เช่น นันทนาการเป็นการแสดงออกของพลังงานส่วนเกิน นันทนาการเป็นการสร้างความพึงพอใจเพื่อความรัก นันทนาการเป็นการผ่อนคลายความเครียด นันทนาการเป็นกิจกรรมเพื่อส่งเสริมคุณภาพของชีวิต ซึ่ง สมบัติ กาญจนกิจ (2544) ได้กล่าวไว้ว่า จุดเริ่มต้นของทฤษฎีนันทนาการ คือนันทนาการเป็นกิจกรรมที่ผู้ใหญ่เลียนแบบพฤติกรรมการเล่นของเด็ก เพื่อให้เกิดความซาบซึ้งและช่วยพัฒนาอารมณ์สุขของมนุษย์ และยังได้กล่าวเพิ่มเติมไว้อีกว่า กิจกรรมนันทนาการเป็นกิจกรรมที่ช่วยผ่อนคลายความตึงเครียดหลังจากการทำงานที่เหน็ดเหนื่อยเพื่อเรียกความสดชื่นให้กลับคืนมา นอกจากนี้ สมบัติ กาญจนกิจ (2548) ยังได้กล่าวเพิ่มเติมในหนังสือหลักนันทนาการไว้ว่า ในปัจจุบันนันทนาการมีรูปแบบที่ซับซ้อนมากขึ้น กล่าวคือ กิจกรรมนันทนาการเป็นกระบวนการที่ก่อให้เกิดความสุขในชีวิตและช่วยสร้างเสริมคุณภาพชีวิตของคนให้ดีขึ้น และเป็นเครื่องมือในการสร้างสถาบันทางสังคมอีกทางหนึ่ง

นันทนาการนั้น ถึงแม้จะกระทำในช่วงเวลาว่าง และเป็นที่ยู่งกันว่า ก่อให้เกิดความพึงพอใจ ก็ต้องเป็นการกระทำที่จริงจัง มีเป้าหมาย และต้องเกี่ยวข้องกับกิจกรรม ดังนั้น ผู้ที่จะศึกษาเรื่องนี้

ต้องแยกแยะระหว่างกิจกรรมกับเวลาว่างได้ ดังทัศนะของ Numiner (1987) ที่ได้กล่าวไว้ในหนังสือ กิจกรรมยามว่างกับนันทนาการว่า กิจกรรมต่าง ๆ หลายประเภทซึ่งกระทำด้วยตนเองอย่างอิสระ และสนุกสนาน ซึ่งไม่ใช่กิจกรรมที่หวังผลกำไร หรือเพื่อเป้าหมายอื่นใดนอกเหนือจากตัวเอง กิจกรรมเหล่านั้นมีแรงจูงใจเบื้องต้นคือ ความสนใจและทำให้เกิดความพึงพอใจตามมาทันทีไม่มากนักน้อย เวลาว่างคือ เวลาซึ่งเป็นอิสระจากกิจกรรมต่าง ๆ นันทนาการเป็นกิจกรรมประเภทหนึ่งซึ่งกระทำในเวลาว่างเพื่อความสนุกสนาน

นันทนาการ มาจากภาษาละตินว่า Recretio หมายถึง การทำให้สดชื่น มีปรากฏในหนังสือ ประมวลศัพท์บัญญัติวิชาการศึกษา ของกระทรวงศึกษาธิการ ตั้งแต่ พ.ศ. 2521 ซึ่งแต่เดิมคณะกรรมการพิจารณาศัพท์วิชาการศึกษา ของกองวิจัยทางการศึกษา (2521) ได้บัญญัติศัพท์ขึ้นใช้ว่า สันทนาการ ซึ่งมีความหมายไม่ตรงกับรากศัพท์ในภาษาอังกฤษ เมื่อมีประกาศคณะรัฐมนตรีให้ราชบัณฑิตยสถานตั้งคณะกรรมการบัญญัติศัพท์ภาษาไทยขึ้น มีหน้าที่บัญญัติศัพท์ภาษาไทยขึ้นใช้และพิจารณาให้ความเห็นชอบศัพท์ที่หน่วยงานอื่น ๆ จัดทำขึ้น ศัพท์ที่กระทรวงศึกษาธิการจัดทำไว้แล้วจึงต้องส่งมาให้ราชบัณฑิตยสถานรับรอง คณะกรรมการบัญญัติศัพท์ภาษาไทยโดยมีพระยาอนุমানราชธนะ ดำรงตำแหน่งประธานกรรมการบัญญัติศัพท์ภาษาไทย มีความเห็นว่า สันทนาการ เกิดจากการนำคำว่า สันทะ พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน ให้ความหมายไว้ว่า รอด รอดศึก ดังนั้นคำว่า สันทนาการ ก็จะไม่แปลว่า อาการของรอดศึก หรือถ้ามาจากคำ สันทน ซึ่งแปลว่า หลั่งไหล คำนี้ก็จะเป็นอีกคำหนึ่งที่ไม่ตรงกับคำภาษาอังกฤษว่า Recreation ดังนั้น คณะกรรมการบัญญัติศัพท์ภาษาไทย จึงเห็นควรให้บัญญัติศัพท์ใหม่ซึ่งคล้ายกับศัพท์เดิมเป็น นันทนาการ มาจากคำว่า นันทน แปลว่า ความเพลิดเพลิน ความยินดี คำว่า นันทนาการ จึงแปลว่า อาการแห่งความเพลิดเพลิน หรือ อาการแห่งความยินดี

2.1.1 ความหมายของกิจกรรมนันทนาการ

กิจกรรมนันทนาการเป็นสิ่งที่สำคัญและเป็นประโยชน์อย่างยิ่งต่อมนุษย์ ตั้งแต่วัยเด็กจนกระทั่งเติบโตเป็นผู้ใหญ่ กิจกรรมนันทนาการจะช่วยพัฒนาคุณภาพชีวิต ทำให้ผู้ที่เข้าร่วมและประกอบกิจกรรมนันทนาการเหล่านั้นได้รับผลลัพธ์ที่เป็นรูปธรรมอย่างแท้จริง และยังเป็นกิจกรรมที่ทำให้ชีวิตมีความสนุกสนาน ร่าเริง และได้รับความพึงพอใจจากการเข้าร่วมกิจกรรมเพื่อพัฒนาร่างกาย สังคม สติปัญญาและอารมณ์สุขของชีวิต มีนักวิชาการที่เกี่ยวข้องกับนันทนาการ ได้สรุปความหมาย ไว้ดังนี้

นันทนาการ หมายถึง การทำให้ชีวิตสดชื่น (Refresh) โดยการเสริมสร้างพลังงาน ขึ้นมาใหม่หลังจากที่ร่างกายใช้พลังงานไปกับกิจกรรมประจำวันหมดแล้ว ก่อให้เกิดความสดชื่นและ ช่วยทำให้ร่างกายและจิตใจเป็นปกติ สามารถตอบสนองความต้องการได้อย่างแท้จริง

นันทนาการ หมายถึง กิจกรรม (Activities) กล่าวคือ มนุษย์ใช้เวลาว่างเพื่อเข้าร่วม กิจกรรมที่สังคมยอมรับและมีรูปแบบที่หลากหลายด้วยความสมัครใจ ก่อให้เกิดความสุข สนุกสนานและความสุขสงบแก่ชีวิต

นันทนาการ หมายถึง กระบวนการ (Process) กล่าวคือ เป็นกิจกรรมที่ช่วยพัฒนา ประสบการณ์ชีวิตของมนุษย์ให้มีคุณภาพความเป็นอยู่ที่ดีขึ้น รวมถึงช่วยให้การดำเนินชีวิตเป็นไป อย่างปกติสุข

นันทนาการ หมายถึง สวัสดิการทางสังคม (Social Welfare) เป็นหน้าที่ของ รัฐบาลที่จะต้องจัดหาแหล่งเรียนรู้ทางด้านนันทนาการในรูปแบบต่าง ๆ ให้แก่ชุมชนที่รับผิดชอบ เช่น สวนสาธารณะ ศูนย์เยาวชน ห้องสมุด สนามกีฬา สนามเด็กเล่น เป็นต้น เพื่อทำให้เกิดความ เจริญงอกงามทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาแก่คนในชุมชน

Kraus (1997) กล่าวถึงความหมายของนันทนาการว่าเป็นกิจกรรมที่บุคคลกระทำ ในช่วงเวลาว่างโดยเลือกด้วยความสมัครใจและเพื่อความสนุกสนาน นันทนาการได้รับการยอมรับ ว่าเป็นมุมมองที่สำคัญในสังคมยุคใหม่และเป็นองค์ประกอบที่สำคัญทางสังคม

Dattilo (1999) ให้ความหมายของนันทนาการว่า เป็นกิจกรรมเพื่อให้บุคคล กระทำเพื่อเกิดความสนุกสนานและความพึงพอใจ ซึ่งจะต้องขึ้นอยู่กับความรู้อิสระในการทำ กิจกรรมและเกิดประสบการณ์ในการเข้าร่วมกิจกรรมโดยกิจกรรมจะต้องไปในทางที่ดี

Austin (2004) เสนอว่านันทนาการ (Recreation) หรือ Re- creation ในฐานะ ส่งเสริมสุขภาพ (Health Promotion) ที่มีกิจกรรมเป็นส่วนประกอบซึ่งโดยทั่วไปนันทนาการจะเป็น การฟื้นฟูสภาวะของชีวิต สามารถช่วยให้ จิตใจ ร่างกาย และจิตวิญญาณสดชื่นกลับมาใหม่

สุวิมล ตั้งสัจจพจน์ (2551) กล่าวว่านันทนาการ เป็นกิจกรรมที่จำเป็นสำหรับ มนุษย์ในการใช้เวลาว่างที่จะกระทำกิจกรรมต่างๆ ตามความพอใจ เพื่อการผ่อนคลาย ผู้ใหญ่และ เด็กแต่ละวัยใช้กิจกรรมนันทนาการแตกต่างกัน เด็กเล็กอาจมีลักษณะของกิจกรรมที่มุ่งไปที่ พัฒนาการตามวัย ส่วนผู้ใหญ่มุ่งไปที่การพัฒนาจิตใจ และความเพลิดเพลินเพื่อผ่อนคลายจาก ชีวิตการทำงาน

นอกจากนี้ สมบัติ กาญจนกิจ (2535) ได้กล่าวไว้ว่า กิจกรรมนันทนาการ หมายถึง กิจกรรมที่ช่วยให้บุคคลเข้ามามีส่วนร่วมเพื่อใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ ช่วยเสริมสร้างพลังงาน

ให้กับชีวิตของผู้ที่ได้ เข้าร่วม ให้สามารถทำงานต่อไปได้อย่างมีคุณภาพและมีประสิทธิภาพสูงสุด และยังเป็นกิจกรรมที่ช่วยเสริมสร้างประสบการณ์แปลกใหม่ให้มนุษย์มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น อันจะช่วยให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์

ความหมายของกิจกรรมนันทนาการสามารถบอกถึงความต้องการของมนุษย์ที่ไม่ มีวันสิ้นสุด ตราบใดที่มนุษย์ยังแสวงหาความสุขจากกิจกรรมนันทนาการอย่างไม่หยุดนิ่ง และจะไม่ถูกจำกัดไว้เฉพาะข้อกำหนดทางเพศ ศาสนา เชื้อชาติ ภาษา วัฒนธรรม หรือช่วงอายุใดอายุ หนึ่งเท่านั้น แต่เป็นกิจกรรมที่ทุกคนได้รับความสุขจากกิจกรรมที่ตัวเองได้เป็นผู้เลือกแล้ว ไม่ว่าจะ กิจกรรมที่มีการแข่งขันเพื่อให้ได้มาซึ่งรางวัล เงินทอง และชื่อเสียง หรือเป็นกิจกรรมที่เกิดขึ้นใน เวลาว่างเพื่อการระบายอารมณ์ในเชิงสร้างสรรค์ สิ่งเหล่านี้ล้วนแล้วแต่เป็นองค์ประกอบสำคัญที่ นำพามนุษย์ให้ได้รับความสุขอย่างแท้จริง

จากข้อความที่ได้กล่าวมาข้างต้น สามารถสรุปความหมายของกิจกรรมนันทนาการ ได้ดังต่อไปนี้ เป็นกิจกรรมที่บุคคลเข้าร่วมด้วยความสมัครใจและเต็มใจ ก่อให้เกิดความพึงพอใจ ความสุขใจ และความคิดในทางสร้างสรรค์ เพื่อพัฒนาความสามารถทางอารมณ์ให้ดีขึ้น สามารถอยู่ ร่วมกันในสังคมได้อย่างเป็นสุข

2.1.2 คุณลักษณะของกิจกรรมนันทนาการ

ลักษณะของกิจกรรมนันทนาการนั้นเป็นอย่างไร เพราะไม่สามารถอธิบายได้อย่าง ชัดเจน หรือแบ่งแยกให้เห็นว่าพฤติกรรมใดที่คนเข้าร่วมกิจกรรมเป็นกิจกรรมนันทนาการหรือไม่ เพราะสิ่งที่เราคิดว่าเป็นกิจกรรมนันทนาการสำหรับเรานั้น คนอื่นอาจมองเห็นเป็นงาน เป็นอาชีพที่ จริงจังสำหรับเขาก็ได้ โดยทั่วไปลักษณะของนันทนาการจะยึดหลักพื้นฐานทางทฤษฎีกิจกรรม นันทนาการเป็นหลัก ซึ่ง อภรณ์ จะบัง และ พิรุณณี สุขเกษม (2551) ได้แบ่งคุณลักษณะของ กิจกรรมนันทนาการ เพื่อใช้เป็นเครื่องมือในการพิจารณาว่ากิจกรรมใดเป็นกิจกรรมนันทนาการ หรือไม่เป็นกิจกรรมนันทนาการ ดังต่อไปนี้

2.1.2.1 กิจกรรมนันทนาการเกี่ยวข้องกับกิจกรรมรูปแบบใดรูปแบบหนึ่ง เสมอไม่ว่าจะเป็นการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการด้วยตนเอง การชมกิจกรรมนันทนาการผ่านสื่อ เป็นต้น และรูปแบบของกิจกรรมนันทนาการนั้นหลากหลาย สามารถแบ่งออกได้ดังนี้

1) กิจกรรมนันทนาการทางกาย เป็นกิจกรรมที่ต้องใช้พลังงานของ ร่างกายประกอบเป็นส่วนใหญ่ ได้แก่ การเล่นกีฬา การเล่นดนตรี การเต้นรำ การร้องเพลง การ แสดงละคร การเล่นนิทาน เป็นต้น

2) กิจกรรมนันทนาการทางจิตใจและสมอง เป็นกิจกรรมที่ต้องใช้พลังงานทางสมองในการคิดสร้างสรรค์เป็นหลัก ซึ่งผลของกิจกรรมจะออกมาในรูปของความคิดสร้างสรรค์และความฉลาด กิจกรรมนันทนาการประเภทนี้ไม่สามารถที่จะมองเห็นได้ เหมือนกับกิจกรรมนันทนาการทางกาย ผู้ประกอบกิจกรรมนันทนาการทางจิตใจและสมองนั้นจะใช้สมองในการคิดสร้างสรรค์ ซึ่งบางครั้งอาจสังเกตไม่เห็นเลยว่าผู้นั้นได้ประกอบกิจกรรมนันทนาการดังกล่าว เพราะบางทีสีหน้าหรือพฤติกรรมที่เห็นได้อาจจะดูเหมือนว่าเขาไม่ได้มีความเพลิดเพลินแต่อย่างใด กิจกรรมนันทนาการประเภทนี้ได้แก่ การออกแบบเสื้อผ้า การออกแบบบ้าน การออกแบบสวน การประดิษฐ์สิ่งของเครื่องใช้ การแต่งคำประพันธ์ การออกแบบสื่อสร้างสรรค์ เป็นต้น

3) กิจกรรมนันทนาการทางอารมณ์ เป็นเรื่องค่อนข้างยากที่จะวัดอารมณ์ของผู้เข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการว่าเขาผู้นั้นได้รับความสุข ความสนุกสนาน ความประทับใจ ความพึงพอใจมากน้อยเพียงใดจากการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ กิจกรรมนันทนาการประเภทนี้ได้แก่ การฟังดนตรี การชมภาพยนตร์ การชมกีฬา เป็นต้น ผู้ที่ประกอบกิจกรรมนันทนาการทางกาย และทางสมองก็มักจะได้ประกอบกิจกรรมนันทนาการทางอารมณ์ด้วย แม้จะสังเกตพฤติกรรมของผู้ประกอบกิจกรรมนันทนาการทางอารมณ์ได้ยาก แต่ก็พอจะสังเกตเห็นถึงความพึงพอใจ เช่น การหัวเราะ การแสดงสีหน้า การปรบมือ การยิ้ม เป็นต้น

2.1.2.2 กิจกรรมนันทนาการมีหลากหลายรูปแบบ กล่าวคือ กิจกรรมนันทนาการมีขอบข่ายที่กว้างขวาง ลึกซึ้ง ไม่มีรูปแบบที่จำกัดแน่นอน ไม่มีขอบเขตเฉพาะ เพราะรูปแบบของกิจกรรมนันทนาการขึ้นอยู่กับความพึงพอใจของบุคคลเป็นสำคัญ ซึ่งย่อมแตกต่างกันไปตามสถานภาพของผู้เข้าร่วมกิจกรรมนั้น

2.1.2.3 กิจกรรมนันทนาการต้องอาศัยแรงจูงใจ กล่าวคือ ผู้ที่เข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ จะต้องมีแรงจูงใจหรือแรงกระตุ้นที่ทำให้กระหายที่จะเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ สิ่งจูงใจที่ทำให้บุคคลเข้าร่วมอาจจะเป็นเพราะต้องการความสนุกสนานเพลิดเพลินหรือแรงจูงใจที่ทำให้ได้รับประสบการณ์ใหม่ ๆ

2.1.2.4 กิจกรรมนันทนาการเกิดขึ้นในเวลาว่าง กล่าวคือ การประกอบกิจกรรมนันทนาการจะต้องประกอบขึ้นในเวลาว่าง หากบุคคลเอาเวลาว่างมาประกอบกิจกรรมเพื่อจุดมุ่งหมายทางอาชีพแล้ว ก็ไม่ถือว่าเป็นกิจกรรมนันทนาการ เพราะถือว่าเป็นเวลาทำงานของเขา กิจกรรมนันทนาการจึงต้องเกิดขึ้นในเวลาว่าง ทำให้บุคคลเกิดความสุข ความสนุกสนาน และความเบิกบานใจ

2.1.2.5 การเข้าร่วมประกอบกิจกรรมนันทนาการเป็นไปด้วยความสมัครใจ กล่าวคือ การที่จะระบุหรือมอบหมายให้บุคคลหรือกลุ่มชนได้ประกอบกิจกรรมนันทนาการใด ควรจะให้บุคคลได้เข้าร่วมกิจกรรมโดยปราศจากการบังคับไม่ว่าจะในรูปแบบใดก็ตาม หากมีการบังคับเกิดขึ้นจะเป็นเครื่องหยุดยั้งความคิดสร้างสรรค์ของบุคคล กิจกรรมนันทนาการจึงเป็นสิ่งที่บุคคลสามารถปฏิบัติได้ตามความพอใจและความต้องการของตนอย่างอิสระเสรี

2.1.2.6 กิจกรรมนันทนาการเป็นสิ่งสากล กล่าวคือ กิจกรรมนันทนาการเป็นกิจกรรมที่มนุษย์ทุกคนในโลกสามารถร่วมรับรู้และร่วมปฏิบัติได้ เพราะเนื้อหาของกิจกรรมนันทนาการคือ ความเพลิดเพลิน การพักผ่อนหย่อนใจ อันจะช่วยให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์

2.1.2.7 กิจกรรมนันทนาการเป็นสิ่งจริงจังและมีจุดหมาย กล่าวคือ กิจกรรมนันทนาการจะเป็นเรื่องของความสนุกสนานเพลิดเพลินเป็นหลัก แต่ผู้เข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการก็ต้องปฏิบัติอย่างจริงจังและมีเป้าหมาย เช่น นักกีฬาจะต้องเคร่งครัดกับกติกา นักแสดงต้องแสดงให้สมบทบาท รวมทั้งผู้ชมซึ่งก็คือผู้เข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ ก็ต้องรักษามารยาทและระเบียบวินัยของกิจกรรมนั้น ซึ่งจะทำให้ได้รับคุณค่าของกิจกรรมนันทนาการอย่างสมบูรณ์

2.1.2.8 กิจกรรมนันทนาการสามารถยืดหยุ่นได้ กล่าวคือ กิจกรรมนันทนาการสามารถเกิดขึ้นได้ในทุกสภาพการณ์ ทุกเวลา อาจเกิดขึ้นในแบบที่ต้องจัดอย่างเป็นระเบียบแบบแผน หรืออาจจะจัดในแบบที่ไม่เป็นระเบียบแบบแผนก็ได้

2.1.2.9 กิจกรรมนันทนาการมีผลพลอยได้ กล่าวคือ นอกจากความสนุกสนานเพลิดเพลินใจที่ได้รับโดยตรงจากกิจกรรมนันทนาการแล้ว ผลพลอยได้จากกิจกรรมนันทนาการยังสืบเนื่องไปอีกหลายด้าน เช่น ด้านสุขภาพกายและจิต ด้านคุณธรรมจริยธรรม ความรัก ความสามัคคี ความเข้าใจอันดีต่อกัน รวมไปถึงขนบธรรมเนียมประเพณีที่ดีงาม

2.1.2.10 กิจกรรมนันทนาการมีไว้เพื่อความสนุกสนานเพลิดเพลิน กล่าวคือ กิจกรรมนันทนาการทุกชนิด จะต้องเป็นกิจกรรมที่เมื่อเข้าร่วมแล้วจะได้รับความสนุกสนานเพลิดเพลินจากกิจกรรมนั้น อันเป็นเครื่องช่วยให้เกิดความสมดุลในชีวิตยิ่งขึ้น

2.1.2.11 กิจกรรมนันทนาการเป็นประโยชน์ สร้างสรรค์และเป็นที่ยอมรับของสังคม กล่าวคือ แม้ว่ากิจกรรมนันทนาการจะเป็นกิจกรรมที่บุคคลเลือกประกอบตามความพึงพอใจ แต่ก็มีข้อแม้ว่า กิจกรรมนั้นจะต้องเป็นประโยชน์ต่อตนเองครอบครัวและชุมชน กิจกรรม

นันทนาการต้องเป็นที่ยอมรับของสังคม ไม่ทำลายกฎระเบียบ ขนบธรรมเนียม วัฒนธรรม และประเพณีอันดีงามของสังคม

2.1.2.12 กิจกรรมนันทนาการเป็นการบำบัดรักษา กิจกรรมนันทนาการช่วยฟื้นฟู และรักษาคนไข้และเปิดโอกาสให้คนไข้ได้เลือกกิจกรรมในเวลาว่าง เพื่อพัฒนาสุขภาพกายและจิตในยามฟื้นฟูหรือระหว่างการบำบัดรักษา

Edginton et al. (1995) กล่าวว่า ลักษณะของนันทนาการ เป็นการคำนึงถึงความแตกต่างทางความคิด ความแตกต่างของบุคคล การใช้เวลาว่างภายในจิตใจของบุคคล หรือในสถานการณ์ทางสังคม รวมไปถึงวัฒนธรรม ประกอบด้วย 5 ประเภท คือ

1) นันทนาการมีความเกี่ยวข้องกับเวลา ประกอบด้วย เวลาว่าง เวลาอิสระซึ่งนันทนาการจะเน้นการเลือกกิจกรรมสำหรับเวลาอิสระเพื่อการพักผ่อนและพัฒนาตนเอง

2) นันทนาการเป็นกิจกรรม โดยกิจกรรมทางนันทนาการสามารถแบ่งได้เป็น 2 ลักษณะ คือนันทนาการหยิบนำกิจกรรมมาใช้ และนันทนาการมีการจัดการอย่างเป็นระบบและชัดเจน

3) นันทนาการกับระดับของจิตใจ โดยนันทนาการสามารถฟื้นฟูสภาพทางจิต โดยการใช้เวลาว่าง เพิ่มโอกาสสำหรับประสบการณ์ สามารถลดความเครียดและความวิตกกังวล มุมมองทางลบจากการทำงาน

4) นันทนาการเป็นสัญลักษณ์ทางสังคม ซึ่งเป็นระดับคุณค่าของสังคมนั้นๆ เป็นการควบคุมลักษณะทั่วไปของเศรษฐกิจสังคมจากการใช้ทรัพยากรในสังคม ในการบริหารบุคคลและทรัพยากรอยู่บนการเปลี่ยนแปลงของสังคม รวมไปถึงระดับของการบูรณาการ การสร้างสรรค์ การเปลี่ยนแปลงของวิถีชีวิต

5) นันทนาการกับมุมมองของความเชื่อ โดยพิจารณาจากความเข้าใจ ในการจัดเตรียมพื้นฐานทางนันทนาการ เพื่อรวบรวมแนวคิดเพื่อช่วยให้เข้าใจการเข้าร่วมนันทนาการได้อย่างชัดเจน ในความเป็นธรรมชาติของงานและเทคโนโลยีร่วมสมัยของสังคมในปัจจุบัน

จากคุณลักษณะของกิจกรรมนันทนาการที่ได้มาข้างต้น สรุปได้ว่า กิจกรรมนันทนาการต้องเกี่ยวข้องกับกิจกรรมในรูปแบบใดรูปแบบหนึ่งเสมอ อาจจะลงมือประกอบกิจกรรมด้วยตนเอง หรือไม่ก็ได้ ซึ่งต่างก็ต้องเกี่ยวกับกิจกรรมทั้งสิ้น กิจกรรมนันทนาการที่แสดงออกได้ทางกาย ทางสมอง และทางอารมณ์นั้น ต่างกันแต่การใช้พลังงานเท่านั้น ส่วนคุณค่าจากการประกอบกิจกรรมนันทนาการนั้นจะได้รับผลตอบแทนได้ในระดับเดียวกัน กิจกรรมนันทนาการทางกายอาจต้องเสียพลังงานเพื่อประกอบกิจกรรมมากกว่า ขณะที่การประกอบกิจกรรมนันทนาการทางสมอง

หรือทางอารมณ์อาจเสียพลังงานน้อยกว่า แต่ถ้ากล่าวถึงคุณค่าที่ได้รับแล้วขึ้นอยู่กับความสุข สนุกสนาน ความพึงพอใจของแต่ละคนว่าพึงพอใจกิจกรรมประเภทใด อย่างไรก็ตาม ในการปฏิบัติจริงนั้น ผู้ประกอบกิจกรรมนั้นหนทางการจะใช้พลังงานในการประกอบกิจกรรมนั้นหนทางการทั้ง 3 ด้าน คือ ร่างกาย จิตใจ และสมองไปพร้อมกันเสมอ ไม่อาจแบ่งแยกได้อย่างเด็ดขาด

2.1.3 คุณค่าของกิจกรรมนันทนาการ

อาภรณ์ จะบัง และพิรุณณี สุขเกษม (2551) การที่บุคคลได้มีโอกาสเข้าร่วม กิจกรรมนันทนาการ ย่อมก่อให้เกิดคุณค่าที่ดีแก่ตนเองและสังคม สามารถสรุปคุณค่าของกิจกรรม นันทนาการ ดังต่อไปนี้

1) ช่วยให้ผู้บุคคลและชุมชนได้รับความสุขสนุกสนานในชีวิต และรู้จักใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์สูงสุด

2) ช่วยพัฒนาสุขภาพจิต สมรรถภาพทางกายที่ดีของผู้เข้าร่วมกิจกรรม นันทนาการเพื่อให้เกิดความสมดุลของชีวิต

3) ช่วยป้องกันปัญหาอาชญากรรม และความพฤติกรรมเบี่ยงเบนของเด็ก และเยาวชน กิจกรรมนันทนาการจะช่วยพัฒนาให้มีพฤติกรรมในการดำเนินชีวิตไปในทางที่พึงประสงค์ กิจกรรมนันทนาการถือเป็นสิ่งสำคัญในการเสริมสร้างลักษณะนิสัยที่ดีรู้จักผิดชอบชั่วดีให้เกิดขึ้น แก่เยาวชน อันจะเป็นกำลังที่มีประสิทธิภาพของชาติในอนาคต นอกจากนี้กิจกรรมนันทนาการช่วยให้เด็กและเยาวชนได้ทำตามความสนใจ และรู้จักใช้เวลาว่างในการพัฒนาลักษณะนิสัยที่พึงประสงค์ได้

4) ส่งเสริมความเป็นพลเมืองดี การที่ชุมชนได้มีโอกาสใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ โดยการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการจะช่วยให้คนในชุมชนได้มีโอกาสเรียนรู้ในเรื่องของ หน้าที่ความรับผิดชอบ รวมถึงเห็นคุณค่าของสังคมเสรีประชาธิปไตย ลดความเห็นแก่ตัว สร้างคุณค่า จริยธรรม ความมีน้ำใจ การให้บริการ รู้จักอาสาสมัครช่วยเหลือสังคม ซึ่ง กิจกรรม นันทนาการเหล่านี้ถือว่าเป็นกิจกรรมที่แสดงออกถึงความเป็นพลเมืองที่ดีของประเทศ

5) ส่งเสริมการพัฒนาอารมณ์สุข กิจกรรมนันทนาการช่วยพัฒนาอารมณ์สุข รวมทั้งความสุขสนุกสนาน และความสุขสงบ ลดความเครียด ความวิตกกังวล ทำให้อารมณ์แจ่มใส และช่วยส่งเสริมให้รู้จักการพัฒนาตนเอง สามารถควบคุมอารมณ์และฝึกบุคลิกภาพที่ดีอีกด้วย

6) ส่งเสริมศิลปวัฒนธรรมของชาติ เช่น กิจกรรมนันทนาการเกมและการละเล่น พื้นบ้าน กิจกรรมนันทนาการงานศิลปหัตถกรรม กิจกรรมนันทนาการดนตรีและพ็อนรำ เป็นต้น ซึ่ง กิจกรรมนันทนาการเหล่านี้ล้วนแล้วแต่แสดงออกแห่งวิถีชีวิตประเพณีพื้นบ้าน รวมถึงเป็นกิจกรรม

นันทนาการที่ช่วยส่งเสริมศิลปะและวัฒนธรรมของชาติ ก่อให้เกิดการเรียนรู้ ทักษะคิดและความซาบซึ้ง ที่จะช่วยอนุรักษ์ศิลปวัฒนธรรมและเอกลักษณ์ของชาติต่อไป

7) ส่งเสริมการอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติ กิจกรรมนันทนาการกลางแจ้ง และนอกเมือง เช่น กิจกรรมการอยู่ค่ายพักแรม เดินป่าศึกษาธรรมชาติ ไต่เขา ล่องแก่ง ดูนก ปลูกพืชพรรณธรรมชาติ เป็นต้น กิจกรรมเหล่านี้ช่วยสอนผู้ที่เข้าร่วมได้รู้จักคุณค่าของธรรมชาติ ซาบซึ้ง และสามารถดูแลอนุรักษ์ธรรมชาติอันจะเป็นประโยชน์ต่อชุมชนต่อไป

8) ส่งเสริมในเรื่องการบำบัดรักษา กิจกรรมนันทนาการเพื่อการบำบัดเป็นกรรมวิธี และกิจกรรมที่จะช่วยรักษาคนป่วย ทั้งทางด้านร่างกายและสุขภาพจิตใจ เช่น งานอดิเรกประเภทประดิษฐ์สร้างสรรค์ และช่วยส่งเสริมความหวัง ความคิด และการใช้เวลาว่างทำกิจกรรมนันทนาการบำบัดให้แก่คนป่วย ซึ่งกำลังต่อสู้กับความทุกข์ทางกายและจิต กิจกรรมนันทนาการประเภทกีฬา จะช่วยส่งเสริมพัฒนาทางด้านร่างกาย กิจกรรมนันทนาการทางสังคมช่วยสร้างขวัญกำลังใจให้แก่คนป่วย

9) ส่งเสริมมนุษยสัมพันธ์และการทำงานเป็นทีม กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์จะช่วยให้บุคคลกล้าแสดงออก และละลายพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ของกลุ่ม ช่วยสร้างเสริมคุณค่าทางสังคม ผูกการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขและสันติ กิจกรรมนันทนาการประเภทกีฬาเพื่อการแข่งขัน และการอยู่ค่ายพักแรมจะช่วยฝึกให้รู้จักการทำงานเป็นหมู่คณะ ลดความเห็นแก่ตัว เสริมสร้างความสามัคคีและความเข้าใจอันดีในหมู่คณะ

10) ช่วยบำรุงขวัญทหารและตำรวจที่ปฏิบัติหน้าที่ตามชายแดน กิจกรรมนันทนาการที่จัดขึ้นเพื่อส่งเสริมขวัญกำลังใจแก่ทหารและตำรวจชายแดน เป็นสิ่งจำเป็นและสำคัญยิ่งในการตอบแทนให้กำลังใจด้วยกิจกรรมนันทนาการในเวลาว่างแก่กองทหารและตำรวจชายแดน

Stumbo and Peterson (2004) กล่าวถึงประโยชน์และคุณค่าของนันทนาการ และผลลัพธ์ของการจัดบริการนันทนาการดังนี้ เพิ่มการควบคุมอารมณ์ ตรวจสอบสภาพร่างกาย ลดพฤติกรรมแตกแยกในกลุ่ม ลดอาการวิตกกังวลและซึมเศร้า ตรวจสอบการเปลี่ยนแปลงสถานะของสิ่งแวดล้อมในชุมชน เป็นตัวบ่งชี้สุขภาพ เช่น ระดับของการเต้นของหัวใจ ปริมาตรของกระดูก การเคลื่อนย้ายข้อต่อ ตรวจสอบการจัดการและการดัดแปลงทักษะ เพิ่มการรู้จักอุปสรรคของที่จะใช้เวลาว่าง ตรวจสอบการปรับตัวต่อความพิการและโรคภัยไข้เจ็บ ตรวจสอบการไม่เข้าใจถึงความสำคัญของความสุขของชีวิตต่อการใช้เวลาว่างและนันทนาการ ตรวจสอบการสื่อสารของสมาชิกในครอบครัว ตรวจสอบแรงจูงใจภายในที่มีต่อกิจกรรมการใช้เวลาว่างให้มีการเข้าร่วมและ

เกิดประโยชน์สูงสุด เพิ่มความสามารถในการใช้ทักษะที่หลากหลายต่อสถานการณ์ในสังคม ตรวจสอบความสามารถสำหรับการวางแผน เลือกลงและการตอบสนอง ตรวจสอบความรู้ขององค์กร และการอำนวยความสะดวกที่จะเตรียมสำหรับการบริการนันทนาการ กำหนดขอบเขตความเชื่อต่อความสามารถทางนันทนาการซึ่งจะนำไปสู่ผลในทางที่ดี ตรวจสอบความรู้และโอกาสของนันทนาการในชุมชน เพิ่มความสามารถที่จะพัฒนาและบำรุงรักษาเครือข่ายที่จะสนับสนุนสังคม และเพิ่มความพึงพอใจในชีวิตและการใช้เวลาว่าง

ศุภลักษณ์ เข็มทอง (2551) ยังได้กล่าวถึงประโยชน์ของกิจกรรมบำบัดพัฒนาชีวิตว่า กิจกรรมบำบัดเป็นการออกแบบโปรแกรมที่มีลักษณะเฉพาะของผู้รับบริการ เน้นกรอบความคิดที่หลากหลายโดยครอบคลุมด้านบุคคล สิ่งแวดล้อม และการกระทำกิจกรรมที่มีเป้าหมาย มีคุณค่า และมีความสุข ตลอดจนการสร้างทักษะการจัดการตนเองในรูปแบบต่าง ๆ เช่น การจัดการความล้ม การสงวนพลังงาน การจัดการความเครียด การจัดการกิจกรรมยามว่าง การฟื้นฟูพลังชีวิต การพัฒนาทักษะทางจิตสังคม การพัฒนาทักษะทางการรู้คิด/ ความคิดความเข้าใจ การพัฒนาทักษะชีวิต การพัฒนาสุขภาวะทางจิตวิญญาณ เป็นต้น รวมทั้งประเมินและประดิษฐ์อุปกรณ์ช่วย อุปกรณ์เสริม เครื่องตามมือ รวมทั้งการปรับเปลี่ยนสิ่งแวดล้อม

จากประโยชน์และคุณค่าของนันทนาการที่กล่าวมาข้างต้น สามารถสรุปความได้ว่า กิจกรรมนันทนาการเป็นสิ่งสำคัญและเป็นประโยชน์อย่างยิ่งต่อมนุษย์ ตั้งแต่วัยเด็กจนกระทั่งเติบโตเป็นผู้ใหญ่ กิจกรรมนันทนาการจะช่วยพัฒนาคุณภาพชีวิต ทำให้ผู้ที่เข้าร่วมและประกอบกิจกรรมนันทนาการเหล่านั้นได้รับผลลัพธ์ที่เป็นรูปธรรมอย่างแท้จริง นอกจากนี้ ยังเป็นกิจกรรมที่ทำให้ชีวิตมีความสนุกสนาน ร่าเริง และได้รับความพึงพอใจจากการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ เพื่อพัฒนาร่างกาย สังคม สติปัญญา และอารมณ์สุขของชีวิตมนุษย์

2.1.4 ประเภทของกิจกรรมนันทนาการ

สมบัติ กาญจนกิจ (2544) กล่าวว่าไว้ว่า กิจกรรมนันทนาการเป็นหัวใจสำคัญอย่างยิ่งต่อบุคคล ครอบครัว ชุมชน สังคม และประเทศชาติ เพราะเป็นสิ่งที่ช่วยพัฒนาความเจริญเติบโตทางด้านต่าง ๆ ของมนุษย์ เช่น ทางกาย อารมณ์ สังคม สติปัญญาและจิตใจ กิจกรรมนันทนาการจะช่วยเสริมสร้างชุมชนในด้านคุณภาพชีวิตให้ดียิ่งขึ้น ซึ่งกิจกรรมนันทนาการของชาวภูไทบ้านโคกโก่ง จังหวัดกาฬสินธุ์ แบ่งออกเป็น 12 ประเภท ดังต่อไปนี้

- 1) กิจกรรมนันทนาการศิลปหัตถกรรม
- 2) กิจกรรมนันทนาการเกมและกีฬา
- 3) กิจกรรมนันทนาการการพ้อนรำและกิจกรรมเข้าจังหวะ

- 4) กิจกรรมนันทนาการพัฒนาจิตใจและความสงบสุข
- 5) กิจกรรมนันทนาการการละคร
- 6) กิจกรรมนันทนาการงานอดิเรก
- 7) กิจกรรมนันทนาการดนตรีและร้องเพลง
- 8) กิจกรรมนันทนาการทางสังคม
- 9) กิจกรรมนันทนาการภาษาและวรรณกรรม
- 10) กิจกรรมนันทนาการอาสาสมัคร
- 11) กิจกรรมนันทนาการสุขภาพและสมรรถภาพ
- 12) กิจกรรมนันทนาการมนุษยสัมพันธ์

1) กิจกรรมนันทนาการศิลปหัตถกรรม

กิจกรรมนันทนาการศิลปหัตถกรรม เป็นผลงานอันเกิดจากการกระทำของฝีมือมนุษย์ โดยการนำวัสดุที่มีอยู่ตามธรรมชาติมาประดิษฐ์เป็นเครื่องมือเครื่องใช้เพื่อประโยชน์ใช้สอยในชีวิตประจำวัน งานหัตถกรรมจะมีรูปแบบตามการพัฒนาของฝีมือช่างที่สั่งสมประสบการณ์และสืบทอดความรู้ความชำนาญจากรุ่นหนึ่งสู่อีก รุ่นหนึ่ง ซึ่งต้องใช้ระยะเวลาและทักษะเฉพาะบุคคล ส่งผลให้งานหัตถกรรมมีความงามและมีคุณค่าทางศิลปะรวมอยู่ด้วย อาจเป็นในด้านรูปทรง ลวดลาย สี สัน ความละเอียด ความประณีตของวัสดุการทำ ดังนั้น กิจกรรมนันทนาการงานศิลปหัตถกรรมบางอย่างจึงจัดเป็นงานศิลปะ ที่เรียกว่า ศิลปหัตถกรรม ซึ่งมีผู้ให้ข้อสังเกตไว้ว่า ถ้าวัตถุนั้นผู้สร้างให้ความสำคัญด้านความงามมากกว่าประโยชน์ใช้สอยถือว่าวัตถุนั้นเป็นศิลปหัตถกรรม แต่ถ้าวัตถุนั้นมีประโยชน์ใช้สอยมากกว่าก็ถือว่าเป็นงานหัตถกรรม ซึ่งทั้งสองล้วนแล้วแต่มีความสัมพันธ์เกี่ยวเนื่องกันจนไม่อาจแยกออกจากกันได้ ทั้งยังเป็นกิจกรรมที่ทำให้ชีวิตมีความสนุกสนาน ร่าเริง รวมถึงเป็นกิจกรรมนันทนาการที่ช่วยให้บุคคลเข้าร่วมในเวลาว่างด้วยความสมัครใจ ได้รับความพึงพอใจ ความสนุกสนาน เพื่อพัฒนาร่างกาย สังคม สติปัญญา และอารมณ์สุขของชีวิต

2) กิจกรรมนันทนาการเกมและกีฬา

กิจกรรมนันทนาการเกมและกีฬา เป็นกิจกรรมนันทนาการที่คนในสังคมนิยมเล่นกันมาตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน เพื่อความสนุกสนานรื่นเริง ช่วยผ่อนคลายอารมณ์ให้ได้รับความบันเทิงใจหลังจากประกอบกิจวัตรประจำวัน และเป็นส่วนหนึ่งของวัฒนธรรมท้องถิ่นที่สะท้อนวิถีชีวิต ความคิด ความเชื่อของคนในท้องถิ่นมาจนถึงปัจจุบัน กิจกรรมนันทนาการดังกล่าวมีความเด่นชัดในการใช้ความพยายามทางกายและจิตใจให้มีความสอดคล้องสัมพันธ์กัน ซึ่งเกมเป็น

กิจกรรมนันทนาการที่มีกฎกติกาในการเล่นอย่างชัดเจน โดยมากจะใช้ทักษะทางด้านร่างกาย พื้นฐาน เช่น การกระโดด การวิ่ง การก้าว เป็นต้น และจะไม่ใช้ทักษะขั้นสูงอย่างกีฬา รวมถึงมี ข้อตกลงและกฎระเบียบที่เป็นทางการหรือไม่เป็นทางการก็ได้ ซึ่งผู้เล่นต้องยอมรับและปฏิบัติตาม เพื่อส่งเสริมให้เกิดกระบวนการเรียนรู้ ได้รับความสนุกสนานเพลิดเพลิน ความกล้าแสดงออก การ เป็นผู้นำและ ผู้ตามที่ดี ช่วยผ่อนคลายความตึงเครียด ช่วยส่งเสริมสุขภาพจิต และช่วยพัฒนา ทักษะด้านต่าง ๆ เช่น ทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐาน ทักษะทางด้านภาษา ทักษะการอยู่ร่วมกับผู้อื่น เป็นต้น สิ่งเหล่านี้ย่อมจะส่งผลต่อการดำเนินชีวิตร่วมกับผู้อื่นได้อย่างเป็นปกติสุข

3) กิจกรรมนันทนาการเต้นรำและกิจกรรมเข้าจังหวะ

กิจกรรมนันทนาการเต้นรำและกิจกรรมเข้าจังหวะ เป็นกิจกรรมนันทนาการการ เคลื่อนไหวอวัยวะของร่างกายให้สอดคล้องกับจังหวะดนตรีที่นำมาประกอบ โดยมีมุ่งเน้นให้มี อารมณ์ความรู้สึกสนุกสนานเพลิดเพลินร่วมกับการเคลื่อนไหวนั้น เป็นศิลปะที่พยายามเลียนแบบ ธรรมชาติ และตอบสนองธรรมชาติด้วยวิธีการต่าง ๆ จนพัฒนารูปแบบท่าทางที่สวยงาม กลายเป็น ศิลปะประจำกลุ่มชนหรือศิลปะประจำชาติที่ แสดงถึงอารมณ์และเหตุการณ์ต่าง ๆ เช่น ความสุข เสียใจ ความรัก การบูชา รวมถึงการถ่ายทอดบางส่วนของวิถีการดำเนินชีวิตเพื่อผ่อนคลาย ความเครียด ช่วยพัฒนาสุขภาพกายและสุขภาพจิตให้มีความมั่นใจ ช่วยสร้างเสริมให้ร่างกายได้ สดส่วน ช่วยควบคุมการเคลื่อนไหวของร่างกายให้เป็นระบบ ช่วยให้เกิดการติดต่อระหว่างบุคคล เพื่อเปิดรับประสบการณ์ใหม่ รวมถึงเรียนรู้และชื่นชมในศิลปะวัฒนธรรมประจำชาติอย่าง ภาคภูมิใจ

4) กิจกรรมนันทนาการพัฒนาจิตใจและความสงบสุข

กิจกรรมนันทนาการพัฒนาจิตใจและความสงบสุข เป็นกิจกรรมนันทนาการที่ช่วย สร้างความสุขทางจิตวิญญาณของมนุษย์ให้ดีขึ้น กล่าวคือ ช่วยให้ผู้มีมนุษย์มีความรู้ ความคิด รู้จักใช้ คุณค่าที่ได้จากกิจกรรมนันทนาการเพื่อสร้างความสุขให้กับผู้ที่ได้เข้าร่วม และช่วยส่งเสริม การ แสดงออกแห่งตนอย่างถูกต้องและสร้างสรรค์ ลดความเห็นแก่ตัว สร้างคุณค่าความมีน้ำใจรู้จัก การให้บริการช่วยเหลือสังคม ผู้ที่เข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการประเภทนี้ นอกจากจะได้หลีกเลี่ยงความ วุ่นวายของสังคมแล้ว ยังเป็นกิจกรรมที่ช่วยให้จิตใจได้ผ่อนคลายจากความเครียด ช่วยเสริมสร้าง สมรรถภาพการทำงานของระบบต่าง ๆ ของร่างกายให้ทำงานได้ดียิ่งขึ้น และเป็นการเปิดโอกาสการ เรียนรู้ของตนเองและผู้อื่น เพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาตนเองให้ดีและมีความสุข

5) กิจกรรมนันทนาการการละคร

กิจกรรมนันทนาการการละคร เป็นกิจกรรมที่มนุษย์สื่อความหมายผ่านการแสดง ที่ผูกเป็นเรื่องราว เป็นกิจกรรมนันทนาการที่รวบรวมศิลปะสาขาต่าง ๆ โดยเฉพาะศิลปะแขนง

วิจิตรศิลป์ ซึ่งเป็นศิลปะแห่งความงามที่มุ่งสนองความต้องการทางอารมณ์ ก่อให้เกิดอารมณ์ สะเทือนใจทำให้ผู้ชมได้ประสบการณ์และเข้าใจชีวิตในแง่มุมที่หลากหลายมากยิ่งขึ้น แล้วนำไปปรับปรุงชีวิตของตนเองให้หลุดพ้นจากความหายนะเสมือนดังที่ละครประสบ หรือนำเอาข้อคิดมาเป็นแนวทางในการปฏิบัติตน เพื่อให้หลุดพ้นจากความทุกข์ของชีวิต ก่อให้เกิดความสนุกสนาน เพลิดเพลิน กิจกรรมนันทนาการประเภทนี้ ช่วยทำให้มนุษย์ได้แสดงธรรมชาติของตนเองออกมาให้ปรากฏเป็นการกระทำ อันเป็นส่วนหนึ่งของกิจกรรมในชีวิตประจำวัน กิจกรรมนันทนาการการละครเกิดได้หลายวิธี เช่น เกิดจากการแสดงพิธีกรรมทางศาสนา การฝัน หรือจินตนาการ เพื่อส่งเสริมอารมณ์สุขสนุกสนานแก่ผู้ร่วมกิจกรรม นอกจากนี้ยังสะท้อนให้เห็นถึงสภาพของสังคมในแต่ละยุคสมัยอีกด้วย

6) กิจกรรมนันทนาการงานอดิเรก

กิจกรรมนันทนาการงานอดิเรก เป็นกิจกรรมนันทนาการที่ทำในยามว่าง งานอดิเรกนั้นเกิดจากความสนใจในการเข้าร่วมกิจกรรมเป็นหลัก มากกว่าที่จะได้ผลตอบแทนในรูปเงินทอง หรือสิ่งแลกเปลี่ยนอย่างอื่น กิจกรรมนันทนาการประเภทนี้จะช่วยเพิ่มพูนทักษะ ความรู้ และประสบการณ์ในด้านต่าง ๆ ให้ดีขึ้น เพื่อให้สามารถดำรงอยู่ในสังคมอย่างเป็นปกติสุข ส่วนใหญ่เป็นการใช้เวลาว่างในการปฏิบัติสิ่งต่าง ๆ เพื่อความสุขในชีวิต คุณค่าของงานอดิเรกนั้นที่จริงมีความสำคัญมาก โดยเฉพาะเป็นงานสำคัญสำหรับชีวิต มีคนจำนวนมากที่อาศัยงานอดิเรกเป็นเครื่องมือสร้างความรุ่งโรจน์และชื่อเสียงเกียรติคุณให้กับตัวเองมากกว่างานประจำ พลตรีหลวงวิจิตรวาทการ (2537) กล่าวไว้ในหนังสือ วิธีทำงานและสร้างอนาคตว่า การได้ทำงานที่เราชอบย่อมเป็นความสุขเท่ากับการเที่ยวเตร่ หรือหาความสนุกทางอื่น และยังได้ผลของงานที่เป็นประโยชน์ด้วยยังป้องกันไม่ให้เราใช้เวลาไปในทางล้าละเมอหรือประพฤติดีเสียหาย งานอดิเรกจะให้ความสุขสนุกสนาน ความรื่นรมย์แก่ชีวิตเรา แทนความสนุกสนานอย่างอื่นและนำมาใช้ประโยชน์ได้ด้วย

7) กิจกรรมนันทนาการดนตรีและร้องเพลง

ดนตรีและร้องเพลงเป็นกิจกรรมนันทนาการที่เกิดมาพร้อมกับชีวิตมนุษย์ ดนตรีเป็นทั้งศาสตร์และศิลป์อย่างหนึ่งที่ช่วยให้มนุษย์มีความสุข สนุกสนานรื่นเริง ช่วยผ่อนคลายความเครียดทั้งทางตรงและทางอ้อม ดนตรีเป็นเครื่องกล่อมเกลาคิดใจของมนุษย์ให้มีความเบิกบานและความสงบ กล่าวคือ ในการดำรงชีพของมนุษย์ตั้งแต่เกิดจนตายนั้น ดนตรีล้วนแล้วแต่มีความเกี่ยวข้องกับวิถีชีวิตอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ สืบเนื่องมาจากขนบธรรมเนียมประเพณี วัฒนธรรม และความเชื่อ กิจกรรมนันทนาการดังกล่าวแสดงออกมาในด้านระดับเสียง ท่วงทำนอง เสียงประสาน จังหวะ คุณภาพเสียง ความต่อเนื่องของเสียง พื้นผิวของเสียง และความดังค่อยและดัง ทำให้เกิด

ความไพเราะ แก่ผู้ที่ได้รับฟัง ไม่ว่าจะเป็นทางด้านวรรณศิลป์ คือการเลือกสรรถ้อยคำที่ใช้ในการแต่ง การเรียบเรียงประโยคและการใช้โวหารที่ลงตัว นอกจากนี้ยังเป็นศิลปะที่อาศัยเสียงเป็นสื่อกลางในการถ่ายทอดอารมณ์ความรู้สึกไปสู่ผู้ฟัง ก่อให้เกิดความสุข ความปลื้มปิติ และความพึงพอใจของมนุษย์

8) กิจกรรมนันทนาการทางสังคม

กิจกรรมนันทนาการทางสังคม เป็นกิจกรรมนันทนาการที่ช่วยสร้างเสริมความสัมพันธ์อันดีให้เกิดขึ้นในสังคมที่ยังไม่รู้จักรักกันให้รู้จักกัน หรือเพิ่มความสัมพันธ์ที่ดีอยู่แล้วให้ดีมากยิ่งขึ้น มนุษย์เป็นสัตว์สังคมที่มีความต้องอยู่เสมอ ไม่ว่าจะเป็นความรัก ความเข้าใจ ความสัมพันธ์ ความอบอุ่นและการเป็นเจ้าของ ดังนั้น กิจกรรมนันทนาการทางสังคมจึงเป็นกิจกรรมนันทนาการที่เปิดโอกาสให้บุคคลเหล่านั้นได้มีมนุษย์สัมพันธ์ที่ดีต่อกัน มีความเห็นอกเห็นใจต่อผู้อื่น มีความสามัคคีต่อเพื่อนมนุษย์มากยิ่งขึ้น นอกจากนี้ยังเป็นการเปิดโอกาสให้ได้พบเพื่อนใหม่ โดยเฉพาะผู้ที่มีความสนใจในการแก้ไขปัญหาของสังคมในทิศทางเดียวกัน ทำให้เกิดการแลกเปลี่ยนและขยายโลกทัศน์ส่วนตัวให้กว้างขวางมากยิ่งขึ้น

9) กิจกรรมนันทนาการภาษาและวรรณกรรม

กิจกรรมนันทนาการภาษาและวรรณกรรม เป็นมรดกทางวัฒนธรรมที่สำคัญและเป็นกิจกรรมนันทนาการเก่าแก่ที่สุดของมนุษยชาติ เพราะไม่ว่าชาติใดก็ล้วนแล้วแต่มีภาษาและวรรณกรรมเป็นของตนเอง อันเป็นเครื่องแสดงถึงความเจริญรุ่งเรืองของสังคมหรือชาติบ้านเมืองนั้น ๆ ภาษาและวรรณกรรมจึงทำหน้าที่เสมือนกระจกที่สะท้อนภาพเหล่านั้นเอาไว้ แม้เราจะมีตำราประวัติศาสตร์ แต่ก็ทำหน้าที่เพียงบันทึกเหตุการณ์ภายนอกที่เกิดขึ้นเท่านั้น ส่วนความรู้สึกนึกคิดและสภาพจิตใจอันเป็นสมมติฐานของเหตุการณ์ที่ปรากฏออกมาภายนอกนั้น หาได้บันทึกไว้ไม่ กิจกรรมนันทนาการประเภทนี้ ช่วยทำให้เข้าใจสภาพสังคม วิถีชีวิต ความเชื่อ ค่านิยม จินตนาการ และสติปัญญาของกลุ่มชนได้ดียิ่งขึ้น รวมถึงยังเป็นกิจกรรมนันทนาการที่ให้ความบันเทิงใจ ช่วยผ่อนคลายจิตใจที่ถูกกดดันให้มีความสุขจากกรอบของสังคม และใช้เป็นเครื่องมือในการสั่งสอนศีลธรรม อันดีงามให้กับสังคมอีกทางหนึ่ง

10) กิจกรรมนันทนาการอาสาสมัคร

การขับเคลื่อนสังคมให้ประสบผลสำเร็จนั้น องค์ประกอบที่สำคัญคือ คนในชุมชน รู้จักใช้เวลาว่างเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการอาสาสมัคร เพื่อให้มีโอกาสช่วยเหลือและสนับสนุนการทำกิจกรรมจากจิตใจที่เต็มไปด้วยความปรารถนาดี ให้ประสบผลสำเร็จตามที่สังคมนั้นต้องการ กิจกรรมนันทนาการดังกล่าวจะช่วยส่งเสริมในเรื่องคุณธรรม จริยธรรม การให้และการรับ ก่อให้เกิดความพึงพอใจ และช่วยพัฒนาจิตใจของบุคคลให้ดียิ่งขึ้น นอกจากนี้งานอาสาสมัครยัง

เป็นการให้บริการที่ช่วยส่งเสริมทักษะ และพัฒนาจิตใจของบุคคลให้มีความมั่นคงสูงขึ้น ทำให้ชีวิตของตนเองมีค่ามีประโยชน์ต่อผู้อื่น หลุดพ้นจากความซ้ำซากจำเจในชีวิต ได้เรียนรู้ทักษะการทำงานใหม่ ๆ อันเป็นการเพิ่มศักยภาพอาชีพการงานในอนาคต นอกจากนี้ งานอาสาสมัครยังช่วยพัฒนาชุมชนและประเทศชาติ โดยอาศัยแรงงานจากความร่วมมือของคนในชุมชนที่จะต้องเสียสละความสุขส่วนตัว เพื่อนำพาประเทศให้เดินก้าวไปข้างหน้าอย่างมีเสถียรภาพในสภาวะกาลที่เปลี่ยนแปลงของปัจจุบัน

11) กิจกรรมนันทนาการสุขภาพและสมรรถภาพ

มนุษย์มีความเชื่อในเรื่องการรักษาสุขภาพและสมรรถภาพของตนเองมาเป็นเวลานานแล้ว เพราะเชื่อว่าสิ่งเหล่านี้จะช่วยให้พวกเขามีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง รวมถึงรู้จักใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์สูงสุด ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตในทางที่ดีขึ้น ทั้งทางด้านสุขภาพร่างกาย และสุขภาพจิตใจของตนเอง อันเป็นส่วนหนึ่งในการจัดการวิถีชีวิตของมนุษย์ที่สมบูรณ์ กิจกรรมนันทนาการดังกล่าวจึงเป็นสิ่งที่มนุษย์ใช้เพื่อการดำเนินชีวิตอย่างมีประสิทธิภาพ รวมถึงเป็นการพัฒนาคุณภาพชีวิตของคนในชุมชนให้มีความเป็นอยู่ที่ดีขึ้น นอกจากนี้ ยังเป็นส่วนหนึ่งของวัฒนธรรมพื้นบ้านที่สะท้อนวิถีชีวิต ความคิด ความเชื่อ ผ่านการออกกำลังกายในรูปแบบต่าง ๆ อันเป็นการช่วยส่งเสริมสุขภาพพลานามัยของคนในชุมชนให้ดีขึ้น ทั้งยังเป็นการเปิดโอกาสในการสร้างมนุษยสัมพันธ์กับผู้อื่นอย่างกว้างขวาง ทำให้เกิดการเรียนรู้และเข้าใจชีวิตมากยิ่งขึ้น รู้จักการเป็นผู้นำและผู้ตามที่ดี ก่อให้เกิดความสามัคคีในหมู่คณะ และที่สำคัญการมีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรงยังช่วยขจัดปัญหาสังคม อันเกิดจากการใช้เวลาไปกับสิ่งที่ไร้ประโยชน์อีกด้วย

12) กิจกรรมนันทนาการมนุษยสัมพันธ์

กิจกรรมนันทนาการมนุษยสัมพันธ์ เป็นกิจกรรมที่ช่วยให้คนในชุมชนได้เรียนรู้ถึงพฤติกรรม ทักษะคิด และการเข้าใจผู้อื่น เพื่อใช้เป็นแนวทางในการสร้างความร่วมมือที่ดีต่อการพัฒนาองค์กร และยังเป็นกิจกรรมนันทนาการที่ช่วยกระตุ้นให้บุคคลเกิดการเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้น เพื่อการอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างมีความสุข รู้จักหน้าที่ของตนเองในฐานะผู้นำและผู้ตามที่ดี รวมถึงรู้จักหน้าที่ความรับผิดชอบ และบทบาทของตนเองในสังคม อันจะช่วยส่งเสริมมนุษยสัมพันธ์ ในการทำงานประสานความร่วมมือกันของกลุ่ม ก่อให้เกิดกระบวนการเรียนรู้ในสังคมตามวิถีประชาธิปไตย

กิจกรรมนันทนาการดังกล่าวข้างต้น เป็นเครื่องมือที่ชี้ให้เห็นถึงการรู้จักทำงานร่วมกันเป็นกลุ่ม สามารถดำเนินชีวิตอยู่ร่วมกันในสังคมได้อย่างมีความสุข เป็นสิ่งที่แสดงให้เห็นถึงความมีน้ำใจช่วยเหลือซึ่งกันและกัน อันจะช่วยสร้างความสมัครสมานสามัคคีกันในหมู่คณะ นอกจากนี้ยังเป็นกิจกรรมที่ช่วยให้ผู้เข้าร่วมได้รับประสบการณ์การเรียนรู้จากกิจกรรม ช่วยทำให้รู้จักและสนใจ

ตัวเองดียิ่งขึ้น ก่อให้เกิดทัศนคติที่ดีต่อกัน มีความเห็นอกเห็นใจกัน ลดความขัดแย้งของคนในชุมชน เพื่อสร้างความสุขที่ช่วยให้การดำเนินชีวิตของมนุษย์อยู่ร่วมกันในสังคมอย่างเป็นสุข

จากการศึกษาแนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวกับกิจกรรมนันทนาการทำให้ผู้วิจัยสามารถวิเคราะห์ความเหมือนความต่างของกิจกรรมนันทนาการที่เหมาะสมสำหรับนำมาใช้ลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาดังต่อไปนี้

ตารางที่ 1 แสดงการวิเคราะห์กิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษา

แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวกับกิจกรรมนันทนาการ	โปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา
กิจกรรมนันทนาการศิลปะทัศนกรรม กิจกรรมนันทนาการงานอดิเรก	กิจกรรมนันทนาการศิลปะทัศนกรรม
กิจกรรมนันทนาการเกมและกีฬา กิจกรรมนันทนาการทางสังคม กิจกรรมนันทนาการสุขภาพและสมรรถภาพ กิจกรรมนันทนาการมนุษยสัมพันธ์	กิจกรรมนันทนาการเกมและกีฬา
กิจกรรมนันทนาการพัฒนาจิตใจและความสงบสุข	กิจกรรมนันทนาการพัฒนาจิตใจและความสงบสุข
กิจกรรมนันทนาการการละคร	กิจกรรมนันทนาการการละคร
กิจกรรมนันทนาการการพ่อน้ำและกิจกรรมเข้าจังหวะ กิจกรรมนันทนาการดนตรีและร้องเพลง	กิจกรรมนันทนาการดนตรีและร้องเพลง
กิจกรรมนันทนาการภาษาและวรรณกรรม	กิจกรรมนันทนาการภาษาและวรรณกรรม
กิจกรรมนันทนาการอาสาสมัคร	กิจกรรมนันทนาการอาสาสมัคร

ตารางที่ 1 ตารางวิเคราะห์กิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษา

ตารางที่ 2 การวิเคราะห์กิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าว

แผนการ จัดกิจกรรม	กิจกรรมนันทนาการ/ ชื่อกิจกรรม	พฤติกรรมความ ก้าวร้าว		หมาย เหตุ
		ทางกาย	ทาง วาจา	
1	กิจกรรมนันทนาการเกมและกีฬา ➢ ซิงลายแทงชุมทรัพย์สุดขอบ ฟ้า	✓	✓	
2	กิจกรรมนันทนาการเกมและกีฬา ➢ วอลเลย์บอลสี่พีและน้องสัมพันธ์	✓	✓	
3	กิจกรรมนันทนาการเกมและกีฬา ➢ ตกหลุมรัก	✓	✓	
4	กิจกรรมนันทนาการเกมและกีฬา ➢ กระจกน้อยคอยรัก	✓*	✓	*เน้น พฤติกรรม ทางกาย
5	กิจกรรมนันทนาการเกมและกีฬา ➢ กู้อะเปิด	✓*	✓	*เน้น พฤติกรรม ทางกาย
6	กิจกรรมนันทนาการศิลปะหัตถกรรม ➢ บันทึกลงดินให้เป็นดาว	✓*	✓	*เน้น พฤติกรรม ทางกาย
7	กิจกรรมนันทนาการภาษาและวรรณกรรม ➢ ใ้คำหรรษา		✓*	*เน้น พฤติกรรม ทางวาจา
8	กิจกรรมนันทนาการภาษาและวรรณกรรม ➢ การไต่วาที	✓	✓*	*เน้น พฤติกรรม ทางวาจา

แผนการจัดกิจกรรม	กิจกรรมนันทนาการ/ ชื่อกิจกรรม	พฤติกรรมความ ก้าวร้าว		หมายเหตุ
		ทางกาย	ทาง วาจา	
9	กิจกรรมนันทนาการภาษาและวรรณกรรม ➢ ต่อเพลงเรใจ		✓*	*เน้น พฤติกรรม ทางวาจา
10	กิจกรรมนันทนาการการละคร ➢ ละครใบ้	✓	✓	
11	กิจกรรมนันทนาการพัฒนาจิตใจและ ความสงบสุข ➢ วาดภาพระบายสีอย่าง สร้างสรรค์	✓	✓*	*เน้น พฤติกรรม ทางวาจา
12	กิจกรรมนันทนาการพัฒนาจิตใจและความ สงบสุข ➢ จิตสงบด้วยดนตรี		✓	
13	กิจกรรมนันทนาการอาสาสมัคร ➢ บ้านหลังที่ 2	✓	✓	
14	กิจกรรมนันทนาการดนตรีและร้องเพลง ➢ เคลื่อนไหวตามเสียงดนตรี	✓	✓	
15	กิจกรรมนันทนาการการละคร ➢ เล่าเรื่อง & เรื่องเล่า	✓	✓*	*เน้น พฤติกรรม ทางวาจา
16	กิจกรรมนันทนาการศิลปหัตถกรรม ➢ งานประดิษฐ์หรรษา		✓	

ตารางที่ 2 การวิเคราะห์กิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าว

2.2 แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการปรับพฤติกรรมทางปัญญา

2.2.1 แนวคิดของการปรับพฤติกรรมทางปัญญา

สมโภชน์ เขียมสุภาชิต (2553) ได้ให้ความหมายของคำว่า พฤติกรรม (behavior) หมายถึง สิ่งที่บุคคลแสดงออก ตอบสนอง หรือโต้ตอบต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ในสถานการณ์ใด สถานการณ์หนึ่ง ที่สามารถสังเกตเห็นได้ ได้ยิน นับได้ อีกทั้งวัดได้ตรงกันด้วยเครื่องมือที่เป็นวัตถุวิสัย ไม่ว่าจะเป็นการแสดงออกหรือการตอบสนองนั้นจะเป็นภายนอกหรือภายในก็ตาม เช่น การร้องไห้ การเดิน การฟังเพลง การพูดการคิด การเต้นของชีพจร การอ่านหนังสือ เป็นต้น

พฤติกรรม หมายถึง สิ่งที่บุคคลกระทำ แสดงออก ตอบสนองต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งที่สามารถรับรู้ได้ด้วยประสาทสัมผัสทั้ง 5 คือ ได้เห็น ได้รู้รส ได้กลิ่น ได้ยิน และได้สัมผัส อีกทั้งสามารถวัดได้ด้วยเครื่องมือที่เป็นวัตถุวิสัย ไม่ว่าจะเป็นการแสดงออกนั้น จะเกิดขึ้นภายในหรือภายนอก ร่างกายก็ตาม ดวงเดือน พันธุมนาวิน (2524) ได้กล่าวไว้ในหนังสือ พฤติกรรมศาสตร์ จิตวิทยา จริยธรรมและจิตวิทยาภาษาไว้ว่า จุดมุ่งหมายของจิตวิทยาทุกสาขา คือ การเข้าใจพฤติกรรมของมนุษย์ และนักจิตวิทยาก็พยายามศึกษาเพื่อหาคำตอบที่จะอธิบายพฤติกรรมเหล่านั้น แต่พฤติกรรมที่มนุษย์แสดงออกมานั้นเป็นสิ่งที่ซับซ้อนและยากที่จะเข้าใจ เพราะจิตของแต่ละคนไม่เหมือนกัน เช่น บางคนการแสดงสีหน้าและแววตาขัดแย้งกัน บางคนการกระทำกับความคิดไม่สอดคล้องกัน เป็นต้น เพื่อให้การศึกษาทางจิตวิทยาสามารถเข้าใจได้ง่ายยิ่งขึ้น จึงได้มีการแบ่งพฤติกรรมของมนุษย์ออกเป็น 3 ด้าน ได้แก่

1) **ด้านชีวภาพ** เป็นการศึกษาที่อาศัยหลักการทางชีววิทยาเป็นตัวกำหนด พฤติกรรมของบุคคล ซึ่งการศึกษาทางด้านนี้จะมุ่งเน้นไปที่ การศึกษาโครงสร้างของสมองและระบบประสาท การศึกษาบทบาทและหน้าที่ของสมองและระบบประสาท ว่ามีอิทธิพลหรือเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมอะไรบ้าง ซึ่งนักจิตวิทยาที่ทำการศึกษาด้านนี้มีความเชื่อว่า ร่างกายและจิตใจนั้นเกี่ยวข้องสัมพันธ์กันจนไม่สามารถแยกออกจากกันได้

2) **ด้านจิตใจ** เป็นการศึกษาโดยมีความคิดพื้นฐานที่ว่า จิตใจของมนุษย์เป็นตัวกำหนดพฤติกรรมของบุคคล แนวความคิดนี้พยายามแบ่งจิตใจของมนุษย์ออกเป็นระดับต่าง ๆ ซึ่งระดับที่สำคัญที่สุดนั้น จะเป็นส่วนที่มีอิทธิพลอย่างมากต่อจิตไร้สำนึก ดังนั้น การแก้ไขพฤติกรรมที่ผิดปกติของมนุษย์จะต้องมุ่งขจัดความขัดแย้งที่อยู่ภายในจิตไร้สำนึกเสียก่อน จึงจะสามารถแก้ไขความผิดปกตินั้นได้

ยศ สันตสมบัติ (2542) ได้ศึกษาจิตวิเคราะห์และทฤษฎีทางสังคมของ Sigmund Freud อย่างละเอียด โดยผลจากการศึกษาสามารถอธิบายได้ว่า ทฤษฎีจิตวิเคราะห์ของฟรอยด์

นั้น แบ่งออกได้เป็นสองส่วนด้วยกันคือ ส่วนแรก เป็นการศึกษากระบวนการเรียนรู้ทางสังคม (Socialization) และส่วนที่สอง เป็นการอธิบายระบบค่านิยม ศาสนา และระบบวัฒนธรรม ซึ่งทฤษฎีทั้งสองส่วนนี้มีความสัมพันธ์กันอย่างแนบแน่น เพราะกระบวนการเรียนรู้ทางสังคมย่อมได้รับอิทธิพลจากระบบวัฒนธรรม ความเชื่อ และค่านิยมทางสังคมอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ และยังได้อธิบายถึงการสร้างกรอบทฤษฎีเพื่ออธิบายปรากฏการณ์ทางสังคมและวัฒนธรรมอีกด้วย

3) **ด้านสังคม** เป็นการศึกษาโดยมีความคิดพื้นฐานมาจาก สิ่งแวดล้อมทางสังคมล้วนแล้วแต่มีอิทธิพลอย่างมากต่อการแสดงออกของพฤติกรรมของบุคคล เช่น ที่อยู่อาศัย สภาพบ้านเมือง วัฒนธรรม ค่านิยม จารีต ประเพณี กฎหมาย เป็นต้น

Wolpe (1958) ได้ให้ความหมายของการปรับพฤติกรรมไว้ว่า เป็นการใช้ผลที่ได้จากการทดลองหลักการของการเรียนรู้ เพื่อเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของบุคคลที่ไม่เหมาะสมให้เหมาะสมขึ้น

Kalish 1981 (อ้างถึงใน ทิพย์วัลย์ สุทิน) กล่าวว่า การปรับพฤติกรรมเป็นการนำเอาหลักการทางพฤติกรรม (Behavior Principles) มาประยุกต์ใช้เพื่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมอย่างเป็นระบบ นอกจากนี้ยังได้กล่าวเพิ่มเติมอีกด้วยว่า เป็นหลักการที่ครอบคลุมทั้งแนวคิดของทฤษฎีการเรียนรู้ การวางเงื่อนไข และแนวคิดทางจิตวิทยา ต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับการศึกษาพฤติกรรมของมนุษย์เข้ามาประยุกต์ใช้ ซึ่งจุดเด่นของการกำหนดความหมายในลักษณะเช่นนี้ เป็นการชี้ขอบเขตให้ชัดเจนลงไปว่า แนวคิดที่นำมาประยุกต์ใช้นั้น จะต้องแสดงให้เห็นว่าเป็นแนวคิดทางจิตวิทยาที่ศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรมเท่านั้น แนวคิดอื่น ๆ ไม่สามารถจะนำมาประยุกต์ใช้ได้

พฤติกรรมที่เป็นปัญหาหลายพฤติกรรมที่ไม่สามารถแก้ไขได้ โดยการนำหลักการปรับพฤติกรรมที่พัฒนาจากแนวคิดของทฤษฎีการเรียนรู้ อีกทั้งเทคนิคการปรับพฤติกรรมที่ได้รับการยอมรับมากที่สุด ได้แก่ การลดความรู้สึกลอย ๆ เป็นระบบ ซึ่งต้องใช้กระบวนการภายในของบุคคล ตัวอย่างเช่น การใช้ความคิดให้เกิดการจินตนาการ ทำให้เกิดการพัฒนาการปรับพฤติกรรมขึ้นมาใหม่ โดยอาศัยแนวคิดที่ว่า ตัวแปรภายในบุคคลหรือตัวแปรทางปัญญา มีผลต่อพฤติกรรม การแสดงออกของบุคคล การปรับพฤติกรรมโดยอาศัยแนวคิดดังกล่าวเรียกว่า การปรับพฤติกรรมทางปัญญา (Cognitive Behavior Modification) หรือเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า การบำบัดพฤติกรรมทางปัญญา (Cognitive Behavior Therapy) (สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต, 2553)

ตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อการแสดงออกของพฤติกรรมต่าง ๆ ของมนุษย์ ประกอบไปด้วย ด้านชีวภาพ ด้านจิตใจ และด้านสังคม ซึ่งการแสดงออกนั้นล้วนขึ้นอยู่กับ ความคิด ความเชื่อ

อารมณ์ ความรู้สึก ความรู้ ทศนคติ ค่านิยม และความคาดหวัง แต่อย่างไรก็ตาม ตัวแปรเหล่านี้ไม่สามารถบอกได้ว่าพฤติกรรมเหล่านั้นเป็นพฤติกรรมการแสดงออกที่แท้จริงได้

การปรับพฤติกรรมทางปัญญา Kazdin (1978) ได้ให้ความหมายไว้ว่า เป็นกระบวนการเปลี่ยนพฤติกรรมภายนอกโดยการเปลี่ยนแปลงความคิด การตีความ การตั้งข้อสันนิษฐาน หรือกลวิธีในการตอบสนองหรืออีกนัยหนึ่งคือ การเปลี่ยนตัวแปรทางปัญญาเพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม โดยที่การปรับพฤติกรรมทางปัญญามีความเชื่อดังต่อไปนี้

- 1) กิจกรรมทางปัญญานั้นมีผลต่อพฤติกรรม
- 2) กิจกรรมทางปัญญาสามารถจัดให้เกิดขึ้นได้และเปลี่ยนแปลงได้
- 3) พฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงไป อาจจะเป็นผลเนื่องมาจากเปลี่ยนแปลงทางปัญญา

ปัญญา

ดังนั้นจุดมุ่งหมายของการปรับพฤติกรรมทางปัญญาก็เพื่อมุ่งที่จะทำการเปลี่ยนแปลงกระบวนการทางปัญญา เพื่อความเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่แสดงออกมาให้เป็นปกติ

การปรับพฤติกรรมทางปัญญานั้น เป็นการปรับพฤติกรรมที่มีพื้นฐานมาจากทฤษฎีการเรียนรู้ โดยการปรับพฤติกรรมทางปัญญานั้น จะเน้นที่การเปลี่ยนแปลงทางปัญญา เพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่พึงประสงค์ ซึ่งแนวคิดนี้เกิดขึ้นมาในช่วงทศวรรษที่ 1960 และเด่นชัดในช่วงปลายทศวรรษที่ 1960 จนถึงต้นทศวรรษที่ 1970 โดยมีปัจจัยหลักอยู่ 3 ประการคือ

1) ด้านจิตวิทยาทางปัญญา (Cognitive Psychology) เป็นการศึกษาด้านจิตวิทยาที่ส่งผลกระทบต่อกระบวนการเปลี่ยนแปลงของการปรับพฤติกรรม

2) การเสนอตัวแบบ (Modeling) กล่าวคือ มนุษย์ต้องเรียนรู้พฤติกรรมของบุคคลอื่น โดยที่บุคคลเหล่านั้นอาจไม่จำเป็นต้องแสดงพฤติกรรมอย่างชัดเจน ซึ่งงานวิจัยทางการเสนอตัวแบบนั้น ในช่วงแรกเกิดขึ้นภายใต้กรอบของทฤษฎีการเรียนรู้และการบำบัดพฤติกรรม ต่อมา Bandura ได้อธิบายผลที่เกิดขึ้นเกี่ยวกับตัวแปรทางปัญญาว่า ปัจจัยที่มีผลต่อการเรียนรู้ที่เกิดจากการสังเกต จะต้องประกอบไปด้วยกระบวนการที่เกิดจากความตั้งใจ กระบวนการเก็บจำ กระบวนการกระทำ และกระบวนการแรงจูงใจ ซึ่ง Bandura ได้แนวคิดนี้มาจากรูปแบบของกระบวนการสารสนเทศ (Information Processing Model) ของนักจิตวิทยาทางปัญญา จากผลงานของ Bandura นับเป็นผลงานที่มีอิทธิพลอย่างมากต่อการพัฒนาการปรับพฤติกรรมทางปัญญา (Bandura 1969 อ้างถึงใน ทิพย์วัลย์ สุทิน, 2539)

3) การฝึกตอบสนองด้วยตนเอง (Self-Instruction Training) เป็นเทคนิคที่พัฒนาขึ้นโดย Meichenbaum (1977) โดยแนวคิดนี้ได้กล่าวเพิ่มเติมจากงานวิจัยของเขาเรื่อง

“การพูดเพื่อสุขภาพ” (Health Take) ซึ่งเป็นงานวิจัยที่อาศัยแนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการเรียนรู้แบบการกระทำ ทฤษฎีนี้ถูกนำไปใช้กับคนไข้ที่เป็นโรคจิตเภท (Schizophrenia) โดยการฝึกให้คนไข้พูดตามสิ่งที่เขากำหนด ซึ่งผลการวิจัยพบว่า พฤติกรรมของคนไข้จิตเภทเหล่านั้นมีอาการที่ดีขึ้นตามลำดับ ผลของการกระทำดังกล่าวชี้ให้เห็นว่า ถ้าให้คนปกติทั่วไปฝึกพูดตามที่เขาได้กำหนดอย่างกับที่เขาฝึกให้คนไข้จิตเภทก็ย่อมได้ผลที่ดีเช่นเดียวกัน ดังนั้น Meichenbaum จึงได้พัฒนาเทคนิคที่เรียกว่า การตอบสนองตนเอง (Self-Introduction)

ด้วยความคิดดังกล่าวนี้ทำให้ Meichenbaum หันมาให้ความสนใจเกี่ยวกับการพัฒนาทางด้านภาษามากขึ้น ซึ่งเป็นสาขาหนึ่งที่เกี่ยวข้องกับจิตวิทยาพัฒนาการ นอกจากนี้ยังมีนักจิตวิทยาท่านอื่นที่สนใจนำเอาแนวคิดของ Meichenbaum ไปประยุกต์ใช้ เช่น นักจิตวิทยาชาวรัสเซีย ที่ได้ศึกษาพฤติกรรมการต่อต้านของเด็ก ผลการศึกษาพบว่า เด็กที่ถูกควบคุมพฤติกรรมทางด้านภาษานั้น จะเริ่มใช้คำพูดโดยอาศัยสภาพแวดล้อมเป็นหลัก แล้วจะพัฒนาการพูดจากจิตใต้สำนึกอย่างอัตโนมัติ

จากแนวคิดดังกล่าวแสดงให้เห็นว่า กระบวนการทางปัญญาล้วนแล้วแต่มีอิทธิพลอย่างยิ่งต่อการแสดงพฤติกรรม หรือการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของมนุษย์ กระบวนการดังกล่าวจะถูกควบคุมสิ่งเร้าและผลของการกระทำนั้น ๆ การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมตามแนวคิดนี้สามารถก่อให้เกิดวิธีการต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็น วิธีการบำบัดด้วยเหตุผลหรืออารมณ์ (Rational Emotive Therapy) ตามทฤษฎีของ Ellis (1973) หรือ Meichenbaum (1977) เป็นต้น ซึ่งแต่ละทฤษฎีล้วนแล้วแต่มีกลวิธีที่สามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมได้อย่างมีประสิทธิภาพและสามารถนำมาใช้เพื่อลดความก้าวร้าวได้ อีกทั้งเป็นทฤษฎีที่มีการใช้อย่างแพร่หลายอีกด้วย

นอกจากทฤษฎีที่ได้กล่าวมาข้างต้นแล้ว ยังมีทฤษฎีที่พัฒนาขึ้นเพื่อใช้แก้ไขพฤติกรรม เช่น Ellis (1973) การบำบัดแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ แนวคิดดังกล่าวถูกพัฒนาขึ้นโดยอาศัยแนวคิดหลักของ Sigmund Freud ต่อมาระยะหลังเขาไม่เห็นด้วยตามแนวคิดดังกล่าว จึงได้พัฒนาวิธีการบำบัดแบบพิจารณาเหตุผลขึ้นมาใหม่ เพื่อใช้บำบัดผู้ที่มีปัญหาบกพร่องทางพฤติกรรม วิธีการดังกล่าวมีพื้นฐานแนวคิดที่ว่า อารมณ์และพฤติกรรมเบี่ยงเบน มีสาเหตุมาจาก ความเชื่อ การรับรู้ และการตีความหมายของตนเองไม่สมเหตุสมผล และไม่ตรงตามวิสัยที่ควรจะเป็น ซึ่งปัจจัยที่ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงมีดังต่อไปนี้

1) ปัจจัยทางด้านจิตวิทยาทางปัญญา (Cognitive Psychology) เป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อการแสดงพฤติกรรมหลักของมนุษย์ และเป็นต้นเหตุของการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมนั้น ๆ

ไม่ว่าจะเป็น การเสนอตัวแบบ (Modeling) การฝึกการสอนตนเอง (Self-Instruction Training) และวิธีการแก้ปัญหา (Problem-Solving)

2) ปัจจัยการควบคุมตนเอง (Self-Control) เป็นปัจจัยที่อยู่ในขอบเขตของการปรับพฤติกรรม Skinner (1953) ได้ชี้ให้เห็นปัจจัยดังกล่าวว่า มนุษย์นั้นมีวิธีการควบคุมตนเองแบบเดียวกับการควบคุมคนอื่น เช่นเดียวกับ Homme (1965) ที่ได้แสดงแนวคิดว่า กระบวนการทางปัญญาที่ไม่เหมาะสม ย่อมนำมาซึ่งความผิดปกติทางจิตใจด้วย วิธีการที่ดีที่สุดที่จะปรับเปลี่ยนพฤติกรรมดังกล่าวคือ การปรับเปลี่ยนกระบวนการทางปัญญาเหล่านั้นให้เป็นปกติ

3) ปัจจัยทางด้านการบำบัดทางปัญญา (Cognitive Therapy) เป็นปัจจัยที่แสดงกระบวนการทางปัญญาอย่างไม่เหมาะสม อันนำมาซึ่งความผิดปกติทางจิตใจด้วย

ปัจจัยดังกล่าว ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเป็นอย่างมาก และมีการพัฒนาแนวคิดใหม่ ๆ เพื่อนำมาใช้บำบัดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ เช่น พฤติกรรมความก้าวร้าว เป็นต้น นอกจากนี้ยังนำมาใช้ศึกษาเปรียบเทียบประสิทธิภาพของการปรับพฤติกรรมและการปรับพฤติกรรมทางปัญญาพบว่า ประสิทธิภาพการปรับพฤติกรรมทางปัญญาให้ผลดีกว่าการปรับพฤติกรรมแบบเดิม Miller and Berman (1983)

2.2.2 ความหมายของการปรับพฤติกรรมทางปัญญา

Kazdin 1978 (อ้างถึงใน สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต, 2553) ได้ให้ความหมายของการปรับพฤติกรรมทางปัญญาไว้ว่า เป็นกระบวนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมภายนอก โดยการเปลี่ยนแนวความคิดการตีความ การตั้งข้อสันนิษฐาน หรือกลวิธีในการตอบสนองต่อสิ่งเร้า นั้น ๆ หรืออีกนัยยะหนึ่งคือเป็นการเปลี่ยนตัวแปรทางปัญญาเพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมนั่นเอง โดยการเปลี่ยนแปลงดังกล่าวนั้น ประกอบไปด้วย ความคิด ความเชื่อ เจตคติ การรับรู้ การตีความ และกลวิธีในการสนองตอบ

Sulzer-Azaroff and Mayer (1977) ได้ให้ความหมายไว้ว่า การปรับพฤติกรรมทางปัญญา หมายถึง กระบวนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของอินทรีย์ธาตุอย่างเป็นระบบด้วยหลักการเรียนรู้

นอกจากนี้ Mahoney 1977 (อ้างถึงใน วัลลภา จันทรพิชญ์ (2544)) ยังได้ตั้งข้อสังเกตเกี่ยวกับกระบวนการทางปัญญาว่ามีผลต่อการแสดงออกของพฤติกรรม ดังต่อไปนี้

1) การกระทำของกระบวนการทางปัญญามีผลต่อพฤติกรรม กล่าวคือ เป็นการเน้นย้ำแนวความคิดเพื่อประโยชน์ในการบำบัดรักษา ซึ่งแนวความคิดนี้ ยังไม่เป็นที่ยอมรับมากนักในวงการจิตวิทยา อันเนื่องมาจาก ปัญหาในเรื่องการแสดงผลเชิงประจักษ์ แต่อย่างไรก็ตาม ยัง

มีนักจิตวิทยาอีกหลายต่อหลายท่าน พยายามที่จะพิสูจน์และสนับสนุนความเชื่อนี้ เช่น ในปัจจุบัน มีการใช้แนวคิดนี้ เพื่อบำบัดรักษาผู้ที่มีความผิดปกติทางจิต ซึ่งผู้ที่ได้รับการรักษาด้วยวิธีนี้ส่วน ใหญ่ได้รับผลที่ดี นั่นแสดงให้เห็นว่า ผลของการใช้กระบวนการทางปัญญาสามารถลดพฤติกรรมที่ ไม่พึงประสงค์ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

2) การกระทำของกระบวนการทางปัญญาสามารถปรับเปลี่ยนได้ กล่าวคือ การ แสดงพฤติกรรมสามารถวัดและประเมินผลจากกระบวนการทางปัญญาได้ ถึงแม้ว่าจะต้องอาศัย เครื่องมือที่มีความเที่ยงและความตรงมากก็ตาม แต่ผลของการวัดและประเมินนั้น สามารถเลือก ส่วนที่ดีและเหมาะสมมากที่สุดเพื่อเข้าไปจัดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมนั้น

3) การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสามารถกระทำได้ กล่าวคือ การปรับเปลี่ยน พฤติกรรมทางปัญญาจะช่วยเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ โดยมีผู้กระทำเป็นตัวแปรใน การสร้างเงื่อนไข เพื่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมนั้น (CR) ซึ่งการกระทำดังกล่าวสามารถประเมิน ความเปลี่ยนแปลงควบคู่ได้ด้วย

จากที่กล่าวมาข้างต้นสรุปความได้ว่า การปรับพฤติกรรมทางปัญญา หมายถึง กระบวนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ของมนุษย์ โดยอาศัยหลักการทางจิตวิทยา เข้าไปแก้ไขจิตที่ผิดปกติอย่างเป็นระบบ เพื่อสร้างพฤติกรรมที่พึงประสงค์ และลดพฤติกรรมที่ไม่พึง ประสงค์

2.2.3 วิธีการการปรับพฤติกรรมทางปัญญา

การปรับพฤติกรรมทางปัญญานั้นมีอยู่ด้วยกันหลายวิธี ซึ่งแต่ละวิธีก็มีกลยุทธ์ที่ หลากหลาย ตามแต่นักจิตวิทยาจะเลือกใช้ ซึ่งโดยทั่วไปแล้วจะแบ่งออกเป็น 3 กลุ่มด้วยกัน โดย อาศัยความรู้พื้นฐานทางจิตวิทยาเป็นหลัก ได้แก่ กลุ่มที่มาจากพื้นฐานความรู้ทางจิตวิเคราะห์ กลุ่มที่มาจากพื้นฐานความรู้จิตวิทยาทางปัญญา และกลุ่มที่มีความรู้พื้นฐานความรู้ทางการเรียนรู้ ซึ่ง แต่ละวิธีการนั้นย่อมมีแนวความคิดและวิธีดำเนินการที่ค่อนข้างจะแตกต่างกัน โดยความแตกต่าง นั้นจะเกี่ยวข้องกับพื้นฐานความรู้และทัศนคติของแต่ละบุคคล ถึงแม้ว่าจะมีพื้นฐานแนวคิดที่ แตกต่างกัน แต่สิ่งที่นักจิตวิทยาทั้ง 3 กลุ่มเห็นตรงกันคือ ตัวแปรทางปัญญาสามารถเปลี่ยนแปลง พฤติกรรมของบุคคลได้ ดังนั้นถ้าสามารถเปลี่ยนพฤติกรรมทางปัญญาได้ ก็ย่อมสามารถเปลี่ยน พฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ได้เช่นเดียวกัน

ในการปรับพฤติกรรมทางปัญญานั้น มีวิธีการดำเนินการที่แตกต่างกันออกไป ขึ้นอยู่กับเทคนิคของแต่ละบุคคล Mahoney (1977) ได้แบ่งกลุ่มของเทคนิคการปรับพฤติกรรมทาง ปัญญาออกเป็น 3 ลักษณะด้วยกันคือ

1) **กลุ่มที่เน้นที่การเปลี่ยนแปลงโครงสร้างทางปัญญา** เป็นกลุ่มที่มีความเชื่อว่า อารมณ์ที่ผิดปกติเป็นผลมาจากความคิดที่ไม่เหมาะสม ดังนั้น วิธีการดำเนินการคือทำให้เกิดความคิดที่เหมาะสม

2) **กลุ่มที่เน้นทักษะในการเผชิญกับปัญหา** เป็นกลุ่มที่เน้นการพัฒนาทักษะต่าง ๆ ให้กับผู้รับการบำบัด เพื่อที่ว่าผู้รับการบำบัดจะสามารถเผชิญกับสภาพที่เครียดหรือวิตกกังวลได้เป็นอย่างดี

3) **กลุ่มที่เน้นการบำบัดโดยการแก้ไขปัญหา** เป็นกลุ่มที่รวมเอาแนวคิดของกลุ่ม CR และ CS เข้ามาด้วยกัน โดยการพัฒนากลวิธีต่าง ๆ ที่จะใช้เพื่อจัดการกับปัญหาต่าง ๆ และรวมทั้งความเครียดและความวิตกกังวล ซึ่งกิจกรรมของ PS นั้น จะต้องดำเนินการร่วมมือกันระหว่างผู้รับการบำบัดกับผู้บำบัดเป็นอย่างดี ในการวางแผนการทำการบำบัด

ตารางที่ 3 แสดงรายการเทคนิคการปรับพฤติกรรมทางปัญญาที่ใช้อยู่ในปัจจุบัน (วัลลภา จันทรเพ็ญ, 2544)

ปี ค.ศ.	เทคนิค	นักจิตวิทยา	ตัวแปรทางปัญญา
1962	การบำบัดแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ (Rational Emotive Therapy หรือ RET)	Ellis	CR
1963	การบำบัดทางปัญญา (Cognitive Therapy)	Beck	CR
1971	การฝึกสอนตัวเอง (Self-Instructional Training)	Meichenbaum	CR
1971	การบำบัดแบบแก้ปัญห (Problem-Solving Therapy)	D'Zurilla & Goldfried	PS
1973	การฝึกการป้องกันความเครียด (Stress Inoculation Training)	Meichenbaum	CS
1975	การบำบัดแบบพิจารณาเหตุผลและพฤติกรรม (Rational Behavior Therapy)	Mahony	CR

ปี ค.ศ.	เทคนิค	นักจิตวิทยา	ตัวแปรทาง ปัญญา
1977	การบำบัดแบบการควบคุมตนเอง (Self-Control Therapy)	Rehm	PS
1993	การบำบัดแบบพิจารณาเหตุผลอารมณ์ และพฤติกรรม (Rational Emotive Behavior Therapy หรือ REBT)	Ellis	CR

CR = การเปลี่ยนแปลงโครงสร้างทางปัญญา

CS = ทักษะในการเผชิญปัญหา

PS = การแก้ปัญหา

สาระสำคัญของการปรับพฤติกรรมโดยกระบวนการทางปัญญา ได้แก่ การยึด
สาระสำคัญของทฤษฎีปัญญาทางสังคม (Social Cognitive Theory) ของอัลเบิร์ต แบนดูรา ซึ่งมี
หลักการสำคัญต่อไปนี้ 1) หลักการเรียนรู้โดยการสังเกต 2) หลักการรับรู้ความสามารถของตนเอง
และ 3) หลักการกำกับตนเอง ซึ่งหลักทั้งสามประการ มีสาระสำคัญดังต่อไปนี้

1) หลักการเรียนรู้โดยการสังเกต ทฤษฎีปัญญาทางสังคม (Social Cognitive Theory) ของอัลเบิร์ต แบนดู (Albert Bandura) เป็นทฤษฎีที่พัฒนาจากทฤษฎีการเรียนรู้ทาง
สังคม (Social Learning Theory) ของ ท่านเอง โดยทฤษฎีปัญญาทางสังคมอธิบายว่า การเรียนรู้
ของมนุษย์ส่วนหนึ่งเกิดจากตัวแปรทางสังคม โดยมนุษย์ในสังคมจะมีรากฐานเป็นต้นแบบ มนุษย์
จึงเรียนรู้จากการสังเกตการเรียนรู้อีกส่วนหนึ่งเกิดจากตัวแปรด้านปัญญาของบุคคลนั้น โดยให้
ความสำคัญกับกระบวนการคิดเชิงเหตุ- ผล ของมนุษย์ในการตัดสินใจที่จะกระทำหรือระงับที่จะ
กระทำสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ดังนั้น แบบดูราจึงให้ทฤษฎีว่า ทฤษฎีปัญญาทางสังคม เพื่อให้สอดคล้องกับ
ขอบข่ายที่ใช้อธิบายพฤติกรรมมนุษย์

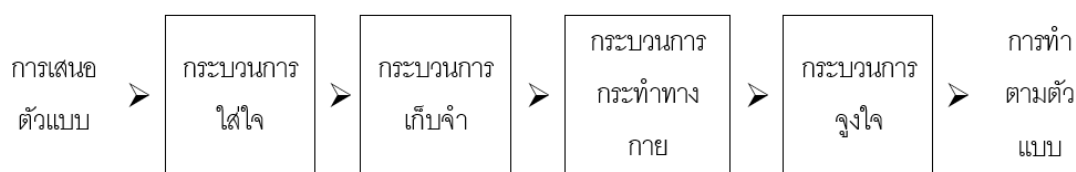
การเรียนรู้จากการสังเกต (Observation Learning) มีความสำคัญต่อการเรียนรู้
ของมนุษย์ โดยจะช่วยให้มนุษย์เข้าใจความสัมพันธ์ระหว่างเหตุการณ์หนึ่งกับอีกเหตุการณ์หนึ่ง
เรียนรู้ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมกับผลกรรมโดยไม่จำเป็นต้องได้รับผลกรรมโดยตรง การเรียนรู้
ความสัมพันธ์เหล่านี้กลายเป็นความเชื่อว่าจะกระทำใดนำไปผลกรรมใด ความเชื่อมีอิทธิพลใน
การกำกับและควบคุมพฤติกรรมตนเองด้วยความคิด (Cognitive Control) และการควบคุมตนเอง
(Self Control) ได้ในที่สุด เช่น การสังเกตเห็นต้นแบบในรายการโทรทัศน์แสดงพฤติกรรมทำลาย

หุโทธิศัพทสาธารณะกับผลกรรณค็ือ ถูกตำรวจจับไปลงโทษ แต่เด็กเชื่อว่าหากทำเช่นนั้นจะถูจจับไปลงโทษแน่ ๆ ความเช็เช่นนี้ก็จะควบคุมตนเองไม่ให้ทำลายหุโทธิศัพทสาธารณะโดยไม่ต้องลงมือทำลายหุโทธิศัพทด้วยตนเองและตนเองไม่ต้องถูจจับก่อนจึงจะเกิดการเร็ยรู้

ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเร็ยรู้จกการสั่งเกต มี 3 ประการต่อไปนี

1) กระบวงการเร็ยรู้เกิดจกปัญญาของผู้สั่งเกต 2) การรับรู้ความสามารถของตนเอง 3) การกำกับตนเอง (มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธราช, 2556)

การเร็ยรู้จกการสั่งเกต จะประกอบด้วยองค์ประกอบ ค็ือ ตัวแบบ (Model) ตัวแบบแสดงพฤติกรรม หรือเร็ยกว่าการเสนอตัวแบบ (Modeling) และการกระทำตามตัวแบบหรือเลียนแบบ (Imitation) ตั้งแต่การเสนอตัวแบบจนถึงการเลียนแบบนี้ ภายในตัวผู้เลียนแบบเกิดกระบวงการทางปัญญาอย่างต่อเนื่องเป็น 4 กระบวงการ ค็ือ 1) กระบวงการใส่ใจ 2) กระบวงการเก็บจำ 3) กระบวงการกระทำทางกาย 4) กระบวงการจูงใจ (Bandura, 1969) ทั้ง 4 กระบวงการเขียนเป็นแผนภาพได้ ดังภาพที่ 1



ภาพที่ 1 ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเร็ยรู้จกการสั่งเกต

CHULALONGKORN UNIVERSITY

กระบวงการทั้ง 4 นี้ มีสาระ ดังนี้

1) กระบวงการใส่ใจ (Attentional Processes) หมายถึง กระบวงการที่มนุษย์ใส่ใจและสนใจในการรับรูตัวแบบ การเร็ยรู้จะเกิดขึ้นได้เม็่่มนุษย์ใส่ใจต่อตัวแบบ ทางตรงข้ามหากมนุษย์ไม่ใส่ใจต่อตัวแบบ การเร็ยรู้ก็จะไม่เกิดขึ้น

2) กระบวงการเก็บจำ (Retention Processes) หมายถึง กระบวงการที่มนุษย์เก็บจำพฤติกรรมของตัวแบบได้ หากเก็บจำพฤติกรรมของตัวแบบไว้ไม่ได้ การเลียนแบบก็ไม่อาจเกิดขึ้นได้ หากเก็บจำได้มากก็สามารถเลียนแบบได้ถูกต้องสมบูรณ์

3) กระบวงการกระทำทางกาย (Motor Reproduce Processes) เป็นกระบวงการที่มนุษย์นำเอาพฤติกรรมที่เก็บจำไว้มาแปลงเป็นการกระทำ

4) กระบวนการจูงใจ (Motivate Processes) หมายถึง กระบวนการที่จูงใจมนุษย์ทำหรือไม่กระทำพฤติกรรมหนึ่ง ๆ มนุษย์จะเลือกกระทำหากการกระทำใดที่ตัวแบบกระทำแล้วเกิดผลกรรมทางบวกในทรรศนะของผู้สังเกต ผลกรรมนั้นก็จะจูงใจให้ผู้สังเกตทำพฤติกรรมตามตัวแบบ หากการกระทำใดที่ตัวแบบกระทำแล้วเกิดผลกรรมทางลบในทรรศนะของผู้สังเกต ผลกรรมนั้นก็จะจูงใจให้ผู้สังเกตงดเว้นการกระทำตามตัวแบบ ดังนั้น การคาดหวังในผลกรรมจะเป็นตัวจูงใจให้ผู้สังเกตกระทำหรือระงับการกระทำในอนาคต

กระบวนการทั้ง 4 นี้ อาศัยระดับสติปัญญาของบุคคลนั้น ไม่ว่าจะ เป็นกระบวนการใส่ใจ เก็บจำ การกระทำทางกาย และกระบวนการจูงใจ ดังนั้น ตัวแปรสำคัญของการเรียนที่สำคัญอีกตัวแปรหนึ่งก็คือ สติปัญญาของบุคคล

2) หลักการการรับรู้ความสามารถของตนเอง (self- Efficacy) การรับรู้ความสามารถตนเอง (Perceived self- Efficacy) หมายถึง ความคิด การตัดสินใจเกี่ยวกับความสามารถตนเอง ที่จะจัดการและดำเนินการทำพฤติกรรมให้บรรลุเป้าหมายที่กำหนดไว้

Bandura (1969) อธิบายว่า การรับรู้ความสามารถตนเองนั้น มีผลต่อการกระทำของบุคคล บุคคล 2 คน อาจมีความสามารถไม่ต่างกัน แต่อาจแสดงออกในคุณภาพที่แตกต่างกันได้ ถ้าพบว่าบุคคล 2 คนนี้ มีการรับรู้ความสามารถของตนเองแตกต่างกัน นั่นคือ ถ้าเรามีการรับรู้ว่ามีความสามารถ เราก็จะแสดงออกถึงความสามารถนั้นออกมา คนที่รับรู้ว่าจะตนเองมีความสามารถจะมีความอดทน อุตสาหะ ไม่ท้อถอย และจะประสบความสำเร็จในที่สุด

การรับรู้ความสามารถตนเองและความคาดหวังที่จะเกิดขึ้นมีความสัมพันธ์กันมาก โดยที่ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรทั้งสอง มีผลต่อการตัดสินใจที่จะกระทำพฤติกรรมของบุคคลนั้น ๆ ซึ่งจะแสดงไว้ให้เห็นดังภาพที่ 3

		ความคาดหวังเกี่ยวกับผลที่จะเกิดขึ้น	
		สูง	ต่ำ
การรับรู้ความสามารถตนเอง	สูง	มีแนวโน้มที่จะทำแน่นอน	มีแนวโน้มที่จะไม่ทำ
	ต่ำ	มีแนวโน้มที่จะไม่ทำ	มีแนวโน้มที่จะไม่ทำแน่นอน

ภาพที่ 2 ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ความสามารถตนเองและความคาดหวังที่จะเกิดขึ้น

(Bandura, 1969 อ้างถึงใน สมโภชน์ เขียมสุภาษิต, 2553)

ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการรับรู้ความสามารถตนเองนั้นมีอยู่ด้วยกัน 4 ปัจจัย คือ

1) ประสบการณ์ที่ประสบความสำเร็จ (Mastery Experience) ซึ่ง Bandura (1969) เชื่อว่าเป็นวิธีการที่มีประสิทธิภาพมากที่สุดในการพัฒนาการรับรู้ความสามารถตนเอง ใน การที่จะพัฒนาการรับรู้ความสามารถของตนเองจำเป็นที่จะต้องฝึกให้เขามีทักษะเพียงพอที่จะ ประสบผลสำเร็จได้พร้อม ๆ กับการที่ทำให้รับรู้ว่าเขาจะสามารถจะกระทำเช่นนั้น

2) การใช้ตัวแบบ (Modeling) การได้สังเกตตัวแบบ แสดงพฤติกรรมที่มีความ ซ้ำซ้อนและได้ผลกรรมที่พึงพอใจ ทำให้ผู้สังเกตมีความรู้สึกว่าเขาก็สามารถที่จะประสบผลสำเร็จได้

3) การใช้คำพูดชักจูง (Verbal Persuasion) Bandura (1969) ได้กล่าวว่า การใช้ คำพูดชักจูงนั้นไม่ค่อยจะได้ผลนักในการที่จะให้คนเราสามารถที่จะพัฒนาการรับรู้ความสามารถ ของตนเอง ซึ่งถ้าจะให้ได้ผลควรใช้ร่วมกับการทำให้บุคคลมีประสบการณ์ของความสำเร็จ ซึ่ง จะต้องค่อย ๆ สร้างความสามารถให้บุคคลอย่างค่อยเป็นค่อยไปและทำให้เกิดความสำเร็จ ตามลำดับขั้นตอนพร้อมทั้งการใช้คำพูดชักจูงร่วมกันก็ย่อมจะได้ผลดี ในการพัฒนาการรับรู้ ความสามารถตนเอง

4) การกระตุ้นทางอารมณ์ (Emotional Arousal) การกระตุ้นทางอารมณ์มีผลต่อ การรับรู้ความสามารถของตน บุคคลที่ถูกกระตุ้นอารมณ์ทางลบ เช่น การอยู่ในสภาพถูกข่มขู่ จะ ทำให้เกิดความวิตกกังวลและความเครียด และนำไปสู่การรับรู้ความสามารถของตนเองต่ำลง ก็จะทำให้บุคคลไม่สามารถแสดงออกได้ แต่ถ้าบุคคลสามารถลดหรือระงับการถูกกระตุ้นทางอารมณ์ ได้ จะทำให้การรับรู้ความสามารถของตนดีขึ้น อันจะทำให้การแสดงออกถึงความสามารถดีขึ้น

3) หลักการกำกับตนเอง (Self- Regulation) การกำกับตนเอง หมายถึง กระบวนการที่บุคคลวางแผน ควบคุมและกำกับพฤติกรรมของตนเอง ซึ่งประกอบด้วย กระบวนการสังเกตตนเอง กระบวนการตัดสินใจ และกระบวนการแสดงปฏิกิริยาต่อตนเอง โดยมี วัตถุประสงค์เพื่อเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนเองไปสู่พฤติกรรมที่ต้องการ ซึ่งการกำกับตนเอง เป็นทฤษฎีของ Bandura (1969)

กระบวนการในการกำกับตนเอง การกำกับตนเอง ประกอบไปด้วยกระบวนการ ย่อย 3 กระบวนการ คือ

1) กระบวนการสังเกตตนเอง (Self- Observation) การจำทำให้บุคคลเปลี่ยนแปลง พฤติกรรมนั้น จำเป็นที่จะต้องให้บุคคลนั้นทราบก่อนว่า มีอะไรเกิดขึ้นกับตนเสียก่อน และจะใช้ ข้อมูลที่ได้จากกระบวนการสังเกตตนเองมาใช้เป็นข้อมูลในการตั้งเป้าหมาย ติดตาม ตรวจสอบ และประเมินการกระทำของตนเอง โดยบุคคลจะต้องสังเกตและบันทึกพฤติกรรมของตนเองอย่าง

ชื่อตรง สม่่าเสมอเป็นระบบ มีความถูกต้องและต้องสังเกตและบันทึกพฤติกรรมของตนเองทันทีที่พฤติกรรมเป้าหมายเกิดขึ้น อันจะส่งผลให้บุคคลได้เครื่องมือในการวินิจฉัยตนเองที่ถูกต้อง ในกระบวนการสังเกตตนเองนั้นจะมีองค์ประกอบที่เกี่ยวข้องอีก 2 องค์ประกอบ คือ

1.1) การตั้งเป้าหมาย (Goal Setting) หมายถึง การกำหนดพฤติกรรมเป้าหมาย หรือกำหนดเกณฑ์ในการแสดงพฤติกรรมใดพฤติกรรมหนึ่งที่ต้องการเปลี่ยนแปลง

2.2) การเตือนตนเอง (Self- Monitoring) กระบวนการสังเกตตนเอง เป็นกระบวนการเก็บข้อมูลจากพฤติกรรมของตนเอง โดยต้องตั้งเป้าหมายของพฤติกรรมให้ชัดเจนและสังเกตพฤติกรรมว่าเป็นไปตามเป้าหมายที่กำหนดหรือไม่ มีการจดบันทึกและการแจ้งเตือนตนเองอย่างเป็นระบบ

2) กระบวนการตัดสินใจ (Judgment Process) กระบวนการตัดสินใจเป็นกระบวนการที่ต่อเนื่องจากกระบวนการสังเกตตนเอง กล่าวคือ เมื่อบุคคลสังเกตและบันทึกพฤติกรรมของตนแล้ว บุคคลนั้นจะนำข้อมูลที่ได้นั้นไปเปรียบเทียบกับเป้าหมายหรือมาตรฐานที่ตั้งไว้ ทั้งนี้เพื่อจะตัดสินใจว่า จะต้องดำเนินการปรับพฤติกรรมที่ตนเองกระทำอย่างไรต่อไป

3) กระบวนการแสดงปฏิกิริยาต่อตนเอง (Self- Reaction) กระบวนการแสดงปฏิกิริยาต่อตนเองเป็นกระบวนการสุดท้ายในกลไกของการกำกับตนเองของบุคคล กระบวนการนี้จะทำหน้าที่ 2 ประการคือ

3.1) ทำหน้าที่ตอบสนองต่อการแสดงพฤติกรรมของตนเองจากกระบวนการตัดสินใจ นั่นคือ ถ้าบุคคลกระทำพฤติกรรมเป้าหมายได้เท่ากับหรือสูงกว่าเป้าหมายที่ตั้งไว้ บุคคลก็จะแสดงปฏิกิริยาทางบวกต่อตนเองหรือให้รางวัลตนเอง แต่ถ้าบุคคลแสดงพฤติกรรมได้ต่ำกว่าเป้าหมาย เขาก็จะแสดงปฏิกิริยาเชิงลบต่อตนเองหรือลงโทษตนเอง หรืออาจไม่แสดงปฏิกิริยาต่อตนเองก็ได้

3.2) ทำหน้าที่เป็นตัวจูงใจสำหรับการกระทำพฤติกรรมของตนเอง คือ การที่บุคคลตั้งเป้าหมายว่าถ้าตนเองทำพฤติกรรมได้ตามเป้าหมายแล้วจะให้สิ่งจูงใจกับตนเอง ซึ่งสิ่งจูงใจนี้ แบ่งออกเป็น 2 ประการ คือ

ก. สิ่งจูงใจตนเองจากภายนอก หมายถึง สิ่งจูงใจจากภายนอก บุคคลให้รางวัลกับตนเองเมื่อทำพฤติกรรมอย่างหนึ่งได้ตามเป้าหมาย ซึ่งอาจเป็นวัตถุสิ่งของซึ่งจับต้องได้ หรืออาจให้เวลาอิสระกับตนเอง การทำกิจกรรมที่ตนเองชอบ หรือการทำกิจกรรมบันเทิงต่าง ๆ

ข. สิ่งจูงใจตนเองจากภายใน เป็นผลกรรมภายในที่บุคคลให้กับตนเอง หลังจากทีประเมิณการกระทำพฤติกรรมของตนแล้ว แบ่งได้เป็น 2 ประเภท คือ

- การแสดงปฏิภริยาต่อตนเองทางบวก หมายถึงการที่บุคคลแสดงปฏิภริยาต่อตนเองทางบวกเมื่อกระทำพฤติกรรมได้ตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ เช่น การแสดงความพึงพอใจต่อตนเอง ความภาคภูมิใจในตนเอง การยกย่องชมเชยตนเอง เป็นต้น

- การแสดงปฏิภริยาต่อตนเองทางลบ หมายถึง การที่บุคคลแสดงปฏิภริยาต่อตนเองทางลบเมื่อทำพฤติกรรมได้ต่ำกว่าเป้าหมายที่ตั้งไว้ ลักษณะของการแสดงปฏิภริยาทางลบ เช่น การตำหนิตนเอง การวิพากษ์วิจารณ์ตนเอง การประณามตนเอง การแสดงความไม่พึงพอใจในตนเอง การละอายใจและการเสียใจ เป็นต้น

จากดั่งที่กล่าวมาข้างต้นสรุปความได้ว่า กระบวนการแสดงปฏิภริยาต่อตนเองเป็นการตอบสนองต่อการแสดงพฤติกรรมของตนเองจากกระบวนการตัดสินใจ เช่น ถ้าพฤติกรรมที่ตั้งเป้าหมายก็จะแสดงพฤติกรรมทางบวกหรือให้รางวัลตนเอง หากแสดงพฤติกรรมได้ต่ำกว่าเป้าหมาย ก็จะแสดงพฤติกรรมเชิงลบหรือลงโทษตนเอง

แนวทางการปรับพฤติกรรมโดยกระบวนการทางปัญญา ทำได้อย่างน้อย 2 แนวทางได้แก่ (ธีระพร อุวรรณโณ และปรีชา วิหคโต, 2547)

1) **การสร้างพฤติกรรมด้วยหลักการเรียนรู้จากการสังเกตจากตัวแบบ** มีแนวทางดั่งนี้

1.1) **ประเภทของตัวแบบ** แบนดูรา ได้จำแนกตัวแบบทางพฤติกรรมออกเป็น 2 ประเภท คือการเสนอตัวแบบทางพฤติกรรม การเสนอตัวแบบทางวาจา การเสนอตัวแบบสัญลักษณ์ และการเสนอตัวแบบสัมผัส

ตัวแบบทางพฤติกรรม (Behavioral Modeling) หมายถึง การกระทำให้ผู้สังเกตเห็น เช่น การที่มารดาโดยตรงเวลาให้ลูกเห็น ครูข้ามถนนที่ทางข้ามให้นักเรียนเห็น ดั่งนั้นทั้งมารดาและครูเป็นการเสนอตัวแบบทางพฤติกรรม

การเสนอตัวแบบทางวาจา (Verbal Modeling) หมายถึงการใช้ภาษา จะโดยการพูด ให้ผู้สังเกตได้ยิน เช่น ครูบอกให้นักเรียนส่งการบ้าน 8.30 น. ตรง ในวันรุ่งขึ้น

การเสนอตัวแบบสัญลักษณ์ (Symbolic Modeling) หมายถึงการใช้ตัวแบบภาพผ่านสื่อต่าง ๆ ดั่งนั้น ภาพที่ปรากฏในภาพยนตร์ วิทยุโทรทัศน์ วีดิทัศน์ จานภาพ หนังสือประเภทต่าง ๆ คอมพิวเตอร์ ต่างเป็นการเสนอตัวแบบสัญลักษณ์

การเสนอตัวแบบสัมผัส (Kinesthetic Modeling) หมายถึง การเสนอตัวแบบที่สามารถสัมผัสได้ เช่น อักษรเบลที่ใช้กับคนตาบอด

การเสนอตัวแบบให้ผู้สังเกตอาจใช้วิธีเดียวหรือหลายวิธีผสมกัน อาทิ เสนอตัวแบบทางพฤติกรรมผสมกับการเสนอตัวแบบทางวาจา เช่น ครูทำให้อู่อ้อมซี่แนะหรืออาจเสนอตัวแบบทางวาจาผสมตัวแบบสัญลักษณ์ และตัวแบบทางพฤติกรรมก็ได้

1.2) ลักษณะของตัวแบบ ลักษณะของผู้สังเกตและผลที่เกิดกับตัวแบบมีอิทธิพลต่อการเลียนแบบเมื่อมีตัวแบบและเสนอตัวแบบแล้ว บางคนอาจเลียนแบบ แต่บางคนอาจไม่เลียนแบบ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับ 3 ตัวแปรต่อไปนี้คือ ลักษณะของตัวแบบ ดังต่อไปนี้

ลักษณะของตัวแบบ หากผู้สังเกตใส่ใจต่อตัวแบบ ก็มีโอกาสดเกิดการเรียนรู้ในทางตรงข้าม ถ้าผู้สังเกตไม่ใส่ใจที่จะรับรู้ตัวแบบ โอกาสที่จะเกิดการเรียนรู้ก็จะไม่เกิดขึ้น ดังนั้นลักษณะตัวแบบที่ดึงดูดความใส่ใจจึงเป็นสิ่งจำเป็น ลักษณะตัวแบบที่ดึงดูดความใส่ใจของผู้สังเกต มีดังนี้ (Bandura, 1969 อ้าง Dubow, 1985)

ความเด่นชัดของตัวแบบ ตัวแบบใดมีลักษณะแปลก เด่น ชัดเจน และดึงดูดความสนใจได้มากกว่าตัวแบบที่มีลักษณะพื้น ๆ ธรรมดา ๆ

ความรู้สึกชอบของผู้สังเกตที่มีต่อตัวแบบ ผู้สังเกตที่รู้สึกชอบตัวแบบจะใส่ใจต่อตัวแบบมากกว่าตัวแบบที่ผู้สังเกตไม่ชอบ ดังนั้น บิดามารดา ครู เพื่อนสนิท ผู้ที่มีความรู้ความชำนาญ ผู้มีชื่อเสียง ดารา ผู้มีอำนาจ หรือผู้ที่เป็นที่นิยมในสังคม จะดึงดูดความใส่ใจได้มาก

ความซับซ้อนของพฤติกรรม ตัวแบบที่แสดงพฤติกรรมซับซ้อนมาก จะทำให้ผู้สังเกต ใฝ่ใจน้อยกว่าตัวแบบที่แสดงพฤติกรรมซับซ้อนน้อย ดังนั้น การเสนอตัวแบบจึงต้องไม่ซับซ้อนจนเกินไป และแสดงอย่างเป็นขั้นตอนตามลำดับจึงดึงดูดความใส่ใจได้สูง

จำนวนตัวแบบ จำนวนตัวแบบหลายคนแสดงตัวแบบหลากหลาย จะเรียกความใส่ใจได้สูง

ประโยชน์ต่อผู้สังเกต ตัวแบบที่แสดงพฤติกรรมที่เป็นประโยชน์หรือมีคุณค่าต่อผู้สังเกตจะเรียกความใส่ใจได้สูง เช่น ตัวแบบแสดงพฤติกรรมแล้วเกิดผลกรรมทางบวกตามทฤษฎีของ Bandura ผู้สังเกตจะเลียนแบบพฤติกรรมนั้น และจะหลีกเลี่ยงไม่เลียนแบบเมื่อเกิดผลทางลบกับตน

1.3) ลักษณะของผู้สังเกต ลักษณะของผู้สังเกตเองเป็นปัจจัยสำคัญอีกประการหนึ่งต่อการเลียนแบบ ได้แก่

ความสามารถในการรับรู้ของผู้สังเกต ผู้สังเกตที่มีความสามารถในการเห็น การได้ยิน การรู้รส การรู้กลิ่น และการสัมผัสสัมผัสจะเรียนรู้จากการสังเกตได้ดีกว่าผู้สังเกตที่มีความบกพร่องในการรับรู้

ระดับสติปัญญาของผู้สังเกต ผู้ที่มีระดับสติปัญญาสูงจะสามารถสังเกต รายละเอียดของตัวแบบ สามารถเก็บลักษณะของตัวแบบ และระลึกการกระทำของตัวแบบได้ดีกว่าผู้ที่มีระดับสติปัญญาต่ำ

ความสมบูรณ์ของร่างกาย ผู้สังเกตที่มีร่างกายสมบูรณ์ก็จะทำหรือพูดตามตัวแบบได้อย่างสมบูรณ์มากกว่าผู้สังเกตที่มีความบกพร่องทางกาย

2) **ผลกระทบที่เกิดขึ้นกับตัวแบบ** ผลกระทบที่เกิดขึ้นกับตัวแบบจะทำหน้าที่จูงใจให้ผู้สังเกตกระทำหรือระับการกระทำ หากตัวแบบกระทำพฤติกรรมหนึ่งแล้วได้รับผลกระทบทางบวก ก็มีแนวโน้มที่ผู้สังเกตจะทำตามตัวแบบได้มาก หากตัวแบบกระทำพฤติกรรมหนึ่งแล้วได้รับผลกระทบทางลบ ก็มีแนวโน้มว่าผู้สังเกตจะไม่ทำตามตัวแบบนั้น ดังนั้น การเสนอตัวแบบจึงต้องแสดงผลกระทบอย่างชัดเจน

แบนดูรา ได้ศึกษาผลของการเสนอผลกระทบที่มีต่อการเลียนแบบไว้ในปี ค.ศ. 1965 โดยมีเป้าหมายจะเปรียบเทียบว่า เด็กชายและเด็กหญิงที่เห็นตัวแบบแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวแล้วได้รับผลกระทบต่างกัน จะมีผลทำให้เด็กเลียนแบบพฤติกรรมต่างกันหรือไม่ โดยแบนดูราจัดสภาพการณ์ของผลกระทบต่างกันเป็น 3 สภาพการณ์ คือ

สภาพการณ์ที่ 1 เด็กได้เห็นตัวแบบแสดงพฤติกรรมก้าวร้าว แล้วได้รับรางวัล

สภาพการณ์ที่ 2 เด็กได้เห็นตัวแบบแสดงพฤติกรรมก้าวร้าว แล้วถูกลงโทษ

สภาพการณ์ที่ 3 เด็กได้เห็นตัวแบบแสดงพฤติกรรมก้าวร้าว แต่ไม่เห็นผลกระทบใด ๆ เกิดขึ้นหลังจากแสดงพฤติกรรม

ในแต่ละสภาพการณ์ แบนดูราได้ให้ทั้งเด็กชายและหญิงสังเกตตัวแบบแล้วนำเด็กไปยังห้องที่มีของเล่นหลายชิ้นที่เด็กชอบมาก แต่เมื่อเด็กลงมือเล่นของเล่นไปสักครู่ ผู้ทำการทดลองจะเข้าไปขัดจังหวะ และห้ามมิให้เด็กเล่นของเล่น เนื่องจากต้องเก็บไว้ให้เด็กคนอื่นเล่น การขัดจังหวะเช่นนี้เพื่อให้เด็กเกิดความข้องคับใจ และกระตุ้นให้เด็กแสดงพฤติกรรมก้าวร้าว ต่อจากนั้นจึงนำเด็กไปปล่อยไว้ในห้องที่มีของเล่นเช่นห้องแรกทุกประการ แต่ปล่อยให้เล่นอย่างเสรี ขณะเดียวกันผู้ทดลองจะลอบสังเกตพฤติกรรมของเด็กผ่านกระจกทางเดียว เพื่อสังเกตพฤติกรรมก้าวร้าวเลียนแบบ

ผลการทดลองพบว่า ทั้งเด็กชายและหญิงที่เห็นตัวแบบก้าวร้าวแล้วได้รับรางวัลจะแสดงพฤติกรรมเลียนแบบในระดับสูงสุด รองลงมาคือ เด็กที่เห็นพฤติกรรมก้าวร้าวแต่ไม่มีผลกระทบใด ๆ ตามมาให้เห็น ส่วนเด็กที่เห็นตัวแบบแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวและถูกลงโทษมีการเลียนแบบน้อย

ที่สุด นอกจากนี้ ผลการทดลองพบว่า เด็กชายแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวเลียนแบบสูงกว่าเด็กหญิง ในทั้ง 3 สถานการณ์

จากแนวคิดและทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญา นำมาประยุกต์ใช้เพื่อเปลี่ยนแปลง หรือแก้ไขพฤติกรรมความก้าวร้าวด้วยเทคนิคการพูดกับตนเองในทางที่ดี เทคนิคการหยุดความคิด เทคนิคการตั้งเป้าหมาย เทคนิคการคิดไปข้างหน้า เทคนิคการหายใจ- การนับในใจ และเทคนิคการเสริมแรงทางบวก ซึ่งเทคนิคเหล่านี้จะช่วยปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและพัฒนาพฤติกรรมใหม่ที่พึงประสงค์ของนักเรียนอาชีวศึกษาที่มีพฤติกรรมความก้าวร้าวโดยการจัดเงื่อนไขของสิ่งเร้า และผลกรรมของพฤติกรรมผ่านกระบวนการทางปัญญา เพื่อทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงของพฤติกรรมให้ดีขึ้น วิธีปรับเปลี่ยนพฤติกรรมทางปัญญาจึงสามารถนำไปใช้บูรณาการกับการออกแบบโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวรุนแรงของนักเรียนอาชีวศึกษาได้

2.3 แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมความก้าวร้าว

2.3.1 ความหมายของพฤติกรรมความก้าวร้าว

Baron and Richardson (1994) อธิบายไว้ว่า ความก้าวร้าวเป็นการกระทำที่มีเป้าหมายในการทำร้ายผู้อื่น โดยการกระทำนั้นๆเป็นสิ่งที่ผู้ถูกกระทำไม่ต้องการและไม่เป็นที่น่าพึงพอใจ

Buss and Larsen 2005 (อ้างถึงใน สมโภช เอี่ยมสุภานิชิต, 2535) ระบุว่า ความก้าวร้าว เป็นการตอบสนองต่อสิ่งที่มีกระตุ้น ในรูปของการกระทำอย่างทันที โดยมีเจตนาจะทำให้ผู้อื่นเจ็บปวด แบ่งออกเป็น 2 ชนิด คือ

1) ความก้าวร้าวทางกาย (Physical Aggression) เป็นความก้าวร้าวที่แสดงออกโดยการใช้อวัยวะทางกาย เช่น แขน ขา ฟัน หรือใช้อวัยวะทางกายร่วมกับอาวุธ เช่น มีด ไม้ ปืน เพื่อทำให้ผู้อื่นเจ็บปวด

2) ความก้าวร้าวทางวาจา (Verbal Aggression) เป็นการสนองตอบต่อสิ่งที่มีกระตุ้นโดยใช้ถ้อยคำให้ผู้อื่นได้รับความเจ็บปวด ซึ่งจำแนกออกเป็น 2 ลักษณะ คือ

2.1) การปฏิเสธ ในการปฏิเสธมักจะแสดงท่าทางประกอบด้วย เช่น หลบหน้า แสดงท่าทางรังเกียจ ไม่ยอมเข้ากลุ่ม ส่วนคำพูดที่ใช้ในการปฏิเสธ ได้แก่ การพูดตรงๆหรือการพูดให้ร้าย ร่วมกับการแสดงอารมณ์เพื่อทำร้ายความรู้สึกของผู้อื่น

2.2) การบังคับ เป็นการพูดเพื่อให้ได้สิ่งที่ตนเองต้องการ โดยทำให้ได้รับความเจ็บปวดไม่พอใจ

Berkowitz (1993), Smith and Mackie (1995) ได้ศึกษาและอธิบายถึงลักษณะการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าว โดยแบ่งเป็น 2 ประเภท คือ

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

2) พฤติกรรมก้าวร้าวที่เกิดจากความโกรธ (Angry-Aggression หรือ Hostility Aggression) เป็นพฤติกรรมที่ต้องการให้บุคคลหรือสิ่งของได้รับอันตรายหรือเสียหาย จากสถานการณ์ที่บุคคลได้รับการกระตุ้นให้เกิดความโกรธ

สมพร สุทัศนีย์ (2543) ได้ให้ความหมายของพฤติกรรมความก้าวร้าวไว้ว่า หมายถึง การกระทำหรือพฤติกรรมการต่อสู้หรือทำร้ายผู้อื่น ตลอดจนทำลายสิ่งของหรือทำร้ายสัตว์อื่น ความก้าวร้าวเกิดจากความคับข้องใจซึ่งก็คือความรู้สึกผิดหวังที่ไม่สามารถไปถึงจุดหมายปลายทางได้ เนื่องจากมีอุปสรรคมาขัดขวาง นอกจากนี้ความก้าวร้าวอาจเกิดจากการถูกลงโทษหรืออาจเกิดจากการเลียนแบบ ความก้าวร้าวในสังคม ภาพยนตร์หรือโทรทัศน์ก็ได้ ความก้าวร้าวอาจแบ่งได้เป็น 2 ลักษณะ คือ

1) ความก้าวร้าวโดยตรงคือความก้าวร้าวต่อบุคคลหรืออุปสรรคที่ทำให้เกิดความคับข้องใจขึ้น เช่น ทำร้ายบุคคลที่ขโมยกระเป๋าใส่ตังค์ของตนเอง เป็นต้น

2) ความก้าวร้าวแบบทดแทน คือความก้าวร้าวต่อบุคคลหรือสิ่งอื่น ๆ ที่ไม่ได้ทำให้เกิดความคับข้องใจโดยตรง เนื่องจากไม่สามารถก้าวร้าวโดยตรงได้ จึงก้าวร้าวผู้อื่นหรือสิ่งอื่นทดแทน เช่น ทำร้ายสุนัขของเพื่อนบ้าน เนื่องจากเพื่อนบ้านด่าว่าเพราะสุนัขของเราไปกัดข้าวของในบ้านเขาเสียหาย เป็นต้น

ความก้าวร้าวที่ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน เจ็บตัว เจ็บใจ แล้วผู้ก้าวร้าวสุขใจ พอใจ เรียกว่า ซาดิสต์ ในทางตรงข้ามเมื่อถูกก้าวร้าว ถูกทำให้เจ็บปวด เป็นทุกข์ แล้วเกิดความรู้สึกพอใจหรือเป็นสุข (ชอบความเจ็บปวด) เรียกว่า แมสโซซิสม์

ตามความเป็นจริงแล้วความก้าวร้าวไม่ได้ หมายถึง การทำลายหรือทำร้ายเสมอไป ความกล้าที่จะเผชิญหน้าอุปสรรคหรือปัญหาก็ถือเป็นความก้าวร้าวเช่นกัน และความก้าวร้าวเช่นนี้จะประโยชน์ทำให้เราพยายามที่จะแก้ปัญหาให้ประสบความสำเร็จได้ในที่สุด (สมพร สุทัศนีย์, 2543)

นอกจากนี้ สุชา จันท์เอม (2529) ได้ให้ความหมายของความก้าวร้าว ไว้ว่า หมายถึงพฤติกรรมที่แสดงออกมาในเชิงไม่พึงพอใจ มีวาจาไม่สุภาพ โจมตี ทำร้าย โดยมีอารมณ์โกรธหรือไม่พอใจ เป็นพื้นฐานความเกรงใจหรือก้าวร้าว (Passive) หมายถึง พฤติกรรมที่แสดงออกในเชิงยอมรับ ทั้งที่ไม่ค่อยเต็มใจ หรือติดขัด หรือเป็นฝ่ายถูกกระทำ

สมโภช เขียมสุภาษิต (2553) อธิบายไว้ว่า พฤติกรรมก้าวร้าว หมายถึง พฤติกรรมที่แสดงออกในลักษณะการข่มขู่หรือเรียกร้อง บีบบังคับสิ่งต่างๆหรือการแสดงออกที่รุนแรง โดยไม่สนใจว่าจะสร้างความเดือดร้อนหรือก้าวก่ายสิทธิของผู้อื่นหรือไม่

จากความหมายของพฤติกรรมความก้าวร้าวสามารถสรุปได้ความดังต่อไปนี้ เป็นพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมจะแสดงออกในรูปของคำพูด และการกระทำที่รุนแรง ซึ่งมีวัตถุประสงค์ในการมุ่งทำร้ายผู้อื่นให้ได้รับอันตราย บาดเจ็บหรือเกิดความเสียหายทั้งทางร่างกายและจิตใจ

2.3.2 แนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้องของพฤติกรรมความก้าวร้าว

เป็นเวลานานแล้วที่มีการโต้แย้งว่าพฤติกรรมก้าวร้าวเป็นสัญชาตญาณของมนุษย์หรือเป็นสิ่งที่มนุษย์เรียนรู้จากสังคม อย่างไรก็ตามนักวิทยาศาสตร์ นักจิตวิทยา พยายามค้นหาคำตอบในหลายสาขา โดยแต่ละสาขาอาจใช้วิธีการในการศึกษาแตกต่างกันออกไป จึงเกิดแนวคิดทฤษฎีที่อธิบายเกี่ยวกับธรรมชาติของพฤติกรรมความก้าวร้าวด้วยกัน 3 แนวคิด

1) พฤติกรรมก้าวร้าวเป็นสัญชาตญาณของมนุษย์ กลุ่มที่ยึดแนวคิดนี้ได้รับอิทธิพลจาก Sigmund Freud ซึ่งเขาเชื่อว่ามนุษย์นั้นมีแนวโน้มที่จะก้าวร้าวมาตั้งแต่เกิด และพฤติกรรมก้าวร้าวเป็นสัญชาตญาณของมนุษย์ ซึ่งเขาอธิบายว่า สัญชาตญาณเป็นส่วนของจิต (ID) ซึ่งเป็นความต้องการของร่างกายมนุษย์โดยธรรมชาติ พฤติกรรมก้าวร้าวจัดเป็นประเภทเดียวกับความต้องการทางเพศ ซึ่งจะมีการระบายออก ไม่ว่าจะเป็นทางตรงหรือทางอ้อม ซึ่งการระบายออกนี้อาจเป็นไปในรูปแบบที่สังคมยอมรับ เช่น การแข่งขันกีฬาต่าง ๆ หรือในสังคมที่ไม่ยอมรับ เช่น การทำลายร่างกาย ซึ่งรากฐานของพฤติกรรมก้าวร้าวนี้แนวคิดนี้เชื่อว่า เป็นสัญชาตญาณแห่งความตาย การระบายออกอาจมุ่งร้ายต่อผู้อื่นหรือตนเองได้

2) พฤติกรรมก้าวร้าวเป็นการตอบสนองของความคับข้องใจ นักจิตวิทยาที่มหาวิทยาลัยเยว ได้เสนอสมมติฐานเกี่ยวกับพฤติกรรมก้าวร้าวที่ว่า “สมมติฐานความคับข้องใจ พฤติกรรมก้าวร้าว” ซึ่งเชื่อว่า “การเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวมักเป็นผลจากความคับข้องใจเสมอ” และส่วนที่สอง ก็แปลความได้ว่า “ความคับข้องใจจะก่อให้เกิดแรงผลักดัน” ซึ่งนำไปสู่พฤติกรรมก้าวร้าวบางรูปแบบเสมอ

ความคับข้องใจ หมายถึง สภาพที่บุคคลขัดขวางไม่ให้ทำ ไม่ให้บรรลุหรือไม่ได้ในสิ่งที่ประสงค์

แรงผลักดัน หมายถึง พลังในร่างกายที่ผลักดันให้คนทำพฤติกรรมเฉพาะ เช่น ความหิว เกิดจากแรงผลักดันความหิว พฤติกรรมก้าวร้าวเกิดจากแรงผลักดันพฤติกรรมก้าวร้าว หลังจากแนวคิดนี้ได้แพร่หลายออกไปก็ได้มีการทำวิจัย ผลการวิจัยได้รับการวิจารณ์และได้ข้อสรุปว่า พฤติกรรมก้าวร้าวอาจจะไม่ใช่ผลที่เกิดจากความคับข้องใจเสมอไป จะต้องมีส่วนประกอบอื่นซึ่งนอกเหนือไปจากความคับข้องใจเพียงอย่างเดียวที่นำไปสู่พฤติกรรมก้าวร้าว

3) พฤติกรรมก้าวร้าวเป็นสิ่งที่มนุษย์เรียนรู้จากสังคม Bandura (1969) เป็นผู้เสนอทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม ซึ่งนอกจากจะอธิบายพฤติกรรมทางสังคมโดยทั่วไปแล้ว ยังอธิบายพฤติกรรมก้าวร้าวของคนไว้ด้วย อธิบายว่า พฤติกรรมก้าวร้าวเป็นรูปแบบหนึ่งของพฤติกรรมทางสังคม ซึ่งเกิดจากการเรียนรู้ของมนุษย์ และการพิจารณาว่าพฤติกรรมใดเป็นความก้าวร้าวหรือไม่จะต้องพิจารณาจากองค์ประกอบสองประการด้วยกันคือ พฤติกรรมนั้นต้องก่อให้เกิดการบาดเจ็บกับผู้อื่นหรือก่อให้เกิดความเสียหายในสิ่งอื่น

นอกจากนี้ ยังได้กล่าวเพิ่มเติมว่า เด็กที่เติบโตขึ้นมาในสภาพแวดล้อมที่ต่างกัน เช่น สภาพครอบครัว โรงเรียน หรือสังคม ต่างก็เรียนรู้ที่จะตอบสนองต่อประสบการณ์ที่ก่อให้เกิดความขุ่นเคืองแตกต่างกันได้ ประสบการณ์ที่ก่อให้เกิดความขุ่นเคืองเหล่านี้ได้แก่ การถูกผู้อื่นพูดถากถาง ตำว่า เยาะเย้ย การถูกขัดใจ หรือถูกผู้อื่นทำร้ายก่อน เป็นต้น ดังนั้นการตอบสนองต่อความขุ่นเคืองของเด็กก็พัฒนาขึ้นจากการเรียนรู้ดังกล่าว และยิ่งนานวันเข้า การเสริมแรงพฤติกรรม การตอบสนองที่พ่อแม่ไม่ประสงค์จะพัฒนาเป็นแรงจูงใจให้เด็กปฏิบัติในกรอบของพฤติกรรม แรงจูงใจนี้เรียก แรงจูงใจที่มีการเสริมแรงพื้นฐาน เมื่อเด็กเข้าไปอยู่ในสภาพแวดล้อมของโรงเรียน ครูและเพื่อนนักเรียนก็จะเป็นผู้เสริมแรง และลงโทษเด็กในลำดับถัดมา หากครูและเพื่อนนักเรียนเสริมแรงและลงโทษเด็กเช่นเดียวกับที่พ่อแม่เคยทำกับเด็กมา เด็กก็จะเรียนรู้ว่าการตอบสนองของคนต่อความขุ่นเคืองใจแบบใดจะได้รับผลกระทบอย่างไร การเรียนรู้มักทำให้เด็กสามารถคาดหวังผลจากการกระทำของตนได้ เช่น หากเด็กคนอื่นมาทำให้ตนเกิดความขุ่นเคืองใจ แม้เด็กจะสนองต่อความขุ่นเคืองใจโดยการแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวต่อผู้ที่ทำให้ตนเองขุ่นเคือง ผลกรรมที่เด็กได้รับอาจเป็นการลงโทษจากครู

ในกรณีที่เด็กมีประสบการณ์ไม่สอดคล้องกันโดยตลอด เช่น เด็กโดนเพื่อนรังแก แต่เด็กต้องการตอบสนองโดยการนิ่งเฉยและใจเย็น เด็กอาจถูกเพื่อนคนอื่นรังแกอีก จนเด็กหมดความอดกลั้นจึงแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวโต้ตอบไปแล้วพบว่าเพื่อนเลิกรังแกตน ประสบการณ์หลัง

นี้หากเกิดขึ้นบ่อยเด็กก็จะเรียนรู้ที่จะคาดหวังผลที่ตามมาในสถานการณ์ที่แตกต่างกันได้ เช่น หากอยู่ต่อหน้าพ่อแม่หรือครู ซึ่งเป็นแบบอย่างและเสริมแรงการตอบสนองของความซุนเคื่องใจ แต่เมื่อเด็กไปอยู่กับเพื่อนที่รังแกตน เด็กก็จะตอบสนองต่อเพื่อนด้วยพฤติกรรมก้าวร้าวอีกเพราะเด็กคาดหวังผลที่ตามมาได้ว่า การตอบสนองเช่นนั้นจะทำให้เพื่อนหยุดรังแก

Berkowitz (1993) ศึกษาจากผลงานการวิจัยพบว่า ความคับข้องใจเกิดจากสิ่งเร้าที่ไม่พึงประสงค์ด้วย เช่น การลงโทษ เป็นต้น ซึ่งก็หมายความว่า การเกิดของความก้าวร้าวไม่ได้ขึ้นอยู่กับความคับข้องใจโดยตรงอย่างเดียว จะต้องมีส่วนประกอบอื่นในการแสดงพฤติกรรมก้าวร้าว นั้น และสิ่งชี้แนะหรือสิ่งกระตุ้นการกระทำจากภายนอกจะต้องได้รับการพิจารณาเช่นกัน ดังนั้นจะเห็นว่าสมมติฐานความคับข้องใจและความก้าวร้าว หากจะอธิบายความก้าวร้าวได้อย่างสมบูรณ์ จะต้องพิจารณาถึงลักษณะนิสัยความก้าวร้าวของแต่ละบุคคล ภาวะอารมณ์ของบุคคลที่มีต่อสิ่งแวดล้อมและสิ่งเร้าภายนอกตัวบุคคลควบคู่กันไป

นอกจากนั้น เกษม ตันติผลาชีวะ (2550) ได้สรุปองค์ประกอบที่สำคัญเกี่ยวกับความก้าวร้าวและไม่ก้าวร้าวของบุคคล ดังนี้

1) องค์ประกอบที่ทำให้บุคคลมีความก้าวร้าว

1.1) อุปนิสัยของบุคคลที่มีความก้าวร้าวมักจะมีความก้าวร้าวอยู่แล้ว ซึ่งมักจะขาดสติยั้งคิดที่จะควบคุมการกระทำของตนเอง มีลักษณะหุนหันพลันแล่น มีระดับจริยธรรมต่ำ ไม่มีเป้าหมายที่แน่นอนในชีวิต ชอบอ้างเหตุผลและโทษผู้อื่นเสมอ นอกจากนั้นในบางคนเมื่อแสดงความก้าวร้าวแล้วได้รับรางวัลจะยิ่งเป็นการเสริมแรงให้บุคคลแสดงออกถึงพฤติกรรมก้าวร้าวในครั้งต่อไป

1.2) สิ่งแวดล้อมของบุคคลที่มีความก้าวร้าว บุคคลที่อยู่ในสภาพแวดล้อมที่มีแต่ความก้าวร้าวเป็นสิ่งที่อำนวยความสะดวกให้บุคคลแสดงพฤติกรรมก้าวร้าว ตลอดจนมีตัวแบบที่แสดงให้เห็นถึงพฤติกรรมก้าวร้าวจะช่วยเสริมให้บุคคลเกิดความก้าวร้าวมากยิ่งขึ้น

2) องค์ประกอบที่ทำให้บุคคลไม่มีความก้าวร้าว

2.1) ลักษณะอุปนิสัยของบุคคลที่ไม่มีความก้าวร้าว มีลักษณะเป็นคนวิตกกังวลหรือมีความรู้สึกผิด เมื่อจะแสดงความก้าวร้าวออกมาเป็นบุคคลที่กลัวการลงโทษ มีความสามารถในการเรียนสูง มีความอดทน มีจริยธรรมสูง เป็นตัวของตัวเอง ยอมรับผู้อื่น และไม่ก้าวร้าว

2.2) สิ่งแวดล้อมของบุคคลที่ไม่ก้าวร้าว บุคคลจะไม่ก้าวร้าวเมื่ออยู่ต่อหน้าผู้ที่มีอำนาจเหนือกว่าและยังไม่คุ้นเคยกับสิ่งแวดล้อมนั้น ตลอดจนไม่อยู่ในสถานการณ์ที่ก้าวร้าวและมีความอบอุ่นทางจิตใจ

จากสมมติฐานความคับข้องใจ- ความก้าวร้าว จะเห็นได้ว่าความคับข้องใจเกิดจากความไม่พึงพอใจหรือความโกรธของบุคคลซึ่งจะก่อให้เกิดพฤติกรรมก้าวร้าว โดยมีสิ่งเร้าภายนอกมากระทำกับบุคคล รวมทั้งลักษณะนิสัยของแต่ละบุคคลก็จะมีผลต่อการแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวด้วย

2.3.3 สาเหตุของความก้าวร้าว

วัยเด็กเป็นวัยแห่งการเรียนรู้ เด็ก ๆ จะเรียนรู้จากการมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมใกล้ตัวก่อน โดยเฉพาะครอบครัวซึ่งถือว่าเป็นสิ่งแวดล้อมแรกของชีวิต เป็นจุดเริ่มต้นของพฤติกรรมทุกพฤติกรรม

ตั้งแต่ความนุ่มนวลอ่อนโยนจนถึงความก้าวร้าว ในปัจจุบันนี้มีเด็ก ๆ เป็นจำนวนมากที่หลายคนมองว่าเขาเป็นเด็กก้าวร้าว เพราะเห็นภาพเด็กแสดงความรู้สึกที่รุนแรงเมื่อไม่ได้ตั้งใจ เด็กที่ควบคุมตัวเองไม่ได้จะแสดงพฤติกรรมที่ขาดการยับยั้ง ไม่รู้ถึงผลที่ตามมา ซึ่งเกิดจากหลายสาเหตุเช่น ขาดแบบอย่างที่ดีให้ทำตาม ไม่ได้รับการช่วยเหลือชี้แนะแนวทางการแสดงออกที่เหมาะสม มีความเจ็บป่วยทางร่างกายหรือสมอง ซึ่งการดูแลช่วยเหลือเด็กก้าวร้าวนั้นสามารถทำได้ดังนี้

- 1) วางแผนการช่วยเหลือเด็กแต่ละคนให้เหมาะสมกับวัยของเด็ก
- 2) ตรวจสอบดูว่าเป็นพฤติกรรมก้าวร้าวจริงหรือไม่ เด็กบางคนที่บ้านของเด็กหยาบคาย ก้าวร้าวเป็นกิจวัตร ภาพปกติของเด็กคนนั้นจึงหยาบคายก้าวร้าว
- 3) ผู้ดูแลพูดคุย สอนให้เด็กแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสม เสนอทางเลือกให้เด็ก เช่น “หนูต้องขอก่อนแล้วรออีกหน่อยนะ” “ดีไม่ได้ ยืนนิ่งๆก่อน” “ของนี้มีไว้เล่นแบบนี้ ขว้างไม่ได้” “ถ้าหนูเล่นโดยไม่ดีเพื่อน เพื่อนจะเล่นกับหนู แล้วจะสนุกมากด้วย”
- 4) ใช้เครื่องตั้งเวลาในการกำหนดเวลาเล่นของเล่นซึ่งเป็นเวลาที่ได้ตกลงกันตั้งแต่ก่อนเล่นของเล่นเสียเครื่องตั้งเวลาจะเป็นสัญญาณการยุติการเล่น
- 5) ให้เด็กได้มีโอกาสเลือกของเล่นด้วยตนเองก่อนที่ผู้ดูแลจะเสนอของเล่นแก่เด็ก
- 6) หากเด็กยังแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวอย่างต่อเนื่อง ให้ใช้เทคนิคการใช้เวลานอก เช่น เก็บของเล่นที่เด็กกำลังเล่นชั่วคราว ให้เด็กออกจากการเล่นชั่วคราวระยะเวลาหนึ่งเมื่อสงบแล้วกลับมาเล่นต่อได้

7) เด็กที่แสดงพฤติกรรมก้าวร้าวโดยการทุบตีหรือต่อกรรุนแรง ให้ใช้หมอนพิเศษให้ต่อย เล่นของเล่นที่ต้องใช้แรง เช่น การแบ่งแป้งโดเป็นชิ้นเล็ก ๆ ให้ขว้างแป้งไปติดกัน โยนบอลใส่ผนัง

8) ผู้ดูแลหยุดพฤติกรรมก้าวร้าวด้วยคำพูดที่ปกติ อบอุ่นเบา ๆ เพื่อผ่อนคลายในกรณีที่เด็กยอมให้สัมผัสได้ อธิบายให้เด็กฟังว่าทำไมจึงทำไม่ได้ และเด็กควรทำอย่างไรเพื่อความโกรธลดลงบอกให้เด็กรู้ว่าทำอะไรได้บ้างเมื่อรู้สึกโกรธ และอะไรบ้างที่ทำได้ไม่เลย

9) อยู่กับเด็กจนเด็กสงบ และบอกให้รู้ว่าพฤติกรรมดีขณะนี้ของเด็กคืออะไร ที่เด็กสงบลงเพราะเด็กควบคุมตัวเองได้

ในการดูแลช่วยเหลือเด็กที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวนั้นจะต้องทำอย่างสม่ำเสมอ ต่อเนื่องหาสาเหตุของความก้าวร้าวให้ชัดเจน ซึ่งจะช่วยให้การดูแลครอบคลุมมากขึ้น ผู้ดูแลสื่อสารกับเด็กอย่างชัดเจนให้เข้าใจตรงกันว่าทำร้ายผู้อื่นไม่ได้ เด็กจะต้องทำอย่างเมื่อโกรธ ผู้ดูแลจะช่วยเหลือเด็กอย่างไรบ้าง ซึ่งจะช่วยให้เด็กรับรู้ว่าการกำลังได้รับการช่วยเหลือให้ผ่านพ้นภาวะที่กดดันนี้ไปอย่างไม่โดดเดี่ยว รวมทั้งยังได้รับบทเรียนที่มีประโยชน์ มีประสบการณ์ชีวิตในการควบคุมอารมณ์ ความรู้สึกของตนเองเมื่อเติบโตเป็นผู้ใหญ่

10) ใช้สิ่ง que เด็กเคยทำเป็นประจำทางเลือกในหารช่วยเหลือดูแลเด็กก่อนที่เด็กจะแสดงความก้าวร้าว เช่น “หนูจะเตะบอลหรือขี่จักรยาน” เมื่อเด็กเลือกการเล่นแล้วให้เด็กได้มีส่วนร่วมในการเตรียมสิ่งของเพื่อการ เล่นตามความพร้อมขณะนั้นของเด็ก

11) พูดบอกให้เด็กรู้ล่วงหน้าว่าถ้ามีการทำร้ายกันบรรยากาศในห้องนี้จะเป็นอย่างไร เด็กจะได้รับผลกระทบอะไรบ้าง

12) ช่วยเด็กซ่อมแซมของเล่นที่เสียหายเพื่อแสดงความรับผิดชอบ

13) ให้พ่อแม่เข้ามามีส่วนร่วมรับรู้แนวทางการช่วยเหลือเด็กที่มีพฤติกรรมก้าวร้าว

14) มีกิจกรรมใหม่ๆ มาให้เด็กได้ปฏิบัติ เด็กมีส่วนร่วมคิดรับรู้และเตรียมกิจกรรม

15) บันทึกรูปแบบการแสดงความก้าวร้าวของเด็ก

16) ให้ชุมชนมีส่วนร่วมรับรู้สนับสนุนพฤติกรรมดี และป้องกันแก้ไขพฤติกรรมก้าวร้าวของเด็ก

17) กำหนดเวลาในการช่วยเหลือเด็กแก่ผู้ร่วมทีม เช่นเราจะช่วยเหลือเด็กคนนี้ 3 สัปดาห์เพื่อช่วยไม่ให้ผู้ปฏิบัติงานรู้สึกท้อแท้เบื่อหน่าย (พิศมัย พงศาธิรัตน์, 2550)

การแสดงความก้าวร้าวของเด็กเล็กอาจเกิดขึ้นได้ เช่น พุดจาหายาบคาย ต่อว่า ไม่เคารพผู้อื่น ทุบตี หยิก กัด ผลัก ขว้างปา ทำลายสิ่งของหรือออกรุนแรงถึงขั้นทารุณกรรมสิ่งมีชีวิต

ให้บาดเจ็บหรือล้มตาย และนั่นคือจุดเริ่มต้นของการฝึกเด็กให้ละเมียดสติผู้อื่นจนเกิดความเสียหายทางร่างกาย ทรัพย์สิน หรือทำให้ผู้อื่นกระทบกระเทือนจิตใจ

ทั้งนี้ ความก้าวร้าว อาจวาดง่ายในเด็กอายุ 2- 5 ปีอาจเกิดขึ้นได้เพราะยังเป็นวัยที่ขาดการควบคุมอารมณ์ตนเอง หรือเด็กบางคนมีพื้นเพทางอารมณ์เป็นเด็กเลี้ยงยาก ปรับตัวยาก จึงเกิดความคับข้องใจและแสดงออกโดยการอาละวาดได้บ่อย ซึ่งสาเหตุของความก้าวร้าวอาจมาจาก

1) สาเหตุทางชีวภาพ อาจเกิดจากการถ่ายทอดทางพันธุกรรม เช่น พ่อแม่มีอารมณ์ร้าย ดุ ก้าวร้าว ฉุนเฉียวง่าย อาละวาดเก่ง หรือถ้าพบว่าเด็กแสดงออกอย่างก้าวร้าวมาก ๆ และเป็นบ่อย ๆ ควรคำนึงถึงโรคใดโรคหนึ่ง เช่น สมาธิบกพร่อง ไฮเปอร์แอกทีฟ ออทิสติก หรือสมองพิการ

2) สภาพจิตใจของเด็ก เด็กไม่มีความสุข เศร้า กังวล ขี้ตื่นตื่น ตกใจง่าย เด็กที่คับข้องใจบ่อย ๆ และถูกกดดันเสมอ ๆ สิ่งเหล่านี้ทำให้เด็กหงุดหงิดและอาจแสดงวาทกรรมก้าวร้าวได้

3) การเลี้ยงดูภายในครอบครัว

3.1) การทอดทิ้งไม่เอาใจใส่ดูแลเด็ก

3.2) การลงโทษรุนแรง

3.3) การตามใจและยอมตามเด็กเสมอ

3.4) การทะเลาะกันภายในครอบครัว

3.5) การยั่วยุอารมณ์ให้เด็กโกรธ

3.6) การขาดระเบียบวินัยในชีวิต

3.7) การที่เด็กทำผิดแล้วผู้ใหญ่ให้ทำย

3.8) การสื่อความหมายไม่ชัดเจน ทำให้เด็กสับสน กังวล ไม่รู้จักความผิดที่

แน่นอน

4) จากสภาพสังคม สิ่งแวดล้อม เด็กที่ดูภาพยนตร์ โทรทัศน์ วิดีโอ ที่แสดงออกถึงความก้าวร้าว ไม่มีกิจกรรมอื่นที่เป็นการเคลื่อนไหวของร่างกายเพื่อคลายเครียด เมื่อถูกเร้าให้เกิดความเครียดส่วนใหญ่ก็มักจะแสดงออกเป็นพฤติกรรมก้าวร้าวได้ง่าย

นอกจากนี้ข่าวสารต่าง ๆ ปัญหาความเครียดในสังคม ท่าที ทศนคติของเพื่อน คุณครู ฯลฯ ล้วนก่อให้เกิดความเครียดหรือเป็นแบบอย่างของความก้าวร้าวได้ทั้งสิ้น และเป็นหน้าที่ของพ่อแม่ ตลอดจนผู้เลี้ยงดูในการช่วยเหลือปรับพฤติกรรมและอารมณ์ของเด็กให้ดีขึ้นได้

2.3.4 ลักษณะการแสดงออกของพฤติกรรมความก้าวร้าว

ความก้าวร้าวเป็นธรรมชาติที่สามารถพบเห็นได้โดยทั่วไปในสิ่งมีชีวิตทุกชนิด ในมนุษย์นั้นความก้าวร้าวจะหมายถึงการแสดงพฤติกรรมตอบโต้บุคคลอื่นทั้งกายและวาจา อันมีผลกระทบอย่างรุนแรงต่อบุคคลที่ถูกกระทำทั้งกายและจิตใจ ความก้าวร้าวนั้นสามารถจำแนกสาเหตุของการเกิดได้ ดังนี้

1) ความก้าวร้าวเกิดจากสัญชาตญาณของสิ่งมีชีวิต การแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวของมนุษย์และสัตว์เป็นไปอย่างคล้ายคลึงกัน กล่าวคือ เป็นไปเพื่อความอยู่รอด เพื่อต้องการแสดงอำนาจที่เหนือกว่าเพื่อแสดงความเป็นเจ้าของ และเพื่อดำรงเผ่าพันธุ์ของตนไว้ แต่รูปแบบความก้าวร้าวของสัตว์นั้นแตกต่างจากมนุษย์ ตรงที่เมื่ออีกฝ่ายยินยอมความก้าวร้าวจะสิ้นสุดลง แต่สำหรับมนุษย์แล้วมักจะมี ความรุนแรงจนถึงขั้นบาดเจ็บล้มตายได้

2) ความก้าวร้าวเกิดจากความคับข้องใจ (Frustration) ความคับข้องใจเกิดจากการที่มีอุปสรรคมาขัดขวางความต้องการบรรลุเป้าหมายที่ตนปรารถนา สถานการณ์ที่ทำให้เกิดความคับข้องใจส่วนใหญ่จะเป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดการแสดงความก้าวร้าวได้ง่าย แต่หากว่าความคับข้องใจสามารถอธิบายได้ด้วยเหตุผลและความจำเป็นหรือเกิดจากเหตุสุดวิสัยแล้ว จะมีผลทำให้ความก้าวร้าวที่เกิดขึ้นน้อยลงไปได้

3) ความก้าวร้าวที่เกิดจากสิ่งกระตุ้นความก้าวร้าว ความก้าวร้าวที่เป็นผลมาจากอารมณ์โกรธของมนุษย์ แต่การแสดงออกถึงระดับของความก้าวร้าวขึ้นอยู่กับสิ่งที่มีมากระตุ้นความก้าวร้าว (Aggressive Cues) ที่มีอยู่ในขณะนั้นด้วย

4) ความก้าวร้าวที่เกิดจากสถานการณ์ของความก้าวร้าว มีนักวิจัยหลายท่านมีบทสรุปที่ตรงกันว่า สาเหตุประการหนึ่งของการเกิดความก้าวร้าวมาจากการที่บุคคลนั้นได้พบกับสถานการณ์ของความก้าวร้าวก่อน จึงแสดงออกด้วยความก้าวร้าวกลับไป

5) ความก้าวร้าวเกิดจากการเลียนแบบพฤติกรรมทางสังคม แนวคิดนี้อธิบายสาเหตุของความก้าวร้าวของบุคคลตามทฤษฎีการเรียนรู้ที่เกิดจากตัวแบบ (Model Learning Theory) ของอัลเบิร์ต แบนดูรา (Albert Bandura) นั่นคือ ความก้าวร้าวไม่ได้เกิดจากสัญชาตญาณ แต่เป็นเพราะบุคคลเกิดการเรียนรู้จากตัวแบบทั้งหลายในสังคม เช่น พ่อ แม่ ครู อาจารย์ หนังสือ ภาพยนตร์ โทรทัศน์ เป็นต้น โดยถ้าหากได้รับรู้ตัวแบบแห่งความก้าวร้าวเข้าไป ก็จะถูกดูดซับความก้าวร้าวที่ตัวแบบเหล่านั้น และแสดงออกมาตามที่ได้รับรู้จากตัวแบบ

เกษม ตันติผลลาชีวะ, 2550 (อ้างถึงใน Block, 1971) กล่าวถึงความหมายของพฤติกรรมก้าวร้าวที่เป็นผลตอบสนองต่อสิ่งเร้าในรูปการกระทำทันที โดยมีเจตนาจะทำให้ผู้อื่นเจ็บปวด เขาได้แบ่งพฤติกรรมก้าวร้าวออกเป็น 2 ชนิด คือ

1) พฤติกรรมก้าวร้าวทางกาย เป็นพฤติกรรมก้าวร้าวที่แสดงออกโดยการใช้ข้อวัวยะทางกาย เช่น แขน ขา ฟัน หรือใช้ข้อวัวยะทางกายรวมกับอาวุธ เช่น มีด ปืน เป็นต้น เพื่อให้ผู้อื่นได้รับความบาดเจ็บ

2) พฤติกรรมก้าวร้าวทางวาจา เป็นการตอบสนองต่อสิ่งเร้าที่มากระตุ้น โดยใช้ถ้อยคำที่ทำให้ผู้อื่นได้รับความบาดเจ็บ

2.3.5 ประเภทของพฤติกรรมความก้าวร้าว

อรรถัย ชีอมนุชย์ (2522) ได้แบ่งพฤติกรรมความก้าวร้าวออกเป็น 2 ลักษณะ ใหม่ ๆ ไว้ดังนี้

1) ความก้าวร้าวที่มีต่อสิ่งภายนอก มักจะได้แก่ การทำร้ายผู้อื่นหรือสิ่งของ ซึ่งอาจมีตั้งแต่การกระทำรุนแรงเพียงเล็กน้อยไปจนถึงความเสียหายที่ร้ายแรงโดยเฉพาะ การฆ่าผู้อื่น ซึ่งเป็นการแสดงความก้าวร้าวที่รุนแรง นักจิตวิทยาพบว่า พฤติกรรมเช่นนี้มีในเพศชายมากกว่า เพศหญิงถึง 7 เท่า และจากการศึกษาบุคลิกภาพผู้ที่ถูกเรียกว่า ฆาตกร ปรากฏว่าบุคคลเหล่านี้มิได้มีลักษณะโหดร้าย ปาเถื่อน ตรงกันข้ามกับคนปกติที่มีท่าทางเรียบร้อย ซึ่งเราสามารถวิเคราะห์ได้ว่า เป็นการกระทำที่เป็นทางออกสุดท้ายหรือสิ้นหนทางจนกระทำพฤติกรรมก้าวร้าวออกมา

2) ความก้าวร้าวที่มีต่อตนเอง อาจมีหลายระดับตั้งแต่ไม่รุนแรง เช่น การชอบทำร้ายตนเอง จนกระทั่งถึงขั้นรุนแรง ได้แก่ การฆ่าตัวตาย ซึ่งจากการศึกษาพบว่า การฆ่าตัวตายส่วนใหญ่มิใช่ 3 ลักษณะ คือ

2.1) Egoistic Suicide บุคคลประเภทนี้ มักประสบปัญหาในการปรับตัวเข้ากับสังคมที่เขาอยู่ไม่ได้ จึงเลือกที่จะไม่มีชีวิตอยู่ต่อไป

2.2) Altruistic Suicide บุคคลประเภทนี้ได้แก่ วีรบุรุษของชาติที่พลีชีพเพื่อชาติหรือเพื่อความสุขส่วนรวม

2.3) Anomic Suicide คือ บุคคลที่ทรมานชีวิตจิตใจให้กับผู้อื่นหรือกลุ่มชนหนึ่ง ๆ และปรากฏว่าต่อมามีสิ่งที่ยึดเหนี่ยวทางด้านจิตใจนั้นเกิดการเปลี่ยนแปลงหรือสูญหาย ทำให้ตนรู้สึกขาดที่พึ่งทางใจลงไปจึงไม่ต้องการดำรงชีวิตอยู่ต่อไป

Block 1971 (อ้างถึงใน เกษม ตันติผลาชีวะ, 2550) ได้แบ่งพฤติกรรมก้าวร้าว ออกเป็น 2 ลักษณะ คือ

1) ความก้าวร้าวโดยทั่วไป หมายถึง ลักษณะที่บุคคลแสดงความก้าวร้าวต่อผู้อื่น ในทุกสถานการณ์ อันเนื่องมาจากการที่บุคคลเหล่านี้มีความมั่นใจในตนเองมากเกินไป พุดกับใคร มักจะออกคำสั่ง และพุดดูถูกความคิดของผู้อื่น ดังนั้น บุคคลเหล่านี้มักจะเกิดความขัดแย้งกับกลุ่มเสมอจึงทำให้มีเพื่อนน้อยมาก บุคคลเหล่านี้ต้องการความรักและการยอมรับจากผู้อื่นมาก แต่เขามักจะไม่รู้ว่าทำอย่างไรเพื่อที่จะมีพฤติกรรมที่เหมาะสม

2) ความก้าวร้าวตามสถานการณ์ หมายถึง ลักษณะที่บุคคลแสดงความก้าวร้าวต่อบุคคลอื่นตามสถานการณ์ที่เกิดขึ้น และต้องการปรับปรุงพฤติกรรมของตนเองใหม่ตามที่ผู้อื่นเสนอแนะไว้

นอกจากนี้ ผดุง อารยะวิญญู (2539) ได้แบ่งความก้าวร้าวออกเป็น 2 ประเภทคือ ความก้าวร้าวที่เป็นไปในทางทำลาย อาจเป็นความก้าวร้าวทางวาจาหรือการกระทำก็ได้ เช่น การชกต่อย ตะโกนจ่าเงิน มาสาย วิพากษ์ไปในทางเสียหาย พูจากระแนะกระเหนหรือกระทบกระแทก เสียสี และเยาะเย้ย ความก้าวร้าวที่ควบคุมได้ เป็นความก้าวร้าวที่ไม่รุนแรงเหมือนประเภทแรก เป็นความก้าวร้าวทางวาจา และกระทำโดยไม่มีเหตุผลสมควร เป็นการกระทำเพื่อนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงที่ดีขึ้น

จากสิ่งที่ได้กล่าวมาข้างต้นสรุปความได้ว่า พฤติกรรมก้าวร้าวของมนุษย์สามารถแบ่งได้ ออกเป็น 2 ลักษณะใหญ่ ๆ คือ ความก้าวร้าวที่เกิดจากการต้องการแสดงออกเพื่อต้องการให้ผู้อื่นเข้าใจ หรือยอมรับความรู้สึกและความคิดเห็นของตนเอง กับความก้าวร้าวที่เกิดจากการแก้ไขปัญหาที่เกิดจากความคับข้องใจ จึงแสดงพฤติกรรมที่รุนแรงออกมาเพื่อให้ตนเองขจัดปัญหาที่เกิดขึ้น ได้แก่ 1) พฤติกรรมการแสดงออกทางกาย และ 2) พฤติกรรมการแสดงออกทางวาจา

2.3.6 แนวทางการจัดการแก้ไขความก้าวร้าว

ความก้าวร้าวเกิดจากปัจจัยหลายอย่าง การจัดการหรือแก้ไขความก้าวร้าวสามารถทำได้หลายวิธี บุคคลเมื่อเกิดแรงขับความก้าวร้าวขึ้นไม่ว่าจะเกิดจากสัญชาตญาณหรือจากสิ่งแวดล้อมควรจะแสดงแรงขับความก้าวร้าวออกมาในรูปที่สังคมยอมรับ เช่น การเล่นกีฬา การทำกิจกรรมที่ต้องใช้กำลัง ซึ่งเป็นการระบายแรงขับความก้าวร้าวในรูปของการทดแทนหรือแสดงความก้าวร้าว โดยการย้ายที่ความก้าวร้าวไปสู่วัตถุที่แสดงความก้าวร้าวไปแล้วไม่ก่อให้เกิดความเสียหายต่อตนเองและผู้อื่น

2.3.6.1 การดำเนินการปรับพฤติกรรม

1) การกำหนดพฤติกรรมเป้าหมาย พฤติกรรมเป้าหมาย (Behavioral Goal) หมายถึง พฤติกรรมที่ต้องการปรับให้เป็นไปในทิศทางที่พึงประสงค์ ด้วยเหตุนี้จะต้องกำหนดเป้าหมายให้ชัดเจน พร้อมทั้งกำหนดทิศทางในการปรับพฤติกรรมนั้น ๆ ด้วย พฤติกรรมเป้าหมายจะต้องเป็นพฤติกรรมที่สามารถสังเกตได้และวัดได้ ดังนั้นก่อนจะเลือกวิธีปรับพฤติกรรมจะต้องระบุนรายละเอียดของพฤติกรรมเป้าหมายให้ชัดเจน เพื่อให้สามารถสังเกตได้อย่างถูกต้อง ตัวอย่างพฤติกรรมเป้าหมาย คือ “การลดความถี่ในการลุกจากที่นั่งของนักเรียนคนหนึ่ง ๆ” จะต้องระบุให้ชัดเจนว่าพฤติกรรมที่จะต้องสังเกต ได้แก่ ความถี่ของการลุกจากที่นั่ง ช่วงเวลาที่ลุกจากที่นั่ง เป็นต้น

2) การเลือกพฤติกรรมเป้าหมาย

2.1) ควรเลือกพฤติกรรมที่มีความสำคัญมากที่สุด เช่น พฤติกรรมที่ก่อปัญหามากที่สุด ไม่ว่าจะ เป็นปัญหาต่อบุคคลหรือส่วนรวม

2.2) พฤติกรรมนั้นมีโอกาสทำได้สำเร็จ

2.3) สามารถจัดโปรแกรมเพื่อปรับพฤติกรรมนั้น ๆ ตลอดจนพัฒนาพฤติกรรมนั้น ๆ ได้ในทิศทางที่พึงประสงค์

3) การกำหนดทิศทางของการปรับพฤติกรรม ต้องกำหนดทิศทางของการปรับพฤติกรรมนั้น ๆ ให้ชัดเจน ได้แก่

3.1) เพื่อสร้างพฤติกรรมใหม่

3.2) เพื่อเพิ่มความถี่ของพฤติกรรมที่พึงประสงค์

3.3) เพื่อรักษาพฤติกรรมที่ได้ปรับแล้วหรือพฤติกรรมที่พึงประสงค์ให้คงอยู่

3.4) เพื่อลดความถี่ของพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์

4) การกำหนดสถานที่ที่จะดำเนินการปรับพฤติกรรม จะขึ้นอยู่กับจุดมุ่งหมายของการปรับพฤติกรรมเป้าหมาย เพราะฉะนั้นควรที่จะกำหนดตามที่พฤติกรรมเป้าหมายนั้นจะเกิดขึ้น เช่น ในห้องเรียน ห้องอาหาร สนามเด็กเล่น สนามกีฬา ห้องสมุด เป็นต้น

5) การรวบรวมและวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐาน ข้อมูลพื้นฐาน คือ พฤติกรรมที่เกิดขึ้นในสภาพปกติก่อนจะนำวิธีปรับพฤติกรรมมาใช้กับผู้ที่ได้รับการปรับพฤติกรรม ช่วยให้เข้าใจถึงลักษณะของพฤติกรรมเป้าหมายได้ชัดเจนและถูกต้องยิ่งขึ้น และการเลือกใช้วิธีปรับพฤติกรรม

ข้อมูลนี้จะได้จากการสังเกต ดังนั้นภายหลังได้เลือกพฤติกรรมเป้าหมายแล้ว ผู้ทำหน้าที่ปรับพฤติกรรมจะต้องเริ่มสังเกตพฤติกรรมของผู้ที่จะได้รับการปรับพฤติกรรมในสภาพปกติเป็นระยะเวลาหนึ่งเช่น 1 หรือ 2 สัปดาห์ โดยเลือกการสังเกตและบันทึกพฤติกรรมให้สอดคล้องกับพฤติกรรมที่ต้องการจะศึกษา

2.3.6.2 วิธีปรับพฤติกรรม: การเพิ่มพฤติกรรม

1) วิธีการเสริมแรงทางบวก

1.1) ความหมายของการเสริมแรง (Reinforcement) หมายถึง การที่อัตราการแสดงพฤติกรรมของบุคคลคงอยู่ (Maintain) หรือเพิ่มขึ้น (Increase) หรือมีความถี่สูงขึ้น เป็นผลเนื่องมาจากบุคคลได้รับผลกระทบที่พึงพอใจหลังจากแสดงพฤติกรรมนั้นๆ หรือเป็นผลจากความสำเร็จในการหลีกเลี่ยง (Avoidance) หรือหลบหนี (Escape) จากสิ่งเร้าที่ไม่พึงพอใจ

1.2) การเสริมแรงทางบวก (Positive Reinforcement) หมายถึง การที่บุคคลแสดงพฤติกรรมใดพฤติกรรมหนึ่งมีความถี่สูงขึ้น เป็นผลมาจากบุคคลนั้นได้รับผลกระทบที่พึงพอใจหลังจากแสดงพฤติกรรมนั้นๆ สิ่งที่คุณได้รับแล้วเกิดความพึงพอใจและแสดงพฤติกรรมเพิ่มขึ้นนี้ เรียกว่า สิ่งเร้าทางบวก (Positive Stimulus)

1.3) ความหมายของตัวเสริมแรง และประเภทของตัวเสริมแรงประกอบไปด้วย

1.3.1) ตัวเสริมแรง หมายถึง สิ่งที่ทำให้พฤติกรรมหนึ่งๆ ของบุคคลเกิดขึ้น บ่อยครั้งมากขึ้น

1.3.2) ประเภทของการเสริมแรง แบ่งตามลักษณะของการเสริมแรง ออกเป็น 2 ประเภท คือ ก) ตัวเสริมแรงทางบวก (Positive Reinforcer) หมายถึง ตัวเสริมแรงที่บุคคลได้รับแล้วเกิดความพึงพอใจ ข) ตัวเสริมแรงทางลบ (Negative Reinforcer) หมายถึง ตัวเสริมแรงที่บุคคลใช้ทำลายความไม่พอใจที่เกิดขึ้น เพื่อให้เกิดความพึงพอใจ

1.3.3) ประเภทของตัวเสริมแรงที่แบ่งตามคุณสมบัติในการเสริมแรง แบ่งเป็น 2 ประเภท คือ ก) ตัวเสริมแรงปฐมภูมิ (Primary Reinforcer) หมายถึง ตัวเสริมแรงที่ไม่ต้องวางเงื่อนไข มีคุณสมบัติการเสริมแรงด้วยตัวของมันเองตามธรรมชาติ สามารถสนองความต้องการทางชีวภาพของบุคคลโดยตรง เช่น อาหาร ขนมน้ำ อากาศ สิ่งต่างๆ ที่เสพได้ เป็นต้น ข) ตัวเสริมแรงทุติยภูมิ (Secondary Reinforcer) หมายถึง ตัวเสริมแรงที่ต้องวางเงื่อนไข (Conditioned Stimulus) เริ่มแรกมีคุณสมบัติเป็นกลาง ถูกนำมาจับคู่กับตัวเสริมแรงปฐมภูมิ

ที่มีคุณสมบัติในการเสริมแรง จะทำให้มีคุณสมบัติเช่นเดียวกับตัวเสริมแรงปฐมภูมินั้นๆ เช่น เงิน แสตมป์ เหรียญตรา ดาว เป็นต้น

1.3.4) ชนิดของตัวเสริมแรงทุติยภูมิ แบ่งออกเป็น 5 ชนิด ได้แก่ 1) ตัวเสริมแรงที่เป็นสิ่งของ (Material Reinforcer) เป็นตัวเสริมแรงที่มีประสิทธิภาพกับเด็กมากที่สุด ประกอบด้วยอาหารของที่เก็บได้ และสิ่งของต่าง ๆ เช่น ขนม บุหรี่ เหล้า ของเล่น เสื้อผ้า เป็นต้น 2) ตัวเสริมแรงทางสังคม (Social Reinforcer) แบ่งออกเป็น 2 ลักษณะ คือ เป็นคำพูดและเป็นการแสดงออกทางท่าทาง ได้แก่ การชมเชย การยกย่อง การยิ้ม การเข้าใกล้ หรือการแตะตัว เป็นต้น 3) ตัวเสริมแรงที่เป็นกิจกรรม (Activity Reinforcer) รู้จักกันในชื่อของหลักฟรีแมค (Premack Principle) ซึ่งกล่าวไว้ว่า กิจกรรมหรือพฤติกรรมที่มีความถี่สูง สามารถนำมาใช้เสริมแรงกิจกรรมหรือทางกิจกรรมที่มีความถี่ต่ำได้ เช่น การได้รับอนุญาตให้ไปวิ่งที่สนามหญ้า อาจจะใช้เสริมแรงต่อพฤติกรรมการนั่งอยู่กับที่อย่างเงียบในห้องเรียนของเด็กได้ หรือการดูทีวี อาจจะใช้เป็นตัวเสริมแรงการทำงานบ้านของเด็กได้ 4) ตัวเสริมแรงเบี้ยอรรถกร (Token Reinforcer) เบี้ยอรรถกรเป็นตัวเสริมแรงที่มีคุณค่าได้ต่อเมื่อสามารถนำไปแลกเปลี่ยนเป็นตัวเสริมแรงอื่นๆ ได้ ตัวเสริมแรงที่นำไปแลกเปลี่ยนได้นั้นเรียกว่า “ตัวเสริมแรงสนับสนุน” (Back-up Reinforcer) เบี้ยอรรถกรจะมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น ถ้าสามารถนำไปแลกตัวเสริมแรงอื่น ๆ ได้มากกว่า 1 ตัวขึ้นไป เบี้ยอรรถกรนั้นมักจะอยู่ในรูปของเงิน เบี้ย แต้ม ดาว แสตมป์ หรือคูปอง เป็นต้น 5) ตัวเสริมแรงภายใน (Covert Reinforcer) ตัวเสริมแรงภายในนี้รวมถึงความคิดความรู้สึกต่าง ๆ เช่น ความพึงพอใจ ความสุข หรือความภูมิใจ เป็นต้น จึงสามารถอธิบายได้ว่าทำไมบุคคลทั้งหลายจึงแสดงพฤติกรรมบางอย่าง เมื่อแสดงแล้วไม่เห็นจะได้รับผลตอบแทนที่เด่นชัด เช่น การทำบุญ การให้เงินแก่คนขอทานรวมทั้งพฤติกรรมที่เสี่ยงอันตราย ได้แก่ การปีนภูเขา การขับรถเร็ว เป็นต้น อาจกล่าวได้ว่าบุคคลกระทำไปเพราะเกิดความรู้สึกเป็นสุขใจที่ได้ทำ

2.3.6.2 วิธีการใช้หลักฟรีแมค (Premack's Principle) เป็นหลักการเสริมแรงทางบวก โดยพยายามเสริมแรงพฤติกรรมที่มีความถี่ต่ำให้มีความถี่สูงขึ้นโดยนำพฤติกรรมที่มีความถี่สูงของบุคคลนั้นมาเป็นตัวเสริมแรง ตัวอย่างเช่น การจัดกิจกรรมที่นักเรียนชอบมากที่สุด เป็นตัวเสริมแรงกิจกรรมที่ไม่ชอบ เช่น ครูบอกนักเรียนว่า เมื่อนักเรียนทำแบบฝึกหัดภาษาไทยเสร็จ (กิจกรรมที่นักเรียนไม่ชอบและความถี่ของการเกิดพฤติกรรมนี้ต่ำ) ครูจะให้เล่นฟุตบอล (กิจกรรมที่นักเรียนชอบและความถี่ของการเกิดพฤติกรรมนี้สูง) ผลปรากฏว่า การทำแบบฝึกหัดภาษาไทยของนักเรียนมีความถี่สูงขึ้น

2.3.6.3 วิธีการให้เสริมแรงทางลบ ได้แก่ 1) การเสริมแรงทางลบ (Negative Reinforcement) หมายถึง การที่บุคคลแสดงพฤติกรรมหนึ่งเพิ่มขึ้นหรือมีความถี่สูงขึ้น ซึ่งเป็นผลจากการที่บุคคลสามารถหลีกเลี่ยงหรือหลีกเลี่ยงหนีจากสิ่งที่ไม่พึงพอใจ และ 2) วิธีการให้เสริมแรงทางลบ โดยการที่บุคคลสามารถหลีกเลี่ยงหรือหลีกเลี่ยงหนีจากสิ่งเร้าที่ไม่พึงพอใจได้

พิศมัย วิบูลย์สวัสดิ์ และคณะ (2528) ได้กล่าวถึงการจัดการแก้ไขความก้าวร้าวตามแนวคิดของทฤษฎีสัญชาตญาณที่เกี่ยวข้องกับความก้าวร้าวว่า การจินตนาการถึงการแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวหรือภาพพฤติกรรมก้าวร้าวในรายการโทรทัศน์อาจจะช่วยให้บุคคลรู้สึกผ่อนคลายความเครียดอันเกิดจากแรงขับความก้าวร้าวได้

การสร้างพฤติกรรมคู่แข่งความก้าวร้าวก็เป็นอีกวิธีหนึ่งที่จะจัดการหรือลดความก้าวร้าวลงได้ จากการศึกษาของ Geen and Donestein พบว่า การใช้อารมณ์ขันและอารมณ์เพศมาเป็นคู่แข่งความก้าวร้าวทำให้บุคคลมีความก้าวร้าวลดลงเนื่องจากมนุษย์มีความสามารถที่จะกระทำพฤติกรรมเพียงพฤติกรรมเดียวเท่านั้นในเวลาเดียวกัน

สถาบันสุขภาพเด็กแห่งชาติมหาราชินี (2552) บอกวิธีป้องกันและแก้ไขพฤติกรรมก้าวร้าว ดังนี้

1) ผู้ใหญ่ต้องหยุดการกระทำอันก้าวร้าวของเด็กโดยทันที และต้องไม่ตอบโต้ด้วยความรุนแรงเพราะเป็นการสอนให้เด็กเลียนแบบโดยไม่รู้ตัว เช่น หากเด็กมีการขว้างปาสิ่งของหรือทุบตีผู้อื่น อาจจัดการให้เด็กหยุดด้วยวิธีสงบ เช่น จับมือรวบตัวเอาไว้ บอกสั้น ๆ ว่าตีไม่ได้ และขอขึ้นนี้ไม่ได้มีไว้เพื่อปา ในขณะที่เดียวกัน การพูดว่า แม่รู้ว่าหนูโกรธ แต่เราไม่อนุญาตให้ตีกัน และแม่ก็ไม่อนุญาตให้น้องทำกับหนูเช่นกัน" จะเป็นตัวช่วยให้เด็กเข้าใจความรู้สึกโกรธ และหยุดยั้งการกระทำของเด็กได้ในเวลาเดียวกัน

2) แนะนำทางออกอื่นให้เด็ก เช่น เมื่อเด็กโกรธกันขึ้นมา ก็สามารถเดินมาบอกผู้ใหญ่ให้ว่ากล่าวคุณธรรมได้ แต่ตีกันไม่ได้ เด็กจะเรียนรู้ว่าการก้าวร้าวเป็นสิ่งที่เราไม่ยอมรับ แต่เราเข้าใจความรู้สึกเขา และเตรียมทางออกที่เหมาะสมเอาไว้ วิธีนี้ต้องปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ แม้จะพบว่าเด็กมีอาการอีกเป็นครั้งคราวเพราะเด็กยังระงับอารมณ์ได้ไม่หมด

3) ไม่ควรตอบตกลง หรือต่อรองกันในขณะที่เด็กมีอารมณ์หรือพฤติกรรมก้าวร้าว เพื่อให้เด็กเรียนรู้ว่า ผู้ใหญ่จะตอบสนองความต้องการของเขา เฉพาะในช่วงที่อารมณ์สงบ และมีพฤติกรรมที่เหมาะสมเท่านั้น

4) ผู้ใหญ่ต้องระวังที่จะไม่มีอารมณ์ตอบโต้เด็ก หรือเอาชนะกัน

5) การลงโทษเด็กไม่ควรใช้ความรุนแรง อาจใช้วิธีแยกเด็กอยู่ตามลำพังระยะหนึ่ง โดยมีการสื่อให้เด็กเข้าใจว่า การรบกวนผู้อื่นเป็นสิ่งไม่สมควร เมื่อสงบแล้วค่อยมาพูดจากันใหม่ บางครั้งอาจใช้วิธีงดสิทธิบางอย่างเข้าช่วยด้วย

6) ฝึกให้เด็กรับผิดชอบต่อการกระทำที่ไม่เหมาะสมของตนเอง เช่น ซ่อมแซมของที่ชำรุดเสียหาย

7) หลีกเลี่ยงการตำหนิ ต่อว่า เปรียบเทียบ ให้เด็กรู้สึกเป็นปมด้อย การขู่หรือหลอกให้กลัว ตลอดจนการยั่วแหย่ให้โกรธ โดยผู้ใหญ่ต้องเป็นตัวอย่างของความปรองดอง เป็นมิตรต่อกันให้เด็กเห็น

2.4 แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการบูรณาการ

กรมวิชาการกระทรวงศึกษาธิการ (2543) ได้ให้ความหมาย การบูรณาการว่า หมายถึง การจัดการเรียนรู้โดยใช้ความรู้ความเข้าใจ และทักษะในศาสตร์ต่าง ๆ มากกว่า 1 วิชา มารวมด้วยกันภายใต้เรื่องราว โครงการหรือกิจกรรม เพื่อแก้ไขปัญหาหรือแสวงหาความรู้ ความเข้าใจในเรื่องใดเรื่องหนึ่ง

สำนักงานราชบัณฑิตยสภา ได้ให้ความหมายของคำว่าบูรณาการมี 2 ความหมาย ความหมายที่ 1 คือ ทำให้เป็นเนื้อเดียวกันโดยรวมหรือผสมผสานส่วนต่าง ๆ เข้าด้วยกัน เช่น การสอนภาษาแบบบูรณาการ หมายถึง การรวมทักษะการพูด ฟัง อ่าน เขียน ไว้ในวิชาเดียวกัน หลักสูตรแบบบูรณาการสำหรับภิกษุสามเณร เป็นหลักสูตรที่รวมหลักสูตรธรรมศึกษา บาลีศึกษา และสามัญศึกษา ให้เป็นหลักสูตรเดียว ความหมายที่ 2 ของคำว่า บูรณาการ หมายถึง เชื่อมหรือประสานกับสิ่งอื่นหรือหน่วยงานอื่น เช่น โรงเรียนหลายแห่งบูรณาการภูมิปัญญาท้องถิ่นเข้ากับศาสตร์สมัยใหม่ เพื่อให้เกิดการพัฒนาองค์ความรู้ที่มีรากฐานจากความเป็นไทยและนำไปสู่การพัฒนาประเทศที่ยั่งยืน

ขวัญฤดี เกิดทรัพย์ (2552) การบูรณาการ หมายถึง การเชื่อมโยงความรู้และประสบการณ์ทุกชนิดที่บรรจุอยู่ในแผนของหลักสูตร เป็นการเชื่อมโยงในแนวนอน ระหว่างหัวข้อ และเนื้อหาต่าง ๆ ที่เป็นความรู้ ทั้ง 3 ด้าน ได้แก่ พุทธิพิสัย ทักษะพิสัย และจิตพิสัย การบูรณาการทำให้ผู้เรียนได้รับความรู้เป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน และรู้ในเรื่องนั้นอย่างลึกซึ้ง การบูรณาการความรู้เป็นสิ่งที่จำเป็น โดยเฉพาะในยุคที่มีความรู้ ข้อมูล ข่าวสารมาก จึงเกิดหลักสูตรที่เรียกว่า หลักสูตรบูรณาการ (Integrated Curricula) ซึ่งพยายามสร้างหัวเรื่อง (Themes) ในวิชาต่าง ๆ โดยนำความคิดหลักในวิชามาสัมพันธ์กัน และสัมพันธ์กับวิชาอื่นด้วย

จากความหมายของการบูรณาการดังที่กล่าวมาข้างต้น สรุปความได้ว่า การประสานกลมกลืนกันของแผน กระบวนการ สารสนเทศ เพื่อสนับสนุนเป้าประสงค์ที่สำคัญของการจัดการเรียนรู้ ซึ่งจะสำเร็จได้ก็ต่อเมื่อการดำเนินการในระบบการจัดการ ผลการดำเนินการมีความเชื่อมโยงกันเป็นหนึ่งเดียวอย่างสมบูรณ์

2.4.1 ลักษณะการจัดการเรียนรู้แบบบูรณาการ

หน่วยส่งเสริมและพัฒนาวิชาการ คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ (2551) นักการศึกษาหลายท่านได้กล่าวถึงลักษณะของการจัดการเรียนรู้แบบบูรณาการไว้ว่าเป็น การเชื่อมโยงวิชาหรือศาสตร์ต่างๆ เข้าด้วยกันเพื่อให้เกิดการเรียนรู้ที่ลึกซึ้งซึ่งมีลักษณะใกล้เคียงกับชีวิตจริงมากขึ้น ได้แก่

1) บูรณาการระหว่างความรู้และกระบวนการเรียนรู้ ปัจจุบันเนื้อหาความรู้มีมากมายที่จะต้องเรียนรู้หากไม่ใช้วิธีการเรียนรู้ที่ทันสมัยมาใช้จะทำให้เรียนรู้ไม่ทันตามเวลาที่กำหนดได้ จึงต้องมีการนำวิธีการจัดการเรียนรู้ใหม่ ๆ มาใช้ เช่น การสอนโดยวิธีการบอกเล่า การท่องจำจะทำให้ได้ปริมาณความรู้หรือเนื้อหาสาระไม่เพียงพอกับสิ่งที่ต้องเรียนรู้ จึงต้องเลือกใช้กระบวนการเรียนรู้ใหม่ ๆ ที่เหมาะสม

2) บูรณาการระหว่างพัฒนาการความรู้และทางจิตใจ การเรียนรู้ที่ดีนั้นผู้เรียนต้องมีความอยากรู้อยากเรียนด้วย ดังนั้นการให้ความสำคัญแก่เจตคติ ค่านิยม ความสนใจและสุนทรียภาพแก่ผู้เรียนในการแสวงหาความรู้ ก่อให้เกิดความซาบซึ้งก่อนลงมือศึกษาซึ่งเป็นการจูงใจให้เกิดการเรียนรู้ได้เป็นอย่างดี

3) บูรณาการระหว่างความรู้และการกระทำการเรียนรู้ที่สามารถนำความรู้สู่การปฏิบัติได้นั้นถือเป็นการดีมาก ดังนั้นการให้ความสำคัญระหว่างองค์ความรู้ที่ศึกษากับการนำไปปฏิบัติจริงโดยนำความรู้ไปแก้ปัญหาในสถานการณ์จริง

4) บูรณาการระหว่างสิ่งที่เรียนรู้ในโรงเรียนและชีวิตประจำวัน การตระหนักถึงความสำคัญแห่งคุณภาพชีวิต เมื่อผ่านการเรียนรู้แล้วต้องมีความหมายและคุณค่าต่อชีวิตของผู้เรียนอย่างแท้จริง

5) บูรณาการระหว่างวิชาต่าง ๆ เพื่อให้เกิดความรู้ เจตคติและการกระทำที่เหมาะสมกับความต้องการความสนใจของผู้เรียนอย่างแท้จริง ตอบสนองต่อคุณค่าในการดำรงชีวิตของผู้เรียน

จากลักษณะการจัดการเรียนรู้แบบบูรณาการดังที่กล่าวมาข้างต้น สรุปความได้ว่า ลักษณะของการจัดการเรียนรู้แบบบูรณาการเป็นการเชื่อมโยงวิชาหรือศาสตร์ต่างๆ เข้าด้วยกัน

เพื่อให้เกิดการเรียนรู้ที่ลึกซึ้งซึ่งประกอบด้วย 1) บูรณาการระหว่างความรู้และกระบวนการเรียนรู้ 2) บูรณาการระหว่างพัฒนาการความรู้และทางจิตใจ 3) บูรณาการระหว่างความรู้และการกระทำ การเรียนรู้ที่สามารถนำความรู้สู่การปฏิบัติได้ 4) บูรณาการระหว่างสิ่งที่เรียนรู้ในโรงเรียนและชีวิตประจำวัน และ 5) บูรณาการระหว่างวิชาต่าง ๆ เพื่อให้เกิดความรู้ เจตคติและการกระทำที่เหมาะสมกับความต้องการความสนใจของผู้เรียนอย่างแท้จริง

2.4.2 รูปแบบของการบูรณาการ (Model of integration)

การจัดการเรียนรู้แบบบูรณาการที่พบโดยทั่วไปมีอยู่ 4 แบบ

การเรียนรู้แบบนี้ผู้สอนจะนำเนื้อหาของวิชาต่าง ๆ มาสอดแทรกในรายวิชาของตนเองเป็นการวาง

1) แผนการสอนและทำการสอนโดยผู้สอนเพียงคนเดียว

ข้อดี 1) ผู้สอนคนเดียวบริหารจัดการทั้งเนื้อหาวิชา กิจกรรมการเรียนรู้และ เวลาที่ใช้โดยสะดวก

2) ไม่มีผลกระทบกับผู้สอนผู้อื่นและการจัดตารางสอน

ข้อจำกัด 1) ผู้สอนคนเดียวอาจไม่มีความชำนาญในเนื้อหาวิชาบางเรื่อง

2) เนื้อหาวิชาและกิจกรรมการเรียนรู้ที่จัดอาจซ้ำซ้อนกับของวิชา

อื่น

3) ผู้เรียนจะมีภาระงานมากเพราะทุกรายวิชาจะต้องมอบหมาย

งานให้

2) การบูรณาการแบบขนาน (Parallel)

การเรียนรู้แบบนี้ผู้สอนตั้งแต่ 2 คนขึ้นไปต่างคนต่างสอนวิชาของตนเองแต่จะมาวางแผน ตัดสินใจร่วมกันว่าจะจัดแผนการเรียนรู้และจัดกิจกรรมการเรียนรู้โดยมุ่งสอนในหัวเรื่อง (Theme) ความคิดรวบยอด (Concept) และปัญหา (Problem) เดียวกันในส่วนหนึ่ง

ข้อดี 1) ผู้สอนแต่ละคนยังคงบริหารทั้งเนื้อหาวิชา กิจกรรมการเรียนรู้

เวลาโดยสะดวก

2) ไม่มีผลกระทบกับผู้สอนผู้อื่นและการจัดตารางสอน

3) เนื้อหาวิชา กิจกรรมการเรียนรู้ลดการซ้ำซ้อนลง ช่วยให้เกิด

การทำงานร่วมกัน

ข้อจำกัด 1) ผู้สอนยังคงต้องรับภาระเนื้อหาวิชาที่ไม่ชำนาญ

2) ผู้เรียนยังมีภาระงานมากเพราะทุกรายวิชาจะต้องมอบหมายงานให้

3) การบูรณาการแบบสหวิทยาการ (Multidiscipline)

การเรียนรู้แบบนี้คล้ายกับแบบคู่ขนาน ผู้สอนตั้งแต่ 2 คนขึ้นไปต่างคนต่างสอนวิชาของตน จัดกิจกรรมการเรียนรู้ของตนเองเป็นส่วนใหญ่ มาวางแผนการสอนร่วมกันในการให้งานหรือโครงการที่มีหัวเรื่อง แนวคิดหรือความคิดรวบยอดและปัญหาเดียวกัน

ข้อดี 1) สนับสนุนการทำงานร่วมกันของทั้งผู้สอนและผู้เรียน ลดความซ้ำซ้อนของกิจกรรม

2) ผู้สอนทุกคนและผู้เรียนมีเป้าหมายร่วมกันที่ชัดเจน

3) ผู้เรียนเห็นความสำคัญของการนำความรู้ไปใช้กับงานอาชีพจริง

ข้อจำกัด 1) มีผลกระทบต่อการจัดตารางสอนและการจัดแผนการเรียน

4) การบูรณาการแบบข้ามวิชา (Transdisciplinary)

การเรียนรู้แบบนี้ผู้สอนในรายวิชาต่าง ๆ จะมาร่วมกันสอนเป็นคณะ ร่วมกันวางแผน กำหนดหัวเรื่อง ความคิดรวบยอดและปัญหาเดียวกัน

ข้อดี 1. สนับสนุนการทำงานร่วมกันของทั้งผู้สอนและผู้เรียน ลดความซ้ำซ้อนของกิจกรรม

2. ผู้สอนทุกคนและผู้เรียนมีเป้าหมายร่วมกันที่ชัดเจน

3. ผู้เรียนเห็นความสำคัญของการนำความรู้ไปใช้กับงานอาชีพจริง

ข้อจำกัด 1. มีผลกระทบต่อการจัดตารางสอนและการจัดแผนการเรียน

2. ผู้สอนต้องควบคุมการเรียนรู้ให้ทันตามกำหนด

จากรูปแบบของการบูรณาการดังที่กล่าวมาข้างต้น สรุปความได้ว่า การจัดการเรียนรู้แบบบูรณาการที่พบโดยทั่วไปมีอยู่ 4 แบบ ได้แก่ แผนการสอนและทำการสอนโดยผู้สอนเพียงคนเดียว การบูรณาการแบบขนาน (Parallel) การบูรณาการแบบสหวิทยาการ (Multidiscipline) และการบูรณาการแบบข้ามวิชา (Transdisciplinary)

2.4.3 หลักการจัดการเรียนรู้แบบบูรณาการ (Learning Integration)

การจัดการเรียนรู้แบบบูรณาการ (Learning Integration) อาจจัดได้ 2 ลักษณะคือ

1) การบูรณาการภายในวิชา (Interdisciplinary) เป็นการบูรณาการที่เกิดขึ้นภายในขอบเขตของเนื้อหาเดียวกัน วิชาที่ใช้หลักการบูรณาการภายในวิชาเดียวกันมากที่สุด คือ วิชาภาษา หรือกระบวนการทางภาษา ซึ่งประกอบด้วย การฟัง การพูด การอ่านและการเขียน

เนื่องจากมีความเกี่ยวพันกันหลายแบบ นอกจากวิชาภาษาแล้ว วิชาสังคมศึกษา วิทยาศาสตร์ หรือคณิตศาสตร์ ก็ใช้หลักการเชื่อมโยงภายในวิชาได้

2) การบูรณาการระหว่างวิชา (Interdisciplinary) เป็นการเชื่อมโยงหรือรวมศาสตร์ต่าง ๆ ตั้งแต่ 2 สาขาวิชาขึ้นไปภายในหัวข้อเรื่อง (Theme) เดียวกัน เป็นการเรียนรู้โดยใช้ความรู้ความเข้าใจและทักษะในศาสตร์ หรือความรู้ในวิชาต่าง ๆ มากกว่า 1 วิชาขึ้นไป เพื่อแก้ปัญหา หรือการแสวงหาความรู้ความเข้าใจในเรื่องใดเรื่องหนึ่ง การเชื่อมโยงความรู้และทักษะระหว่างวิชาต่าง ๆ จะช่วยให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ที่ลึกซึ้ง ไม่ใช่เพียงผิวเผินและมีลักษณะใกล้เคียงกับชีวิตจริงมากขึ้น

การจัดการเรียนรู้แบบบูรณาการทั้ง 2 ลักษณะนั้น สามารถจัดเป็นรูปแบบของการบูรณาการ (Models of Integration) ได้ 4 รูปแบบ คือ

1) บูรณาการแบบสอดแทรก (Infusion Instruction) ครูผู้สอนในวิชาหนึ่ง สอดแทรกเนื้อหาของวิชาอื่น ๆ เข้าในการเรียนการสอนของตน เป็นการสอนตามแผนการสอนและประเมินผลโดยครูคนเดียว วิธีนี้ถึงแม้ผู้เรียนจะเรียนจากครูคนเดียว แต่สามารถมองเห็นความสัมพันธ์ระหว่างวิชาได้

2) บูรณาการแบบขนาน (Parallel Instruction) ครูตั้งแต่ 2 คนขึ้นไปสอนต่างวิชา กันต่างคนต่างสอน แต่ต้องวางแผนเพื่อสอนร่วมกัน โดยมุ่งสอนหัวข้อเรื่อง/ ความคิดรวบยอด/ ปัญหาเดียวกัน ระบุสิ่งที่ทำร่วมกันและตัดสินใจร่วมกันว่าจะสอนหัวข้อเรื่อง/ ความคิดรวบยอดและปัญหานั้น ๆ อย่างไร ในวิชาของแต่ละคน ใครควรสอนก่อน- หลัง งานหรือการบ้านที่มอบหมายให้ผู้เรียน ทำจะแตกต่างกันไปในแต่ละวิชา แต่ทั้งหมดจะต้องมีหัวข้อเรื่อง/ ความคิดรวบยอด/ ปัญหาร่วมกัน การสอนแต่ละวิชาจะเสริมซึ่งกันและกัน ทำให้ผู้เรียนมองเห็นความสัมพันธ์เชื่อมโยงกันระหว่างวิชา

3) บูรณาการแบบสหวิทยาการ (Multidisciplinary Instruction) การจัดการเรียนการสอนตามรูปแบบนี้คล้ายกับบูรณาการแบบขนาน กล่าวคือ ครูตั้งแต่ 2 คนขึ้นไปสอนต่างวิชา กัน มาวางแผนเพื่อสอนร่วมกัน โดยกำหนดว่าจะสอนหัวข้อเรื่อง/ ความคิดรวบยอด/ ปัญหาเดียวกัน ต่างคนต่างแยกกันสอนตามแผนการสอนของตน แต่มอบหมายให้ผู้เรียนทำงานหรือโครงการร่วมกัน ซึ่งจะช่วยให้เชื่อมโยงความรู้สาขาวิชาต่าง ๆ เข้าด้วยกันจนสร้างชิ้นงานได้ ครูแต่ละวิชา กำหนดเกณฑ์เพื่อประเมินผลชิ้นงานของผู้เรียนในส่วนวิชาที่ตนสอน

4) บูรณาการแบบข้ามวิชา หรือสอนเป็นคณะ (Transdisciplinary Instruction) ครูที่สอนวิชาต่าง ๆ ร่วมกันวางแผนปรึกษาหารือ กำหนดหัวข้อเรื่อง/ ความคิดรวบยอด/ ปัญหา

เดียวกัน จัดทำแผนการสอนร่วมกัน แล้วร่วมกันสอนเป็นคณะ (Team) โดยดำเนินการสอนผู้เรียน กลุ่มเดียวกันมอบหมายงาน/ โครงการให้นักเรียนทำร่วมกัน ครูทุกวิชาร่วมกันกำหนดเกณฑ์เพื่อ ประเมินผลชิ้นงานของผู้เรียนร่วมกัน

จากหลักการจัดการเรียนรู้แบบบูรณาการ (Learning Integration) ดังที่กล่าวมา ข้างต้น สรุปความได้ว่า การจัดการเรียนรู้แบบบูรณาการ (Learning Integration) อาจจัดได้ 2 ลักษณะคือ การบูรณาการภายในวิชา (Interdisciplinary) และ การบูรณาการระหว่างวิชา (Interdisciplinary)

2.5 แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับหลักสูตรอาชีวศึกษา

“อาชีวศึกษา” (Vocational Education) ตามพจนานุกรมการศึกษา (Dictionary of Education) หมายถึง การศึกษาวิชาชีพต่าง ๆ ที่เป็นระดับการศึกษาต่ำกว่าปริญญา เพื่อฝึกอบรม บุคคลออกไปประกอบอาชีพหรือเพื่อพัฒนาแรงงานฝีมือที่มีงานอยู่แล้วให้มีแรงงานฝีมือระดับสูง ขึ้น ความหมายทั่วไปของอาชีวศึกษาคือ การศึกษาที่จัดประสบการณ์ทั้งมวลที่บุคคลประสงค์จะ ฝึกอบรมเพื่อการประกอบอาชีพตามสาขาที่ได้รับฝึกอบรม (กระทรวงศึกษาธิการ, 2538)

ตามพจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถานพุทธศักราช (2546) คำว่า อาชีวะ หมายถึง การ เลี้ยงชีวิต การทำมาหากิน งานที่ทำเป็นประจำเพื่อเลี้ยงชีพและคำว่า อาชีวศึกษา หมายถึง การศึกษาที่มุ่งไปในทางช่างฝีมือ

ธีระวุฒิ บุญยโสภณ (2542) การอาชีวศึกษา หมายถึง การจัดการศึกษาเพื่อเตรียม ทรัพยากรมนุษย์ที่มีคุณภาพสำหรับอาชีพใดอาชีพหนึ่งหรือกลุ่มอาชีพ โดยจัดการศึกษาที่มุ่ง พัฒนาและเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของบุคคลในด้านทักษะ หรือความชำนาญ (psychomotor domain) ด้านความรู้ความเข้าใจ (cognitive domain) และด้านเจตคติ (affective domain) เพื่อให้ผู้เรียนสามารถประกอบอาชีพที่ตนเลือกเรียนได้อย่างมีประสิทธิภาพ

Good (1959) กล่าวว่า Vocational Education หมายถึง โปรแกรมการศึกษาซึ่งมีระดับต่ำ กว่าระดับวิทยาลัย เพื่อฝึกอบรมบุคคลออกไปประกอบอาชีพ หรือเพื่อพัฒนาแรงงานฝีมือที่มีงาน ทำอยู่แล้วให้มีแรงงานฝีมือระดับสูงขึ้นไป การศึกษาดังกล่าวรวมแขนงวิชาชีพต่าง ๆ เหล่านี้ คือ การ อุตสาหกรรม ช่างเทคนิค การเกษตร การพาณิชย์ และการคหกรรม และ Technical Education หมายถึง การศึกษาที่เน้นการเรียนรู้ด้านเทคนิคหรือปฏิบัติการทางเทคนิค และทักษะมีจุดมุ่งหมาย ฝึกฝนผู้เรียนให้เป็นช่างเทคนิค ปกติจัดในระดับสูงกว่ามัธยมตอนปลายแต่ไม่ถึงระดับปริญญา

UNESCO ได้ให้คำจำกัดความของคำว่า “เทคนิคและอาชีวศึกษา” (Technical and Vocational Education) หมายถึง กระบวนการจัดการศึกษาทุกระดับและทุกระดับที่จัดให้เรียนเกี่ยวกับเรื่องเทคโนโลยีต่าง ๆ และวิทยาศาสตร์ในส่วนที่เกี่ยวข้องพร้อมการสร้างทักษะ ความรู้ สามารถปฏิบัติ (Khow-How) เจตคติและความเข้าใจเรื่องต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับอาชีพทั้งหมดที่เป็นองค์ประกอบสำคัญของเศรษฐกิจและสังคม (UNESCO อ้างถึงใน บุญญศักดิ์ ใจจงเกิด, 2541)

สรุปได้ว่า อาชีวศึกษาหมายถึง การศึกษาเพื่อพัฒนาคนให้มีความรู้ ความสามารถในการประกอบอาชีพ โดยมุ่งให้ผู้เรียนมีความรู้ และทักษะวิชาชีพ เพื่อสามารถดำเนินชีวิต และประกอบอาชีพได้อย่างเหมาะสมและมีความสุข ลักษณะเด่นของอาชีวศึกษาคือ เน้นการฝึกทักษะทางอาชีพเฉพาะอย่าง มุ่งการประกอบอาชีพตามสาขาที่ฝึกอบรม พัฒนาความรับผิดชอบ เจตคติ คุณธรรม ลักษณะที่สอดคล้องกับลักษณะอาชีพ

2.5.1 ปรัชญาการจัดการศึกษาเพื่ออาชีพ

ปรัชญาอาชีวศึกษาจึงเริ่มจากความเชื่อว่ามนุษย์เกิดมาต้องมีอาชีพ เพื่อจะได้มาซึ่งปัจจัย 4 ในการดำรงชีวิต คือ อาหาร เครื่องนุ่งห่ม ที่อยู่อาศัย และยารักษาโรค การอาชีวศึกษาจึงจำเป็นต้องมีการสอนความรู้ ฝึกความชำนาญในทักษะการประกอบอาชีพ รวมทั้งความสามารถในการปรับตัว มีคุณธรรม จริยธรรมและดำรงชีวิตอย่างมีความสุข และเป็นประโยชน์ต่อสังคม (ปรียาพร วงศ์อนุตรโรจน์, 2542)

Pawell (1983) กล่าวว่า ในการจัดการศึกษาวิชาชีพต้องคำนึงถึงหลักการดังนี้

- 1) การศึกษาวิชาชีพ เป็นการเตรียมบุคคลเข้าสู่อาชีพ และทำงานต่อไปด้วยความสำเร็จ
- 2) เป้าหมายของการศึกษาวิชาชีพ คือ การมุ่งงาน และการมีงานทำ
- 3) การศึกษาวิชาชีพต้องสอดคล้องกับสภาพเศรษฐกิจและสังคม และวุฒิภาวะของนักศึกษา
- 4) การศึกษาวิชาชีพ ต้องจัดให้ผู้สำเร็จ สามารถร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ ได้ในฐานะพลเมืองที่ดีของสังคม
- 5) การศึกษาวิชาชีพ ต้องจัดให้นักศึกษามีความรู้พื้นฐานที่จำเป็นในการประกอบอาชีพ
- 6) บุคคลมีสิทธิที่จะเลือกอาชีพที่ตนปรารถนาได้
- 7) รัฐมีหน้าที่จะให้บุคคลได้รับการฝึกเพื่อประกอบอาชีพได้ตามที่แต่ละบุคคลตั้งเป้าหมายไว้

โดยทั่วไปการบริหารจัดการของวิทยาลัยสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการอาชีวศึกษาทุกกลุ่ม เป็นไปตามนโยบายของสำนักงานคณะกรรมการการอาชีวศึกษา วัตถุประสงค์เพื่อสร้างคุณภาพมาตรฐานให้สอดคล้องกับมาตรฐานความต้องการกำลังคน และเพื่อให้เป็นไปตามพระราชบัญญัติ การศึกษาแห่งชาติ (ฉบับที่ 3) พ.ศ. 2553 และพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542 แก้ไขเพิ่มเติม (ฉบับที่ 2) พ.ศ. 2545 มาตรา 20 การจัดการอาชีวศึกษา การฝึกอบรมวิชาชีพ ให้จัดในสถานศึกษาของรัฐ สถานศึกษาของเอกชน สถานประกอบการ หรือโดยความร่วมมือระหว่างสถานศึกษากับสถานประกอบการ ทั้งนี้ให้เป็นไปตามกฎหมายว่าด้วยการอาชีวศึกษาและกฎหมายที่เกี่ยวข้อง (คณะกรรมการการอาชีวศึกษา, 2550) และให้สอดคล้องกับการปฏิรูปการอาชีวศึกษาที่มีการปรับปรุงเปลี่ยนแปลงหลักสูตร ที่จะต้องได้รับความร่วมมือจากสถานประกอบการจริง เรียนรู้จากวัฒนธรรมขององค์กรและเรียนรู้จากประสบการณ์จริง เพื่อนำไปสู่เป้าหมายสูงสุด (Ultimate Goal) ในการสร้างกำลังคนของอาชีวศึกษานั้นคือ นักเรียนนักศึกษาที่เรียนจนครบหลักสูตรและจบการศึกษา จะต้องเป็นผู้ที่มีคุณสมบัติ คือ มีความรู้จริง (Solid knowledge) ปฏิบัติได้ (Solid practice) และเข้าใจทักษะชีวิต (Life Skills)

อาชีวศึกษาจึงเป็นการเรียนทั้งด้านทฤษฎีและการปฏิบัติทางด้านอาชีพผสมผสานกัน แต่เน้นความสำคัญทางด้านทักษะเพื่อให้ผู้เรียนนำไปประกอบอาชีพ เป็นผู้มีความสามารถและมีเจตคติที่ดีในการประกอบอาชีพสนองความต้องการของตลาดแรงงาน ซึ่งสอดคล้องกับแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมของประเทศ และก้าวทันต่อความเจริญทางเทคโนโลยี

2.5.2 นโยบายการอาชีวศึกษา

การอาชีวศึกษาไม่ว่าจะผลิตกำลังคนระดับใด และเพื่อป้อนตลาดแรงงานส่วนไหนก็ตาม การอาชีวศึกษาจะต้องยึดหลักการพื้นฐานที่สำคัญ 2 ประการคือ

1) ผู้สอนและผู้เรียนอาชีวศึกษาจะต้องเป็นผู้ที่มีเจตคติที่ดีต่ออาชีพ และเข้าใจบทบาทความสำคัญของการอาชีวศึกษา จึงจะทำให้การอาชีวศึกษาเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพและประสิทธิผล

2) การอาชีวศึกษาเป็นการศึกษาเพื่อมุ่งพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉะนั้นโปรแกรมการอาชีวศึกษาแขนงต่าง ๆ จึงต้องจัดดำเนินการภายใต้หลักการและความมุ่งหมายของการให้ผู้สำเร็จการศึกษาได้ทำงาน และมีงานทำตามที่ได้ศึกษาอบรมไปจึงจะทำให้การอาชีวศึกษาเป็นไปอย่างมีเป้าหมายและทิศทาง

ในการพัฒนาเศรษฐกิจและอุตสาหกรรมจะสำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดีต้องอาศัยการพัฒนาการศึกษาเป็นรากฐาน เมื่อประเทศไทยได้เข้าสู่ยุคของการเร่งรัดพัฒนาเศรษฐกิจและสังคม การวางแผนการศึกษาจึงเป็นสิ่งจำเป็น ดังนั้นแผนพัฒนาการศึกษาแห่งชาติจึงเป็นส่วนหนึ่งของแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคม ดังเช่น แผนการศึกษาแห่งชาติ ฉบับที่ 7 ในแผนฯ ได้กำหนดวัตถุประสงค์ของการอาชีวศึกษา เร่งผลิตและพัฒนากำลังคนให้เหมาะสมกับความต้องการของตลาดแรงงานและการพัฒนาประเทศรวมทั้งส่งเสริมการจัดการศึกษาให้ผู้เรียนมีความรู้ความสามารถที่จะเป็นผู้ประกอบอาชีพอิสระได้

แผนพัฒนาการศึกษาแห่งชาติ ฉบับที่ 11 ได้กำหนดนโยบายทางอาชีวศึกษาไว้ว่า การจัดการศึกษาระดับอาชีวศึกษามีแนวโน้มลดลงเรื่อย ๆ จากปี การศึกษา 2551 มีผู้เรียนอาชีวศึกษาจำนวน 776,718 คน และในปี การศึกษา 2552 มีจำนวน 750,750 คน ซึ่งจะมีจำนวนลดลงเมื่อเทียบกับจำนวนผู้เรียนสายสามัญที่มีจำนวนเพิ่มขึ้นและการผลิตกำลังแรงงานระดับอาชีวศึกษาไม่สอดคล้องกับการเปลี่ยนแปลงของเทคโนโลยีในสถานประกอบการ รวมทั้งไม่สอดคล้องกับความต้องการของผู้ใช้ ทักษะพื้นฐานที่จำเป็นยังไม่เพียงพอ ในขณะที่ระดับอุดมศึกษาคุณภาพของบัณฑิตอยู่ในระดับดี แต่ในภาพรวมยังไม่เป็นที่พึงพอใจของผู้ใช้ จึงจำเป็นที่เร่งผลิตและพัฒนากำลังคนระดับกลางและมุ่งสร้างศักยภาพของประเทศในการพึ่งพาตนเองและสร้างความก้าวหน้าและความมั่นคงของเศรษฐกิจไทยในประชาคมโลก บนพื้นฐานแห่งความเป็นไทย เพื่อให้เกิดทักษะในการประกอบอาชีพ ทักษะในการจัดการและทักษะในการทำงานร่วมกันเป็นหมู่คณะ ตลอดจนเกิดจิตสำนึกที่ดีต่อส่วนรวม และยังสามารถกำหนดนโยบายและแนวทางการจัดอาชีวศึกษา สรุปได้ดังนี้

1) มีการกำหนดนโยบายและแผนอาชีวศึกษาที่เป็นเอกภาพมีการประสานงานระหว่างภาครัฐกับเอกชน ฝ่ายผลิตกับฝ่ายใช้มีคณะกรรมการอาชีวศึกษาและการฝึกอาชีพแห่งชาติ สำหรับสถานศึกษาให้จัดตั้งคณะกรรมการด้านการเงิน และกรรมการการพัฒนาหลักสูตร

2) จัดระบบฝึกงานในโรงงาน สถานประกอบการทุกหลักสูตรและให้ชัดเจน

3) สนับสนุนเอกชนจัดตั้งสถานศึกษา สถาบันพัฒนาฝีมือแรงงาน

4) ปรับปรุงหลักสูตรให้หลากหลาย ทันสมัย ทันเทคโนโลยี

5) จัดถ่ายโอนระหว่างการเรียนกับการทำงาน

6) จัดศูนย์ฝึกวิชาชีพให้กลุ่มแรงงานไว้ฝึกฝีมือ

7) หามาตรการจูงใจผู้มีประสบการณ์วิชาชีพช่างผู้ชำนาญ การเข้ามาเป็นอาจารย์

อาจารย์พิเศษ

8) พัฒนาคุณภาพการผลิตครูอาชีวศึกษา โดยเฉพาะในสาขาขาดแคลน

จากการศึกษาวัตถุประสงค์และแนวทางด้านอาชีวศึกษาในแผนพัฒนาการศึกษาแห่งชาติต่าง ๆ ที่ผ่านมามองเห็นได้ว่า ส่วนใหญ่เป็นแนวนโยบายที่จะจัดการศึกษาเพื่อผลิตกำลังคนระดับกลางในการสนองความต้องการทางเศรษฐกิจสังคมทั้งในระดับประเทศและท้องถิ่น

จรรยา ชูลาภ (2535) กล่าวถึงจุดมุ่งหมายของการอาชีวศึกษาว่า การอาชีวศึกษาเป็นการสอนอาชีพที่มุ่งผลิตกำลังคนในระดับต่าง ๆ ให้แก่ประเทศอย่างมีคุณภาพ เพื่อเป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมของประเทศ

การอาชีวศึกษาเป็นการศึกษาวิชาชีพที่มุ่งผลิตกำลังคนในระดับต่าง ๆ กันตามความต้องการของท้องถิ่นและสังคม การอาชีวศึกษาที่ผลิตคนที่มีคุณภาพย่อมเป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมให้แก่ชาติ

2.5.3 การจัดการเรียนการสอนอาชีวศึกษา

การจัดการอาชีวศึกษาในระดับโรงเรียนนั้นมีหน่วยงานที่ร่วมรับผิดชอบดำเนินการ ได้แก่ สำนักงานคณะกรรมการการอาชีวศึกษา มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคล และสำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมการศึกษาเอกชน ซึ่งทุกหน่วยงานจะมีการกำหนดสัดส่วนในการจัดการศึกษามาโดยตลอด เพื่อให้สามารถจัดการอาชีวศึกษาได้ครอบคลุมทุกพื้นที่ สามารถรองรับผู้ที่ต้องการศึกษาต่อในระดับอาชีวศึกษาได้อย่างทั่วถึง

เพื่อให้การจัดการอาชีวศึกษาครอบคลุมทุกพื้นที่ทั่วประเทศ กระทรวงศึกษาธิการได้ประกาศนโยบายการพัฒนาอาชีวศึกษาให้มีมาตรฐานเทียบเท่ากับสากล การส่งเสริมให้เอกชนและทุกภาคส่วนเข้ามาร่วมจัดและสนับสนุนการศึกษา กระจายโอกาสทางการศึกษาอย่างมีคุณภาพ โดยเน้นการพัฒนาครอบครัววิชาชีพและการพัฒนาการศึกษาในลักษณะทวิภาคี เพื่อพัฒนาคุณภาพการเรียนการสอนให้ผู้เรียนมีคุณลักษณะตรงกับความต้องการของภาคตลาดแรงงาน และเพิ่มสัดส่วนผู้เรียนสายอาชีพให้มากขึ้น ระหว่างผู้ศึกษาสายอาชีวะต่อสายสามัญจาก 34:66 ในปัจจุบัน ให้สูงขึ้นเป็น 50:50 (สำนักงานส่งเสริมสังคมแห่งการเรียนรู้และคุณภาพเยาวชน, 2556) โดยมีสถานศึกษาในสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการอาชีวศึกษา รองรับผู้ที่ต้องการศึกษาต่อระดับอาชีวศึกษาได้อย่างทั่วถึง ได้แก่ 1) วิทยาลัยเทคนิค 2) วิทยาลัยอาชีวศึกษา 3) วิทยาลัยเกษตรและเทคโนโลยี 4) วิทยาลัยสารพัดช่าง 5) วิทยาลัยการอาชีพ 6) วิทยาลัยพณิชยการ 7) วิทยาลัยเทคโนโลยีอุตสาหกรรมต่อเรือ 8) วิทยาลัยศิลปหัตถกรรม 8) วิทยาลัยบริหารธุรกิจและการท่องเที่ยว 9) วิทยาลัยประมง 10) กาญจนานิเทศวิทยาลัยช่างทอง

หลวง 11) วิทยาลัยเทคโนโลยีและการจัดการ 13) วิทยาลัยอาชีวศึกษาเทคโนโลยีฐานวิทยาศาสตร์ และ 14) วิทยาลัยการอาชีวศึกษา

การจัดอาชีวศึกษาของประเทศไทย มีการดำเนินงานโดยหลายหน่วยงานซึ่งแบ่งออกได้ 3 ประเภท ได้แก่ หน่วยงานภาครัฐ รัฐวิสาหกิจ และองค์กรธุรกิจเอกชน หน่วยงานภาครัฐที่จัดการศึกษาและการฝึกอบรมทักษะอาชีพมีทั้งหมด 9 กระทรวง ดังนี้

1) กระทรวงศึกษาธิการ มีหน่วยงานที่จัดการศึกษาที่สำคัญ ได้แก่ สำนักงานคณะกรรมการการอาชีวศึกษา สำนักงานส่งเสริมการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย และมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคล

2) กระทรวงแรงงานและสวัสดิการสังคม มีหน่วยงานระดับกรม 2 แห่งที่จัดฝึกอบรมวิชาชีพ ได้แก่ กรมพัฒนาฝีมือแรงงาน และกรมประชาสัมพันธ์

3) กระทรวงมหาดไทย มีหน่วยงานระดับกรมที่จัดการฝึกอบรมอาชีพ ได้แก่ กรมการพัฒนาชุมชน กรมการเร่งรัดพัฒนาชนบท กรมราชทัณฑ์ และกรมการพัฒนาชุมชน

4) กระทรวงอุตสาหกรรม มีกรมส่งเสริมอุตสาหกรรมเป็นหน่วยงานกลางและมีศูนย์ส่งเสริมอุตสาหกรรมระดับภาคและจังหวัดทั่วประเทศ จัดอบรมอาชีพ

5) กระทรวงเกษตรและสหกรณ์ มีกรมส่งเสริมการเกษตร กรมปศุสัตว์ และสำนักงานการปฏิรูปที่ดินเพื่อเกษตรกรรม จัดอบรมอาชีพให้ประชาชนทั่วไป

6) กระทรวงกลาโหม โดยสำนักงานทหารพัฒนา จัดการฝึกอบรมวิชาชีพให้แก่ทหารกองประจำการ และสมาชิกกองหนุนเพื่อความมั่นคงแห่งชาติ

7) กระทรวงยุติธรรม มีกรมพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน ศาลเยาวชนและครอบครัวกลาง ให้การศึกษาอบรมวิชาชีพแก่เด็กและเยาวชนผู้หลงผิด

8) กระทรวงวิทยาศาสตร์เทคโนโลยีและสิ่งแวดล้อม มีศูนย์เทคโนโลยีอิเล็กทรอนิกส์และคอมพิวเตอร์แห่งชาติ ศูนย์พันธุวิศวกรรมและเทคโนโลยีชีวภาพแห่งชาติ ดำเนินการฝึกอบรมประชุมสัมมนาเพื่อพัฒนาอาชีพให้แก่บุคคลที่สนใจ

9) สำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา มีสถาบันการศึกษาในสังกัดจำนวน 172 แห่ง จัดการฝึกอบรมทักษะอาชีพให้แก่ประชาชนทั่วไป (สำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา, 2557)

สำนักงานคณะกรรมการการอาชีวศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ เป็นหน่วยงานหลักและรับผิดชอบโดยตรงกับการจัดการศึกษาและฝึกอบรมทักษะอาชีพ เพื่อประกอบอาชีพอิสระ และเพื่อผลิตกำลังคนในระดับช่างฝีมือและช่างเทคนิค ให้สอดคล้องกับแผนพัฒนา

การศึกษาแห่งชาติ และพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ตลอดจนสนองความต้องการของ ตลาดแรงงาน โดยจัดการศึกษาและฝึกอบรมใน 9 ประเภทวิชาชีพ ได้แก่ 1) ประเภทวิชา อุตสาหกรรม 2) ประเภทวิชาพาณิชยกรรม/บริหารธุรกิจ 3) ประเภทวิชาศิลปกรรม 4) ประเภท วิชาคหกรรม 5) ประเภทวิชาเกษตรกรรม 6) ประเภทวิชาประมง 7) ประเภทวิชาอุตสาหกรรม ท่องเที่ยว 8) ประเภทวิชาอุตสาหกรรมสิ่งทอ 9) ประเภทวิชาเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร และอีกหนึ่งหลักสูตรประกาศนียบัตรครูเทคนิคชั้นสูง (ปทส.) โดยได้จัดการศึกษาวิชาชีพภาคปกติ และการอาชีวศึกษาระบบทวิภาคีและการเทียบโอนความรู้ ดังต่อไปนี้

1) หลักสูตรระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ พุทธศักราช 2556 (ปวช.) รับนักเรียน จากผู้สำเร็จการศึกษาระดับมัธยมศึกษาปีที่ 3 หรือเทียบเท่า เข้าศึกษาต่อหลักสูตร 3 ปี

2) หลักสูตรระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง พุทธศักราช 2546 (ปวส.) รับ นักเรียนจากผู้สำเร็จการศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช.) มัธยมศึกษาปีที่ 6 หรือ เทียบเท่า เข้าศึกษาระยะเวลา 2 ปี

3) หลักสูตรประกาศนียบัตรครูเทคนิคชั้นสูง พุทธศักราช 2551 (ปทส.) หลักสูตร ปทส. เป็นหลักสูตรเรียนต่อเนื่อง 3 ปีการศึกษาจากผู้สำเร็จการศึกษาหลักสูตรประกาศนียบัตร วิชาชีพชั้นสูง (2 ปี) รวมตลอดหลักสูตร 5 ปีการศึกษา เพื่อผลิตครูวิชาชีพด้านอาชีวศึกษา

ผู้ที่จบการศึกษาเป็นผู้ที่มีความรู้ความสามารถทางด้านการสอน มีทักษะในระดับ เทคนิค สามารถปฏิบัติงานที่ใช้เทคนิค ควบคุมการทำงาน สามารถนำความรู้ไปประยุกต์ใช้กับการ ประกอบวิชาชีพครูและวิชาชีพตามสาขาวิชาที่ได้ศึกษา

สำนักงานคณะกรรมการการอาชีวศึกษา มีหน้าที่โดยตรงในการจัดการศึกษา วิชาชีพ เพื่อพัฒนากำลังคนระดับกึ่งฝีมือ ระดับฝีมือและระดับผู้ชำนาญการเฉพาะสาขาวิชาชีพ (ระดับเทคนิค) ให้สอดคล้องกับตลาดแรงงาน สภาพเศรษฐกิจ สังคม วัฒนธรรม เทคโนโลยีและ สิ่งแวดล้อม สามารถ เป็นผู้ปฏิบัติงาน หัวหน้างานหรือเป็นผู้ประกอบการ และการประกอบอาชีพ อิสระ ได้ โดยเน้นการแก้ ปัญหา สร้างองค์ความรู้ในอาชีพ มีบุคลิกภาพ คุณธรรมและเจตคติที่ดี

2.5.4 หลักสูตรประกาศนียบัตรวิชาชีพ พุทธศักราช 2556

สำนักงานคณะกรรมการการอาชีวศึกษาได้พัฒนาหลักสูตรประกาศนียบัตร วิชาชีพ พุทธศักราช 2556 โดยมีความสอดคล้องกับแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ แผนการศึกษาแห่งชาติ และรองรับการเข้าสู่ประชาคมอาเซียน เน้นการประกอบอาชีพอิสระ มี ความยืดหยุ่น เปิดโอกาสให้สถานศึกษาสามารถปรับให้สอดคล้องกับยุทธศาสตร์ของประเทศ และ ตามความต้องการของสถานประกอบการ โดยประกาศใช้หลักสูตรประกาศนียบัตรวิชาชีพ

พุทธศักราช 2556 เมื่อวันที่ 21 พฤษภาคม 2556 โดยให้มีผลให้สถานศึกษาในสังกัดกระทรวงศึกษาธิการ สามารถใช้หลักสูตรประกาศนียบัตรวิชาชีพ พุทธศักราช 2556 จัดการเรียนการสอนได้ตั้งแต่ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2556 เป็นต้นไป

2.5.4.1 หลักการของหลักสูตร

1) เป็นหลักสูตรระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพหลังมัธยมศึกษาตอนต้นหรือเทียบเท่าด้านวิชาชีพที่สอดคล้องกับแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ แผนการศึกษาแห่งชาติ และระชาคมอาเซียน เพื่อผลิตและพัฒนากำลังคนระดับฝีมือให้มีสมรรถนะ มีคุณธรรม จริยธรรม และจรรยาบรรณวิชาชีพ สามารถประกอบอาชีพได้ตรงตามความต้องการของสถานประกอบการและการประกอบอาชีพอิสระ

2) เป็นหลักสูตรที่เปิดโอกาสให้เลือกเรียนได้กว้างขวาง เน้นสมรรถนะเฉพาะด้านด้วยการปฏิบัติจริง สามารถเลือกวิธีการเรียนตามศักยภาพและโอกาสของผู้เรียน เปิดโอกาสให้ผู้เรียนสามารถเทียบโอนผลการเรียน สะสมผลการเรียน เทียบความรู้และประสบการณ์จากวิทยากร สถานประกอบการและสถานประกอบการอิสระ

3) เป็นหลักสูตรที่สนับสนุนการประสานความร่วมมือในการจัดการศึกษาร่วมกันระหว่างหน่วยงานและองค์กรที่เกี่ยวข้องทั้งภาครัฐและเอกชน

4) เป็นหลักสูตรที่เปิดโอกาสให้สถานศึกษา สถานประกอบการ ชุมชน และท้องถิ่น มีส่วนในการพัฒนาหลักสูตรให้ตรงตามความต้องการและสอดคล้องกับสภาพยุทธศาสตร์ของภูมิภาค เพื่อเพิ่มขีดความสามารถในการแข่งขันของประเทศ

2.5.4.2 จุดประสงค์ของหลักสูตร

1) เพื่อให้มีความรู้ ทักษะและประสบการณ์ในงานอาชีพสอดคล้องกับมาตรฐานวิชาชีพ สามารถนำ ความรู้ ทักษะและประสบการณ์ในงานอาชีพไปปฏิบัติงานอาชีพได้อย่างมีประสิทธิภาพ เลือกวิธีการดำรงชีวิต การประกอบอาชีพได้อย่างเหมาะสมกับตน สร้างสรรค์ความเจริญต่อชุมชน ท้องถิ่นและประเทศชาติ

2) เพื่อให้เป็นผู้มีปัญญา มีความริเริ่มสร้างสรรค์ ใฝ่เรียนรู้ เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตและการประกอบอาชีพ สามารถสร้างอาชีพ มีทักษะในการจัดการและพัฒนาอาชีพให้ก้าวหน้าอยู่เสมอ

3) เพื่อให้มีเจตคติที่ดีต่ออาชีพ มีความมั่นใจและภาคภูมิใจในวิชาชีพที่เรียน รักงาน รักหน่วยงาน สามารถทำงานเป็นหมู่คณะได้ดี โดยมีความเคารพในสิทธิและหน้าที่ของตนเองและผู้อื่น

4) เพื่อให้เป็นผู้มีพฤติกรรมทางสังคมที่ดีงาม ทั้งในการทำงาน การอยู่ร่วมกัน การต่อต้านความรุนแรงและสารเสพติด มีความรับผิดชอบต่อครอบครัว หน่วยงาน ท้องถิ่น และประเทศชาติ อุทิศตนเพื่อสังคม เข้าใจและเห็นคุณค่าของศิลปวัฒนธรรม ภูมิปัญญาท้องถิ่น มีจิตสำนึกด้านปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง รู้จักใช้และอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติและสร้างสิ่งแวดล้อมที่ดี

5) เพื่อให้มีบุคลิกภาพที่ดี มีมนุษยสัมพันธ์ มีคุณธรรม จริยธรรม และวินัยในตนเอง มีสุขภาพอนามัยที่สมบูรณ์ทั้งร่างกายและจิตใจ เหมาะสมกับงานอาชีพ

6) เพื่อให้ตระหนักและมีส่วนร่วมในการแก้ไขปัญหาเศรษฐกิจ สังคม การเมืองของประเทศและโลก มีความรักชาติ สำนึกในความเป็นไทย เสียสละเพื่อส่วนรวม ดำรงรักษาไว้ซึ่งความมั่นคงของชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์ และการปกครองระบอบประชาธิปไตยอันมีพระมหากษัตริย์เป็นประมุข

2.5.4.3 พื้นความรู้และคุณสมบัติของผู้เข้าเรียน

1) ผู้เข้าเรียน ต้องสำเร็จการศึกษาไม่ต่ำกว่าระดับมัธยมศึกษาปีที่ 3 หรือเทียบเท่าความข้อนี้ไม่ใช้บังคับสำหรับผู้เรียนเป็นบางเวลา หรือบางรายวิชา หรือบางตอนของรายวิชา โดยไม่นับจำนวนหน่วยกิตมารวมเพื่อตัดสินการสำเร็จการศึกษาตามหลักสูตรและรับประกาศนียบัตร แต่สถานศึกษาอาจพิจารณาประเมินพื้นความรู้ความสามารถเป็นราย ๆ ไปก็ได้

2) ผู้เข้าเรียนต้องมีคุณสมบัติดังต่อไปนี้

2.1) มีความประพฤติเรียบร้อย

2.2) มีร่างกายแข็งแรงและเหมาะสมในการเรียนวิชานั้น ๆ

2.3) ไม่เป็นโรคที่สังคมรังเกียจ หรือติดยาเสพติดชนิดร้ายแรงตามที่

กฎหมายกำหนด

2.4) ถ้าเคยถูกลงโทษให้ออกจากสถานศึกษาเพราะความผิดอย่างร้ายแรงจะต้องฟื้นฟูสภาพนักเรียนมาแล้วไม่น้อยกว่า 1 ปี นับถึงวันสมัครเข้าเรียน

2.5) มีภูมิลำเนาเป็นหลักแหล่ง โดยมีสำเนาทะเบียนบ้านฉบับเจ้าบ้าน หรือหลักฐานของทางราชการในลักษณะเดียวกันมาแสดงในกรณีที่ไม่มีหลักฐานดังกล่าวข้างต้น ให้ใช้ทะเบียนประวัติเด็กที่กระทรวงศึกษาธิการกำหนด ตามระเบียบกระทรวงศึกษาธิการว่าด้วย หลักฐาน วัน เดือน ปีเกิด ในการรับนักเรียน นักศึกษาเข้าเรียนในสถานศึกษา

2.6) มีความเคารพ เลื่อมใส ศรัทธาต่อสถาบันชาติ ศาสนา และพระมหากษัตริย์ ด้วยความบริสุทธิ์ใจ

2.7) มีเจตคติที่ดีต่อการปกครองระบอบประชาธิปไตยอันมีพระมหากษัตริย์เป็นประมุข

2.8) สำหรับผู้เข้าเรียนอาชีวศึกษาระบบทวิภาคี ในวันทำสัญญาการฝึกอาชีพต้องมีอายุไม่ต่ำกว่า 15 ปีบริบูรณ์ และมีความตั้งใจที่จะรับการฝึกอาชีพในสาขาวิชาที่สมัครผู้เข้าเรียนตามการจัดการเรียนการสอนอาชีวศึกษาผ่านระบบเครือข่าย ต้องเป็นผู้มีความสนใจและมีความสามารถเพียงพอที่จะปฏิสัมพันธ์ผ่านเครือข่ายคอมพิวเตอร์ผู้เข้าเรียนตามโครงการอาชีวศึกษาเพื่อการพัฒนาชนบท จะต้องประกอบอาชีพเกษตรกรรม หรือมีความพร้อมที่จะประกอบอาชีพเกษตรกรรม หรือผู้ปกครองประกอบอาชีพเกษตรกรรม

2.5.4.4 โครงสร้างหลักสูตรประกาศนียบัตรวิชาชีพ พุทธศักราช 2556

โครงสร้างของหลักสูตรประกาศนียบัตรวิชาชีพ พุทธศักราช 2556 แบ่งเป็น 3 หมวดวิชา และกิจกรรมเสริมหลักสูตร ดังนี้

หมวดวิชาทักษะชีวิต

กลุ่มวิชาภาษาไทย

กลุ่มวิชาภาษาต่างประเทศ

กลุ่มวิชาวิทยาศาสตร์

กลุ่มวิชาคณิตศาสตร์

กลุ่มวิชาสังคมศึกษา

กลุ่มวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา

หมวดวิชาทักษะวิชาชีพ

กลุ่มทักษะวิชาชีพพื้นฐาน

กลุ่มทักษะวิชาชีพเฉพาะ

กลุ่มทักษะวิชาชีพเลือก

ฝึกประสบการณ์ทักษะวิชาชีพ

โครงการพัฒนาทักษะวิชาชีพ

หมวดเลือกเสรี

กิจกรรมเสริมหลักสูตร

จำนวนหน่วยกิตของแต่ละวิชาตลอดหลักสูตร ให้เป็นไปตามที่กำหนดไว้ในโครงสร้างของแต่ละประเภทวิชาและสาขาวิชา รายวิชาแต่ละหมวดวิชา สถานศึกษาอาชีวศึกษา หรือสถาบันสามารถจัดตามที่กำหนดไว้ในหลักสูตร และหรือพัฒนาได้ตามความเหมาะสมของ

ภูมิภาคตามยุทธศาสตร์ เพื่อเพิ่มขีดความสามารถในการแข่งขันของประเทศ ทั้งนี้ สถานศึกษา อาชีวศึกษาหรือสถาบันต้องกำหนดรหัสวิชาจำนวนหน่วยกิตและจำนวนชั่วโมงเรียนตามที่กำหนดไว้ในหลักสูตร

2.5.4.5 การเรียนการสอน

1) การเรียนการสอนตามหลักสูตร ผู้เรียนสามารถลงทะเบียนเรียนได้ทุกวิธีเรียนที่กำหนด และนำผลการเรียนแต่ละวิชามาประเมินผลร่วมกันได้ สามารถเทียบโอนผลการเรียน และขอเทียบความรู้ประสบการณ์ได้

2) การจัดการเรียนการสอนเน้นการปฏิบัติจริง สามารถจัดการเรียนการสอนได้หลากหลายรูปแบบ เพื่อให้ผู้เรียนมีความรู้ ความเข้าใจในวิธีการและการดำเนินงาน มีทักษะในการปฏิบัติงานในขอบเขตสำคัญและบริบทต่าง ๆ ที่สัมพันธ์กันซึ่งส่วนใหญ่เป็นงานประจำ สามารถประยุกต์ใช้ความรู้และทักษะไปสู่บริบทใหม่ สามารถให้คำแนะนำ แก้ปัญหาเฉพาะด้านและรับผิดชอบต่อตนเองและผู้อื่น มีส่วนร่วมในคณะทำงานหรือมีการประสานงานกลุ่ม รวมทั้งมีคุณธรรม จริยธรรม จรรยาบรรณวิชาชีพ เจตคติและกิจนิสัยที่เหมาะสมในการทำงาน

2.5.4.6 การจัดการศึกษาและเวลาเรียน

การจัดการศึกษาในระบบปกติ ใช้เวลาเรียน 3 ปีการศึกษา การจัดเวลาเรียนให้ดำเนินการ ดังนี้

1) ในปีการศึกษาหนึ่ง ๆ ให้แบ่งภาคเรียนออกเป็น 2 ภาคเรียนปกติหรือระบบทวิภาค ภาคเรียนและ 18 สัปดาห์ โดยมีเวลาเรียนและจำนวนหน่วยกิตตามที่กำหนด และสถานศึกษาอาชีวศึกษาหรือสถาบันอาจเปิดสอนภาคเรียนฤดูร้อนได้อีกตามที่เห็นสมควร

2) การเรียนในระบบชั้นเรียน ให้สถานศึกษาอาชีวศึกษาหรือสถาบันเปิดทำการสอนไม่น้อยกว่าสัปดาห์ละ 5 วัน ๆ ละ เกิน 7 ชั่วโมง โดยกำหนดให้จัดการเรียนการสอนคาบละ 60 นาที

2.5.4.7 กิจกรรมเสริมหลักสูตร

กิจกรรมเสริมหลักสูตร เป็นการให้บริการหรือประสบการณ์นอกห้องเรียนแก่นักเรียนอาชีวศึกษา โดยให้ผู้เรียนสมัครใจเข้าร่วมกิจกรรมตามความสนใจ ความถนัด การดำเนินกิจกรรมต้องได้รับความเห็นชอบจากคณาจารย์ และเป็นไปตามขอบเขตอำนาจหน้าที่ของโรงเรียนหรือวิทยาลัยกำหนดไว้ และไม่มีหน่วยกิตหรือคะแนนใด ๆ แต่จะส่งเสริมการเรียนการสอนตามหลักสูตรให้สมบูรณ์

1) สถานศึกษาต้องจัดให้มีกิจกรรมเสริมหลักสูตรไม่น้อยกว่า 2 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ทุกภาคเรียน เพื่อพัฒนาวิชาการและวิชาชีพ ปลูกฝังคุณธรรม จริยธรรม ค่านิยม

ระเบียบวินัย การต่อต้านความรุนแรงและสารเสพติด ส่งเสริมการคิด วิเคราะห์ สร้างสรรค์การทำงาน ปลูกฝังจิตสำนึกและเสริมสร้างการเป็นพลเมืองไทยและพลโลก ใช้กระบวนการกลุ่มในการทำประโยชน์ต่อชุมชนและท้องถิ่น รวมทั้งการทำนุบำรุงขนบธรรมเนียมประเพณีอันดีงาม โดยการวางแผน ลงมือปฏิบัติ ประเมินผล และปรับปรุงการทำงาน ทั้งนี้ สำหรับนักเรียนอาชีวศึกษาระบบทวิภาคี ให้เข้าร่วมกิจกรรมที่สถานประกอบการจัดขึ้น

2) การประเมินผลกิจกรรมเสริมหลักสูตร ให้เป็นไปตามระเบียบการทรวงศึกษาธิการว่าด้วยการจัดการศึกษาและการประเมินผลการเรียนตามหลักสูตรประกาศนียบัตรวิชาชีพ พ.ศ. 2556

การประเมินผลการเรียนตามหลักสูตรฯ หมวด 3 การตัดสินผลการเรียน ข้อ 21 (4) ดังนี้ 1) นักเรียน-นักศึกษาได้เข้าร่วมกิจกรรมในสถานศึกษาไม่น้อยกว่า 2 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ ครบ 5 ภาคเรียน ในระดับ ปวช. และ ครบ 3 ภาคเรียน ในระดับ ปวส. โดยมีเวลาเข้าร่วมกิจกรรม ไม่น้อยกว่าร้อยละ 60 ของเวลาที่จัดกิจกรรมในแต่ละภาคเรียน และต้องผ่านจุดประสงค์ของกิจกรรม 2) หากนักเรียน-นักศึกษา มีเวลาเข้าร่วมปฏิบัติกิจกรรมต่ำกว่าร้อยละ 60 ของเวลาที่จัดกิจกรรมในภาคเรียนใดโดยเหตุสุดวิสัย ให้สถานศึกษาผ่อนผันเป็นราย ๆ ไป 3) เมื่อนักเรียน-นักศึกษาได้เข้าร่วมปฏิบัติกิจกรรมครบถ้วนในภาคเรียนใด ให้บันทึกชื่อกิจกรรม และตัวอักษร “ผ” ในกระเปาะแสดงผลการเรียนของภาคเรียนนั้น ซึ่งหมายถึง “ผ่าน” หากนักเรียน-นักศึกษาได้เข้าร่วมปฏิบัติกิจกรรมไม่ครบถ้วน หรือไม่ได้เข้าร่วมปฏิบัติกิจกรรมเลยให้สถานศึกษาพิจารณาอบงานหรือกิจกรรมในส่วนที่นักเรียน-นักศึกษาผู้นั้นไม่ได้เข้าร่วมปฏิบัติ ให้ปฏิบัติให้ครบถ้วนภายในเวลาที่สถานศึกษาพิจารณาเห็นสมควร

2.6 เอกสารและรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการวิจัยเรื่อง การพัฒนาโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการแนวความคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา ผู้วิจัยได้ศึกษาจากหนังสือ เอกสาร วารสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องต่าง ๆ โดยคัดเลือกเฉพาะที่ได้รับการตีพิมพ์แล้วเท่านั้น มาเป็นกรอบแนวคิดในการวิจัย ดังนี้

2.6.1 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องในประเทศ

พันธศิริ คำทูล (2558) ได้ศึกษา “การพัฒนาโปรแกรมกิจกรรมสุขศึกษาเรื่องลดพฤติกรรมก้าวร้าวในนักเรียนหญิงมัธยมศึกษาตอนต้น” การศึกษามีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาโปรแกรมกิจกรรมสุขศึกษาเรื่องลดพฤติกรรมก้าวร้าวในนักเรียนหญิงมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนในสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ จำนวน 60 คน แบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม จัดเป็นกลุ่มทดลอง 30 คน กลุ่มควบคุม 30 คน โดยกลุ่มทดลองเป็นการเลือกแบบเจาะจง เครื่องมือที่ใช้ คือ 1) โปรแกรมสุขศึกษาเรื่องลดพฤติกรรมก้าวร้าวในนักเรียนหญิงมัธยมศึกษาตอนต้น และ 2) แบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวในนักเรียนหญิงมัธยมศึกษาตอนต้น การเก็บรวบรวมข้อมูลดำเนินการโดยให้นักเรียนตอบแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวก่อนการทดลอง ระหว่างการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล วิเคราะห์ข้อมูลโดยหา จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าเอฟ (F-test) และค่าที (t-test) ผลการศึกษาพบว่า โปรแกรมกิจกรรมสุขศึกษาเรื่องลดพฤติกรรมก้าวร้าวในนักเรียนหญิงมัธยมศึกษาตอนต้นที่พัฒนาขึ้นสามารถลดพฤติกรรมก้าวร้าวทางกาย ทางวาจา และทางใจ ลงได้ นับว่าเป็นโปรแกรมที่มีคุณภาพ และสามารถนำไปทดลองใช้ได้ และผลการทดลองใช้โปรแกรมกิจกรรมสุขศึกษาเรื่องลดพฤติกรรมก้าวร้าวในนักเรียนหญิงมัธยมศึกษาตอนต้นของนักเรียนกลุ่มทดลองในระยะสิ้นสุดการทดลอง และระยะติดตามผล มีพฤติกรรมก้าวร้าวลดลงก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.001 แต่ในกลุ่มควบคุมไม่พบความแตกต่างกัน

ฉัตรพันธ์ ดุสิตกุล (2554) ได้ศึกษา “ผลของการจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์ที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนประถมศึกษา” มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์ที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนประถมศึกษา กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ คือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนสวนลุมพินี เขตลุมพินี จังหวัดกรุงเทพมหานคร รวมทั้งสิ้น 30 คน เลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง พร้อมทั้งแบ่งนักเรียนเป็นกลุ่มทดลอง จำนวน 15 คน และกลุ่มควบคุม จำนวน 15 คน เครื่องมือที่ใช้ ได้แก่ แผนการจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์ และแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม ในระยะก่อนทดลอง หลังทดลอง และระยะหลังการทดลอง สถิติที่ใช้ได้แก่ จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าที ค่าเอฟ หาความแตกต่างรายคู่โดยใช้วิธี LSD ผลการศึกษาพบว่า หลังการทดลองกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมก้าวร้าวในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลน้อยกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ

0.05 และหลังการทดลองกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมก้าวร้าวน้อยกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

วารุณี วรศักดิ์เสนีย์ (2554) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับ **“การพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมพลศึกษาตามแนวความคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา เพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น”** การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อพัฒนา รูปแบบการจัดกิจกรรมพลศึกษาตามแนวความคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา เพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น และศึกษาผลของการใช้รูปแบบการจัดกิจกรรมพลศึกษาที่พัฒนาขึ้น โดยเปรียบเทียบคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวในกลุ่มทดลอง ที่ได้รับการจัดกิจกรรมพลศึกษาตามแนวความคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา กับกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการฝึกกิจกรรมพลศึกษา ตามแนวความคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้ 1. รูปแบบที่พัฒนาขึ้น ได้แก่ รูปแบบการจัดกิจกรรมพลศึกษาตามแนวความคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา มีวัตถุประสงค์เพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น ขึ้นตอนในการดำเนินกิจกรรมของรูปแบบมี 3 ระยะ ได้แก่ ระยะเส้นฐาน ระยะทดลอง และระยะติดตามผล นักเรียนกลุ่มทดลอง มีการจัดกิจกรรมพลศึกษาและฝึกปฏิบัติเทคนิคการปรับพฤติกรรมทางปัญญา ที่ประกอบด้วยเทคนิคการพูดกับตนเองในทางที่ดี การตั้งเป้าหมาย การหยุดความคิด การคิดไปข้างหน้า การหายใจ-การนับในใจและการให้แรงเสริมทางบวก 2. ผลของการใช้รูปแบบการจัดกิจกรรมพลศึกษา ตามแนวความคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาของนักเรียน พบว่า 1.1 นักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับรูปแบบการจัดกิจกรรมพลศึกษาตามแนวความคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา มีค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าว หลังระยะสิ้นสุดการทดลองและระยะติดตามผล น้อยกว่าก่อนการทดลอง 2.2 นักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับรูปแบบการจัดกิจกรรมพลศึกษา ตามแนวความคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา มีค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวหลังระยะสิ้นสุดการทดลองและระยะติดตามผล น้อยกว่านักเรียนที่ไม่ได้รับการปรับพฤติกรรมทางปัญญา

ศิริธร เรียบสันเทียะ (2553) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับ **“ผลของโปรแกรมพัฒนาการเข้าถึงใจตามแนวคิดของโรเจอร์ส ที่มีต่อการลดพฤติกรรมก้าวร้าวของวัยรุ่น”** การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ที่จะศึกษาผลของโปรแกรมพัฒนาการเข้าถึงใจตามแนวคิดของโรเจอร์สที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของวัยรุ่น เป็นการวิจัยเชิงทดลองแบบ Pretest-Posttest Control Group Design และมีการเก็บข้อมูลเชิงคุณภาพโดยใช้การสัมภาษณ์เชิงลึกกับกลุ่มทดลองซึ่งเป็นนักศึกษา มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 ผลการศึกษาพบว่า 1) หลังการทดลอง นักศึกษาที่เข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาการเข้าถึงใจ มีการเข้าถึงที่สูงกว่าก่อนการทดลองอย่าง

มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และมีพฤติกรรมก้าวร้าวต่ำกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 2) หลังการทดลอง นักศึกษาที่เข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาการเข้าถึงใจ มีการเข้าถึงใจสูงกว่านักศึกษาในกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาการเข้าถึงใจอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และมีพฤติกรรมก้าวร้าวต่ำกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 3) การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพแสดงให้เห็นว่า นักศึกษาที่เข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาการเข้าถึงใจ ได้รับประสบการณ์และมีความรู้สึกร่วมไปกับการดำเนินกิจกรรมตามโปรแกรม สะท้อนให้เห็นได้จากบรรยากาศทางกายภาพ การอยู่ร่วมกันภายในกลุ่มสัมพันธ์ภาพของสมาชิก และกิจกรรมที่สมาชิกรู้สึกประทับใจ นอกจากนี้ นักศึกษายังตระหนักถึงการเปลี่ยนแปลงด้านการเข้าถึงใจ และพฤติกรรมก้าวร้าวของตนเองอีกด้วย

วิบูลย์ศักดิ์ ศันสนียเมธา (2553) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับ **“การก่อพฤติกรรมรุนแรงของนักเรียน นักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคสังกัดกรมอาชีวศึกษา”** ผลการศึกษาพบว่า ปัญหาการก่อพฤติกรรมรุนแรงของนักศึกษา ประเภทวิชาช่างอุตสาหกรรม ด้านหลักสูตรการเรียนการสอนอาชีวศึกษา ตัวผู้เรียนผู้สอน สภาพแวดล้อม ผู้บริหารสถานศึกษาเกิดขึ้นในระดับน้อย รายการที่จัดเป็นปัญหาระดับสูงสุด ของแต่ละด้านเรียงตามลำดับดังนี้คือ รายวิชาสามัญมีเกณฑ์การวัดสูง การขาดทุนทรัพย์ในการเรียน ครูอาจารย์ผู้สอนตั้งกฎระเบียบในการสอนมากเกินไป สภาพอุปกรณ์สื่อการสอนไม่เพียงพอ และการบริหารงานภายในสถานศึกษาเป็นแบบเผด็จการ

อมร ตีวกุล (2553) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับ **“สภาพพฤติกรรมของนักเรียน นักศึกษาสาขาวิชาช่างอุตสาหกรรม วิทยาลัยการอาชีพ สังกัดคณะกรรมการการอาชีวศึกษา ในเขตจังหวัดตรัง”** การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาสภาพพฤติกรรมรุนแรงของนักเรียน นักศึกษาสาขาวิชาช่างอุตสาหกรรม วิทยาลัยการอาชีพ สังกัดคณะกรรมการการอาชีวศึกษา ในเขตจังหวัดตรัง ผลการวิจัยพบว่า สภาพของนักเรียน นักศึกษาสาขาวิชาช่างอุตสาหกรรม วิทยาลัยการอาชีพ สังกัดคณะกรรมการการอาชีวศึกษา ในเขตจังหวัดตรัง อยู่ในระดับปานกลาง 2 ด้านคือ 1) ด้านทำร้ายร่างกาย และการพกพาอาวุธ 2) ด้านการเสพสารเสพติด อยู่ในระดับน้อย 4 ด้านคือ ด้านการขโมยสิ่งของ หรือทรัพย์สิน ด้านการรีดไถข่มขู่ ด้านการมีเพศสัมพันธ์ และด้านการโต้เถียงอย่างรุนแรง ความขัดแย้งกับครูอาจารย์ และผู้บริหาร สำหรับปัญหาพฤติกรรมรุนแรงของนักเรียน นักศึกษาสาขาวิชาช่างอุตสาหกรรม วิทยาลัยการอาชีพ สังกัดคณะกรรมการการอาชีวศึกษา ในเขตจังหวัดตรัง อยู่ในระดับปานกลาง 3 ด้านคือ 1) ด้านหลักสูตรการเรียนการสอนอาชีวศึกษา 2) ด้านสิ่งแวดล้อม และ 3) ด้านผู้บริหาร อยู่ในระดับน้อย 2 ด้านคือ 1) ด้านตัวผู้เรียนและ 2) ด้านตัวผู้สอน

ชยากร นรินทร์หงษ์ทอง (2552) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับ “ผลของการใช้ชุดกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนที่มีต่อทักษะทางสังคมและพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2” การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาผลของกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนที่มีต่อทักษะทางสังคมและพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 และเพื่อเปรียบเทียบทักษะทางสังคมและพฤติกรรมก้าวร้าวของ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ระหว่างกลุ่มที่ทำกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนเพื่อพัฒนาทักษะทางสังคมกับกลุ่มที่ทำ กิจกรรมพัฒนาผู้เรียนแบบปกติ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ผลการวิจัยพบว่า 1. นักเรียนกลุ่มทดลองที่ทำกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนมีพฤติกรรมก้าวร้าวลดลงกว่าก่อนทำกิจกรรม และ ลดลงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ส่วนคะแนนเฉลี่ยของทักษะทางสังคมของ นักเรียนในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 2. นักเรียนในกลุ่มทดลองมีพัฒนาการของคะแนนทักษะทางสังคม คิดเป็นร้อยละ 6.91 ส่วนนักเรียน ในกลุ่มควบคุม คิดเป็นร้อยละ 5.62 และเมื่อเปรียบเทียบคะแนนพัฒนาการระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลองและ กลุ่มควบคุม ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ส่วนพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนในกลุ่มทดลองมีคะแนนพัฒนาการของพฤติกรรมก้าวร้าวลดลง คิดเป็นร้อยละ 5.36 ส่วนนักเรียนในกลุ่มควบคุม มีค่า คะแนนพัฒนาการลดลง คิดเป็นร้อยละ 3.38 เมื่อเปรียบเทียบพัฒนาการพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนกลุ่ม ทดลองและกลุ่มควบคุม พบว่า พัฒนาการของพฤติกรรมก้าวร้าวในช่วงที่ 4 แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทาง สถิติที่ระดับ 0.05

สายชล กังศิเทียม และมัลลวีร์ อุดลวัฒน์ศิริ (2550) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับ “ผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มร่วมกับรายบุคคลตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริง ต่อความก้าวร้าวของวัยรุ่น” การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มร่วมกับรายบุคคลตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงต่อความก้าวร้าวของวัยรุ่น กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้คือ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยขอนแก่น (ศึกษาศาสตร์) ระดับมัธยม ที่กำลังศึกษาอยู่ในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2549 ที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวสูง จำนวน 12 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 6 คน กลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มร่วมกับรายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง จำนวน 7- 10 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที และกลุ่มควบคุมไม่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มร่วมกับรายบุคคลตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยได้แก่ 1) แบบวัดความก้าวร้าวของวัยรุ่น มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .92 2) โปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มร่วมกับรายบุคคลตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริง สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล คือ The Wilcoxon's Matched-

Pairs Signed-Ranks Test และ The Mann-Whitney U-test ผลการวิจัยพบว่า หลังการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มร่วมกับรายบุคคลตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริง กลุ่มทดลองมีคะแนนความก้าวร้าวลดลงกว่าก่อนการทดลอง และลดลงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

อัจฉริยา เลิศอนันต์วรกุล (2548) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับ **“ความสัมพันธ์ระหว่างการแสวงหาการสัมผัสความก้าวร้าวและความปรารถนาในการใช้สื่อที่รุนแรงเพื่อความบันเทิงของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย”** การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ที่จะศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการแสวงหาการสัมผัสความก้าวร้าวและความปรารถนาในการใช้สื่อที่รุนแรงเพื่อความบันเทิงประกอบด้วย สื่อภาพยนตร์ เพลงและเกม โดยมีแบบการวิจัยแบบการวิเคราะห์ความแปรปรวน 2 ทาง คือ การแสวงหาการสัมผัส (สูงกับต่ำ) กับความก้าวร้าว (สูงกับต่ำ) กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปลาย สังกัดกรมสามัญศึกษา 6 ห้องเรียน รวมนักเรียนทั้งหมด 250 คน นักเรียนทำมาตรการวัดการแสวงหาการสัมผัส มาตรการวัดความก้าวร้าวและมาตรการวัดความปรารถนาในการใช้สื่อที่รุนแรงเพื่อความบันเทิง โดยที่นักเรียนแต่ละห้องได้รับชมสื่อที่มีลักษณะแตกต่างกัน ผลการวิจัยพบว่า 1) ผู้ที่มีการแสวงหาการสัมผัสสูงและความก้าวร้าวสูง ที่มีความปรารถนาในการดูภาพยนตร์ที่รุนแรง ฟังเพลงที่รุนแรง เล่นเกมที่รุนแรงมากกว่า ผู้ที่มีการแสวงหา การสัมผัสต่ำ และความก้าวร้าวสูง ผู้ที่มีการแสวงหาการสัมผัสสูงและความก้าวร้าวต่ำ ผู้ที่มีการแสวงหา การสัมผัสต่ำ และความก้าวร้าวต่ำ โดยมีนัยสำคัญ 2) การแสวงหาการสัมผัสมีความสหสัมพันธ์ทางบวกกับความก้าวร้าว

เสาวณี เสียงดี (2547) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับ **“การพัฒนาโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาในวิทยาลัยเทคนิคสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการอาชีวศึกษา”** การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาและตรวจสอบโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษา ผลการวิจัยพบว่า โมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการอาชีวศึกษา สอดคล้องในข้อมูลเชิงประจักษ์อยู่ในเกณฑ์ดี โดยพิจารณาผลการทดสอบความสอดคล้องของโมเดลกับข้อมูลเชิงประจักษ์ค่าไคสแควร์เท่ากับ 44.74 ค่าความน่าจะเป็นทางสถิติเท่ากับ 1.00 องศาอิสระเท่ากับ 73 ดัชนีระดับความสอดคล้องเท่ากับ 0.99 ดัชนีระดับความสอดคล้องที่ปรับแก้แล้วเท่ากับ 0.97 ดัชนีวัดระดับความสอดคล้องเปรียบเทียบเท่ากับ 1.00 ค่ารากของค่าเฉลี่ยกำลังสองของส่วนเหลือมาตรฐานเท่ากับ 0.02 และค่าความคลาดเคลื่อนในการประเมินค่าพารามิเตอร์เท่ากับ 0.00 ค่าสัมประสิทธิ์การพยากรณ์เท่ากับ 0.79 ตัวแปรที่มี

อิทธิพลทางตรงต่อพฤติกรรมความก้าวร้าวอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติได้แก่ ลักษณะส่วนบุคคล พฤติกรรมของครู กลุ่มเพื่อนและการอบรมเลี้ยงดู

วัลลภา จันทรเพ็ญ (2544) ได้ทำการศึกษา **“การพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมเพื่อพัฒนาจริยธรรมของนักศึกษาช่างอุตสาหกรรม ตามแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา”** โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาจริยธรรมของนักศึกษาช่างอุตสาหกรรม ตามแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา และเพื่อนำรูปแบบการจัดกิจกรรมที่พัฒนาขึ้นไป ทดลองใช้กับนักศึกษาช่างอุตสาหกรรม โดยเปรียบเทียบพฤติกรรมจริยธรรมของนักศึกษาช่างอุตสาหกรรมในกลุ่มทดลองที่ได้รับการพัฒนา รูปแบบการจัดกิจกรรมตามแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญากับกลุ่มควบคุมที่ได้รับการพัฒนาการจัดกิจกรรมตามแบบปกติ โดยสามารถสรุปผลได้ดังนี้ 1) รูปแบบที่พัฒนาขึ้นได้แก่ รูปแบบการจัดกิจกรรมเพื่อพัฒนาจริยธรรมของนักศึกษาช่างอุตสาหกรรม ตามแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาจริยธรรมของนักศึกษาช่างอุตสาหกรรม ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช.) การดำเนินกิจกรรมตามรูปแบบมี 3 ระยะ ได้แก่ ระยะฐาน ระยะทดลอง และระยะติดตามผล การดำเนินกิจกรรมในระยะทดลอง มีการให้ความรู้และฝึกปฏิบัติเกี่ยวกับเรื่องการจัดการทางความคิดความเข้าใจ ทักษะการคิดเพื่อควบคุมตนเองด้วยเทคนิคการปรับพฤติกรรมทางปัญญา การเขียนโครงการช่วยเพื่อน การชักชวนซ้ำ การให้ข้อมูลย้อนกลับและเสริมแรงทางบวก 2) ผลของการใช้รูปแบบการจัดกิจกรรมตามแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา 2.1) นักศึกษากลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมในระยะพื้นฐาน ระยะทดลอง และระยะติดตามผล แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ 2.2) นักศึกษากลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนจริยธรรม แตกต่างจากนักศึกษากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

สุชินทร์ ปริดาสุริยชัย (2543) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับ **“การปลูกฝังค่านิยมความเชื่อ และทัศนคติที่มีผลต่อการทะเลาะวิวาทของนักเรียนอาชีวศึกษา”** การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาอิทธิพลของค่านิยมและความเชื่อที่มีผลต่อการส่งเสริมการทะเลาะวิวาทของนักเรียนอาชีวศึกษาเพื่อศึกษากระบวนการถ่ายทอด ค่านิยม การปลูกฝังทัศนคติในระบบการดูแลน้องใหม่ที่มีผลต่อการส่งเสริมการทะเลาะวิวาทของนักเรียนอาชีวศึกษาเพื่อกำหนดเป็นแนวทางในการหามาตรการในการลดความขัดแย้งของนักเรียนอาชีวศึกษา ผลการศึกษาพบว่าการได้รับการปลูกฝังค่านิยมใช้ความรุนแรงในการแก้ปัญหา มีผลต่อการเกิดการทะเลาะวิวาทระหว่างสถาบันหรือในสถาบันมากที่สุด ($\text{Gamma} = 1$) รองลงมาคือ การได้รับการปลูกฝังค่านิยมรักสถาบัน ($\text{Gamma} = 0.805$) การได้รับการปลูกฝังค่านิยมไม่ให้ความสำคัญกับการเรียน

(Gamma = 0.777) การได้รับการปลุกฝังค่านิยมรักเพื่อนพ้อง (Gamma = 0.648) และการได้รับการปลุกฝังทัศนคติต่อการทะเลาะวิวาทเห็นว่าเป็นเรื่องธรรมดา (Gamma = 0.267) โดยลำดับ

บรรณา แก้วพูลปกรณ์ (2541) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับ **“ผลของการฝึกควบคุมความโกรธและทักษะทางสังคม ที่มีต่อการลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักศึกษาอาชีวศึกษา”** การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ที่จะศึกษาผลของการศึกษาผลของการฝึกควบคุมความโกรธและทักษะทางสังคมที่มีต่อการลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักศึกษาอาชีวศึกษา ผลการวิจัยพบว่า นักศึกษาในกลุ่มทดลอง มีค่าเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าว จากการตอบแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าว ในระยะสิ้นสุดการทดลองน้อยกว่าในระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญ ($p < .05$) และ นักศึกษาในกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าว จากการตอบแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวในระยะสิ้นสุดการทดลองน้อยกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญ ($p < .05$) นักศึกษาในกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยร้อยละของจำนวนช่วงเวลาที่เกิดพฤติกรรมก้าวร้าว ในระยะทดลอง และระยะติดตามผลน้อยกว่าในระยะเส้นฐาน ($p < .05$) และ นักศึกษาในกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยร้อยละของจำนวนช่วงเวลาที่เกิดพฤติกรรมก้าวร้าวในระยะทดลอง และระยะติดตามผลน้อยกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญ ($p < .05$)

2.6.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องในต่างประเทศ

Etscheidt (1991) ได้ทำการศึกษาเพื่อตรวจสอบว่า การปรับพฤติกรรมทางปัญญา มีผลต่อการลดพฤติกรรมก้าวร้าว และสามารถเพิ่มการควบคุมตนเองได้หรือไม่ โดยตั้งสมมติฐานไว้ว่าผู้รับการทดลองในกลุ่มควบคุมจะสามารถลดพฤติกรรมก้าวร้าวได้ดีกว่ากลุ่มควบคุม ซึ่งได้ทำการวิจัยกับกลุ่มตัวอย่างเป็นวัยรุ่นที่มีปัญหาทางพฤติกรรมอันไม่พึงประสงค์ อายุระหว่าง 12-18 ปี ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนในกลุ่มทดลองสามารถลดพฤติกรรมก้าวร้าวลงได้ และเพิ่มการควบคุมตนเองขึ้น มากกว่ากลุ่มทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

Dangel, Deschner และ Rasp (1989) ได้ทำการศึกษา วัยรุ่นที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวในศูนย์แก้ไขปัญหารุ่น จำนวน 12 คน อายุ 10-17 ปี ซึ่งการวิจัยครั้งนี้ออกแบบวิจัยแบบหลายเส้นฐาน คือ หยุดความคิด (Thought Stopping) การผ่อนคลาย (Relaxation Training) และการฝึกแก้ปัญหาด้วยตนเอง ซึ่งมีระยะการฝึก 6 สัปดาห์ ๆ ละ 3 ครั้ง ๆ 1 ชั่วโมง ตัวแปรตามวัดโดยพฤติกรรมก้าวร้าวโดยฝึกผู้ดูแลหอพัก หรือแม่บ้านผู้สังเกตพฤติกรรม ซึ่งจะแบ่งพฤติกรรมก้าวร้าว เป็นก้าวร้าวทางวาจา และทางร่างกาย นอกจากนี้ครูที่สอนจะเป็นผู้บันทึกพฤติกรรมในสถานการณ์ โรงเรียนผลการวิจัยพบว่า นักเรียนที่เข้ารับการฝึก ลดความก้าวร้าวลง จำนวน 9 คน นักเรียนที่เข้ารับการฝึกมีพฤติกรรมก้าวร้าวเพิ่มขึ้น จำนวน 1 คน แต่เมื่อระยะเวลาผ่านไปหลาย

ส์ปาดาร์ อัตราความก้าวร้าวของเขาลดลงในระยะติดตามผล ผลการวิจัยก็ยังคงสนับสนุนสมมติฐานที่เชื่อว่า การฝึกให้บุคคลมีทักษะทางปัญญา มีอิทธิพลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมภายนอกได้

Hains (1989) ได้ทำการศึกษา โดยการพัฒนารูปแบบการฝึกในการสอนทักษะให้กับวัยรุ่นที่กระทำผิดในเรื่องความก้าวร้าว ซึ่งกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาในครั้งนี้เป็นเยาวชนอาชญากรรมชาย จำนวน 4 คน มีอายุระหว่าง 15- 17 ปี ผิวดำ 2 คน ผิวดำขาว 2 คน และมีเชื้อสายสเปน 1 คน ซึ่งเขาพักอาศัยตามสถานที่ที่รัฐบาลจัดให้ การศึกษาทำการทดลองรายบุคคล โดยรูปแบบการฝึกประกอบด้วยทักษะการแก้ไขปัญหา และการพูดแนะนำตนเอง เมื่อเสร็จสิ้นการฝึก ผลการวิจัยพบว่า ผลการประเมินตัวแปรตามที่เป็นกลวิธีทางปัญญาพบว่ามีผู้รับการทดลอง 2 คนที่ไม่ได้แสดงให้เห็นว่าใช้กลวิธีกระบวนการควบคุมความเข้าใจที่ได้ฝึกไป แต่มีผู้เข้ารับการทดลอง 3 คนเพิ่มการพูดแนะนำตนเอง และมีการคิดล่วงหน้า ระหว่างสถานการณ์จำลองเมื่อมีความขัดแย้งระหว่างบุคคล แต่อย่างไรก็ตามเมื่อติดตามพฤติกรรมที่เป็นปัญหาในห้องซัง ผู้ร่วมการทดลองแสดงให้เห็นว่า มีพฤติกรรมที่เป็นปัญหาลดลง ซึ่งทำให้เห็นว่าเงื่อนไขการทดลองที่เกิดขึ้น สามารถถ่ายโยงไปสู่สถานการณ์ในชีวิตประจำวันของผู้ร่วมการทดลองอย่างมีประสิทธิภาพ

Dangel, Deschner and Rasp (1985) ทำการวิจัยกลุ่มตัวอย่างวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวจำนวน 12 คน อายุ 10- 17 ปี โดยกลุ่มทดลองจะได้รับการฝึกควบคุมความโกรธ ซึ่งประกอบด้วย เทคนิคการหยุดความคิด, การผ่อนคลายและการฝึกแก้ปัญหาด้วยตนเอง เป็นการฝึกสัปดาห์ละ 1 ครั้ง เป็นเวลา 6 สัปดาห์ ตัวแปรตามคือพฤติกรรมก้าวร้าว ผู้สังเกตพฤติกรรมคือครูผู้สอน ผลการวิจัยพบว่านักเรียนที่เข้ารับการฝึกลดพฤติกรรมก้าวร้าวลงจำนวน 9 คน นักเรียนที่ไม่แสดงพฤติกรรมก้าวร้าวเลยตลอดช่วงที่ทำการศึกษาอยู่จำนวน 2 คนและนักเรียนที่ได้รับการฝึกมีพฤติกรรมก้าวร้าวมากขึ้นจำนวน 1 คน แต่มีอัตราก้าวร้าวลดลงในระยะติดตามผล

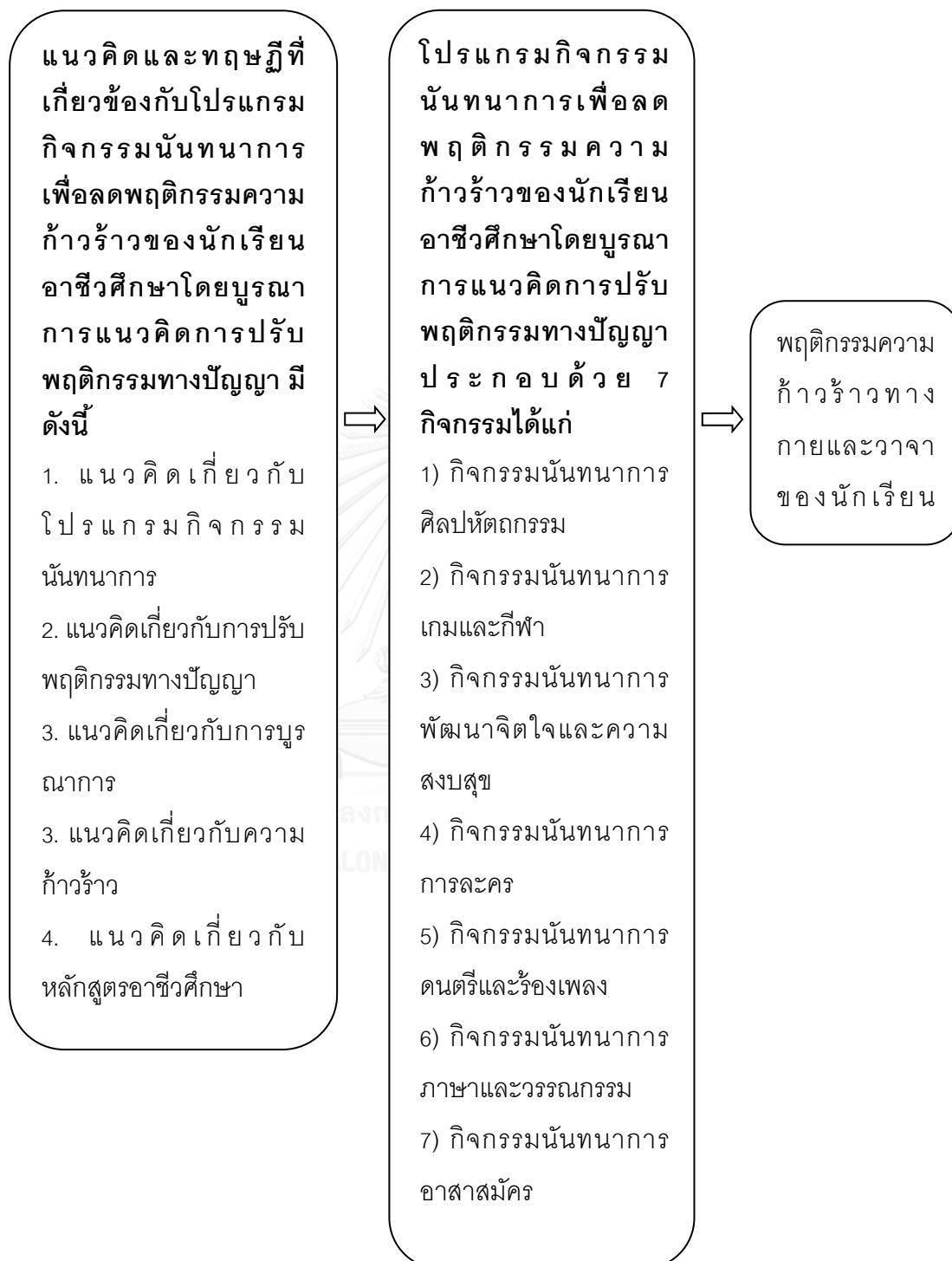
Dubow (1985) ศึกษาการลดพฤติกรรมก้าวร้าวและส่งเสริมพฤติกรรมชอบสังคมในเด็กนักเรียนระดับประถมศึกษา โดยใช้กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนเพศชายที่มีอายุ 8-13 ปี จำนวน 104 คน ซึ่งถูกวัดด้วยแบบทดสอบเพื่อจัดแบ่งพฤติกรรมที่ผิดปกติให้การบำบัดโดยแบ่งออกเป็น 4 รูปแบบ คือ 1) วัดความคิดเป็นการฝึกการควบคุมตนเอง 2) วัดพฤติกรรม(ฝึกทักษะชอบสังคม) 3) วัดความคิดและพฤติกรรม (เป็นการรวมการฝึกการควบคุมตนเองและฝึกทักษะชอบสังคม) 4) วัดความตั้งใจในการเล่นในการให้การบำบัดนักจิตวิทยา โรงเรียนจะเป็นผู้ควบคุมดูแลดำเนินการ ซึ่งจะพบนักเรียนโดยจะแบ่งกลุ่มนักเรียนออกเป็นกลุ่มเล็ก ๆ พบกัน 10 ครั้ง ครั้งละ 1 ชั่วโมง โดยใช้ระยะเวลามากกว่า 5 สัปดาห์ ผลการศึกษาพบว่า เด็กนักเรียนที่ได้รับการบำบัดความคิดและพฤติกรรมกับเด็กที่ได้รับการบำบัดโดยตั้งใจและการบำบัดด้วยการเล่น มี

พัฒนาการอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติมากกว่าโดยลดพฤติกรรมก้าวร้าวและเพิ่มพฤติกรรมชอบสังคมอย่างทันทีทันใด

Kennedy (1981) ได้ทำการศึกษา การตรวจสอบรูปแบบการฝึกการบริหารความโกรธกับนักเรียนที่มีพฤติกรรมก้าวร้าว ออกแบบการวิจัยโดยให้กลุ่มทดลองได้รับการฝึกการควบคุมความโกรธ และมีการให้คำปรึกษา โดยสอนกระบวนการเรียนรู้เกี่ยวกับพฤติกรรม โดยใช้ระยะเวลาการทดลอง 5 สัปดาห์ เป็นจำนวน 23 ครั้ง แต่ละครั้งใช้เวลา 3 ชั่วโมง ส่วนกลุ่มควบคุมไม่ได้สอนวิธีดังกล่าว ในการวิจัยครั้งนี้ใช้กลุ่มตัวอย่างเป็นนักโทษชายที่อาสาสมัครเข้ารับการฝึกจำนวน 37 คน รูปแบบการทดลองนั้นมีการออกแบบทดสอบ ก่อน หลัง และติดตามผล ในอีกสองเดือนหลังจากสิ้นสุดการทดลอง ตัวแปรตามคือ การรายงานของผู้เข้ารับการทดลองและสังเกตพฤติกรรมตรงของผู้เข้ารับการทดลองจากการแสดงบทบาทสมมติในสถานการณ์จำลอง ผลการวิจัยพบว่า ผู้เข้ารับการทดลองในกลุ่มทดลอง ลดความโกรธลงเมื่อถูกกระตุ้น และมีพฤติกรรมทางวาจาเหมาะสมขึ้น พบว่ากลุ่มทดลองยังคงลดความโกรธเมื่อถูกกระตุ้นและมีพฤติกรรมทางวาจาที่เหมาะสมอยู่ เมื่อมีการติดตามผล 2 เดือน หลังเสร็จสิ้นการทดลองไปแล้ว

จากงานวิจัยทั้งในประเทศและต่างประเทศที่เกี่ยวข้องดังกล่าวพฤติกรรมก้าวร้าวสามารถนำมาเป็นแนวทางที่จะช่วยปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและพัฒนาพฤติกรรมใหม่ที่พึงประสงค์ของนักเรียนอาชีวศึกษาที่มีพฤติกรรมความก้าวร้าวโดยการจัดเงื่อนไขของสิ่งเร้า และผลกรรมของพฤติกรรมผ่านกระบวนการทางปัญญา เพื่อทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงของพฤติกรรมให้ดียิ่งขึ้น ซึ่งวิธีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมทางปัญญาจึงสามารถนำไปใช้ร่วมกับการออกแบบโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวรุนแรงของนักเรียนอาชีวศึกษาได้

2.7 กรอบแนวคิดการวิจัย



ภาพที่ 3 กรอบแนวคิดการวิจัย

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

ในการทำวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) พัฒนาโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการแนวความคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา 2) ศึกษาผลของการใช้โปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการแนวความคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา และ 3) เปรียบเทียบผลของโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการแนวความคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา ก่อนการทดลอง ระหว่างการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล โดยผู้วิจัยใช้วิธีการวิจัยเชิงกึ่งทดลอง (Quasi- Experimental Research) แล้วได้กำหนดแนวทางและขั้นตอนการดำเนินการวิจัย ดังต่อไปนี้

3.1 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

3.1.1 ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช.) ชั้นปีที่ 1 ภาคการศึกษาปลาย ปีการศึกษา 2559 หลักสูตรประกาศนียบัตรวิชาชีพ พุทธศักราช 2556 เทคโนโลยีช่างกลพณิชยการนครราชสีมา สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการอาชีวศึกษา จังหวัดนครราชสีมา จำนวน 620 คน

3.1.2 กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้วิธีการเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive selection) โดยมีเกณฑ์การคัดเลือกนักเรียนกลุ่มตัวอย่างเข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการแนวความคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา คือ เป็นนักเรียนอาชีวศึกษาที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช.) ชั้นปีที่ 1 ภาคการศึกษาปลาย ปีการศึกษา 2559 หลักสูตรประกาศนียบัตรวิชาชีพ พุทธศักราช 2556 เทคโนโลยีช่างกลพณิชยการนครราชสีมา จังหวัดนครราชสีมา ที่มีพฤติกรรมความก้าวร้าวในระดับ ปานกลาง (2.50– 3.49) โดยดูจากแฟ้มประวัตินักเรียนของโรงเรียน สภาพ

ครอบครัว และการแสดงออกของพฤติกรรม จำนวน 60 คน อายุ ระหว่าง 15- 19 ปี จากนั้นผู้วิจัย ได้ทำการจับฉลากแบ่งกลุ่มออกเป็น 2 กลุ่ม คือ เป็นกลุ่มทดลอง 30 คน และกลุ่มควบคุม 30 คน โดยใช้ระยะเวลาในการวิจัย 16 ครั้ง ครั้งละ 90 นาที ในวันจันทร์ วันพุธ และวันศุกร์ ซึ่งทั้งหมด จะต้องเป็นนักเรียนที่มีความสนใจและเข้าร่วมกิจกรรมด้วยความสมัครใจเท่านั้น

3.2 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

3.2.1 โปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียน อาชีวศึกษาโดยบูรณาการแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา

เป็นโปรแกรมที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าว ของนักเรียนอาชีวศึกษา ประกอบไปด้วย 1) กิจกรรมนันทนาการศิลปหัตถกรรม 2) กิจกรรม นันทนาการเกมและกีฬา 3) กิจกรรมนันทนาการพัฒนาจิตใจและความสงบสุข 4) กิจกรรม นันทนาการการละคร 5) กิจกรรมนันทนาการดนตรีและร้องเพลง 6) กิจกรรมนันทนาการภาษาและ วรรณกรรม 7) กิจกรรมนันทนาการอาสาสมัคร ซึ่งกิจกรรมดังกล่าวมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

1) กิจกรรมนันทนาการศิลปหัตถกรรม เป็นกิจกรรมนันทนาการอันเกิดจากการ กระทำของฝีมือมนุษย์ แสดงออกถึงความรู้สึกรสร้างสรรค์ผ่านงานศิลปหัตถกรรม ช่วยทำให้ ผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้เรียนรู้และแสดงออกอย่างสร้างสรรค์ รู้จักใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ เกิด ความพึงพอใจในผลงาน ช่วยให้จิตใจได้ผ่อนคลายความเครียดและมีความสุข

2) กิจกรรมนันทนาการเกมและกีฬา เป็นการใช้ความพยายามทางกายและทาง จิตใจให้มีความสอดคล้องสัมพันธ์กัน เพื่อส่งเสริมให้เกิดกระบวนการเรียนรู้ ได้รับความสนุกสนาน เพลิดเพลิน ความกล้าแสดงออก การเป็นผู้นำและผู้ตามที่ดี ช่วยผ่อนคลายความตึงเครียด ช่วย ส่งเสริมสุขภาพจิต และช่วยพัฒนาทักษะด้านต่าง ๆ เช่น ทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐาน ทักษะ ทางด้านภาษา ทักษะการอยู่ร่วมกับผู้อื่น เป็นต้น สิ่งเหล่านี้จะส่งผลต่อการดำเนินชีวิตร่วมกับผู้อื่นได้ อย่างเป็นปกติสุข

3) กิจกรรมนันทนาการพัฒนาจิตใจและความสงบสุข เป็นกิจกรรมนันทนาการที่ ช่วยสร้างความสุขทางจิตวิญญาณของมนุษย์ให้ดีขึ้น ทำให้รู้จักใช้คุณค่าที่ได้จากกิจกรรม นันทนาการเพื่อสร้างความสุขให้กับผู้ที่ได้เข้าร่วม และช่วยส่งเสริมการแสดงออกแห่งตนอย่าง ถูกต้องและสร้างสรรค์ ลดความเห็นแก่ตัว สร้างคุณค่าความมีน้ำใจ รู้จักการให้บริการช่วยเหลือ สังคม

4) กิจกรรมนันทนาการการละคร เป็นกิจกรรมที่สื่อความหมายผ่านการแสดงที่ผู้ก เป็นเรื่องราว เพื่อสนองความต้องการทางอารมณ์ ก่อให้เกิดอารมณ์สะเทือนใจ ทำให้ได้ ประสบการณ์และเข้าใจชีวิตในแง่มุมที่หลากหลายมากยิ่งขึ้น แล้วนำไปปรับปรุงชีวิตของตนเองให้ หลีกพ้นจากความหายนะเสมือนดังที่ละครประสบ หรือนำเอาข้อคิดมาเป็นแนวทางในการปฏิบัติ ตน เพื่อให้หลุดพ้นจากความทุกข์ของชีวิต ก่อให้เกิดความสนุกสนานเพลิดเพลิน

5) กิจกรรมนันทนาการดนตรีและร้องเพลง เป็นกิจกรรมที่ช่วยให้กลุ่มทดลองมี ความสุข สนุกสนานรื่นเริง ช่วยผ่อนคลายความเครียด ดนตรีเป็นเครื่องกล่อมเกลาจิตใจให้มีความ เบิกบานและความสงบ เป็นสื่อกลางในการถ่ายทอดอารมณ์ความรู้สึกไปสู่ผู้ฟัง ก่อให้เกิดความสุข ความปลื้มปิติและความพึงพอใจ

6) กิจกรรมนันทนาการภาษาและวรรณกรรม เป็นกิจกรรมที่ช่วยเพิ่มความ สนุกสนานแก่ผู้ที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ ให้สามารถพัฒนาทางด้านความคิด เสริมสร้าง สติปัญญาให้เื่องงามผ่านวรรณกรรมนิทานหนังสือและวรรณกรรมคำสอน

7) กิจกรรมนันทนาการอาสาสมัคร เป็นกิจกรรมที่ช่วยส่งเสริมทักษะและพัฒนา จิตใจของกลุ่มทดลองให้มีความมั่นคงสูง ทำให้ชีวิตของตนเองมีค่าและมีประโยชน์ต่อผู้อื่น ได้ เรียนรู้ทักษะการทำงานใหม่ ๆ อันเป็นการเพิ่มศักยภาพอาชีพการงานในอนาคต

3.2.2 แบบวัดพฤติกรรมความก้าวร้าว

ผู้วิจัยสร้างแบบวัดพฤติกรรมความก้าวร้าวโดยประยุกต์จากแบบวัดพฤติกรรม ความก้าวร้าวของ ทิพย์วัลย์ สุทิน (2539), Bandura (1969) โดยแบบวัดพฤติกรรมความก้าวร้าว แบ่งออกเป็น 2 ด้าน คือ

1) แบบวัดพฤติกรรมความก้าวร้าวทางกาย ประกอบด้วย การทุบ การตี การเตะ การถีบ การต่อย การผลัก การกัด การดึงผม การหยิก การชกต่อย การขว้างปาสิ่งของ การ เลียนแบบท่าทางความผิดปกติหรือข้อบกพร่องทางกายของผู้อื่น การกระชากเสื้อ และการขัดขาให้ล้ม

2) แบบวัดพฤติกรรมความก้าวร้าวทางวาจา ประกอบด้วย การพูดส่อเสียด การ พูดคำที่ไม่เป็นมิตร การพูดเสียงดังเอะอะโวยวาย การพูดจาไม่สุภาพ การพูดจาเยาะเย้ย การล้อชื่อ พ่อแม่ผู้อื่น การพูดคำหยาบ การพูดตวาด การพูดตะคอก การพูดจาข่มขู่ การพูดจาดูถูก การพูดจา เสียดสี และการพูดจายั่วยุให้หมู่คณะแตกร้าว

3.3 ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

3.3.1 โปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียน อาชีวศึกษาโดยบูรณาการแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา

ดำเนินการสร้างเครื่องมือตามขั้นตอนดังนี้

1) ค้นคว้าข้อมูลจากเอกสารทุติยภูมิ (Secondary Source) ได้แก่ เอกสารทางวิชาการ รายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้อง ตำรา และบทความจากวารสาร โดยคัดเลือกเฉพาะเอกสารที่มีการเผยแพร่สู่สาธารณชนเรียบร้อยแล้วเท่านั้น จากนั้นศึกษาแนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง รวมถึงนิยามเชิงปฏิบัติการของตัวแปร

2) ดำเนินการสร้างโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา ประกอบด้วย 1) กิจกรรมนันทนาการศิลปะทัศนกรรม 2) กิจกรรมนันทนาการเกมและกีฬา 3) กิจกรรมนันทนาการพัฒนาจิตใจและความสงบสุข 4) กิจกรรมนันทนาการการละคร 5) กิจกรรมนันทนาการดนตรีและร้องเพลง 6) กิจกรรมนันทนาการภาษาและวรรณกรรมและ 7) กิจกรรมนันทนาการอาสาสมัคร โดยผู้วิจัยได้จัดโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา ให้กับกลุ่มทดลอง ระยะเวลา 16 ครั้ง ครั้งละ 90 นาที ในวันจันทร์ วันพุธและวันศุกร์ ดังแผนการจัดกิจกรรมต่อไปนี้

แผนการจัดกิจกรรมที่ 1 เรื่อง มารู้จักพฤติกรรมความก้าวร้าวกันเถอะ

ชื่อกิจกรรม ชิงลายแทงซุ่มทรัพย์สุดขอบฟ้า (กิจกรรมนันทนาการเกมและกีฬา)

แผนการจัดกิจกรรมที่ 2 เรื่อง ความก้าวร้าวเป็นปัญหาหรือไม่

ชื่อกิจกรรม วอล์คแรลลี่พีและน้องสัมพันธ์ (กิจกรรมนันทนาการเกมและกีฬา)

แผนการจัดกิจกรรมที่ 3 เรื่อง การแก้ไขและป้องกันปัญหาความก้าวร้าวสำคัญที่สุด

ชื่อกิจกรรม ตกหลุมรัก (กิจกรรมนันทนาการเกมและกีฬา)

แผนการจัดกิจกรรมที่ 4 เรื่อง ลดละเลิกความก้าวร้าวทางกาย

ชื่อกิจกรรม กระจกบ่นน้อยคอยรัก (กิจกรรมนันทนาการเกมและกีฬา)

แผนการจัดกิจกรรมที่ 5 เรื่อง รับมือกับความก้าวร้าวทางกายอย่างสร้างสรรค์

ชื่อกิจกรรม กู๊ระเบิด (กิจกรรมนันทนาการเกมและกีฬา)

แผนการจัดกิจกรรมที่ 6 เรื่อง ลดพฤติกรรมความก้าวร้าวทางกายด้วยงานศิลป์

ชื่อกิจกรรม ปั้นดินให้เป็นดาว (กิจกรรมนันทนาการศิลปะทัศนกรรม)

- แผนการจัดกิจกรรมที่ 7** เรื่อง ลดละเลิกความก้าวร้าวทางวาจา
ชื่อกิจกรรม ไม้คำหรรษา (กิจกรรมนันทนาการภาษาและวรรณกรรม)
- แผนการจัดกิจกรรมที่ 8** เรื่อง เรียนรู้เขาเรียนรู้เราผ่านภาษาและวรรณกรรม
ชื่อกิจกรรม การโต้วาที (กิจกรรมนันทนาการภาษาและวรรณกรรม)
- แผนการจัดกิจกรรมที่ 9** เรื่อง ลดพฤติกรรมความก้าวร้าวทางวาจาด้วยภาษา
ชื่อกิจกรรม ต่อเพลงแรงใจ (กิจกรรมนันทนาการภาษาและวรรณกรรม)
- แผนการจัดกิจกรรมที่ 10** เรื่อง แก้ไขปัญหาพฤติกรรมความก้าวร้าวทางกาย
ด้วยละครส่งเสริมจินตนาการ ชื่อกิจกรรม ละครใบ้ (กิจกรรมนันทนาการการละคร)
- แผนการจัดกิจกรรมที่ 11** เรื่อง พัฒนาจิตใจและความสงบสุขกันเอง
ชื่อกิจกรรม วาดภาพระบายสีอย่างสร้างสรรค์ (กิจกรรมนันทนาการพัฒนาจิตใจ
และความสงบสุข)
- แผนการจัดกิจกรรมที่ 12** เรื่อง พัฒนาจิตใจและความสงบสุข
ชื่อกิจกรรม จิตสงบด้วยดนตรี (กิจกรรมนันทนาการพัฒนาจิตใจและความสงบสุข)
- แผนการจัดกิจกรรมที่ 13** เรื่อง กิจกรรมจิตอาสา “เส้นทางความสุข”
ชื่อกิจกรรม บ้านหลังที่ 2 (กิจกรรมนันทนาการอาสาสมัคร)
- แผนการจัดกิจกรรมที่ 14** เรื่อง รู้จักการป้องกันความก้าวร้าวผ่านกิจกรรมเข้า
จังหวะ ชื่อกิจกรรม เคลื่อนไหวตามเสียงดนตรี (กิจกรรมนันทนาการดนตรีและร้องเพลง)
- แผนการจัดกิจกรรมที่ 15** เรื่อง ละครเพื่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม
ชื่อกิจกรรม เล่าเรื่อง & เรื่องเล่า (กิจกรรมนันทนาการการละคร)
- แผนการจัดกิจกรรมที่ 16** เรื่อง ป้องกันความก้าวร้าวทางวาจาด้วยงาน
หัตถกรรม ชื่อกิจกรรม งานประดิษฐ์หรรษา (กิจกรรมนันทนาการศิลปหัตถกรรม)
- 3) หลังจากผู้วิจัยได้สร้างโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความ
ก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการแนวความคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา ผู้วิจัยได้นำ
โปรแกรมดังกล่าวไปปรึกษาอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ เมื่อเห็นว่าเหมาะสมแล้ว ผู้วิจัยได้นำ
เครื่องมือไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิด้านจิตวิทยาและผู้ทรงคุณวุฒิด้านกิจกรรมนันทนาการตรวจสอบ
คุณภาพของเครื่องมือ (Index of Congruence) จำนวน 5 ท่าน โดยพิจารณาความเหมาะสมใน
ด้านความตรงประเด็นตามวัตถุประสงค์ ความตรงประเด็นตามเนื้อหา และความเหมาะสมของการ
จัดโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณา
การแนวความคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา ซึ่งจากผลจากการพิจารณาของผู้ทรงคุณวุฒิเห็นพ้อง

ต้องกันว่าโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษา โดยบูรณาการแนวทางการปรับพฤติกรรมทางปัญญาได้ (ค่าเท่ากับ 0.98)

4) จากนั้นผู้วิจัยปรับแก้ตามที่คุณผู้ทรงคุณวุฒิให้คำแนะนำและความเห็นชอบของอาจารย์ที่ปรึกษาและสามารถนำไปปฏิบัติได้จริงเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษา

5) นำโปรแกรมนันทนาการโดยบูรณาการแนวทางการปรับพฤติกรรมทางปัญญาไปทดลองใช้กับนักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช.) ชั้นปีที่ 1 ภาคการศึกษาปลาย ปีการศึกษา 2559 หลักสูตรประกาศนียบัตรวิชาชีพ พุทธศักราช 2556 วิทยาลัยเทคนิคนครราชสีมา สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการอาชีวศึกษา จังหวัดนครราชสีมา จำนวน 30 คน ที่มีลักษณะคล้ายกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 2 สัปดาห์ เพื่อดูความเหมาะสมของโปรแกรมนันทนาการโดยบูรณาการแนวทางการปรับพฤติกรรมทางปัญญาให้มีความสมบูรณ์มากยิ่งขึ้นก่อนที่จะนำไปใช้ได้กับกลุ่มตัวอย่างจริง

3.3.2 แบบวัดพฤติกรรมความก้าวร้าว

แบบวัดพฤติกรรมความก้าวร้าว เป็นแบบวัดที่ผู้วิจัย ได้ดัดแปลงมาจาก แบบวัดพฤติกรรมความก้าวร้าวของ ทิพย์วัลย์ สุทิน (2539), Bandura (1969) และเพื่อให้แบบวัดพฤติกรรมความก้าวร้าวมีความน่าเชื่อถือ ผู้วิจัยดำเนินการสร้างเครื่องมือตามขั้นตอนดังนี้

1) ศึกษาแนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมความก้าวร้าวจากหนังสือ เอกสาร ตำรา บทความวิชาการ งานวิจัย เพื่อนำมาใช้เป็นข้อมูลในการกำหนดพฤติกรรมที่แสดงความก้าวร้าว

2) กำหนดพฤติกรรมที่แสดงความก้าวร้าวในแต่ละด้าน ดังต่อไปนี้

2.1) พฤติกรรมการแสดงออกทางกาย ประกอบด้วย การทุบ การตี การเตะ การถีบ การต่อย การผลัก การกัด การดึงผม การหยิก การชกต่อย การขว้างปาสิ่งของ การเลียนแบบท่าทางความผิดปกติหรือข้อบกพร่องทางกายของผู้อื่น การกระชากเสื้อ และการขัดขาให้ล้ม

2.2) พฤติกรรมการแสดงออกทางวาจา ประกอบด้วย การพูดล้อเลียน การพูดคำที่ไม่เป็นมิตร การพูดเสียงดังเอะอะโวยวาย การพูดจาไม่สุภาพ การพูดจาเยาะเย้ย การล้อชื่อพ่อแม่ผู้อื่น การพูดคำหยาบ การพูดตวาด การพูดตะคอก การพูดจาข่มขู่ การพูดจาดูถูก การพูดจาเสียดสี และการพูดจายั่วยุให้หมู่คณะแตกร้าง

3) สร้างแบบวัดพฤติกรรมความก้าวร้าวทั้ง 2 ด้าน เป็นแบบวัดชนิดมาตราส่วนประเมินค่า (Rating Scale) โดยให้กลุ่มทดลองสำรวจตนเองตามรายการว่ามีพฤติกรรมความ

ก้าวร้าวมากน้อยอยู่ในระดับใด จากมาตราประเมินค่า 5 ระดับ ได้แก่ ปฏิบัติเป็นประจำ ปฏิบัติบ่อย ๆ ปฏิบัติค่อนข้างบ่อย นาน ๆ ครั้ง และไม่เคยปฏิบัติเลย ในการกำหนดเกณฑ์การตัดสินพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาให้คะแนนเป็น 5, 4, 3, 2 และ 1 ตามลำดับในข้อคะแนนที่เป็นพฤติกรรมทางบวก และถ้าเป็นข้อคะแนนที่เป็นพฤติกรรมทางลบให้คะแนนเป็น 1, 2, 3, 4 และ 5 ตามลำดับ

ค่าเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรม	การตัดสินผลการปฏิบัติ
1.00 – 1.49	มีพฤติกรรมในระดับดีมาก
1.50 – 2.49	พฤติกรรมในระดับดี
2.50 – 3.49	พฤติกรรมในระดับปานกลาง
3.50 – 4.49	พฤติกรรมในระดับพอใช้
4.50 – 5.00	พฤติกรรมในระดับต้องปรับปรุงแก้ไข

4) นำแบบวัดพฤติกรรมความก้าวร้าวที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นจำนวน 57 ข้อ ไปปรึกษาอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ เมื่อเห็นว่าเหมาะสมแล้ว ผู้วิจัยได้นำเครื่องมือไปผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 ท่าน ตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ (Index of Congruence) โดยพิจารณาความเหมาะสมในด้านความตรงประเด็นตามวัตถุประสงค์ และความตรงประเด็นตามเนื้อหาได้ค่าเท่ากับ .953

5) จากนั้นนำแบบวัดพฤติกรรมความก้าวร้าวไปทดลองกับนักเรียนอาชีวศึกษาที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช.) ชั้นปีที่ 1 เทคโนโลยีช่างกลพณิชยการนครราชสีมา จำนวน 30 คน ที่ไม่มีลักษณะคล้ายกับกลุ่มตัวอย่าง เพื่อหาความเที่ยง (Reliability) โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์อัลฟา (α Cronbach) ก่อนที่จะนำไปใช้ได้กับกลุ่มตัวอย่างจริง

3.4 วิธีดำเนินการทดลองและวิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

3.4.1 ขั้นตอนเตรียมการทดลอง

1) ในการทดลองครั้งนี้ผู้วิจัยได้ติดต่อและขอความร่วมมือกับคณาจารย์เทคโนโลยีช่างกลพณิชยการนครราชสีมา สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการอาชีวศึกษา จังหวัดนครราชสีมา เพื่อทำการทดลองกับ นักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช.) ชั้นปีที่ 1 ภาคการศึกษาปลาย ปีการศึกษา 2559 หลักสูตรประกาศนียบัตรวิชาชีพพหุศักราช 2556 จำนวน 60 คน พร้อมทั้งชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัย และขั้นตอนของการวิจัยอย่างละเอียดเพื่อสร้างข้อตกลงร่วมกัน

2) ก่อนเก็บรวบรวมข้อมูลผู้วิจัยได้สร้างความสัมพันธ์กับกลุ่มนักเรียนที่มีพฤติกรรมความก้าวร้าวเพื่อให้เกิดความคุ้นเคยและรู้สึกเป็นกันเอง โดยการแนะนำตัว พร้อมทั้งบอกวัตถุประสงค์ของการวิจัยในครั้งนี้ เพื่อให้เด็กนักเรียนเกิดความไว้วางใจ และได้ข้อมูลตรงกับความ เป็นจริง ซึ่งจะทำให้ข้อมูลที่ได้อามีความครบถ้วน ถูกต้องตรงประเด็นและมีความน่าเชื่อถือมากที่สุด

3.4.2 ขั้นตอนการทดลอง

การวิจัยครั้งนี้ดำเนินการจัดกิจกรรมนอกเวลาเรียนโดยไม่ให้ส่งผลกระทบต่อ การจัดเรียนการสอนของทางโรงเรียน โดยใช้ช่วงเวลา 16.30 - 18.00 น. ผู้วิจัยเป็นผู้ดำเนินการและ ควบคุมการทดลองด้วยตนเองตลอดระยะเวลาการทำวิจัย

1) ทำการปฐมนิเทศกลุ่มตัวอย่างการวิจัยทั้ง 60 คน โดยผู้วิจัยเป็นผู้ชี้แจง รายละเอียดต่าง ๆ ด้วยตนเอง ไม่ว่าจะเป็นวิธีการดำเนินการทดลอง วัตถุประสงค์ของการวิจัย ข้อ พึงปฏิบัติที่จำเป็นสำหรับในการทดลอง เพื่อความเข้าใจที่ตรงกัน จากนั้น

2) ให้กลุ่มทดลองเข้าร่วมโปรแกรมนันทนาการโดยบูรณาการแนวความคิดการปรับ พฤติกรรมทางปัญญาที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น 16 ครั้ง ครั้งละ 90 นาที ในวันจันทร์ วันพุธและวันศุกร์ เวลา 16.30 - 18.00 น. โดยใช้พื้นที่ภายในโรงเรียน ได้แก่ สนามกีฬา โรงพลศึกษา และหอประชุม ใน ขั้นตอนนี้ผู้วิจัยใช้ผู้ช่วยวิจัยจำนวน 5 คน ซึ่งมีความรู้ความสามารถทางด้านการจัดโปรแกรม กิจกรรมนันทนาการเป็นอย่างดี และผู้วิจัยได้ประชุมชี้แจงแนวทางการจัดกิจกรรมนันทนาการอย่าง ชัดเจน

3) ทำการทดสอบพฤติกรรมความก้าวร้าวทั้ง 2 กลุ่ม ด้วยแบบวัดพฤติกรรมความ ก้าวร้าว ก่อนการทดลอง หลังการทดลองในสัปดาห์ที่ 3 และหลังการทดลองสัปดาห์ที่ 6 โดยใช้ แบบทดสอบเดียวกันกับการทดสอบก่อนการทดลอง

ตารางที่ 4 แสดงแบบแผนการทดลอง

กลุ่มตัวอย่าง	วัดก่อนการทดลอง	รูปแบบกิจกรรม	วัดหลังการทดลอง 3 สัปดาห์	วัดหลังการทดลอง 6 สัปดาห์	วัดหลังเสร็จการทดลอง 2 สัปดาห์
E	O ₁	x	O ₂	O ₃	O ₄
C	O ₅	-x	O ₆	O ₇	O ₈

สัญลักษณ์ที่ใช้ในแบบแผนการทดลอง

E	=	กลุ่มทดลอง
C	=	กลุ่มควบคุม
X	=	การจัดกิจกรรมตามโปรแกรมเน้นพัฒนาการโดยบูรณาการพฤติกรรมทางปัญญา
-x	=	การจัดกิจกรรมตามรูปแบบปกติ
O ₁	=	การประเมินก่อนการทดลองของกลุ่มทดลอง
O ₂	=	การประเมินก่อนการทดลองของกลุ่มควบคุม
O ₃	=	การประเมินหลังการทดลอง 3 สัปดาห์ ของกลุ่มทดลอง
O ₄	=	การประเมินหลังการทดลอง 3 สัปดาห์ ของกลุ่มควบคุม
O ₅	=	การประเมินหลังการทดลอง 6 สัปดาห์ของกลุ่มทดลอง
O ₆	=	การประเมินหลังการทดลอง 6 สัปดาห์ของกลุ่มควบคุม
O ₇	=	การประเมินหลังเสร็จการทดลอง 2 สัปดาห์ของกลุ่มทดลอง
O ₈	=	การประเมินหลังเสร็จการทดลอง 2 สัปดาห์ของกลุ่มควบคุม

3.5 การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยนำค่าคะแนนจากการตอบแบบทดสอบพฤติกรรมความก้าวร้าวไปหาค่าทางสถิติเพื่อวิเคราะห์ข้อมูล ดังต่อไปนี้

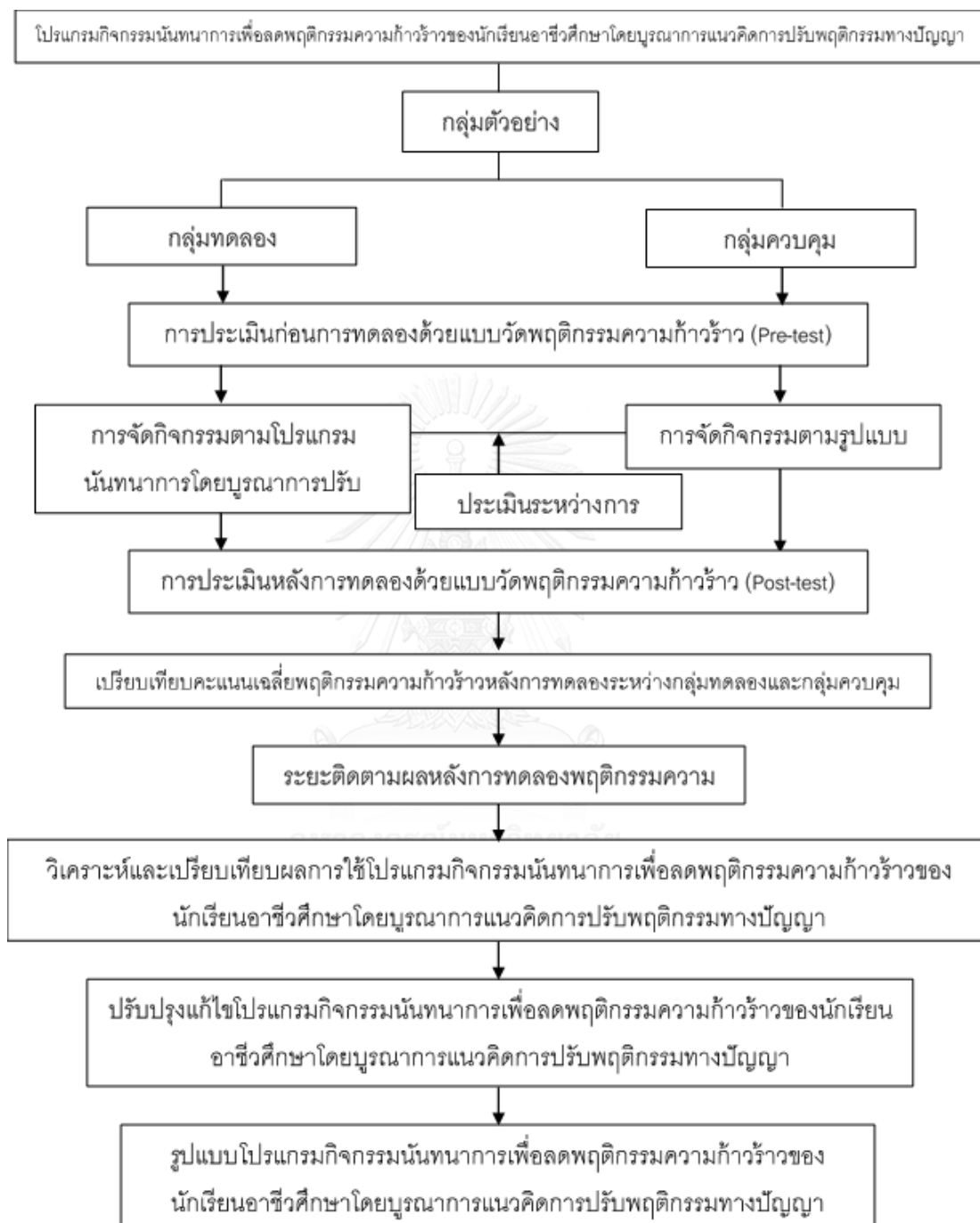
1) คำนวณหาค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard deviation) จากการทดสอบพฤติกรรมความก้าวร้าวของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ในสัปดาห์ที่ 3 สัปดาห์ที่ 6 และระยะติดตามผล 2 สัปดาห์ แล้วนำเสนอในรูปแบบตาราง

2) เปรียบเทียบความแตกต่างคะแนนค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมความก้าวร้าว ก่อนการทดลอง ระหว่างทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล โดยการหาค่าความแปรปรวนร่วม Analysis of Covariance (ANCOVA) และเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ ตามวิธีของคูเกอ (Turkey's a) แล้วนำเสนอในรูปแบบตาราง

3) เปรียบเทียบความแตกต่างคะแนนค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมความก้าวร้าว หลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยการทดสอบค่าที (t- test) แล้วนำเสนอในรูปแบบตาราง

4) กำหนดความมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3.6 ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย



ภาพที่ 4 ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การศึกษาเรื่อง การพัฒนาโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) พัฒนาโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา 2) ศึกษาผลของการใช้โปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา และ 3) เปรียบเทียบผลของโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา ก่อนการทดลอง ระหว่างการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยผู้วิจัยได้นำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

ตอนที่ 1 การพัฒนาโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา

ตอนที่ 2 การศึกษาผลของการใช้โปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา

ตอนที่ 3 การเปรียบเทียบผลของโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา ก่อนการทดลอง ระหว่างการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

ตอนที่ 1 การพัฒนาโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา

โปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาที่มีคุณภาพ จากผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 ท่าน โดยพิจารณาความเหมาะสมในด้านความตรงประเด็นตามวัตถุประสงค์ (Index of Congruence) และความเหมาะสมของการจัดโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา ซึ่งจากผลจากการ

พิจารณาของผู้ทรงคุณวุฒิเห็นพ้องต้องกันว่าโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาได้สามารถนำไปใช้ปฏิบัติจริงได้ (มีค่าเท่ากับ 0.98)

ตอนที่ 2 การศึกษาผลของการใช้โปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา

1. โปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา มีองค์ประกอบสำคัญ ประกอบด้วย แผนการจัดกิจกรรม 16 เรื่อง และมีกิจกรรม 16 กิจกรรม ดังนี้

แผนการจัดกิจกรรมที่ 1 เรื่อง มารู้จักพฤติกรรมความก้าวร้าวกันเถอะ

ชื่อกิจกรรม ชิงลายแทงชุมทรัพย์สุดขอบฟ้า

แผนการจัดกิจกรรมที่ 2 เรื่อง ความก้าวร้าวเป็นปัญหาหรือไม่

ชื่อกิจกรรม วอลต์คแรลลี่พีและน้องสัมพันธ์

แผนการจัดกิจกรรมที่ 3 เรื่อง การแก้ไขและป้องกันปัญหาความก้าวร้าวสำคัญที่สุด

ชื่อกิจกรรม ตกหลุมรัก

แผนการจัดกิจกรรมที่ 4 เรื่อง ลดละเลิกความก้าวร้าวทางกาย

ชื่อกิจกรรม กระสอบน้อยคอยรัก

แผนการจัดกิจกรรมที่ 5 เรื่อง รับมือกับความก้าวร้าวทางกายอย่างสร้างสรรค์

ชื่อกิจกรรม กูระเบิด

แผนการจัดกิจกรรมที่ 6 เรื่อง ลดพฤติกรรมความก้าวร้าวทางกายด้วยงานศิลป์

ชื่อกิจกรรม ปั้นดินให้เป็นดาว

แผนการจัดกิจกรรมที่ 7 เรื่อง ลดละเลิกความก้าวร้าวทางวาจา

ชื่อกิจกรรม ไม้คำหรรษา

แผนการจัดกิจกรรมที่ 8 เรื่อง เรียนรู้เขาเรียนรู้เราผ่านภาษาและวรรณกรรม

ชื่อกิจกรรม การไต่เวที

แผนการจัดกิจกรรมที่ 9 เรื่อง ลดพฤติกรรมความก้าวร้าวทางวาจาด้วยภาษา

ชื่อกิจกรรม ต่อเพลงเงใจ

แผนการจัดกิจกรรมที่ 10 เรื่อง แก้ไขปัญหาพฤติกรรมความก้าวร้าวทางกายด้วยละคร

ส่งเสริมจินตนาการ

ชื่อกิจกรรม ละครใบ้

- แผนการจัดกิจกรรมที่ 11 เรื่อง พัฒนาจิตใจและความสงบสุขกันเถอะ
ชื่อกิจกรรม วาดภาพระบายสีอย่างสร้างสรรค์
- แผนการจัดกิจกรรมที่ 12 เรื่อง พัฒนาจิตใจและความสงบสุข
ชื่อกิจกรรม จิตสงบด้วยดนตรี
- แผนการจัดกิจกรรมที่ 13 เรื่อง กิจกรรมจิตอาสา “เส้นทางความสุข”
ชื่อกิจกรรม บ้านหลังที่ 2
- แผนการจัดกิจกรรมที่ 14 เรื่อง รู้จักการป้องกันความก้าวร้าวผ่านกิจกรรมเข้าจังหวะ
ชื่อกิจกรรม เคลื่อนไหวตามเสียงดนตรี
- แผนการจัดกิจกรรมที่ 15 เรื่อง ละครเพื่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม
ชื่อกิจกรรม เล่าเรื่อง& เรื่องเล่า
- แผนการจัดกิจกรรมที่ 16 เรื่อง ป้องกันความก้าวร้าวทางวาจาด้วยงานหัตถกรรม
ชื่อกิจกรรม งานประดิษฐ์หรรษา

2. ผลของการใช้โปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา มีดังนี้

2.1 ข้อมูลพื้นฐานของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

ตารางที่ 5 จำนวนและค่าร้อยละ ข้อมูลพื้นฐานของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม (n= 60)

ข้อมูลพื้นฐาน	จำนวน (คน)	ร้อยละ
	60	100.0
เพศ		
ชาย	57	95.0
หญิง	3	5
น้ำหนัก		
ต่ำกว่า 50 กิโลกรัม	33	55.0
50 กิโลกรัม ขึ้นไป	27	45.0
ส่วนสูง		
ต่ำกว่า 150 เซนติเมตร	20	33.3
150 เซนติเมตร ขึ้นไป	42	70.0

ข้อมูลพื้นฐาน	จำนวน (คน)	ร้อยละ
	60	100.0
อายุ		
ต่ำกว่า 16 ปี	19	31.7
16 ปี ขึ้นไป	41	68.3
ศาสนา		
พุทธ	58	96.7
ศาสนาอื่น ๆ	2	3.3
อาชีพของผู้ปกครอง		
รับราชการ/ รัฐวิสาหกิจ	8	13.3
ไม่ได้รับราชการ/ รัฐวิสาหกิจ	52	86.7
	60	100.0

จากตารางที่ 5 แสดงให้เห็นว่า การศึกษาข้อมูลพื้นฐานของนักเรียนกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม จำนวน 60 คน โดยการนำเสนอข้อมูลใน 2 ลักษณะ คือ จำนวนความถี่ และค่าร้อยละ ซึ่งผลการศึกษาพบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ส่วนใหญ่เป็นเพศชาย ร้อยละ 95.0 มีน้ำหนักต่ำกว่า 50 กิโลกรัม ร้อยละ 55.0 มีส่วนสูง 150 เซนติเมตรขึ้นไป ร้อยละ 70.0 มีอายุ 16 ปี ขึ้นไป ร้อยละ 68.3 นับถือศาสนาพุทธ ร้อยละ 96.7 และผู้ปกครองไม่ได้รับราชการ/ รัฐวิสาหกิจ ร้อยละ 86.7 ตามลำดับ

2.2 ผลของการใช้โปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา

การศึกษาผลของการใช้โปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา ซึ่งเป็นนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม จำนวน 60 คน โดยการนำเสนอข้อมูลใน 2 ลักษณะ คือ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ซึ่งได้ผลการศึกษาดังตารางที่ 2- 6

ตารางที่ 6 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน พฤติกรรมความก้าวร้าวทางกายของนักเรียน อาชีวศึกษาของกลุ่มทดลอง ระยะก่อนทดลอง ระยะระหว่างทดลอง ระยะหลังทดลอง และระยะติดตามผล

พฤติกรรมความก้าวร้าวทางกาย	ก่อน		ระหว่าง		หลัง		ติดตาม	
	\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.
ถ้าครูหรือผู้ใหญ่สั่งให้ทำในสิ่งที่ฉันไม่พอใจ ฉันจะขัดขืนและไม่ทำตาม	3.87	0.90	2.60	0.93	2.10	0.84	2.17	1.29
ฉันเคยทำทำล้อเลียน	3.83	0.99	2.60	0.93	1.73	0.98	2.00	0.87
ขี้อบกพร่องของเพื่อน เพื่อยั่วให้เขาโกรธ								
ฉันแสดงให้คนที่ฉันไม่พอใจรู้ว่าฉันไม่พอใจเขา โดยกระแทกของเสียงดังต่อหน้าเขา	3.97	1.13	2.83	1.02	1.77	0.86	2.00	1.23
ถ้าเพื่อนแกล้งขวางทางเดิน ฉันจะผลักให้เพื่อนพ้นทางเดินไป	4.30	0.84	2.83	0.91	2.07	0.87	1.70	0.79
ฉันจะขว้างของที่อยู่ในมือใส่คนที่มาทำร้ายฉันก่อน	4.23	0.86	2.77	1.17	1.80	0.81	1.87	1.11
ถ้าฉันมีไม้หรือสิ่งของอยู่ใกล้มือ ฉันจะคว้ามาตีคนที่มาทำให้ฉันโกรธ	3.93	1.01	2.50	1.20	1.77	0.86	1.63	0.89
ฉันเคยมีเรื่องทะเลาะเบาะแว้งกับผู้อื่น จนเกิดการชกต่อยตบตีกันขึ้น	3.97	1.03	2.60	1.25	1.83	0.83	2.07	1.20
ฉันจะขว้างปาสิ่งของใส่คนที่ทำให้ฉันโกรธมาก	3.87	0.97	2.37	1.13	1.90	0.96	1.67	0.76

พฤติกรรมความก้าวร้าว ทางกาย	ก่อน		ระหว่าง		หลัง		ติดตาม	
	\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.
ฉันเคยแกล้งเพื่อน เช่น ชัดขา ดึงผม หรือทำให้เดือดร้อน รำคาญเพราะสนุกดี	4.03	0.93	2.63	0.89	1.97	1.03	2.47	1.22
เมื่อฉันอยากดูของของเพื่อน ฉันเคยถือโอกาสแย่งมา ดูก่อน	4.00	1.14	2.33	0.71	1.73	1.01	1.37	0.72
ถ้าใครทำสิ่งของของฉัน เสียหาย ฉันจะทำให้ของของ คนนั้นเสียหายเป็นการตอบ แทนบ้าง	4.07	0.83	2.23	1.01	1.87	1.11	1.37	0.81
ฉันเคยแกล้งผู้ที่อ่อนแอกว่า เช่น การยื่นขวางทางเดิน	4.10	0.71	2.20	0.92	1.50	0.94	1.63	0.81
ถ้าใครหัวเราะเมื่อฉันทำผิด ฉันจะไปพูดทำร้ายจิตใจเขา เป็นการตอบแทนบ้าง	3.90	0.99	2.07	0.58	1.83	0.83	1.60	0.89
ถ้าใครตั้งใจทำให้ฉันได้รับ ความอับอาย ฉันจะต้องทำ ให้เขาเจ็บเช่นกัน	3.93	1.05	2.20	0.96	1.87	0.90	1.67	0.92
ถ้าครูหรือผู้ใหญ่ห้ามโดยไม่มี เหตุผล ฉันจะทำตรงข้ามกับ สิ่งที่ถูกห้ามนั้น	3.93	1.05	2.50	0.94	2.00	1.02	1.70	0.79
ถ้าฉันต้องถูกลงโทษโดยไม่มี เหตุผล ฉันจะแสดงท่าที่ไม่ พอใจ โดยการทำลายสิ่งของ	3.97	1.07	2.27	0.94	2.07	0.91	1.53	0.78
เมื่อฉันมีความขัดแย้งกับ ผู้อื่นและถูกทำทนายให้ต่อสู้ กัน ฉันก็จะไม่ปฏิเสธเลย	3.97	0.96	2.80	1.16	2.17	1.32	1.87	1.11

พฤติกรรมความก้าวร้าว ทางกาย	ก่อน		ระหว่าง		หลัง		ติดตาม	
	\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.
เมื่อฉันไม่พอใจการกระทำ ของใครบางคน ฉันก็เคยทำ เขาให้พิสูจน์ว่าใครจะต่อสู้ได้ ดีกว่ากัน	4.03	0.67	2.27	1.01	1.97	0.96	1.70	1.21
ถ้าฉันถูกดูค่า ฉันจะระบาย ความโกรธ โดยทำให้สิ่งของ ของส่วนรวมเสียหาย	4.10	0.84	2.40	1.22	1.90	0.99	1.27	0.52
ฉันเคยข่มขู่เพื่อนเพื่อขอของ ที่ฉันต้องการจากเขา	3.90	0.88	2.47	1.17	1.70	0.70	1.53	0.82
ฉันจะสั่งให้ลูกน้องนำของที่ ฉันต้องการมาให้ฉัน	4.13	0.78	2.27	1.01	1.87	0.86	1.57	1.01
เมื่อพบกับบางคนที่ไม่ชอบ หน้ากัน ฉันเคยแหย้ให้เขาไม่ พอใจกัน	4.00	0.79	2.40	0.93	2.07	1.05	1.67	0.92
ฉันเคยแกล้งรุ่นน้องในสิ่งที่ ทำให้เขาอับอาย	4.03	0.81	2.23	0.82	1.70	1.06	1.53	0.57
ฉันเคยเอาของเพื่อนไปซ่อน เพื่อให้เพื่อนอารมณ์เสีย	4.13	0.68	2.53	1.20	2.07	0.91	1.97	1.00
ฉันแอบเอาสิ่งที่เพื่อนเกลียด กลัวไว้ในกระเป๋า หรือโต๊ะ ของเขาเพื่อความสนุกสนาน	4.10	0.76	2.90	1.24	1.83	0.87	1.77	0.94
ฉันเขียนคำหยาบคายบนโต๊ะ หรือผนังเพื่อระบายความคับ แค้นใจ	4.20	0.71	2.37	1.07	1.47	0.73	1.50	0.68
เมื่อฉันเกิดความโกรธแค้น ฉันเคยทำให้สิ่งของ ของ ส่วนรวมเสียหาย	4.23	0.68	2.03	0.96	1.63	0.85	1.33	0.61

พฤติกรรมความก้าวร้าว ทางกาย	ก่อน		ระหว่าง		หลัง		ติดตาม	
	\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.
ฉันเคยเขียนว่าบางคนที่ฉันไม่ พอใจ ในสถานที่สาธารณะ เช่น ห้องน้ำ เพราะจะไม่มีใคร รู้ว่าฉันเป็นคนทำ	4.30	0.60	2.17	1.09	1.53	0.78	1.13	0.43
ฉันเคยหยอกล้อเล่นกับเพื่อน แล้วได้รับบาดเจ็บ ฉัน ควบคุมความโกรธไม่ได้ จึง ต้องทำให้เขาบาดเจ็บเช่นกัน	4.30	0.60	2.33	0.99	2.17	0.99	1.73	0.83
เมื่อเพื่อนถูกทำร้าย ฉันเคย เข้าไปร่วมต่อสู้เพื่อช่วยเหลือ เพื่อน	4.23	0.68	2.57	1.10	1.93	1.26	2.00	1.44
หากมีกรณีขัดแย้งกับผู้อื่น ฉันจะแก้ปัญหาด้วยการใช้ กำลังตัดสิน	4.13	0.68	2.43	1.14	2.00	0.98	1.93	1.17
เมื่อไม่ได้รับความยุติธรรม ฉันเคยทำให้สิ่งของเสียหาย เพื่อเป็นการระบายอารมณ์	4.03	0.67	2.67	1.09	2.10	1.12	1.73	0.91
เมื่อไม่พอใจผู้อื่น ฉันจะทำให้ เสื้อผ้า ของใช้ของเขาเปื้อน เปื้อน	4.03	0.67	2.30	1.15	2.00	0.98	1.63	1.10
รวม	4.05	0.85	2.44	1.03	1.77	0.94	1.71	0.92

จากตารางที่ 6 แสดงให้เห็นว่า พฤติกรรมความก้าวร้าวทางกายของนักเรียน อาชีวศึกษาของกลุ่มทดลอง ในภาพรวม ก่อนการทดลอง มีพฤติกรรมอยู่ในระดับพอใช้ ($\bar{X}=4.05$, S.D.=0.85) ระหว่างการทดลอง มีพฤติกรรมอยู่ในระดับดี ($\bar{X}=2.44$, S.D.=1.03) หลังการทดลอง มีพฤติกรรมอยู่ในระดับดี ($\bar{X}=1.77$, S.D.=0.94) และระยะการติดตามผล มีพฤติกรรมอยู่ในระดับดี ($\bar{X}=1.71$, S.D.=0.92) แสดงให้เห็นว่า การใช้โปรแกรมกิจกรรม

นันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการแนวทางการปรับพฤติกรรมทางปัญญา สามารถลดพฤติกรรมก้าวร้าวทางกายของนักเรียนอาชีวศึกษาซึ่งเป็นกลุ่มทดลองได้อย่างต่อเนื่องและเห็นผลได้อย่างยั่งยืน

ตารางที่ 7 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน พฤติกรรมความก้าวร้าวทางวาจาของนักเรียนอาชีวศึกษาของกลุ่มทดลอง ระยะเวลาก่อนทดลอง ระยะเวลาระหว่างทดลอง ระยะเวลาหลังทดลอง และระยะติดตามผล

พฤติกรรมความก้าวร้าวทางวาจา	ก่อน		ระหว่าง		หลัง		ติดตาม	
	\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.
เมื่อมีเรื่องขัดแย้งกับเพื่อนฉันมักจะโต้เถียงเพื่อเอาชนะ	4.17	0.95	2.47	0.82	2.67	0.96	2.40	1.10
เมื่อเพื่อนตักเตือนในเรื่องส่วนตัว ฉันจะไม่พอใจ และพูดว่าไม่ต้องมายุ่งเรื่องส่วนตัวของฉัน	3.87	1.07	2.50	0.90	1.97	0.81	2.07	1.20
ถ้าฉันไม่พอใจเพื่อนหรือผู้อื่น ฉันจะพูดประชด เพื่อให้เขารู้ตัว	4.10	0.88	2.37	0.96	2.10	0.76	1.80	1.03
ฉันไม่เคยทำเสียงดังรบกวนขณะครูสอน	3.93	1.05	2.57	1.01	2.27	0.83	2.50	0.82
ฉันจะพูดจาเยาะเย้ยผู้ที่เคยตำหนิความผิดพลาดของฉัน ถ้าเขาทำผิดพลาดบ้าง	4.03	0.85	2.37	0.89	2.20	1.06	2.03	0.89
ฉันจะพูดยั่วให้เพื่อนโกรธเพราะสนุกดี	3.80	1.13	2.60	1.22	2.17	0.83	1.63	0.85
ถ้าสิ่งของของฉันถูกทำให้เสียหายโดยไม่รู้ว่ามีใครทำ ฉันจะสาปแช่งคนที่ทำ	3.90	0.80	2.67	1.24	1.80	0.81	1.33	0.66

พฤติกรรมความก้าวร้าว ทางวาจา	ก่อน		ระหว่าง		หลัง		ติดตาม	
	\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.
ฉันมักล้อชื่อพ่อแม่เพื่อน เพราะสนุกดี	3.77	1.07	2.80	1.13	1.83	0.99	1.50	0.86
เมื่อมีใครห้ามฉันไม่ให้ทำ บางสิ่ง แต่เขายังทำสิ่งนั้น ฉันจะพูดย้อนว่าให้กับเขา ทันที	4.03	0.89	2.43	0.94	2.30	0.99	2.20	1.03
เมื่อฉันทำผิดและไม่อยากให้ผู้ อื่นรู้ฉันจะพูดโกหก	4.00	0.95	2.37	0.81	2.03	0.76	1.77	0.73
ถ้าใครแกล้งฉัน ฉันจะพูดไม่ ดีกับเขาเพราะไม่พอใจ	3.93	0.98	2.47	0.86	2.07	0.94	1.43	0.82
ถ้าฉันรู้ว่าคนอื่นแอบไป นินทา ฉันจะไปพูดไม่ดีกับ เขาเป็นการตอบแทน	4.07	1.08	2.53	0.90	1.80	0.81	1.40	0.72
เมื่อเพื่อนทำให้ฉันโกรธ ฉัน เคยพูดข่มขู่เพื่อน	3.90	0.96	2.43	0.94	2.03	0.76	1.73	0.87
ฉันจะพูดคำหยาบ หรือด่า เมื่อฉันไม่พอใจใคร	4.00	1.05	2.93	1.17	2.53	0.73	1.67	1.06
ถ้าฉันไม่ชอบเพื่อนคนไหน ฉันจะพูดจาสบประมาทให้ เขาเจ็บใจ	3.80	1.00	2.57	1.01	1.83	0.91	1.67	0.96
ฉันมักจะตั้งฉายาให้เพื่อนที่มี ปมด้อยในเรื่องต่าง ๆ	3.90	1.12	3.00	1.08	1.97	1.03	1.93	1.17
ถ้าฉันถูกผู้ใหญ่ลงโทษ โดย ฉันคิดว่า ฉันไม่ผิดฉันจะ โต้เถียง	3.90	1.06	2.87	1.22	2.17	0.87	2.07	1.20
ฉันมักจะใช้คำหยาบพูด ระบายเมื่อเกิดความไม่พอใจ	3.93	1.14	3.10	0.99	2.33	1.15	2.13	1.53

พฤติกรรมความก้าวร้าว ทางวาจา	ก่อน		ระหว่าง		หลัง		ติดตาม	
	\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.
ถ้าใครทำให้ฉันอับอายหรือ โกรธแค้น ฉันจะพูดให้เขาอับ อายเป็นการแก้แค้น	3.80	1.06	2.93	1.05	1.87	1.01	1.70	0.60
ถ้าฉันถูกกล่าวหาว่าผิด แต่ ฉันไม่ผิด ฉันจะแสดง พฤติกรรมตอบโต้ โดยเข้าไป ต่อว่าเขาทันที	3.77	1.25	2.77	0.97	2.37	0.96	2.67	1.40
ถ้าคนอื่นมาพูดไม่ดีกับฉัน ฉันจะพูดไม่ดีกับเขากลับไป ทันที	3.80	1.10	2.87	1.22	2.30	0.99	2.53	1.53
ฉันเคยตำผู้ที่กล่าวหาฉัน	3.77	1.04	3.00	1.02	2.20	0.76	1.73	0.91
เมื่อฉันมีความคิดเห็นไม่ตรง กับผู้อื่น ฉันเคยพูดประชด เขา	4.30	0.60	2.50	1.04	1.90	0.84	1.45	0.69
ถ้ามีการแข่งขันระหว่างห้อง ฉันจะพูดทำร้ายฝ่ายตรง ข้าม	4.27	0.58	2.50	1.17	2.10	1.12	1.77	0.94
รวม	3.95	0.99	2.65	1.02	2.12	0.90	1.88	0.98

จากตารางที่ 7 แสดงให้เห็นว่า พฤติกรรมความก้าวร้าวทางวาจาของนักเรียนอาชีวศึกษาของกลุ่มทดลองในภาพรวม ก่อนการทดลอง มีพฤติกรรมอยู่ในระดับพอใช้ ($\bar{X} = 3.95$, S.D.=0.99) ระหว่างการทดลอง มีพฤติกรรมอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 2.65$, S.D.=1.02) หลังการทดลอง มีพฤติกรรมอยู่ในระดับดี ($\bar{X} = 2.12$, S.D.=0.90) และระยะการติดตามผล มีพฤติกรรมอยู่ในระดับดี ($\bar{X} = 1.88$, S.D.=0.98) แสดงให้เห็นว่า การใช้โปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการแนวความคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา สามารถลดพฤติกรรมความก้าวร้าวทางวาจาของนักเรียนอาชีวศึกษาซึ่งเป็นกลุ่มทดลองลงได้อย่างต่อเนื่อง และเห็นผลได้อย่างยั่งยืน

ตารางที่ 8 อาชีพศึกษาของกลุ่มควบคุม ระยะก่อนทดลอง ระยะระหว่างทดลอง ระยะหลังทดลอง และระยะติดตามผล

พฤติกรรมความก้าวร้าว ทางกาย	ก่อน		ระหว่าง		หลัง		ติดตาม	
	\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.
ถ้าครูหรือผู้ใหญ่สั่งให้ทำใน สิ่งที่ฉันไม่พอใจ ฉันจะขัดขืน และไม่ทำตาม	2.60	0.93	2.10	0.84	2.17	1.29	2.23	1.25
ฉันเคยทำท่าล้อเลียน ข้อบกพร่องของเพื่อน เพื่อยั่ว ให้เขาโกรธ	2.60	0.93	2.10	0.99	2.00	0.87	2.00	0.87
ฉันแสดงให้คนที่ฉันไม่พอใจรู้ ว่าฉันไม่พอใจเขา โดย กระแทกของเสียงดังต่อหน้า เขา	2.83	1.02	1.87	0.82	2.00	1.23	2.00	1.23
ถ้าใครทำสิ่งของของฉัน เสียหาย ฉันจะทำให้ของของ คนนั้นเสียหายเป็นการตอบ แทนบ้าง	2.47	1.22	2.20	1.16	1.37	0.81	1.37	0.81
ฉันเคยแกล้งเพื่อน เช่น ขัดขา ดึงผม หรือทำให้เดือดร้อน รำคาญเพราะสนุกดี	2.90	1.06	2.30	1.21	2.47	1.22	2.47	1.22
ฉันเคยมีเรื่องทะเลาะเบาะ แว้งกับผู้อื่น จนเกิดการชก ต่อยตบตีกันขึ้น	2.73	1.31	1.97	0.89	2.07	1.20	2.07	1.20
ถ้าเพื่อนแกล้งขวางทางเดิน ฉันจะผลักให้เพื่อนพัน ทางเดินไป	2.83	0.91	2.10	0.84	1.97	0.89	1.97	0.89

พฤติกรรมความก้าวร้าว ทางกาย	ก่อน		ระหว่าง		หลัง		ติดตาม	
	\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.
ถ้าฉันมีไม้หรือสิ่งของอยู่ใกล้ มือ ฉันจะคว้ามาตีคนที่มาทำ ให้ฉันโกรธ	2.63	1.27	1.80	0.85	1.87	0.94	1.87	0.94
ฉันจะขว้างของที่อยู่ในมือใส่ คนที่มาทำร้ายฉันก่อน	2.77	1.17	2.03	1.00	2.17	1.12	2.17	1.12
เมื่อฉันอยากดูของของเพื่อน ฉันเคยถือโอกาสแย่งมา ดูก่อน	2.57	0.94	1.93	1.14	1.37	0.72	1.37	0.72
ฉันเคยแกล้งผู้ที่อ่อนแอกว่า เช่น การยื่นขวางทางเดิน	2.47	1.14	1.83	0.95	1.63	0.81	1.63	0.81
ถ้าใครหัวเราะเมื่อฉันทำผิด ฉันจะไปพูดทำร้ายจิตใจเขา เป็นการตอบแทนบ้าง	2.30	0.88	2.00	0.83	1.60	0.89	1.60	0.89
ถ้าใครตั้งใจทำให้ฉันได้รับ ความอับอาย ฉันจะต้องทำ ให้เขาเจ็บเช่นกัน	2.47	1.20	2.07	0.87	1.77	0.94	1.77	0.94
ฉันจะขว้างปาสิ่งของใส่คนที่ ทำให้ฉันโกรธมาก	2.37	1.13	1.90	0.96	1.67	0.76	1.67	0.76
ถ้าฉันต้องถูกลงโทษโดยไม่มี เหตุผล ฉันจะแสดงท่าที่ไม่ พอใจ โดยการทำลายสิ่งของ	2.50	1.11	2.07	0.91	1.57	0.77	1.57	0.77
ถ้าครูหรือผู้ใหญ่ห้ามโดยไม่มี เหตุผล ฉันจะทำตรงข้ามกับ สิ่งที่ถูกห้ามนั้น	2.77	1.10	2.20	1.13	1.73	0.78	1.73	0.78
เมื่อฉันมีความขัดแย้งกับ ผู้อื่นและถูกทำร้ายให้ต่อสู้ กัน ฉันก็จะไม่ปฏิเสธเลย	2.80	1.16	2.17	1.32	2.07	1.20	2.07	1.20

พฤติกรรมความก้าวร้าว ทางกาย	ก่อน		ระหว่าง		หลัง		ติดตาม	
	\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.
เมื่อฉันไม่พอใจการกระทำ ของใครบางคน ฉันก็เคยทำ เขาให้พิสูจน์ว่าใครจะต่อสู้ได้ ดีกว่ากัน	2.27	1.01	2.27	0.91	1.83	1.26	1.83	1.26
ถ้าฉันถูกดูค่า ฉันจะระบาย ความโกรธ โดยทำให้สิ่งของ ของส่วนรวมเสียหาย	2.40	1.22	1.90	0.99	1.27	0.52	1.27	0.52
ฉันเคยข่มขู่เพื่อนเพื่อขอของ ที่ฉันต้องการจากเขา	2.47	1.17	1.70	0.70	1.53	0.82	1.53	0.82
ฉันจะสั่งให้ลูกน้องนำของที่ ฉันต้องการมาให้ฉัน	2.27	1.01	1.87	0.86	1.57	1.01	1.57	1.01
เมื่อพบกับบางคนที่ไม่ชอบ หน้ากัน ฉันเคยแหยให้เขาไม่ พอใจกัน	2.57	1.01	2.13	1.04	1.67	0.92	1.67	0.92
ฉันเคยแกล้งรุ่นน้องในสิ่งที่ ทำให้เขาอับอาย	2.50	0.97	1.77	1.04	1.53	0.57	1.53	0.57
ฉันเคยแกล้งรุ่นน้องในสิ่งที่ ทำให้เขาอับอาย	2.50	0.97	1.77	1.04	1.53	0.57	1.53	0.57
ฉันเคยเอาของเพื่อนไปซ่อน เพื่อให้เพื่อนอารมณ์เสีย	2.80	1.30	2.07	0.91	1.97	1.00	2.03	1.00
ฉันแอบเอาสิ่งที่เพื่อนเกลียด กลัวใส่ในกระเป๋า หรือโต๊ะ ของเขาเพื่อความสนุกสนาน	2.90	1.24	2.13	0.90	1.77	0.94	1.83	0.95
ฉันเขียนคำหยาบคายบนโต๊ะ หรือผนังเพื่อระบายความคับ แค้นใจ	2.70	1.21	1.90	1.06	1.50	0.68	1.57	0.73

พฤติกรรมความก้าวร้าว ทางกาย	ก่อน		ระหว่าง		หลัง		ติดตาม	
	\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.
เมื่อฉันเกิดความโกรธแค้น ฉันเคยทำให้สิ่งของ ของ ส่วนรวมเสียหาย	2.30	1.24	1.97	1.00	1.33	0.61	1.47	0.73
ฉันเคยเขียนว่าบางคนที่ไม่ พอใจ ในสถานที่สาธารณะ เช่น ห้องน้ำ เพราะจะไม่มีใคร รู้ว่าฉันเป็นคนทำ	2.37	1.22	1.73	0.98	1.27	0.69	1.33	0.76
ฉันเคยหยอกล้อเล่นกับเพื่อน แล้วได้รับบาดเจ็บ ฉัน ควบคุมความโกรธไม่ได้ จึง ต้องทำให้เขาบาดเจ็บเช่นกัน	2.43	1.04	2.17	0.99	1.83	0.79	1.83	0.79
เมื่อไม่ได้รับความยุติธรรม ฉันเคยทำให้สิ่งของเสียหาย เพื่อเป็นการระบายอารมณ์	2.67	1.09	2.17	1.09	1.73	0.91	1.73	0.91
เมื่อเพื่อนถูกทำร้าย ฉันเคย เข้าไปร่วมต่อสู้เพื่อช่วยเหลือ เพื่อน	2.63	1.13	2.33	1.32	2.50	1.55	2.50	1.55
เมื่อไม่พอใจผู้อื่น ฉันจะทำให้ เสื้อผ้า ของใช้ของเขาเปื้อน	2.30	1.15	2.00	0.98	1.63	1.10	1.63	1.10
ฉันเคยหยอกล้อเล่นกับเพื่อน แล้วได้รับบาดเจ็บ ฉัน ควบคุมความโกรธไม่ได้ จึง ต้องทำให้เขาบาดเจ็บเช่นกัน	2.43	1.04	2.17	0.99	1.83	0.79	1.83	0.79
หากมีกรณีขัดแย้งกับผู้อื่น ฉันจะแก้ปัญหาด้วยการใช้ กำลังตัดสิน	2.50	1.14	2.37	1.00	1.93	1.17	1.93	1.17

จากตารางที่ 8 แสดงให้เห็นว่า พฤติกรรมความก้าวร้าวทางกายของนักเรียน อาชีวศึกษาของกลุ่มควบคุม ในภาพรวม ก่อนการทดลอง มีพฤติกรรมอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 2.57$, S.D.=1.11) ระหว่างการทดลอง มีพฤติกรรมอยู่ในระดับดี ($\bar{X} = 2.03$, S.D.=0.98) หลังการทดลอง มีพฤติกรรมอยู่ในระดับดี ($\bar{X} = 1.88$, S.D.=0.94) และระยะการติดตามผล มีพฤติกรรมอยู่ในระดับดี ($\bar{X} = 1.78$, S.D.=0.95) ตามลำดับ

ตารางที่ 9 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน พฤติกรรมความก้าวร้าวทางวาจาของนักเรียน อาชีวศึกษาของกลุ่มควบคุม ระยะก่อนทดลอง ระยะระหว่างทดลอง ระยะหลังทดลอง และระยะติดตามผล

พฤติกรรมความก้าวร้าว ทางวาจา	ก่อน		ระหว่าง		หลัง		ติดตาม	
	\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.
เมื่อมีเรื่องขัดแย้งกับเพื่อน ฉันมักจะโต้เถียงเพื่อเอาชนะ	2.47	0.82	2.67	0.96	2.40	1.10	2.40	1.10
เมื่อเพื่อนตักเตือนในเรื่อง ส่วนตัว ฉันจะไม่พอใจ และ พูดว่าไม่ต้องมายุ่งเรื่อง ส่วนตัวของฉัน	2.50	0.90	1.97	0.93	2.07	1.20	2.17	1.21
ถ้าฉันไม่พอใจเพื่อนหรือผู้อื่น ฉันจะพูดประชด เพื่อให้เขา รู้ตัว	2.37	0.96	2.07	0.78	2.10	1.09	2.17	0.95
ฉันไม่เคยทำเสียงดังรบกวน ขณะครูสอน	2.57	1.01	2.47	0.97	2.50	0.82	2.50	0.82
เมื่อฉันทำผิดและไม่อยากให้ ผู้อื่นรู้ฉันจะพูดโกหก	2.67	1.12	2.10	0.84	1.90	0.71	1.90	0.71
เมื่อมีใครห้ามฉันไม่ให้ทำ บางสิ่ง แต่เขายังทำสิ่งนั้น ฉันจะพูดย้อนว่าให้กับเขา ทันที	2.43	0.94	2.30	0.99	2.20	1.03	2.23	1.04

พฤติกรรมความก้าวร้าว ทางวาจา	ก่อน		ระหว่าง		หลัง		ติดตาม	
	\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.
ฉันจะพุดจาเยาะเย้ยผู้ที่เคย ตำหนิความผิดพลาดของฉัน ถ้าเขาทำผิดพลาดบ้าง	2.50	1.01	2.20	1.06	2.27	0.98	2.40	0.93
ฉันมักล้อชื่อพ่อแม่เพื่อน เพราะสนุกดี	2.80	1.13	1.83	1.02	1.50	0.86	1.70	0.95
ฉันจะพุดยั่วให้เพื่อนโกรธ เพราะสนุกดี	2.60	1.22	2.17	0.83	2.20	1.03	2.27	1.01
ถ้าฉันรู้ว่าคนอื่นแอบไป นินทา ฉันจะไปพุดไม่ดีกับ เขาเป็นการตอบแทน	2.53	0.90	1.80	0.81	1.63	0.89	1.63	0.89
ถ้าใครแกล้งฉัน ฉันจะพุดไม่ ดีกับเขาเพราะไม่พอใจ	2.57	1.07	2.07	0.94	2.13	1.25	2.13	1.25
ถ้าสิ่งของของฉันถูกทำให้ เสียหายโดยไม่รู้ว่าเป็นใครทำ ฉัน จะสาปแช่งคนที่ทำ	2.83	1.29	1.80	0.81	1.60	0.77	1.60	0.77
ถ้าฉันไม่ชอบเพื่อนคนไหน ฉันจะพุดจาสบประมาทให้ เขาเจ็บใจ	2.80	1.19	1.83	0.91	1.67	0.96	1.77	0.94
เมื่อเพื่อนทำให้ฉันโกรธ ฉัน เคยพุดข่มขู่เพื่อน	2.60	1.00	2.03	0.76	1.73	0.87	1.73	0.87
ถ้าใครทำให้ฉันอับอายหรือ โกรธแค้น ฉันจะพุดให้เขาอับ อายเป็นการแก้แค้น	2.93	1.05	1.87	1.01	1.70	0.60	1.90	0.66
ฉันจะพุดคำหยาบ หรือด่า เมื่อฉันไม่พอใจใคร	3.07	1.14	2.53	0.73	3.03	1.19	2.97	1.13
ถ้าฉันถูกกล่าวหาว่าผิด แต่ ฉันไม่ผิด ฉันจะแสดง	2.97	1.00	2.37	0.96	2.67	1.40	2.63	1.22

พฤติกรรมความก้าวร้าว ทางวาจา	ก่อน		ระหว่าง		หลัง		ติดตาม	
	\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.
พฤติกรรมตอบโต้ โดยเข้าไป ต่อว่าเขาทันที								
ฉันมักจะตั้งฉายาให้เพื่อนที่มี ปมด้อยในเรื่องต่าง ๆ	3.00	1.08	1.97	1.03	1.93	1.17	1.93	1.17
ถ้าฉันถูกผู้ใหญ่ลงโทษ โดย ฉันคิดว่า ฉันไม่ผิดฉันจะ ได้เถียง	2.87	1.22	2.30	0.99	2.50	1.07	2.50	1.07
ถ้าคนอื่นมาพูดไม่ดีกับฉัน ฉันจะพูดไม่ดีกับเขากลับไป ทันที	2.87	1.22	2.40	1.00	3.03	1.25	3.03	1.25
ฉันมักจะใช้คำหยาบพูด ระบายเมื่อเกิดความไม่พอใจ	3.10	0.99	2.47	1.11	3.03	1.33	3.07	1.31
ถ้ามีการแข่งขันระหว่างห้อง ฉันจะพูดทำทนายฝ่ายตรง ข้าม	2.57	1.17	2.27	1.11	1.87	0.94	1.87	0.94
เมื่อฉันมีความคิดเห็นไม่ตรง กับผู้อื่น ฉันเคยพูดประชด เขา	2.60	1.13	2.00	0.83	1.67	0.92	1.69	0.93
ฉันเคยตำผู้ที่กล่าวหาฉัน	3.00	1.02	2.30	0.70	2.53	0.78	2.50	0.73
รวม	2.72	1.07	2.16	0.92	2.16	1.01	2.20	0.99

จากตารางที่ 9 แสดงให้เห็นว่า พฤติกรรมความก้าวร้าวทางวาจาของนักเรียน อาชีวศึกษาของกลุ่มควบคุม ในภาพรวม ก่อนการทดลอง มีพฤติกรรมอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 2.72$, S.D.=1.07) ระหว่างการทดลอง มีพฤติกรรมอยู่ในระดับดี ($\bar{X} = 2.16$, S.D.=0.92) หลังการทดลอง มีพฤติกรรมอยู่ในระดับดี ($\bar{X} = 2.16$, S.D.=1.01) และระยะการติดตามผล มีพฤติกรรมอยู่ในระดับดี ($\bar{X} = 2.20$, S.D.=0.99) ตามลำดับ

ตอนที่ 3 การเปรียบเทียบผลของโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการแนวความคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา ก่อนการทดลอง ระหว่างการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

1. การเปรียบเทียบความแตกต่างคะแนนค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมความก้าวร้าวของกลุ่มทดลอง ก่อนการทดลอง ระหว่างทดลอง หลังการทดลอง และระยะการติดตามผล โดยการหาค่าความแปรปรวนร่วม Analysis of Covariance (ANCOVA) และเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ ตามวิธีของตุ๊กกีเอ (Turkey's a) ดังตารางที่ 8- 9

ตารางที่ 10 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วมของคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาของกลุ่มทดลอง ระยะก่อนการทดลอง ระหว่างทดลอง หลังการทดลอง และระยะการติดตามผล

การทดลอง	แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F	p
ก่อนทดลอง	ระหว่างกลุ่ม	2	1.12	0.56	3.06	0.06
	ภายในกลุ่ม	27	4.94	0.18		
	รวม	29	6.06			
ระหว่างการทดลอง	ระหว่างกลุ่ม	2	2.41	1.20	9.08*	0.00
	ภายในกลุ่ม	27	3.58	0.13		
	รวม	29	5.98			
หลังการทดลอง	ระหว่างกลุ่ม	2	2.83	1.42	6.14*	0.01
	ภายในกลุ่ม	27	6.23	0.23		
	รวม	29	9.06			
ระยะการติดตามผล	ระหว่างกลุ่ม	2	1.07	0.53	4.44*	0.02
	ภายในกลุ่ม	27	3.25	0.12		
	รวม	29	4.31			

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตารางที่ 10 แสดงให้เห็นว่า ผลการทดสอบความแปรปรวนร่วมของคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษากลุ่มทดลอง ก่อนการทดลองมีพฤติกรรมความก้าวร้าวไม่แตกต่างกัน เมื่อศึกษาในระหว่างทดลอง หลังการทดลอง และระยะการติดตามผล กลุ่มทดลอง มีพฤติกรรมความก้าวร้าวแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

เพื่อให้ทราบว่าระยะใดของกลุ่มทดลองมีความแตกต่างกัน ผู้วิจัยจึงทำการทดสอบความแตกต่างรายคู่ด้วยวิธีของตุกีเอ (Turkey's a) ดังผลการทดสอบในตารางที่ 9

ตารางที่ 11 ผลการทดสอบความแตกต่างรายคู่ของคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาของกลุ่มทดลอง ระยะก่อนการทดลอง ระหว่างทดลอง หลังการทดลอง และระยะการติดตามผล ตามวิธีของตุกีเอ (Turkey's a)

การทดลอง		ก่อนการทดลอง	ระหว่างการทดลอง	หลังการทดลอง	ระยะการติดตามผล
	\bar{X}	4.00	2.55	1.95	1.80
ก่อนการทดลอง	4.00	-	1.45	2.05	2.20
ระหว่างการทดลอง	2.55		-	0.60*	0.75*
หลังการทดลอง	1.95			-	0.15*
ระยะการติดตามผล	1.80				-

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตารางที่ 11 แสดงให้เห็นว่า คะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษากลุ่มทดลอง โดยระหว่างทดลอง แตกต่างจากหลังการทดลอง และระยะการติดตามผล และหลังการทดลอง แตกต่างจากระยะการติดตามผล อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยระหว่างทดลอง มีพฤติกรรมความก้าวร้าวมากกว่าหลังการทดลอง และระยะการติดตามผล และหลังการทดลอง มีพฤติกรรมความก้าวร้าวมากกว่าระยะการติดตามผล

2. การเปรียบเทียบความแตกต่างคะแนนค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมความก้าวร้าวของกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลอง ระหว่างทดลอง หลังการทดลอง และระยะการติดตามผล โดยการหาค่าความแปรปรวน Analysis of Covariance (ANCOVA) และเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ตามวิธีของตุ๊กกีเอ (Turkey's a) ดังตารางที่ 8- 10

ตารางที่ 12 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วมของคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาของกลุ่มควบคุม ระยะก่อนการทดลอง ระหว่างทดลอง หลังการทดลอง และระยะการติดตามผล

การทดลอง	แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F	p
ก่อนทดลอง	ระหว่างกลุ่ม	2	0.68	0.34	0.96	0.39
	ภายในกลุ่ม	27	9.57	0.35		
	รวม	29	10.25			
ระหว่างทดลอง	ระหว่างกลุ่ม	2	3.36	1.68	6.07*	0.01
	ภายในกลุ่ม	27	7.46	0.28		
	รวม	29	10.82			
หลังการทดลอง	ระหว่างกลุ่ม	2	2.22	1.11	4.60*	0.02
	ภายในกลุ่ม	27	6.51	0.24		
	รวม	29	8.73			
ระยะการติดตามผล	ระหว่างกลุ่ม	2	2.14	1.07	4.80*	0.02
	ภายในกลุ่ม	27	6.01	0.22		
	รวม	29	8.14			

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตารางที่ 12 แสดงให้เห็นว่า ผลการทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษากลุ่มควบคุม ก่อนการทดลองมีพฤติกรรมความก้าวร้าวไม่แตกต่างกัน เมื่อศึกษาในระหว่างทดลอง หลังการทดลอง และระยะการติดตามผล กลุ่มควบคุม มีพฤติกรรมความก้าวร้าวแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 13 ผลการทดสอบความแตกต่างรายคู่ของคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาของกลุ่มควบคุม ระยะก่อนการทดลอง ระหว่างทดลอง หลังการทดลอง และระยะการติดตามผล ตามวิธีของตุกีเอ (Turkey's a)

การทดลอง	\bar{X}	ก่อนการทดลอง	ระหว่างการทดลอง	หลังการทดลอง	ระยะการติดตามผล
		ทดลอง	ทดลอง	ทดลอง	ติดตามผล
	\bar{X}	2.65	2.10	2.02	1.99
ก่อนการทดลอง	2.65	-	0.55	0.63	0.66
ระหว่างการทดลอง	2.10		-	0.08*	0.11*
หลังการทดลอง	2.02			-	0.03
ระยะการติดตามผล	1.99				-

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตารางที่ 13 แสดงให้เห็นว่า คะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาของกลุ่มควบคุม โดยระหว่างทดลอง แตกต่างจากหลังการทดลอง และระยะการติดตามผล อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยระหว่างทดลอง มีพฤติกรรมความก้าวร้าวมากกว่าหลังการทดลอง และระยะการติดตามผล

3. การเปรียบเทียบความแตกต่างคะแนนค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมความก้าวร้าวหลังการทดลองของกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม โดยการทดสอบค่าที (t-test) ดังตารางที่ 12

ตารางที่ 14 คะแนนเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าที (t-test) ของคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมความก้าวร้าวหลังการทดลอง ของกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม

พฤติกรรมก้าวร้าว	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม		t	p
	(n=30)		(n=30)			
	\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.		
พฤติกรรมก้าวร้าวทางกาย	1.77	0.94	1.88	0.94	-0.83*	0.00
พฤติกรรมก้าวร้าวทางวาจา	2.12	0.90	2.16	1.01	-3.46*	0.00

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตารางที่ 14 แสดงให้เห็นว่า หลังการทดลองใช้โปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา กลุ่มทดลองมีความแตกต่างกันกับกลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมก้าวร่ววน้อยกว่ากลุ่มควบคุม แสดงให้เห็นว่าโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา สามารถช่วยลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาลงได้ อย่างมีประสิทธิภาพ



บทที่ 5

สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การศึกษาเรื่อง การพัฒนาโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการแนวความคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา มีวัตถุประสงค์เพื่อ

- 1) พัฒนาโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการแนวความคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา
- 2) ศึกษาผลของการใช้โปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการแนวความคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา และ
- 3) เปรียบเทียบผลของโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการแนวความคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา ก่อนการทดลอง ระหว่างการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล กลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนอาชีวศึกษาที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช.) ชั้นปีที่ 1 ภาคการศึกษาปลาย ปีการศึกษา 2559 หลักสูตรประกาศนียบัตรวิชาชีพ พุทธศักราช 2556 เทคโนโลยีช่างกลพณิชยการนครราชสีมา จังหวัดนครราชสีมา โดยแบ่งออกเป็นกลุ่มทดลอง จำนวน 30 คน และกลุ่มควบคุม จำนวน 30 คน เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา ได้แก่ 1) โปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการแนวความคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา และ 2) แบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียน จำนวน 57 ข้อ โดยแบ่งออกเป็น พฤติกรรมก้าวร้าวทางกาย 33 ข้อ และพฤติกรรมก้าวร้าวทางวาจา 24 ข้อ โดยวัด 4 ระยะ ได้แก่ ก่อนการทดลอง ระหว่างการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าที (t-test) การหาค่าความแปรปรวนร่วม Analysis of Covariance (ANCOVA) และเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ ตามวิธีของคูกีเอ (Turkey's a) ซึ่งสามารถสรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ ได้ดังนี้

5.1 สรุปผลการวิจัย

ผลการวิจัยเรื่อง การพัฒนาโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการแนวความคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา สามารถสรุปผลการวิจัยได้ดังนี้

1) ได้โปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการแนวความคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาที่มีคุณภาพจากผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 ท่าน โดยพิจารณาความเหมาะสมในด้านความตรงประเด็นตามวัตถุประสงค์ มีค่าเท่ากับ 0.98 (Index of Congruence) สามารถนำผลการทดลองไปใช้ปฏิบัติจริงได้

2) ผลของการใช้โปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการแนวความคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา ของกลุ่มพบว่า พฤติกรรมความก้าวร้าวทางกายลดลงในภาพรวม ก่อนการทดลอง มีพฤติกรรมความก้าวร้าวอยู่ในระดับพอใช้ ($\bar{X} = 4.05$) ระหว่างการทดลอง มีพฤติกรรมอยู่ในระดับดี ($\bar{X} = 2.44$) หลังการทดลอง มีพฤติกรรมอยู่ในระดับดี ($\bar{X} = 1.77$) และระยะการติดตามผล มีพฤติกรรมอยู่ในระดับดี ($\bar{X} = 1.71$) และพฤติกรรมความก้าวร้าวทางวาจาภาพรวม ก่อนการทดลอง มีพฤติกรรมอยู่ในระดับพอใช้ ($\bar{X} = 3.95$) ระหว่างการทดลอง มีพฤติกรรมอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 2.65$) หลังการทดลอง มีพฤติกรรมอยู่ในระดับดี ($\bar{X} = 2.12$) และระยะการติดตามผล มีพฤติกรรมอยู่ในระดับดี ($\bar{X} = 1.88$) แสดงให้เห็นว่า การใช้โปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการแนวความคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา สามารถลดพฤติกรรมก้าวร้าวทางวาจาของนักเรียนอาชีวศึกษาซึ่งเป็นกลุ่มทดลองลงได้อย่างต่อเนื่องและเห็นผลได้อย่างยั่งยืน

3) ผลการทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษากลุ่มทดลอง ระหว่างทดลอง หลังการทดลอง และระยะการติดตามผล กลุ่มทดลองมีพฤติกรรมความก้าวร้าวแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมความก้าวร้าวของกลุ่มทดลอง โดยระหว่างทดลอง แตกต่างจากหลังการทดลอง และระยะการติดตามผล และหลังการทดลอง แตกต่างจากระยะการติดตามผล อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยระหว่างทดลอง มีพฤติกรรมความก้าวร้าวมากกว่าหลังการทดลอง และระยะการติดตามผล และหลังการทดลอง มีพฤติกรรมความก้าวร้าวมากกว่าระยะการติดตามผล และหลังการทดลองใช้โปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการแนวความคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา กลุ่มทดลองมีความแตกต่างกันกับกลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรม

ก้าวร้าวน้อยกว่ากลุ่มควบคุม แสดงให้เห็นว่าโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการแนวความคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา สามารถช่วยลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาได้อย่างมีประสิทธิภาพ

5.2 อภิปรายผล

ผลการวิจัยเรื่อง การพัฒนาโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการแนวความคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา อภิปรายผลได้ดังนี้

1) โปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการแนวความคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาที่มีคุณภาพ สามารถนำผลการทดลองไปใช้ปฏิบัติได้จริงเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาได้ มีค่า IOC (Index of Congruence) เท่ากับ 0.98 สอดคล้องกับ สมมติฐานของการวิจัยข้อที่ 1 คือ นักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการโดยบูรณาการแนวความคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา มีพฤติกรรมความก้าวร้าวน้อยกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการโดยบูรณาการแนวความคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา ซึ่งประกอบด้วยกิจกรรมนันทนาการดังนี้

1.1) กิจกรรมนันทนาการศิลปหัตถกรรม ประกอบด้วย 1) กิจกรรมปั้นดินให้เป็นดาว 2) กิจกรรมงานประดิษฐ์หรรษา

1.2) กิจกรรมนันทนาการเกมและกีฬา 1) กิจกรรมชิงชัยแทงชุมทรัพย์สุดขอบฟ้า 2) กิจกรรมวอลเลย์บอลสี่ที่และน้องสัมพันธ์ 3) กิจกรรมตกลูกมรกต 4) กิจกรรมกระสอบน้อยคอยรัก 5) กิจกรรมกู่ระเบิด

1.3) กิจกรรมนันทนาการพัฒนาจิตใจและความสงบสุข ประกอบด้วย 1) กิจกรรมวาดภาพระบายสีอย่างสร้างสรรค์ 2) กิจกรรมจิตสงบด้วยดนตรี

1.4) กิจกรรมนันทนาการการละคร ประกอบด้วย 1) กิจกรรมละครใบ้ 2) กิจกรรมเล่าเรื่อง& เรื่องเล่า

1.5) กิจกรรมนันทนาการดนตรีและร้องเพลง ได้แก่ กิจกรรมเคลื่อนไหวตามเสียงดนตรี

1.6) กิจกรรมนันทนาการภาษาและวรรณกรรม ประกอบด้วย 1) กิจกรรมใบ้คำหรรษา 2) กิจกรรมการโต้วาที 3) กิจกรรมต่อเพลงเรียงใจ

1.7) กิจกรรมนันทนาการอาสาสมัคร ได้แก่ กิจกรรมบ้านหลังที่ 2

สอดคล้องกับ ศุภลักษณ์ เข็มทอง (2551) ที่ได้กล่าวถึงกิจกรรมนันทนาการบำบัดว่า กิจกรรมนันทนาการบำบัดเป็นการออกแบบโปรแกรมที่มีลักษณะเฉพาะของผู้รับบริการ เน้นกรอบความคิดที่หลากหลายโดยครอบคลุมด้านบุคคล สิ่งแวดล้อม และการกระทำกิจกรรมที่มีเป้าหมายมีคุณค่าและมีความสุข ตลอดจนการสร้างทักษะการจัดการตนเองในรูปแบบต่าง ๆ เช่น การจัดการความเครียด การจัดการกิจกรรมยามว่าง การฟื้นฟูพลังชีวิต การพัฒนาทักษะทางจิตสังคม การพัฒนาทักษะทางการรู้คิด ความคิดความเข้าใจ การพัฒนาทักษะชีวิต การพัฒนาสุขภาพทางจิตวิญญาณ เป็นต้น

โปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาทั้ง 16 กิจกรรม สอดคล้องกับ อภรณ์ จะบัง และ พิรุณณี สุขเกษม (2551) ที่ได้กล่าวถึง กิจกรรมนันทนาการเกี่ยวข้องกับกิจกรรมรูปแบบใดรูปแบบหนึ่งเสมอไม่ว่าจะเป็นการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการด้วยตนเอง การชมกิจกรรมนันทนาการผ่านสื่อ ซึ่งเป็นโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการที่มีความหลากหลาย สามารถแบ่งออกได้ดังนี้ กิจกรรมนันทนาการทางกาย กิจกรรมนันทนาการทางจิตใจและสมอง กิจกรรมนันทนาการทางอารมณ์ กิจกรรมนันทนาการต้องอาศัยแรงจูงใจ กิจกรรมนันทนาการเกิดขึ้นในเวลาว่าง กิจกรรมนันทนาการสามารถยืดหยุ่นได้ กิจกรรมนันทนาการเป็นประโยชน์ และกิจกรรมนันทนาการเป็นการบำบัดรักษา กิจกรรมนันทนาการช่วยฟื้นฟู นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับ สมบัติ กาญจนกิจ (2535) ที่ได้กล่าวถึงประโยชน์ที่ได้รับจากผู้เข้าร่วมโปรแกรมนันทนาการว่า ส่งเสริมความเป็นพลเมืองดี การที่ชุมชนได้มีโอกาสใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ โดยการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ จะช่วยให้คนในชุมชนได้มีโอกาสเรียนรู้ในเรื่องของหน้าที่ความรับผิดชอบ รวมถึงเห็นคุณค่าของสังคมเสรีประชาธิปไตย ลดความเห็นแก่ตัว สร้างคุณค่า จริยธรรม ความมีน้ำใจ การให้บริการ รู้จักอาสาสมัครช่วยเหลือสังคม ซึ่งกิจกรรมนันทนาการเหล่านี้ถือว่าเป็นกิจกรรมที่แสดงออกถึงความ เป็นพลเมืองที่ดีของประเทศ ซึ่งสอดคล้องกับ อภรณ์ จะบัง และ พิรุณณี สุขเกษม (2551) ที่ได้กล่าวถึงคุณค่าของโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการในเรื่องของการบำบัดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ ของเด็กและเยาวชน ดังนี้ 1) กิจกรรมนันทนาการทางอารมณ์ ผู้เข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการจะได้รับความสุข ความสนุกสนาน ความประทับใจ และความพึงพอใจ เช่น การฟังดนตรี การชมภาพยนตร์ การชมกีฬา เป็นต้น ผู้ที่ประกอบกิจกรรมนันทนาการทางกายและทางสมองก็มักจะได้ ประกอบกิจกรรมนันทนาการทางอารมณ์ด้วย เช่น การหัวเราะ การแสดงสีหน้า การปรบมือ การ ยิ้ม เป็นต้น 2) กิจกรรมนันทนาการเป็นการบำบัดรักษา กิจกรรมนันทนาการช่วยฟื้นฟู และรักษา

คนไข้หรือพฤติกรรมความผิดปกติของจิตและเปิดโอกาสให้คนไข้ได้เลือกกิจกรรมในเวลาว่าง เพื่อพัฒนาสุขภาพกายและจิตในยามที่ไข้หรือระหว่างการรักษาบำบัดรักษา

2) ผลการทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษากลุ่มทดลองระหว่างทดลอง หลังการทดลอง และระยะการติดตามผล มีความแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาของกลุ่มทดลอง โดยระหว่างทดลอง แตกต่างจากหลังการทดลอง และระยะการติดตามผล และหลังการทดลอง แตกต่างจากระยะการติดตามผล อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยระหว่างทดลอง มีพฤติกรรมความก้าวร้าวมากกว่าหลังการทดลอง และระยะการติดตามผล และหลังการทดลอง มีพฤติกรรมความก้าวร้าวมากกว่าระยะการติดตามผล สอดคล้องกับสมมติฐานของการวิจัยข้อที่ 2 คือ นักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการโดยบูรณาการแนวความคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา มีพฤติกรรมความก้าวร้าวทางกายน้อยกว่านักเรียนกลุ่มควบคุม ซึ่งเป็นผลมาจากการใช้โปรแกรมกิจกรรมนันทนาการโดยบูรณาการแนวความคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษา

สอดคล้องกับงานวิจัยของ พันธสิริ คำทูล (2558) ได้ศึกษาการพัฒนาโปรแกรมกิจกรรมสุขศึกษาเรื่องลดพฤติกรรมก้าวร้าวในนักเรียนหญิงมัธยมศึกษาตอนต้น ผลการศึกษาพบว่า ผลการทดลองใช้โปรแกรมกิจกรรมสุขศึกษาเรื่องลดพฤติกรรมก้าวร้าวในนักเรียนหญิงมัธยมศึกษาตอนต้นของนักเรียนกลุ่มทดลองในระยะสิ้นสุดการทดลองและระยะติดตามผล มีพฤติกรรมก้าวร้าวลดลงก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 สอดคล้องกับงานวิจัยของ ฉัตรพันธ์ ดุสิตกุล (2554) ได้ศึกษาผลของการจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์ที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนประถมศึกษา ผลการศึกษาพบว่า หลังการทดลองกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมก้าวร้าวในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลน้อยกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และสอดคล้องกับงานวิจัยของ Dangel, Deschner and Rasp (1985) ทำการวิจัยกลุ่มตัวอย่างวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมก้าวร้าว อายุ 10- 17 ปี โดยกลุ่มทดลองจะได้รับการฝึกควบคุมความโกรธ ซึ่งประกอบด้วย เทคนิคการหยุดความคิด การผ่อนคลายและการฝึกแก้ปัญหาด้วยตนเอง ตัวแปรตาม คือ พฤติกรรมก้าวร้าว ผู้สังเกตพฤติกรรมคือครูผู้สอน ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนที่เข้ารับการฝึกลดพฤติกรรมก้าวร้าวลง ซึ่งมีนักเรียนที่ไม่แสดงพฤติกรรมก้าวร้าวเลยตลอดช่วงที่ทำการศึกษา และมีนักเรียนที่ได้รับการฝึกมีพฤติกรรมก้าวร้าวมากขึ้น แต่มีอัตราก้าวร้าวลดลงในระยะติดตามผลต่อไป

นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ Kennedy (1981) ได้ทำการศึกษา การตรวจสอบรูปแบบการฝึกการบริหารความโกรธกับนักเรียนที่มีพฤติกรรมก้าวร้าว ผลการวิจัยพบว่า ผู้เข้ารับการทดลองในกลุ่มทดลอง ลดความโกรธลงเมื่อถูกกระตุ้น และมีพฤติกรรมทางวจาเหมาะสมขึ้น พบว่ากลุ่มทดลองยังคงลดความโกรธเมื่อถูกกระตุ้นและมีพฤติกรรมทางวจาที่เหมาะสมอยู่ เมื่อมีการติดตามผล 2 เดือน หลังเสร็จสิ้นการทดลองไปแล้ว และสอดคล้องกับงานวิจัยของ Dangel, Deschner และ Rasp (1989) ได้ทำการศึกษา วิทยุรุ่นที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวในศูนย์แก้ไขปัญหายุวชน ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนที่เข้ารับการฝึก ลดความก้าวร้าวลง นักเรียนที่เข้ารับการฝึกมีพฤติกรรมก้าวร้าวเพิ่มขึ้น แต่เมื่อระยะเวลาผ่านไปหลายสัปดาห์ อัตราความก้าวร้าวของเขาลดลง ในระยะติดตามผล ผลการวิจัยยังสนับสนุน การฝึกให้บุคคลมีทักษะทางปัญญา มีอิทธิพลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมภายนอกได้

3) หลังการทดลองใช้โปรแกรมกิจกรรมนันทนาการโดยบูรณาการแนวความคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษา กลุ่มทดลองมีความแตกต่างกันกับกลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมก้าวร่ววน้อยกว่ากลุ่มควบคุม แสดงให้เห็นว่าโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการโดยบูรณาการแนวความคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษา สามารถช่วยลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาได้อย่างมีประสิทธิภาพ สอดคล้องกับสมมติฐานของการวิจัย ข้อที่ 3 คือ นักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการโดยบูรณาการแนวความคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญามีพฤติกรรมความก้าวร้าวทางวจาน้อยกว่านักเรียนกลุ่มควบคุม อันเป็นผลมาจากการใช้โปรแกรมกิจกรรมนันทนาการโดยบูรณาการแนวความคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษา

สอดคล้องกับงานวิจัยของ ฉัตรพันธ์ ดุสิตกุล (2554) ได้ศึกษาผลของการจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์ที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนประถมศึกษา ผลการศึกษาพบว่า และหลังการทดลองกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมก้าวร่ววน้อยกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และสอดคล้องกับงานวิจัยของพันธศิริ คำมูล (2558) ได้ศึกษาการพัฒนาโปรแกรมกิจกรรมสุขศึกษาเรื่องลดพฤติกรรมก้าวร้าวในนักเรียนหญิงมัธยมศึกษาตอนต้น ผลการศึกษาพบว่า โปรแกรมกิจกรรมสุขศึกษาเรื่องลดพฤติกรรมก้าวร้าวในนักเรียนหญิงมัธยมศึกษาตอนต้นที่พัฒนาขึ้น เมื่อนำไปใช้กับกลุ่มทดลองสามารถลดพฤติกรรมก้าวร้าวทางกาย ทางวจา และทางใจ ลงได้มากกว่ากลุ่มควบคุม นับว่าเป็นโปรแกรมที่มีคุณภาพ และสามารถนำไปทดลองใช้ได้ สอดคล้องกับงานวิจัยของ Etscheidt (1991) ได้ทำการวิจัยเพื่อ

ตรวจสอบว่า การปรับพฤติกรรมทางปัญญามีผลต่อการลดพฤติกรรมก้าวร้าว และสามารถเพิ่มการควบคุมตนเองได้หรือไม่ โดยตั้งสมมติฐานไว้ว่าผู้รับการทดลองในกลุ่มควบคุมจะสามารถลดพฤติกรรมก้าวร้าวได้ดีกว่ากลุ่มควบคุม ซึ่งได้ทำการวิจัยกับกลุ่มตัวอย่างเป็นวัยรุ่นที่มีปัญหาทางพฤติกรรมอันไม่พึงประสงค์ อายุระหว่าง 12- 18 ปี ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนในกลุ่มทดลองสามารถลดพฤติกรรมก้าวร้าวลงได้ และเพิ่มการควบคุมตนเองขึ้น มากกว่ากลุ่มทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

5.3 ข้อเสนอแนะ

ผลการวิจัยเรื่อง การพัฒนาโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการแนวทางการปรับพฤติกรรมทางปัญญา มีข้อเสนอแนะดังนี้

5.3.1 ข้อเสนอแนะที่ได้จากผลการวิจัย

1) จากการศึกษาพบว่า ในระหว่างการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล แสดงให้เห็นว่า กลุ่มทดลองมีพฤติกรรมก้าวร้าวลดลงอย่างต่อเนื่อง ดังนั้นเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาอย่างต่อเนื่อง จึงควรมีการติดตามพฤติกรรมของนักเรียนอย่างต่อเนื่อง เป็นระยะ ๆ โดยอาจจะใช้แบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าว เพื่อตรวจสอบพฤติกรรมของนักเรียนอย่างใกล้ชิด และถ้าในช่วงใดนักเรียนมีพฤติกรรมก้าวร้าวสูงขึ้น จึงควรนำ โปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการแนวทางการปรับพฤติกรรมทางปัญญามาใช้ เพื่อเป็นการลดระดับพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนลงได้ และถ้าเกิดการซ้ำ ๆ บ่อย ๆ จะทำให้นักเรียนเกิดการซึมซับ และสามารถลดพฤติกรรมก้าวร้าวลงได้อย่างเห็นผลชัดเจน และยั่งยืน มากยิ่งขึ้น

2) จากการศึกษาพบว่า พฤติกรรมก้าวร้าวของกลุ่มทดลองลดลงมากกว่ากลุ่มควบคุม ดังนั้นโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการแนวทางการปรับพฤติกรรมทางปัญญา จึงสามารถช่วยลดระดับพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนลงได้อย่างมีประสิทธิภาพ ดังนั้น ผู้บริหารโรงเรียน ครูผู้สอน รวมถึงหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ควรนำโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการแนวทางการปรับพฤติกรรมทางปัญญา ที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นนำไปใช้ให้เกิดประโยชน์สูงสุด เพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวกับนักเรียน นักศึกษา ในกลุ่มอื่นๆ เพื่อประโยชน์ต่อสังคมต่อไป

3) ทางโรงเรียนควรมีแผนการบริหารจัดการลดเวลาเรียนเพื่อให้เด็กมีทักษะและลงมือปฏิบัติจริง เช่น การทำโครงการ กิจกรรมนันทนาการประเภทต่าง ๆ ที่มีความหลากหลาย เป็นต้น หรืออาจจะเป็นกิจกรรมอิสระที่โรงเรียนจัดตามความเหมาะสม

4) ทางโรงเรียนควรมีการรณรงค์สร้างจิตสำนึกในการต่อต้านการใช้ความรุนแรงในโรงเรียน เช่น จัดหลักสูตรแนวทางการศึกษา และกิจกรรมนันทนาการเกี่ยวกับสิทธิ การป้องกันตนเองจากความรุนแรง และการหลีกเลี่ยงการใช้ความรุนแรงในการแก้ปัญหา ให้เป็นส่วนหนึ่งของการเรียนการสอนเกี่ยวกับทักษะชีวิต

5.3.2 ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1) การศึกษาโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา ควรศึกษากับนักเรียนกลุ่มอื่น ๆ ที่มีภาวะเสี่ยงในการเกิดพฤติกรรมความก้าวร้าว เช่น นักเรียนอาชีวศึกษาในเขตกรุงเทพมหานคร หรือนักเรียนในกลุ่มอื่น ๆ ทั่วทุกจังหวัด เพื่อให้สามารถสรุปผลการใช้โปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา ได้อย่างชัดเจน และสมบูรณ์มากยิ่งขึ้น

2) ควรมีการพัฒนาโปรแกรมอื่น ๆ หรือการจัดกิจกรรมนันทนาการรูปแบบอื่น ๆ เพื่อให้เกิดความหลากหลายในแผนการลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียน ดังนั้นในการศึกษาเพื่อการวิจัยครั้งต่อไป จึงควรนำแนวทางการศึกษาในครั้งนี้ ไปประยุกต์ใช้ให้เกิดประโยชน์สูงสุดในการศึกษาครั้งต่อไป

3) ควรมีการเพิ่มระยะเวลาในการจัดโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา เพื่อให้เห็นผลของการเปลี่ยนแปลงที่ชัดเจนยิ่งขึ้น

4) ควรมีการดำเนินการทดลองโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา ว่ากิจกรรมนันทนาการประเภทไหนที่ช่วยลดพฤติกรรมความก้าวร้าวได้มากที่สุด และสามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้

5) ควรมีการศึกษาถึงสาเหตุพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษา ควบคู่กับการจัดโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการโดยบูรณาการแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา เพื่อให้สามารถทราบถึงปัญหาที่แท้จริงของการแสดงออกของพฤติกรรมความก้าวร้าว

รายการอ้างอิง

ภาษาไทย

- กรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ. **เอกสารชุดเทคนิคการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่ผู้เรียนเป็นสำคัญ การบูรณาการ**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์การศาสนา กรมการศาสนา, 2543.
- กองวิจัยทางการศึกษา. **ประมวลศัพท์บัญญัติวิชาการศึกษา**. กรุงเทพมหานคร: รุ่งเรืองสาส์นการพิมพ์, 2521.
- การพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์, กระทรวง. “การกระทำความผิดของเด็กและเยาวชน,” **เอกสารแผ่นพับ**. 3 กรกฎาคม 2554.
- เกษม ต้นติผลาชีวะ. **สุขภาพจิตดีมีสุขทั้งครอบครัว**. กรุงเทพมหานคร: เพื่อนอักษร, 2550.
- ขวัญฤดี เกิดทรัพย์. **การบูรณาการ หมายถึง**. สืบค้นเมื่อ 4 กุมภาพันธ์ 2555 , จาก <http://portal.in.th/inno-tiw/pages/1427>, 2552
- คณะกรรมการการอาชีวศึกษา, สำนักงาน. **ระเบียบสำนักงานคณะกรรมการการอาชีวศึกษา พุทธศักราช 2549**. กรุงเทพมหานคร : สำนักงานคณะกรรมการการอาชีวศึกษา, 2550.
- คณะกรรมการการอุดมศึกษา, สำนักงาน. **ภารกิจและนโยบาย**. สืบค้นเมื่อ 20 มีนาคม 2558, จาก <http://www.vec.go.th/Default.aspx?tabid=87>, 2557
- ครูบ้านนอก. “ปัญหาเด็กอาชีวะทะเลาะวิวาทไม่ยอมแก้หรือแก้ไม่เป็น,” **มติชน**. 17 กรกฎาคม 2542.
- จรรยา ชูลาภ. **การจัดอาชีวศึกษาระบบทวิภาคี**. กรุงเทพมหานคร: สำนักงาน DVT, 2535.
- ฉลอง จิตรประดิษฐ์. “เยาวชน คือพลังสำคัญของชุมชน. **คม ชัด ลึก**. 23 มกราคม 2550.
- ฉัตรพันธ์ ดุสิตกุล. (2554). **ผลของการจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์ที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนประถมศึกษา**. วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ชยากร นรินทร์หงษ์ทอง. “**ผลของการใช้ชุดกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนที่มีต่อทักษะทางสังคมและพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2**,” วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต ภาควิชาวิจัยและจิตวิทยาการศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2552.

- ชื่นฤทัย กาญจนะจิตรา และคณะ. **สุขภาพคนไทย 2550**. นครปฐม: สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล, 2550.
- ดวงเดือน พันธุมนาวิน. **พฤติกรรมศาสตร์ เล่ม 2 จิตวิทยาจริยธรรมและจิตวิทยาภาษา** กรุงเทพมหานคร: ไทยวัฒนาพานิช, 2524.
- เดือนใจ ชาลี “การศึกษามาตรการในการป้องกันและแก้ไขปัญหาการก่อเหตุทะเลาะวิวาทของนักเรียนนักศึกษาในเขตกรุงเทพมหานคร,” **วิทยานิพนธ์สังคมสงเคราะห์ศาสตรมหาบัณฑิต คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์**, 2539
- ทนายธรรม ศรีบุญ. “ธศ.ต้นวดีครูอังคณา จี๊ดเด็กใช้แท็บเล็ต,” **คม ชัด ลึก**. 10 มีนาคม 2555.
- ทิพวรรณ เรืองขจร. **สุขภาพส่วนบุคคลและชุมชน**. สงขลา: คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา, 2550.
- ทิพย์วัลย์ สุทิน. “การลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนวัยรุ่นโดยรูปแบบการปรับพฤติกรรมด้วยปัญญา.” **วิทยานิพนธ์ปริญญาตรีบัณฑิต ภาควิชาจิตวิทยา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย**. 2539.
- ทิวา วงศ์ธนาภา. “เงื่อนไขทางสังคมที่มีผลต่อปรากฏการณ์การก่อเหตุทะเลาะวิวาท ของนักเรียนอาชีวะ : ศึกษากรณีโรงเรียนอาชีวะแห่งหนึ่ง ในเขตกรุงเทพมหานคร,” **วิทยานิพนธ์สังคมวิทยามหาบัณฑิต คณะรัฐศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย**, 2539.
- ธีระวุฒิ บุญยโสภณ. **การบริหารอาชีวะและเทคนิคศึกษาเพื่อพัฒนาอุตสาหกรรม**. กรุงเทพมหานคร: ศูนย์ผลิตตำราเรียน สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าพระนครเหนือ, 2542.
- ธีระพร อูวรรณโณ และปรีชา วิหคโต, “**ทฤษฎีและกระบวนการเรียนรู้ของนักเรียนวัยรุ่น**,” เอกสารการสอนชุดพฤติกรรมวัยรุ่นหน่วยที่ 1-8 มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, พิมพ์ครั้งที่ 10. นนทบุรี: มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, 2547.
- บุญญศักดิ์ ใจจงเกิด. **การฝึกอบรมเพื่อพัฒนาอาชีพ**. กรุงเทพมหานคร: สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ สำนักนายกรัฐมนตรี, 2541.
- ปรียาพร วงศ์อนุตรโรจน์, **การจัดการและการบริหารการศึกษา**. กรุงเทพมหานคร: ศูนย์สื่อเสริมกรุงเทพ, 2542.
- ผดุง อารยะวิญญู. **การสังเกตและให้ความช่วยเหลือเด็กที่มีปัญหาพฤติกรรม**. กรุงเทพมหานคร: แว่นแก้ว, 2539.
- พิศมัย พงศาธิรัตน์. **สุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่น**. กรุงเทพมหานคร: สุบรรณเกียรติ, 2550.

- พิศมัย วิบูลย์สวัสดิ์ และคณะ. จิตวิทยาสังคมร่วมสมัย. (พิมพ์ครั้งที่ 2). เชียงใหม่: คณะมนุษยศาสตร์, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, 2528.
- พันธสิริ คำทูล. **การพัฒนาโปรแกรมกิจกรรมสุขศึกษาเรื่องลดพฤติกรรมก้าวร้าวในนักเรียนหญิงมัธยมศึกษาตอนต้น.** วิทยานิพนธ์ปริญญาคุุฎิบัณฑิตวิทยาลัย สาขาวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2558.
- ภิญโญ สาร. **หลักบริหารการศึกษา.** กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์คุรุสภา, 2526.
- ภูมิพลอดุลยเดช, พระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหา. **คำพ่อสอน.** พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิโตโยต้าประเทศไทย: มูลนิธิพระดาบส, 2550.
- ยศ สันตสมบัติ. **พ่อยัดและพัฒนาการของจิตวิเคราะห์.** กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2542.
- ราชบัณฑิตยสภา, สำนักงาน. **บูรณาการ.** สืบค้นเมื่อ 11 กรกฎาคม, 2560, <http://library.cmu.ac.th/rsc/?writereport.php&contid=3>, 2550.
- ราชบัณฑิตยสถาน. **พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542.** กรุงเทพมหานคร: นานมีบุ๊คส์พับลิเคชันส์, 2546.
- วลัยลักษณ์, มหาวิทยาลัย. **ประมวลพระบรมราชาโชาวาทพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดช ในพิธีพระราชทานปริญญาบัตร ตั้งแต่พุทธศักราช 2493-2537.** นครศรีธรรมราช: มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์, 2539.
- วารุณี วรศักดิ์เสนีย์ “**การพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมพลศึกษาตามแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา เพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น,**” วิทยานิพนธ์ปริญญาคุุฎิบัณฑิต สาขาวิชาพลศึกษา ภาควิชาหลักสูตรและการสอน จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. 2554.
- วารี ธีระจิตร. **การพัฒนาการสอนสังคมศึกษาในระดับประถมศึกษา.** กรุงเทพมหานคร: โครงการตำราและเอกสารทางวิชาการ คณะคุุฎศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2530.
- วิจิตรวาทการ, พลตรี หลวง. **วิธีทำงานและสร้างอนาคต.** กรุงเทพมหานคร: มีเดียไฟกั๊ส, 2537.
- วิบูลย์ศักดิ์ ศันสนีย์เมธา “**การก่อพฤติกรรมรุนแรงของนักเรียน นักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคสังกัดกรมอาชีวศึกษา ในเขตการศึกษา 4,**” วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตร์มหาบัณฑิตบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2545.
- วัลลภา จันทร์เพ็ญ. “**การพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมเพื่อพัฒนาจริยธรรมของนักศึกษาช่างอุตสาหกรรมตามแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา,**” วิทยานิพนธ์ปริญญา

- ดุษฎีบัณฑิต สาขาหลักสูตรและการสอน คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2544.
- ศิริธร เรียบสันเทียะ. “ผลของโปรแกรมพัฒนาการเข้าถึงใจตามแนวคิดของโรเจอร์ส ที่มีต่อการลดพฤติกรรมก้าวร้าวของวัยรุ่น,” วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, 2553.
- ศึกษานิเทศก์, กระทรวง. **หลักสูตรประกาศนียบัตรวิชาชีพ พุทธศักราช 2538**. กรุงเทพมหานคร: มปพ., 2538.
- ศึกษานิเทศก์, กระทรวง. **ข่าวสารวิชาการ คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่**, 11(11), 3-4.
- ศึกษานิเทศก์, กระทรวง. **หลักสูตรประกาศนียบัตรวิชาชีพ พุทธศักราช 2556**. (เอกสารอัดสำเนา)
- ศุภลักษณ์ เข้มทอง. **กิจกรรมบำบัดพัฒนาชีวิต**. กรุงเทพมหานคร: แสงดาว, 2551
- สถาบันสุขภาพเด็กแห่งชาติมหาราชินี. **ผู้จัดการ**. [23 กรกฎาคม 2552]
- สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต. **ทฤษฎีและเทคนิคการปรับพฤติกรรม**. พิมพ์ครั้งที่ 7. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2553.
- สมบัติ กาญจนกิจ. **นันทนาการขั้นนำ**. กรุงเทพมหานคร: สำนักวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2544.
- สมบัติ กาญจนกิจ. **นันทนาการชุมชนและโรงเรียน**. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2535.
- สมบัติ กาญจนกิจ. **นันทนาการและอุตสาหกรรมท่องเที่ยว**. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2544.
- สมบัติ กาญจนกิจ. **หลักนันทนาการ**. กรุงเทพมหานคร: สำนักวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2548.
- สมพร สุทัศน์ีย์. **จิตวิทยาการปกครองชั้นเรียน**. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพมหานคร: ไทยวัฒนาพานิช, 2543.
- สมพร สุทัศน์ีย์. “ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์เชิงสาเหตุกับพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนในเขตกรุงเทพมหานคร,” วิทยานิพนธ์ปริญญาโทดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2530.
- สมศักดิ์ ศรีมาโนชน. **การมัธยมศึกษา**. กรุงเทพมหานคร: โอเดียนสโตร์, 2524.

สายชล กังศศิเทียม และมัลลวีร์ อุดลวัฒน์ศิริ. ผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มร่วมกับรายบุคคล ตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริง ต่อความก้าวร้าวของวัยรุ่น. **วารสารวิจัย มหาวิทยาลัยขอนแก่น**, 7(1), 2550.

สาธาณสุข, กระทรวง. กรมสุขภาพจิต. **คู่มือการช่วยเหลือด้านสุขภาพจิตและป้องกันสารเสพติดในวัยรุ่นสำหรับบุคลากรสาธารณสุข**. กรุงเทพมหานคร : วงศ์กมลโปรดักชั่น, 2545.

สุกัญญา อิศรางกูร ณ อยุธยา. **ปมแห่งการใช้ความรุนแรงในแก๊งค์วัยรุ่น**. กรุงเทพมหานคร: ศูนย์มานุษยวิทยาสิรินธร, 2548.

สุชา จันทร์อม. **จิตวิทยาเด็กเกเร**. กรุงเทพมหานคร: ไทยวัฒนาพานิช, 2529.

สุชินทร์ ปรีดาสุริยชัย. “การปลูกฝังค่านิยม ความเชื่อ และทัศนคติที่มีผลต่อการทะเลาะวิวาทของนักเรียนอาชีวศึกษา,” วิทยานิพนธ์รัฐศาสตรมหาบัณฑิต สาขาอาชีวศึกษา และงานยุติธรรม บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2543.

สุดใจ สุขะ, **การจัดการปัญหาความรุนแรงในกลุ่มนักเรียนอาชีวะ: พื้นที่กรุงเทพมหานคร**. กรุงเทพมหานคร: สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย, 2550.

สุภา มาลากุล ณ อยุธยา, **พฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนกลุ่มอาชีวศึกษา**. กรุงเทพมหานคร: อักษรบัณฑิต, 2540.

สุวิมล ตั้งสัจจพจน์. **โปรแกรมเสริมสนับสนุนการสำหรับเด็กก่อนวัยเรียน**. **วารสารการศึกษาปฐมวัย**, 2(12), 2551.

สุขทัยธรรมมาธิราช, มหาวิทยาลัย. **จิตวิทยาและสังคมวิทยาพื้นฐานเพื่อการแนะแนว**. กรุงเทพมหานคร: หจก. แสงจันทร์การพิมพ์, 2556.

เสาวณี เสียงดี “การพัฒนาโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาในวิทยาลัยเทคนิคสังกัดสำนักงานคณะกรรมการอาชีวศึกษา,” วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาเทคโนโลยีวิทยาการศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา, 2547.

หน่วยส่งเสริมและพัฒนาวิชาการ คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่. “รูปแบบการสอนใหม่: แนวทางการจัดการเรียนรู้ 9 แนวทาง.” **ข่าวสารวิชาการ ฉบับที่ 9/ 2551** ประจำเดือนกันยายน, 2551.

หรรษา แก้วพูลปกรณีย์ “ผลของการฝึกควบคุมความโกรธและทักษะทางสังคม ที่มีต่อการลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักศึกษาอาชีวศึกษา,” วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2541.

อรรถัย ชื่นมณูษย์. **จิตวิทยาสังคมขั้นสูง**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์สถานสงเคราะห์หญิงปากเกร็ด, 2522.

อมร ตีวกุล “สภาพพฤติกรรมของนักเรียน นักศึกษาสาขาวิชาช่างอุตสาหกรรม วิทยาลัยการอาชีพ สังกัดคณะกรรมการการอาชีวศึกษาในเขตจังหวัดตรัง,” วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาบริหารการศึกษา ภาควิชาการศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2553.

อัจฉริยา เลิศอนันต์วรกุล. “ความสัมพันธ์ระหว่างการแสวงหาการสัมผัส ความก้าวร้าวและความปรารถนาในการใช้สื่อที่รุนแรงเพื่อความบันเทิงของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย,” วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาสังคม คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2548.

อาภรณ์ จะบัง และพิรุณณี สุขเกษม. **ชีวิตธรรมดาด้วยนันทนาการ**. กรุงเทพมหานคร: สำนักงานพัฒนากีฬาและนันทนาการ, 2551.

เอกพันธ์ กี่สุขพันธ์. **การประเมินผลกิจกรรมนักเรียน เอกสารประกอบการสอนวิชา 416717 กิจกรรมนักเรียน**. (กรุงเทพมหานคร: ภาควิชาบริหารการศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2526.

ภาษาอังกฤษ

Austin, D.R. *Therapeutic Recreation Processes and Techniques*. 5th ed. Sagamore Publishing. Illinois. 2004.

Bandura, A. *Principles of behavior modification*. New York: Holt, Rinehart and Winston, 1969.

Baron, R.A. and Richardson, D.R. *Human Aggression*. New York: Plenum, 1994.

Berkowitz, L. *Aggression: A Social Psychological analysis*. New York: McGraw-Hill, 1993.

Block, Jame H. *Master Sterg Learning. Theory and Practice*. New York: Halt Rineharn&Wilston Inc., 1971.

- Dangel, R. F. and Others, "Anger Control Training for Adolescents in Residential Treatment. Special Issue: Empirical Research in Behavioral Social" **Work Behavior Modification**, 1985.
- Dattilo, J. **Leisure Education Program Planning**. Venture Publishing. Pennsylvania, 1999.
- Dubow, Eric E. "Mitigating Aggressive and Promoting Prosocial Behavior in Aggressive Elementary School Boys," *Dissertation Abstracts International*. (12): 4422; June, 1985.
- Edginton, C. R., D. J. Jordan, D. G. DeGraaf, and S. R. Edginton. **Leisure and Life Satisfaction**. Wm. C. Brown Communication Inc., Iowa. 1995.
- Ellis, A. **Humanistic psychotherapy**. New York: McGraw-Hill, 1973
- Etscheidt S. **Reducing Aggressive Behavior and Improving Self-control; A Cognitive Behavioral Training Program for Behaviorally Disordered Adolescents**. Behavioral Disorders, 1991.
- Good, Carter. V. **Dictionary of Education**, 2rd ed. New York: McGraw-Hill Inc, 1959.
- Hains, A.A, and Harman, "Social cognitive skills and Behavioral Adjustment of Delinquent Adolescents in treatment" **Journal of Adolescents**, 1989.
- Homme, L.E. **Perspectives in psychology: XXIV**. Control of coverants, the operants of the mind. Psychological Reports, 1965.
- Kalish, H. **Learning: Principles and applications**. New York: McGraw-Hill, 1981.
- Kazdin, A. E. **Behavior modification in applied settings: Experimental foundations if contemporary research**. Baltimore MD: University Park Press, 1978.
- Kennedy F., Behavioral Observation In M. Hersen and A. S. Bellack (Eds) **Behavioral Assessment**. New York: Pergamon, 1981.
- Kraus, R. **Recreation Programming a Benefits- Driven Approach**. Allyn & Bacon, Massachusetts. 1997.
- Mahoney, M.J. Personal science: A cognitive learning therapy In A. Ellis & R. Grieger (Eds). **Handbook of rational psychotherapy**. New York: Springer, 1977.
- Meichenbaum, D. H. **Cognitive behavior modification**. New York: Plenum, 1977.

- Meichenbaum, Donald H. and Goodman, Joseph. Reflection-impulsivity and verbal control of motor behavior, **Child Development**. 1969.
- Miller, R.C. and Berman, J. S. The efficacy of cognitive behavior therapists: A quantitative review of the research **evidence Psychological Bulletin**. 1983.
- Numiner, p. **Leisure and Recreation**. Oxon: CABI, 1987.
- Pawell, R. **The instructional system model for vocational education a manual**. Singapore: Colombo Plan Staff college for Technician Education, 1983.
- Skinner, B.F. **Science and human behavior**. New York: The Free Press, 1953
- Smith, E.R. and Mackie, D.M. **Social Psychology**. New York. Worth Publishers Inc., 1995.
- Stumbo, C.A. and C.R. Peterson. **Therapeutic Recreation Program Design Principles and Procedures**. Pearson Benjamin Cummings, California. 2004.
- Sulzer-Azaroff, B., & Mayer, G.R. **Applying behavior analysis procedures with children and youth**. New York: Holt, Rinehart and Winston, 1977.
- Wolpe, J. **Psychotherapy by reciprocal inhibition**. Stanford, CA: Stanford University Press, 1958.



ภาคผนวก

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY



รายนามผู้ทรงคุณวุฒิตรวจเครื่องมือในการวิจัย

1. รองศาสตราจารย์ เทพประสิทธิ์ กุลธวัชวิชัย
 อาจารย์ประจำกลุ่มวิชา นันทนาการศาสตร์และการจัดการกีฬา
 คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
 (ผู้เชี่ยวชาญทางด้านกิจกรรมนันทนาการ)
2. ดร.พรหมสวัสดิ์ ทิพย์คงคา
 ข้าราชการบำนาญ (ผู้เชี่ยวชาญทางด้านอาชีวศึกษา)
3. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สมร แสงอรุณ
 อาจารย์ประจำกลุ่มวิชา จิตวิทยาการปรึกษาและการแนะแนว
 คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา
 (ผู้เชี่ยวชาญทางด้านวิทยาการปรึกษาและการแนะแนว)
4. รองศาสตราจารย์ ดร.เทพวาณี หอมสนิท
 ข้าราชการบำนาญ คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
 (ผู้เชี่ยวชาญทางด้านพลศึกษา)
5. ดร.กิจจา บานชื่น
 ข้าราชการบำนาญ วิทยาลัยเทคนิคสมุทรปราการ (ผู้เชี่ยวชาญทางด้านอาชีวศึกษา)



แบบวัดพฤติกรรมการก้าวร้าว

แบบสอบถามฉบับนี้เป็นการสอบถามข้อเท็จจริงเกี่ยวกับ “การปฏิบัติตัวของนักเรียนอาชีวศึกษาต่อผู้อื่น” ซึ่งข้อมูลที่ได้จากการตอบคำถามของนักเรียน จะเป็นประโยชน์ในแง่ของการศึกษาเป็นอย่างยิ่ง คำตอบแต่ละข้อของนักเรียนจะไม่มีข้อใดถูก ข้อใดผิด เพราะคำตอบของแต่ละคนจะตอบตามสภาพความเป็นจริง ซึ่งอาจจะแตกต่างกันได้ จึงใคร่ขอร้องให้นักเรียนตอบตามสภาพความเป็นจริงทุกข้อ และขอรับรองว่าข้อมูลเกี่ยวกับนักเรียนที่ตอบแบบสอบถามนี้จะไม่มีการนำไปเปิดเผย ตลอดจนไม่มีการนำข้อมูลดังกล่าวไปใช้ประโยชน์อื่นใดนอกจากการศึกษาวิจัยในครั้งนีเท่านั่น

คำชี้แจงในการตอบแบบสอบถาม

1. แบบสอบถามมีทั้งหมด 57 ข้อ และในแต่ละข้อจะเป็นสถานการณ์ ระหว่างนักเรียนกับผู้อื่น ซึ่งในแต่ละสถานการณ์จะแสดงถึงวิธีการปฏิบัติของนักเรียนทั้งในอดีตและปัจจุบัน
2. วิธีตอบแบบสอบถาม ให้นักเรียนระลึกถึงเหตุการณ์ระหว่างตัวนักเรียนกับผู้อื่น ทั้งในอดีตและปัจจุบันว่านักเรียนไม่เคยปฏิบัติตนต่อผู้อื่นอย่างไร และให้ทำเครื่องหมาย ✓ ลงในคำตอบท้ายข้อความที่ตรงกับความเป็นจริงมากที่สุด ข้อละหนึ่งคำตอบและขอให้ตอบให้ครบทุกข้อ

ตัวอย่างเช่น

ข้อ	วิธีที่นักเรียนปฏิบัติต่อผู้อื่น	ระดับของพฤติกรรม				
		เป็นประจำ	บ่อย ๆ	ค่อนข้างบ่อย	นาน ๆ ครั้ง	ไม่เคยทำเลย
(0)	ถ้าเพื่อนมาแหย่ฉันจะโกรธและชู้ อาฆาตเขา	✓				
(00)	ฉันมักจะพูดถึงความไม่ดีของเพื่อน			✓		

หลักเกณฑ์ในการตอบแบบสอบถามมีดังนี้

- 1) ถ้าข้อความใดเกิดขึ้นตรงกับความเป็นจริงประมาณ 9- 10 ครั้ง ใน 10 ครั้ง หรือกล่าวได้ว่าเกิดขึ้นทุก 9- 10 ครั้ง ให้นักเรียนทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง “เป็นประจำ”
- 2) ถ้าข้อความใดเกิดขึ้นตรงกับความเป็นจริงประมาณ 6- 8 ครั้ง ใน 10 ครั้ง หรือกล่าวได้ว่าเกิดขึ้นทุก 6- 8 ครั้ง ให้นักเรียนทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง “บ่อย ๆ”

- 3) ถ้าข้อความใดเกิดขึ้นตรงกับความเป็นจริงประมาณ 3- 5 ครั้ง ใน 10 ครั้ง หรือกล่าวได้ว่าเกิดขึ้นทุก 3- 5 ครั้งให้นักเรียนทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง “ค่อนข้างบ่อย”
- 4) ถ้าข้อความใดเกิดขึ้นตรงกับความเป็นจริงประมาณ 1- 2 ครั้ง ใน 10 ครั้ง หรือกล่าวได้ว่าเกิดขึ้นทุก 1-2 ครั้งให้นักเรียนทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง “นาน ๆ ครั้ง”
- 5) ถ้าข้อความใดเป็นเหตุการณ์ที่ไม่เคยเกิดขึ้นเลย ให้นักเรียนทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง “ไม่เคยทำเลย”



ข้อ	วิธีที่นักเรียนปฏิบัติต่อผู้อื่น	ระดับของพฤติกรรม				
		เป็นประจำ	บ่อย ๆ	ค่อนข้างบ่อย	นาน ๆ ครั้ง	ไม่เคยทำเลย
1.	เมื่อมีเรื่องขัดแย้งกับเพื่อน ฉันมักจะโต้เถียงเพื่อเอาชนะ					
2.	ถ้าครูหรือผู้ใหญ่สั่งให้ทำในสิ่งที่ฉันไม่พอใจ ฉันจะขัดขืน และไม่ทำตาม					
3.	เมื่อเพื่อนตักเตือนในเรื่องส่วนตัว ฉันจะไม่พอใจ และพูดว่าไม่ต้องมายุ่งเรื่องส่วนตัวของฉัน					
4.	ถ้าฉันไม่พอใจเพื่อนหรือผู้อื่น ฉันจะพูดประชด เพื่อให้เขาารู้ตัว					
5.	ฉันไม่เคยทำเสียงดังรบกวนขณะครูสอน					
6.	เมื่อมีใครห้ามฉันไม่ให้ทำบางสิ่ง แต่เขายังทำสิ่งนั้น ฉันจะพูดย้อนว่าให้กับเขาทันที					
7.	เมื่อฉันทำผิดและไม่อยากให้ผู้อื่นรู้ ฉันจะพูดโกหก					
8.	ฉันจะพูดจาเยาะเย้ยผู้ที่เคยตำหนิความผิดพลาดของฉัน ถ้าเขาทำผิดพลาดบ้าง					
9.	ฉันมักล้อชื่อพ่อแม่เพื่อน เพราะสนุกดี					
10.	ฉันพูดยั่วให้เพื่อนโกรธ เพราะสนุกดี					
11.	ถ้าใครแกล้งฉัน ฉันจะพูดไม่ดีกับเขาเพราะไม่พอใจ					
12.	ถ้าสิ่งของของฉันถูกทำให้เสียหายโดยไม่รู้ว่าเป็นใครทำ ฉันจะสาปแช่งคนที่ทำ					
13.	ถ้าฉันรู้ว่าคนอื่นแอบไปนินทา ฉันจะไปพูดไม่ดีกับเขาเป็นการตอบแทน					
14.	เมื่อเพื่อนทำให้ฉันโกรธ ฉันเคยพูดข่มขู่เพื่อน					

ข้อ	วิธีที่นักเรียนปฏิบัติต่อผู้อื่น	ระดับของพฤติกรรม				
		เป็นประจำ	บ่อย ๆ	ค่อนข้างบ่อย	นาน ๆ ครั้ง	ไม่เคยทำเลย
15.	ฉันจะพูดคำหยาบ หรือด่าเมื่อฉันไม่พอใจใคร					
16.	ถ้าฉันถูกกล่าวหาว่าผิด แต่ฉันไม่ผิด ฉันจะแสดงพฤติกรรมตอบโต้ โดยเข้าไปต่อว่าเขาทันที					
17.	ถ้าฉันไม่ชอบเพื่อนคนไหน ฉันจะพูดจาสบประมาทให้เขาเจ็บใจ					
18.	ฉันมักจะตั้งฉายาให้เพื่อนที่มีปมด้อยในเรื่องต่าง ๆ					
19.	ถ้าใครทำให้ฉันอับอายหรือโกรธแค้น ฉันจะพูดให้เขาอับอายเป็นการแก้แค้น					
20.	ถ้าฉันถูกผู้ใหญ่ลงโทษ โดยฉันคิดว่า ฉันไม่ผิดฉันจะได้เถียง					
21.	ถ้าคนอื่นมาพูดไม่ดีกับฉัน ฉันจะพูดไม่ดีกับเขากลับไปทันที					
22.	ฉันเคยด่าผู้ที่กล่าวหาฉัน					
23.	ฉันมักจะใช้คำหยาบพูดระบายเมื่อเกิดความไม่พอใจ					
24.	ฉันเคยทำท่าล้อเลียนข้อบกพร่องของเพื่อนเพื่อยั่วให้เขาโกรธ					
25.	ฉันแสดงให้คนที่ฉันไม่พอใจรู้ว่าฉันไม่พอใจเขา โดยกระแทกของเสียงดังต่อหน้าเขา					
26.	ถ้าเพื่อนแกล้งขวางทางเดิน ฉันจะผลักให้เพื่อนพ้นทางเดินไป					
27.	ฉันจะขว้างของที่อยู่ในมือใส่คนที่มาทำร้ายฉันก่อน					

ข้อ	วิธีที่นักเรียนปฏิบัติต่อผู้อื่น	ระดับของพฤติกรรม				
		เป็นประจำ	บ่อย ๆ	ค่อนข้างบ่อย	นาน ๆ ครั้ง	ไม่เคยทำเลย
28.	ถ้าฉันมีไม้หรือสิ่งของอยู่ใกล้มือ ฉันจะคว้ามาตีคนที่มาทำให้ฉันโกรธ					
29.	ฉันเคยมีเรื่องทะเลาะเบาะแว้งกับผู้อื่น จนเกิดการชกต่อยตบตีกันขึ้น					
30.	ฉันเคยแกล้งเพื่อน เช่น ชักขาให้ล้ม ดึงผม หรือทำให้เดือดร้อนรำคาญ เพราะสนุกดี					
31.	เมื่อฉันอยากดูของของเพื่อน ฉันเคยถือโอกาสแย่งมาดูก่อน					
32.	ถ้าใครทำสิ่งของของฉันเสียหาย ฉันจะทำให้ของของคนนั้นเสียหายเป็นการตอบแทนบ้าง					
33.	ฉันเคยแกล้งผู้ที่อ่อนแอกว่า เช่น การยื่นขวางทางเดิน					
34.	ถ้าใครหัวเราะเมื่อฉันทำผิด ฉันจะไปพูดทำร้ายจิตใจเขา เป็นการตอบแทนบ้าง					
35.	ถ้าใครตั้งใจทำให้ฉันได้รับความอับอาย ฉันจะต้องทำให้เขาเจ็บเช่นกัน					
36.	ถ้าครูหรือผู้ใหญ่ห้ามโดยไม่มีเหตุผล ฉันจะทำตรงข้ามกับสิ่งที่ถูกห้ามนั้น					
37.	ถ้าฉันต้องถูกลงโทษโดยไม่มีเหตุผล ฉันจะแสดงท่าที่ไม่พอใจ โดยการทำลายสิ่งของ					
38.	เมื่อฉันมีความขัดแย้งกับผู้อื่นและถูกทำร้ายให้ต่อสู้กัน ฉันก็จะไม่ปฏิเสธเลย					
39.	เมื่อฉันไม่พอใจการกระทำของใครบางคน ฉันก็เคยทำเขาให้พิสูจน์ว่าใครจะต่อสู้ได้ดีกว่ากัน					

ข้อ	วิธีที่นักเรียนปฏิบัติต่อผู้อื่น	ระดับของพฤติกรรม				
		เป็นประจำ	บ่อย ๆ	ค่อนข้างบ่อย	นาน ๆ ครั้ง	ไม่เคยทำเลย
40.	ฉันจะขว้างปาสิ่งของใส่คนที่ทำให้ฉันโกรธมาก					
41.	ถ้าฉันถูกดูด่า ฉันจะระบายความโกรธ โดยทำให้สิ่งของของส่วนรวมเสียหาย					
42.	ฉันเคยข่มขู่เพื่อนเพื่อขอของที่ฉันต้องการจากเขา					
43.	ฉันจะสั่งให้ลูกน้องนำของที่ฉันต้องการมาให้ฉัน					
44.	เมื่อพบกับบางคนที่ไม่ชอบหน้ากัน ฉันเคยแหยให้เขาไม่พอใจกัน					
45.	ฉันเคยแกล้งรุ่มร่ามในสิ่งที่ทำให้เขาอับอาย					
46.	ฉันเคยเอาของเพื่อนไปซ่อน เพื่อให้เพื่อนอารมณ์เสีย					
47.	ฉันแอบเอาสิ่งที่เพื่อนเกลียดกลัวใส่ในกระเป๋า หรือโต๊ะของเขาเพื่อความสนุกสนาน					
48.	ฉันเขียนคำหยาบคายบนโต๊ะ หรือผนังเพื่อระบายความคับแค้นใจ					
49.	เมื่อฉันเกิดความโกรธแค้น ฉันเคยทำให้สิ่งของ ของส่วนรวมเสียหาย					
50.	ฉันเคยเขียนว่าบางคนที่ไม่พอใจ ในสถานที่สาธารณะ เช่น ห้องน้ำ เพราะจะไม่มีการรู้ว่าฉันเป็นคนทำ					

ข้อ	วิธีที่นักเรียนปฏิบัติต่อผู้อื่น	ระดับของพฤติกรรม				
		เป็นประจำ	บ่อย ๆ	ค่อนข้างบ่อย	นาน ๆ ครั้ง	ไม่เคยทำเลย
51.	ฉันเคยหยอกล้อเล่นกับเพื่อนแล้วได้รับบาดเจ็บ ฉันควบคุมความโกรธไม่ได้ จึงต้องทำให้เขาบาดเจ็บเช่นกัน					
52.	เมื่อฉันมีความคิดเห็นไม่ตรงกับผู้อื่น ฉันเคยพูดประชดเขา					
53.	เมื่อเพื่อนถูกทำร้าย ฉันเคยเข้าไปร่วมต่อสู้เพื่อช่วยเหลือเพื่อน					
54.	ถ้ามีการแข่งขันระหว่างห้อง ฉันจะพูดทำทนายฝ่ายตรงข้าม					
55.	หากมีกรณีขัดแย้งกับผู้อื่น ฉันจะแก้ปัญหาด้วยการใช้กำลังตัดสิน					
56.	เมื่อไม่ได้รับความยุติธรรม ฉันเคยทำสิ่งของเสียหายเพื่อเป็นการระบายอารมณ์					
57.	เมื่อไม่พอใจผู้อื่น ฉันจะทำให้เสื้อผ้า ของใช้ของเขาเปอะเปื้อน					

แบบสอบถามข้อมูลนักเรียน

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของนักเรียน

- เพศ ชาย หญิง น้ำหนัก.....ส่วนสูง.....
- เกิดวันที่.....เดือน.....พ.ศ.....อายุ.....ปี
- กำลังศึกษาอยู่ชั้น.....ปีการศึกษา.....
- ชื่อครูประจำชั้น.....
- ศาสนา.....
- อาชีพบิดา.....อาชีพมารดา.....
- ปัจจุบันบิดา-มารดา อยู่ด้วยกัน หย่าร้างกัน เสียชีวิต แยกกันอยู่ อื่น ๆ
- ปัจจุบันอยู่บ้านเลขที่.....หมู่ที่.....ตำบล.....อำเภอ.....จังหวัด.....โทรศัพท์.....

ตอนที่ 2 ข้อมูลเกี่ยวกับพฤติกรรมของนักเรียน

- นักเรียนเคยมีปัญหาเกี่ยวกับเพื่อนหรือคนอื่นหรือไม่
 เคย ไม่เคย ถ้ามี เช่น.....
- ขณะที่นักเรียนมีความขัดแย้งกับเพื่อนหรือคนอื่น นักเรียนควบคุมตนเองได้หรือไม่
 ควบคุมได้ดี ควบคุมได้ปานกลาง ควบคุมได้น้อย ควบคุมไม่ได้เลย
- ขณะที่นักเรียนมีความขัดแย้งกับเพื่อนหรือคนอื่น นักเรียนมีอาการโกรธมากน้อยแค่ไหน
 โกรธมาก โกรธปานกลาง โกรธเล็กน้อย ไม่โกรธเลย
- นักเรียนมีความขัดแย้งกับเพื่อนหรือคนอื่น นักเรียนจะบอกใคร
 บอกครู บอกพ่อแม่ ไม่บอกใครเลย อื่น ๆ
- เมื่อนักเรียนมีความขัดแย้งกับเพื่อนหรือคนอื่น นักเรียนจะทำอย่างไร
 ตอบโต้ทันที เก็บความรู้สึกไว้ เฉย ๆ ไม่ทำอะไรเลย

ข้อเสนอแนะอื่น ๆ

.....

.....

.....

แผนการจัดกิจกรรมที่ 1

โปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการ
แนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา

เรื่อง	มารู้จักพฤติกรรมความก้าวร้าวกันเถอะ	สัปดาห์ที่ 1 ครั้งที่ 1
ชื่อกิจกรรม	ซึ่งลายแทงชุมทรัพย์สุดขอบฟ้า	เวลา 90 นาที

สาระสำคัญ

ความก้าวร้าวเป็นการกระทำหรือการแสดงพฤติกรรมที่ทำให้เกิดอันตรายต่อตนเองและบุคคลอื่นโดยขาดความยับยั้งชั่งใจ ตลอดจนการต่อสู้หรือทำร้ายผู้อื่นเพื่อให้ได้ดื้อดื้อน เจ็บตัว เจ็บใจ และเป็นทุกข์ ทั้งทางร่างกายและทางวาจา ดังนั้นการที่จะลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียน จึงควรที่จะเรียนรู้ถึงความหมายและลักษณะพฤติกรรมความก้าวร้าว โดยอาศัยการจัดกิจกรรมนันทนาการเกมกลุ่มสัมพันธ์ซึ่งบูรณาการร่วมกับเทคนิคการหยุดความคิด เทคนิคการเสริมแรงทางบวก และเทคนิคการคิดตั้งเป้าหมายตามแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา

จุดประสงค์การเรียนรู้: เพื่อให้นักเรียนมีความรู้ความสามารถ ดังนี้

1. อธิบายความหมายของพฤติกรรมความก้าวร้าวได้
2. บอกลักษณะของพฤติกรรมความก้าวร้าวได้
3. แสดงพฤติกรรมลดความก้าวร้าวโดยบูรณาการกิจกรรมนันทนาการกับแนวคิดการปรับพฤติกรรม

ทางปัญญาด้วยเทคนิคการหยุดความคิด เทคนิคการเสริมแรงทางบวก และเทคนิคการคิดตั้งเป้าหมาย

สาระการเรียนรู้


1. ความหมายของพฤติกรรมความก้าวร้าว
2. ลักษณะของพฤติกรรมความก้าวร้าว
3. บูรณาการกิจกรรมนันทนาการกับแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาด้วยเทคนิคการหยุด


ความคิด เทคนิคการเสริมแรงทางบวก และเทคนิคการคิดตั้งเป้าหมาย


สื่อ/ อุปกรณ์การเรียนรู้

1. ข่าวเรื่อง “นักเรียนหรือนักเลง”
2. Power Point Media เรื่อง “ความหมายและลักษณะพฤติกรรมความก้าวร้าว”

กระบวนการจัดโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษา
โดยบูรณาการแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม กิจกรรม/ เนื้อหา	บูรณาการกิจกรรม นันทนาการกับแนวคิดการ ปรับพฤติกรรมทางปัญญา	ลดความก้าวร้าว	
	บูรณาการกิจกรรมนันทนาการ เกมกลุ่มสัมพันธ์ โดยใช้ “เกมชิง ปลายแทงซูมทรัพย์สุดขอบฟ้า” กับแนวคิดการปรับพฤติกรรม ทางปัญญา ด้วยเทคนิคดังนี้คือ 1) เทคนิคการหยุดความคิด 2) เทคนิคการเสริมแรงทางบวก 3) เทคนิคการคิดตั้งเป้าหมาย	พฤติกรรม ก้าวร้าวทาง กาย	พฤติกรรม ความก้าวร้าว ทางวาจา
ขั้นที่ 1 ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน (15 นาที) 1. ผู้สอนให้ผู้เรียนจัดแถวตอนเล็ก จำนวน 6 แถว ๆ ละ 5 คน 2. นำเข้าสู่บทเรียนด้วยการ ประบมือพร้อมทั้งร้องเพลง เป็น การเตรียมความพร้อม “ประบมือ 5 ครั้ง 1- 2/ 3- 4- 5 (ประบตามจังหวะ) ประบให้ดังกว่านี้ 1- 2/ 3- 4- 5 ก้าวไปข้างหน้า 5 ที 1- 2/ 3- 4- 5 แล้วกลับมาที่เดิม 1- 2/ 3- 4- 5 โยกไปทางซ้าย 1- 2/ 3- 4- 5 แล้วย้ายไปทางขวา 1- 2/ 3- 4- 5 สายสะโพกไปขวา 1- 2/ 3- 4- 5 หัวเราะร่าให้ดัง ๆ 1- 2/ 3- 4- 5” 3. จากนั้นผู้สอนให้ผู้เรียนประบมือ ตามจังหวะ 1- 2/ 3- 4- 5 พร้อม กับพูดคำว่า “ไม่- ไม่/ ไม่- ไม่- ไม่” หรือ “หยุด- หยุด/ หยุด- หยุด-	 ➤ บูรณาการด้วยเทคนิคการ หยุดความคิด	- การชกต่อย	- การพูดคำที่ไม่ เป็นมิตร - การพูดจาไม่ สุภาพ

<p>หยุด” เพื่อให้ผู้เรียนมีสติจดจ่ออยู่กับตนเอง</p> <p>4. ผู้สอนและผู้เรียนสนทนาเกี่ยวกับข่าวความรุนแรงเรื่อง “นักเรียนหรือนักเลง” แล้วร่วมกันแสดงความคิดเห็น</p>			
<p>ขั้นที่ 2 ขั้นการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ (50 นาที)</p> <p>1. ผู้สอนเลือกตัวแทนนักเรียนออกมา 4 คน โดยกำหนดให้เป็นหัวหน้าทีมที่ 1 2 3 และ 4</p> <p>2. ให้หัวหน้าทีมที่ 1 เลือกสมาชิกให้ทีมที่ 2 หัวหน้าทีมที่ 2 เลือกสมาชิกให้ทีมที่ 3 หัวหน้าทีมที่ 3 เลือกสมาชิกให้ทีมที่ 4 หัวหน้าทีมที่ 4 เลือกสมาชิกให้ทีมที่ 1 โดยก่อนเลือกทุกครั้งจะต้องหยุดคิดพิจารณาถึงศักยภาพของผู้เล่นที่เลือกแต่ละคน (โดยแต่ละกลุ่มจะมีสมาชิกจำนวน 7-8 คน)</p> <p>3. ให้แต่ละกลุ่มเล่นเกม “ชิงดาบแทงชมพูทรัพย์สุดขอบฟ้า” โดยในขณะที่ทำกิจกรรมผู้สอนจะให้ผู้เรียนคิดหาวิธีการหยุดพฤติกรรมความก้าวร้าวต่อผู้เล่นฝ่ายตรงข้าม ซึ่งมีวิธีการเล่นดังนี้</p> <p>3.1 ผู้สอนกำหนดให้ทีมที่ 1 แข่งกับทีมที่ 2 (คู่ที่ 1) และทีมที่ 3 แข่งกับทีมที่ 4 (คู่ที่ 2)</p> <p>3.2 ผู้เล่นทีมที่ 1 และทีมที่ 2 เข้าไปยืนบนหมายเลขที่ผู้สอนกำหนดไว้ หลังเส้นแบ่งเขตของทีมตนเอง ซึ่งเส้นแบ่งเขตจะห่างกัน 10 เมตร จากนั้นให้ผู้เล่นทีมที่</p>	 <p>➢ บูรณาการด้วยเทคนิคการหยุดความคิด</p>	<p>➢ การผลัก</p> <p>➢ การกระชากเสื้อ</p>	<p>➢ การพูดคำหยาบ</p> <p>➢ การพูดจาไม่สุภาพ</p>

<p>1 และผู้เล่นทีมที่ 2 หันหน้าเข้าหากัน ผู้สอนจะวางผ้าเช็ดหน้าไว้ตรงกลางของทั้งสองฝ่าย และผู้เล่นทั้งสองฝ่ายต้องมีหมายเลขตรงกัน</p> <p>3.3 ผู้เล่นทั้งสองฝ่ายยืนอยู่บนหมายเลขนั้นจะต้องหยุดคิดพิจารณาว่าผู้สอนให้สัญญาณเรียกหมายเลขใด และจะต้องวิ่งออกมาเพื่อแย่งผ้าเช็ดหน้า ซึ่งสมมติว่าเป็นลายแทง</p> <p>3.4 ฝ่ายที่แย่งลายแทงไม่ได้จะต้องพยายามคิดแต่ะตัวคนที่แย่งลายแทงได้ ก่อนที่ผู้เล่นที่แย่งลายแทงได้จะวิ่งถึงเส้นแบ่งเขตของฝ่ายตรงข้าม มิฉะนั้นจะเสียคะแนนแก่ฝ่ายตรงข้ามครั้งละ 1 คะแนน ทีมใดที่ได้คะแนนมากกว่าเป็นฝ่ายชนะ</p> <p>กติกาการเล่นเกม</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. การเล่นเกมจะแข่งขันกันทั้งหมด 10 ครั้ง ทีมที่ได้คะแนนมากกว่าเป็นฝ่ายชนะ 2. หากเล่นเกมครบ 10 ครั้ง ทั้งสองทีมมีคะแนนเท่ากัน จะใช้การแข่งขันครั้งที่ 11 เป็นเกมตัดสิน ทีมที่ได้คะแนนในเกมที่ 11 จะเป็นฝ่ายชนะ 3. หากแย่งลายแทงได้แต่ยังไม่ถึงเขตปลอดภัย แล้วฝ่ายตรงข้ามแตะตัวได้ จะไม่ได้คะแนน 4. ผู้สอนให้นักเรียนแต่ละกลุ่มออกพูดแสดงความคิดเห็น และแลกเปลี่ยนทรรศนะกับนักเรียนกลุ่มอื่นเกี่ยวกับกิจกรรม 	 <p>จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย CHULALONGKORN UNIVERSITY</p>		
---	--	--	--

<p>ขั้นที่ 3 ขั้นสรุป (25 นาที)</p> <p>1. ผู้สอนสรุปผลคะแนนของแต่ละทีมและให้เพื่อน ๆ ปรบมือแสดงความยินดีแก่ทีมที่ชนะการแข่งขัน</p> <p>2. ผู้สอนให้ผู้เรียนพูดสะท้อนความคิดสิ่งที่ได้จากกิจกรรม “ซึ่งลายแทงชุมชนทรัพย์สุดขอบฟ้า” และร่วมกันอภิปรายสะท้อนลักษณะของพฤติกรรมความก้าวร้าว แล้วนำเสนอหน้าห้องกลุ่มละ 3-5 นาที</p> <p>3. ผู้สอนและผู้เรียนช่วยกันสรุปความหมายและลักษณะของพฤติกรรมความก้าวร้าว โดยใช้ Power Point Media</p>	<p>➤ บูรณาการด้วยเทคนิคการเสริมแรงทางบวก</p> <p>➤ บูรณาการด้วยเทคนิคการตั้งเป้าหมาย</p>	<p>➤ การชกต่อย</p>	<p>➤ การใช้คำพูดที่ไม่เป็นมิตร</p>
--	---	--------------------	------------------------------------

บันทึกหลังการจัดกิจกรรม

ผลการจัดกิจกรรม

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

ปัญหาและอุปสรรค

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

ข้อเสนอแนะในการจัดกิจกรรมครั้งต่อไป

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

แผนการจัดกิจกรรมที่ 2

โปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการ
แนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา

เรื่อง	ความก้าวร้าวเป็นปัญหาหรือไม่	สัปดาห์ที่ 1 ครั้งที่ 2
ชื่อกิจกรรม	วอล์คแรลลี่และน้องสัมพันธ์	เวลา 90 นาที

สาระสำคัญ

ในปัจจุบันปัญหาเกี่ยวกับพฤติกรรมความก้าวร้าวมีเพิ่มมากขึ้นเรื่อย ๆ โดยปรากฏในลักษณะหลากหลายรูปแบบ ตั้งแต่ความผิดทางศีลธรรมไปจนถึงการกระทำความผิดทางกฎหมาย ซึ่งการแสดงพฤติกรรมความก้าวร้าวส่วนใหญ่เกิดจากสาเหตุและปัจจัยต่าง ๆ ทั้งสภาวะร่างกาย สภาพครอบครัว และสภาพแวดล้อม ดังนั้นการที่จะลดพฤติกรรมความก้าวร้าว ผู้เรียนจะต้องรู้และเข้าใจถึงสภาพปัญหาและสาเหตุของพฤติกรรมความก้าวร้าว

จุดประสงค์การเรียนรู้: เพื่อให้ นักเรียนมีความรู้ความสามารถ ดังนี้

1. บอกสภาพปัญหาพฤติกรรมความก้าวร้าวได้
2. อธิบายสาเหตุพฤติกรรมความก้าวร้าวได้
3. แสดงพฤติกรรมลดความก้าวร้าวโดยบูรณาการกิจกรรมนันทนาการกับแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาด้วยเทคนิคการคิดไปข้างหน้า เทคนิคการตั้งเป้าหมาย และเทคนิคการเสริมแรงทางบวก

สาระการเรียนรู้


1. สภาพปัญหาพฤติกรรมความก้าวร้าว
2. สาเหตุพฤติกรรมความก้าวร้าว
3. บูรณาการกิจกรรมนันทนาการกับแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาด้วยเทคนิคการคิดไปข้างหน้า เทคนิคการตั้งเป้าหมาย และเทคนิคการเสริมแรงทางบวก

สื่อ/ อุปกรณ์การเรียนรู้

1. Power Point Media เรื่อง “พาดหัวข่าวพฤติกรรมความก้าวร้าว”
2. โฟลต์-อิทโน้ต (Post- it Note)

กระบวนการจัดโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษา
โดยบูรณาการแนวความคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม กิจกรรม/ เนื้อหา	บูรณาการกิจกรรม นันทนาการกับแนวความคิดการ ปรับพฤติกรรมทางปัญญา	ลดความก้าวร้าว	
	บูรณาการกิจกรรมนันทนาการ มนุษย์สัมพันธ์ โดยใช้ “วอล์ค แครลลี่พีและน้องสัมพันธ์” กับ แนวความคิดการปรับพฤติกรรมทาง ปัญญา ด้วยเทคนิคดังนี้คือ 1) เทคนิคการคิดไปข้างหน้า 2) เทคนิคการตั้งเป้าหมาย 3) เทคนิคการเสริมแรงทางบวก	พฤติกรรม ก้าวร้าวทาง กาย	พฤติกรรม ความก้าวร้าว ทางวาจา
ขั้นที่ 1 ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน (10 นาที) 1. ผู้สอนเปิดประเด็นการเรียนรู้ ด้วยการเปิดพาดหัวข่าวจาก หนังสือพิมพ์แต่ละฉบับที่เกี่ยวข้อง กับพฤติกรรมความก้าวร้าวเพื่อ นำเข้าสู่บทเรียน 2. ผู้สอนให้นักเรียนจับคู่ออกมา อภิปรายสภาพปัญหาและสาเหตุ ของพฤติกรรมความก้าวร้าวจาก ข่าว แล้วนำเสนอหน้าชั้นเรียน โดยเน้นให้ผู้เรียนจินตนาการถึงสิ่ง จะเกิดขึ้น หากแสดงพฤติกรรม ความก้าวร้าว	 ➢ บูรณาการด้วยเทคนิคการคิด ไปข้างหน้า		➢ การพูด ส่อเสียด ➢ การพูดคำที่ ไม่เป็นมิตร
ขั้นที่ 2 ขั้นการจัดกิจกรรมการ เรียนรู้ (45 นาที) 1. ผู้สอนแบ่งกลุ่มผู้เรียนออกเป็น 3 กลุ่ม ๆ ละ 10 คน โดยใช้วิธีการ จับฉลากกระดาษสี ได้แก่ สีแดง สี เขียว และสีชมพู ซึ่งก่อนจับฉลาก	➢ บูรณาการด้วยเทคนิคการคิด ไปข้างหน้า	➢ การผลัก ➢ การขีดข่วน ให้ล้ม ➢ การ กระชากเสื้อ	

<p>นั้น ผู้สอนจะให้ผู้เรียนททายสีฉลากที่ตนเองจับ ถ้าททายถูก จะได้บวก 1 คะแนน แต่ถ้าททายผิดคะแนนจะติบลบ 1 คะแนน จากนั้นผู้สอนให้ผู้เรียนจัดแถวตอน 3 แถวตามสี</p> <p>2. ผู้สอนอธิบายวิธีการเล่นเกมอย่างละเอียด และให้ผู้เรียนซักถามเมื่อมีข้อสงสัย</p> <p>3. ผู้สอนให้สัญญาณเสียงเพื่อแสดงจุดเริ่มต้นของกิจกรรม กลุ่มสีแดงไปฐานที่ 1 กลุ่มสีเขียวไปฐานที่ 2 และกลุ่มสีชมพูไปฐานที่ 3 ซึ่งแต่ละฐานจะใช้เวลา 10 นาที</p> <p>4. เมื่อหมดเวลา ให้ทั้ง 3 กลุ่มเปลี่ยนฐาน โดยใช้เวลาในการเปลี่ยนฐาน ๗ ละ 5 นาที ซึ่งกิจกรรมวอคแรลลี่ผู้วิจัยใช้ผู้ช่วยวิจัย 6 คน ที่ได้รับการฝึกฝนในการนำเกมอย่างดี</p> <p>ฐานที่ 1 เกมเดิน 6 ขา</p> <p>1.1) ผู้สอนแบ่งผู้เล่นเกมออกเป็น 2 กลุ่ม ๗ ละเท่า ๆ กัน โดยใช้วิธีการจับฉลากกระดาษสีชนิดแข็ง 2 สี ได้แก่ สีแดง (เป็นกลุ่มที่ 1) และสีเหลือง (เป็นกลุ่มที่ 2)</p> <p>1.2) เมื่อผู้เล่นจับฉลากเสร็จเป็นที่เรียบร้อยแล้ว ให้แต่ละคนเข้าแถวตอนลึกตามสีของกระดาษ โดยกลุ่มที่ 1 (สีแดง) และกลุ่มที่ 2 (สีเหลือง)</p> <p>1.3) ผู้สอนแจกผ้าจำนวน 4 ชิ้นให้แต่ละกลุ่ม</p>	 <p>➢ บูรณาการด้วยเทคนิคการตั้งเป้าหมาย</p>	<p>➢ การผลัก</p> <p>➢ การขีดขานให้ลั้ม</p>	<p>➢ การพูดยั่วยุ ➢ ให้หมู่คณะแตกร้าว</p>
---	--	--	---

<p>1.4) ผู้เล่นในแต่ละกลุ่มนำผ้า มามัดที่ขาของตัวเองและขาของ เพื่อนให้ติดกัน ผู้เล่นเกมคนแรก และคนสุดท้ายจะถูกมัดขาเพียง ข้างเดียว</p> <p>1.5) เมื่อได้ยินเสียงสัญญาณ นกหวีด “เริ่ม” ให้ผู้เล่นเกมทุกกลุ่ม เดินจากจุดเริ่มต้นไปจนถึงเส้นชัย พร้อมทั้งพูดคำว่า ซ้าย- ขวา ตาม ลักษณะการก้าวเท้า ซึ่งมี ระยะทาง 30 เมตร กลุ่มใดเดินไป ถึงเส้นชัยก่อนถือว่าเป็นฝ่ายชนะ การแข่งขัน</p> <p>ฐานที่ 2 เกมวิ่งเปรี๊ยะ</p> <p>2.1) ผู้สอนให้ผู้เรียนทั้งหมด เข้าแถวหน้ากระดานปีดระยะ จำนวน 1 แถว โดยเรียงลำดับจาก ผู้ที่มีส่วนสูงมากที่สุดอยู่ทางด้าน ซ้ายมือของผู้สอน จากนั้นให้ผู้เรียนนับจำนวนตัวเลข 1 และ 2 ตามลำดับ</p> <p>2.2) ผู้สอนเข้าแถวตอนเรียง หนึ่ง โดยให้กลุ่มที่ 1 อยู่ทางด้าน ขวามือ และกลุ่มที่ 2 อยู่ทางด้าน ซ้ายมือ ของผู้สอน</p> <p>2.3) ผู้สอนกำหนดจุดเริ่มต้น ไว้จำนวน 2 จุด โดยมีระยะห่าง 10 เมตร จากนั้นให้ผู้เล่นเกมทั้ง 2 กลุ่ม ยืนแถวตอนเรียงหนึ่งอยู่หลัง จุดเริ่มของกลุ่มตนเอง</p> <p>2.4) ผู้สอนออกไปยืนอยู่ตรง กลางระหว่างจุดเริ่มต้นของทั้ง 2 กลุ่ม และยื่นมือถือผ้าเช็ดหน้าไว้ ข้างละ 1 ฝั่ง</p>	<p>➢ บูรณาการด้วยเทคนิคการ หยุดความคิด</p>	<p>➢ การตี</p> <p>➢ การผลัก</p> <p>➢ การ กระชากเสื้อ</p> <p>➢ การขัดขา ให้ล้ม</p>	
--	--	---	--

<p>2.5) เมื่อได้ยินเสียงสัญญาณนกหวีด “เริ่ม” ให้ผู้เล่นเกมลำดับแรกของแต่ละกลุ่ม วิ่งออกไปดึงผ้าเช็ดหน้าจากผู้สอนพร้อมกับวิ่งไล่ตีผู้เล่นฝ่ายตรงข้าม และวิ่งอ้อมกรวยที่เป็นจุดเริ่มต้นของกลุ่มตรงข้ามไปยังจุดเริ่มต้นของกลุ่มตนเองเพื่อส่งผ้าเช็ดหน้าให้เพื่อนคนถัดไปที่ออกมายืนเตรียมตัวอยู่หลังจุดเริ่มต้น หากผู้เล่นวิ่งทันกลุ่มตรงข้ามให้ใช้ผ้าเช็ดหน้าตีทันที</p> <p>2.6) ในกรณีที่ไม่สามารถใช้ผ้าเช็ดหน้าตีกลุ่มตรงข้ามได้ กลุ่มที่สมาชิกวิ่งครบก่อนเป็นฝ่ายชนะ</p> <p>ฐานที่ 3 เกมหมาจับแมว แมวจับหมา</p> <p>3.1) ผู้สอนให้ผู้เรียนยืนเข้าแถวหน้ากระดานปิดระยะจำนวน 1 แถว โดยให้ผู้ที่มีส่วนสูงมากที่สุดอยู่ทางด้านซ้ายมือของผู้สอน และให้ผู้สอนยืนอยู่ด้านหน้าระหว่างแถว ห่าง 2 เมตร</p> <p>3.2) ผู้สอนกำหนดให้ผู้เล่นแบ่งกลุ่มออกเป็น 2 กลุ่ม ๆ ละเท่า ๆ กัน โดยใช้วิธีการหลับตาจับเชือกไหมพรมที่มีอยู่ทั้งหมด 2 สี ประกอบไปด้วย สีแดง และสีเหลือง เมื่อจับเชือกไหมพรมเสร็จแล้วให้ผู้เล่นเข้าแถวตอกลีตามกลุ่มสี</p> <p>3.3) ผู้สอนให้ผู้เล่นทั้งสองกลุ่มนำริบบิ้นมาสอดใส่ไว้ด้านหลังกางเกง โดยให้มีส่วนที่</p>	<p>➢ บูรณาการด้วยเทคนิคการคิดไปข้างหน้า</p>	<p>➢ การกระชากเสื้อ</p> <p>➢ การขัดขาให้ล้ม</p>	
---	---	---	--

<p>ยื่นออกมาประมาณ 10 นิ้ว จากนั้นให้ผู้เล่นทุกคนเข้าไปอยู่ในพื้นที่สนามแข่งขัน</p> <p>3.4) เมื่อได้ยินเสียงสัญญาณนกหวีด “เริ่ม” ให้ผู้เล่นแต่ละกลุ่มทำการแย่งชิงริบบิ้นของผู้เล่นฝ่ายตรงข้ามภายในระยะเวลา 2 นาที</p> <p>3.5) ในการแข่งขันครั้งนี้ผู้เล่นแต่ละคนจะต้องคอยระมัดระวังไม่ให้ผู้เล่นคนอื่นแย่งริบบิ้นของตนเองไปได้</p>			
<p>ขั้นที่ 3 ขั้นสรุป (35 นาที)</p> <p>1. ผู้สอนสรุปผลคะแนนของแต่ละกลุ่มและให้เพื่อน ๆ ปรบมือแสดงความยินดีแก่กลุ่มที่ชนะการแข่งขัน</p> <p>2. ผู้สอนให้ผู้เรียนเขียนโพสต์-อิทโน้ต (Post-it Note) สะท้อนปัญหาและสาเหตุพฤติกรรมความก้าวร้าว ผ่านกิจกรรม “วอล์คแรดส์ที่และน้องสัมพันธ์” แล้วนำไปติดไว้ที่กระดาน</p> <p>3. ผู้สอนและผู้เรียนช่วยกันสรุปสภาพปัญหาและสาเหตุพฤติกรรมความก้าวร้าวจากร่วมกัน</p>	<p>➢ บูรณาการด้วยเทคนิคการเสริมแรงทางบวก</p> <p>➢ บูรณาการด้วยเทคนิคการตั้งเป้าหมาย</p>	<p>➢ การชกต่อย</p>	<p>➢ การพูดเสียงดังเอะอะโวยวาย</p>

บันทึกหลังการจัดกิจกรรม

ผลการจัดกิจกรรม

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

ปัญหาและอุปสรรค

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

ข้อเสนอแนะในการจัดกิจกรรมครั้งต่อไป

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



แผนการจัดกิจกรรมที่ 3

โปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการ
แนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา

เรื่อง	การแก้ไขและป้องกันปัญหาความก้าวร้าวสำคัญที่สุด	สัปดาห์ที่ 1 ครั้งที่ 3
ชื่อกิจกรรม	ตกหลุมรัก	เวลา 90 นาที

สาระสำคัญ

ปัญหาความก้าวร้าว ควรต้องสร้างความเข้าใจที่มาของปัญหาก่อน เพราะโดยทั่วไปความก้าวร้าวในเด็ก มักเป็นปัญหาที่มีความซับซ้อน ควรประเมินเหตุปัจจัยรอบ ๆ ด้านว่ามีเหตุใดบ้างที่เกี่ยวข้อง จึงจะสามารถเสนอวิธีการแก้ไขปัญหาและบอกวิธีการป้องกันปัญหาพฤติกรรมความก้าวร้าวได้ ไม่ใช่ลงโทษเด็กด้วยความรุนแรงเพียงอย่างเดียว เด็กอาจหยุดแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวชั่วคราว แต่สุดท้ายก็จะกลับมาแสดงพฤติกรรมนั้นอีก ดังนั้นควรควบคุมสถานการณ์ให้เด็กหยุดความก้าวร้าวนั้นด้วยความสงบ โดยใช้การกอดหรือจับให้เด็กหยุดหลังจากที่เด็กสงบแล้ว ควรเปิดโอกาสให้เด็กได้พูดคุยถึงสาเหตุที่ทำให้เด็กไม่พอใจหรือทำให้แสดงความก้าวร้าวออกมา

จุดประสงค์การเรียนรู้: เพื่อให้นักเรียนมีความรู้ความสามารถ ดังนี้

1. เสนอวิธีการแก้ไขปัญหาพฤติกรรมความก้าวร้าวได้
2. บอกวิธีการป้องกันปัญหาพฤติกรรมความก้าวร้าวได้
3. แสดงพฤติกรรมลดความก้าวร้าวโดยบูรณาการกิจกรรมนันทนาการกับแนวคิดการปรับพฤติกรรม

ทางปัญญาด้วยเทคนิคการหยุดความคิด เทคนิคการคิดตั้งเป้าหมาย และเทคนิคการเสริมแรงทางบวก

สาระการเรียนรู้


1. การแก้ไขปัญหาพฤติกรรมความก้าวร้าว
2. การป้องกันปัญหาพฤติกรรมความก้าวร้าว
3. บูรณาการกิจกรรมนันทนาการกับแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาด้วยเทคนิคการหยุด

ความคิด เทคนิคการคิดตั้งเป้าหมาย และเทคนิคการเสริมแรงทางบวก

สื่อ/ อุปกรณ์การเรียนรู้

วีดิทัศน์เรื่อง “นักเลงในวัยเรียน” และ “ความสามัคคีคืออะไร” จากเว็บไซต์ www.YOUTUBE.COM

กระบวนการจัดโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษา
โดยบูรณาการแนวความคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม กิจกรรม/ เนื้อหา	บูรณาการกิจกรรม นันทนาการกับแนวความคิดการ ปรับพฤติกรรมทางปัญญา	ลดความก้าวร้าว	
	บูรณาการกิจกรรมนันทนาการ เกมกลุ่มสัมพันธ์ โดยใช้ “เกมตก หลุมรัก” กับแนวความคิดการปรับ พฤติกรรมทางปัญญา ด้วย เทคนิคดังนี้คือ 1) เทคนิคการหยุดความคิด 2) เทคนิคการคิดตั้งเป้าหมาย 3) เทคนิคการเสริมแรงทางบวก	พฤติกรรม ก้าวร้าวทาง กาย	พฤติกรรม ความก้าวร้าว ทางวาจา
ขั้นที่ 1 ชี้นำเข้าสู่บทเรียน (15 นาที) 1. ผู้สอนนำเข้าสู่บทเรียน ด้วยการ ตบมือ พร้อมกับร้องเพลง “ลมบก ลมทะเล” เป็นการเตรียมความ พร้อมเพื่อให้ผู้เรียนมีสติจดจ่ออยู่ กับตนเอง โดยมีเนื้อร้องดังต่อไปนี้ “ลมบก ลมทะเล อากาศถ่ายเทพัด กันพัดกัน ลมทะเลพัดตอนกลางวัน (ซ้ำ) ส่วนลมบกนั้นพัดตอน กลางคืน” 2. ผู้สอนเปิดวิดีโอจากเว็บไซต์ www.YOUTUBE.COM เรื่อง “นักเลงในวัยเรียน” (6.20 นาที) ที่ มีเนื้อหาเกี่ยวกับการทะเลาะกัน ของนักเรียนและ เรื่อง “ความ สามัคคีคืออะไร” (4.58 นาที) ที่มี เนื้อหาเกี่ยวกับการทำกิจกรรม อย่างปรองดอง จากนั้นผู้สอนตั้ง คำถามจากวิดีโอดังกล่าว 2- 3	 ➤ บูรณาการด้วยเทคนิคการ หยุดความคิด		➤ การพูดคำ หยาบ ➤ การพูดจาไม่ สุภาพ

<p>คำถาม และให้นักเรียนร่วมกัน แสดงความคิดเห็น</p>			
<p>ขั้นที่ 2 ขั้นการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ (50 นาที)</p> <p>1. ผู้สอนให้นักเรียนเข้าแถวหน้า กระดานปีกระยะจำนวน 1 แถว แล้วให้จับสลาก โดยสลากจะมี หมายเลข -15 กำกับ นักเรียนคน ใดจับสลากได้หมายเลขที่กำหนดก็ ให้อยู่ตามทีมตามหมายเลขนั้น</p> <p>2. เมื่อได้ยินเสียงสัญญาณนกหวีด “เริ่ม” ให้ผู้เล่นคนที่ 2 เทน้ำใส่มือผู้ เล่นคนแรก จากนั้นให้ผู้เล่นคนแรก วิ่งเอาน้ำไปเทลงในขวดเปล่าที่มี ระยะห่างจากจุดเริ่มต้น 4 เมตร และวิ่งกลับมาแตะมือผู้เล่นคน ถัดไปแล้ววิ่งไปต่อท้ายแถวของทีม ตนเอง แต่มีข้อแม้ว่าผู้เล่นจะต้องมี สติหยุดความคิดที่จะแสดง พฤติกรรมกระแทกกระทั้นผู้เล่นฝ่าย ตรงข้าม</p> <p>3. ผู้เล่นคนถัดไป ทำเช่นเดียวกับผู้ เล่นคนแรกไปเรื่อย ๆ จนหมดเวลา ตามที่ผู้สอนเกมกำหนดคือ 3 นาที</p> <p>4. เมื่อหมดเวลาการแข่งขัน ให้นำ ขวดน้ำของทั้ง 5 ทีมมาเรียงกันเพื่อ วัดปริมาตรน้ำ ทีมใดมีปริมาตรน้ำ มากที่สุดถือเป็นทีมที่ชนะการ แข่งขัน ทีมใดแพ้ผู้สอนให้ทำความ สะอาดพื้นที่การแข่งขัน</p> <p>5. ผู้สอนให้นักเรียนแต่ละกลุ่มออก พูดแสดงความคิดเห็น และ แลกเปลี่ยนทรรศนะกับนักเรียน กลุ่มอื่นเกี่ยวกับกิจกรรม</p>	<p>➤ บูรณาการด้วยเทคนิคการ หยุดความคิด</p> <p>➤ บูรณาการด้วยเทคนิคการ ตั้งเป้าหมาย</p>	<p>➤ การผลึก</p> <p>➤ การ กระซอกเสื่อ</p>	

<p>ขั้นที่ 3 ขั้นสรุป (25 นาที)</p> <p>1. ผู้สอนสรุปผลคะแนนของแต่ละทีมและให้เพื่อน ๆ ปรบมือแสดงความยินดีแก่กลุ่มที่ชนะการแข่งขัน</p> <p>2. ผู้สอนให้ผู้เรียนแต่ละกลุ่มร่วมกันเขียนแผนผังความคิด (Mind Mapping) สะท้อนการแก้ไขและการป้องกันปัญหาความก้าวร้าวจากกิจกรรม “ตลกดูมรัก” ว่ามีอะไรบ้าง แล้วให้แต่ละกลุ่มส่งตัวแทนออกมานำเสนอหน้าชั้นเรียน</p> <p>3. ผู้สอนช่วยเสริมในแต่ละประเด็นปัญหาที่แต่ละกลุ่มนำเสนอ และให้คำชมเลย</p> <p>4. ผู้สอนสรุปแนวทางการป้องกันปัญหาพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนแต่ละกลุ่ม</p>	<p>➤ บูรณาการด้วยเทคนิคการเสริมแรงทางบวก</p> <p>➤ บูรณาการด้วยเทคนิคการตั้งเป้าหมาย</p>	<p>➤ การชกต่อย</p>	<p>➤ การพูดจาข่มขู่</p>
--	---	--------------------	-------------------------

บันทึกหลังการจัดกิจกรรม

ผลการจัดกิจกรรม

.....

.....

.....

ปัญหาและอุปสรรค

.....

.....

.....

ข้อเสนอแนะในการจัดกิจกรรมครั้งต่อไป

.....

.....

.....

แผนการจัดกิจกรรมที่ 4

โปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการ
แนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา

เรื่อง	“ลดละเลิก” ความก้าวร้าวทางกาย	สัปดาห์ที่ 2 ครั้งที่ 4
ชื่อกิจกรรม	กระสอบน้อยคอยรัก	เวลา 90 นาที

สาระสำคัญ

ความก้าวร้าวทางกาย เป็นการแสดงออกของพฤติกรรมโดยใช้อวัยวะทางกาย เช่น แขน ขา ฟัน ศีรษะ เล็บ หรืออวัยวะทางกายร่วมกับอาวุธชนิดอื่น เช่น มีด ปืน ก้อนหิน เพื่อทำให้เกิดอันตรายต่อตนเองและบุคคลอื่น โดยขาดความยับยั้งชั่งใจ ทำให้เดือดร้อน เจ็บตัว เจ็บใจ และเป็นทุกข์ ประกอบด้วย การทุบ การตี การเตะ การถีบ การต่อย การผลัก การกัด การดึงผม การหยิก การชกต่อย การขว้างปาสิ่งของ การเลียนแบบท่าทางความผิดปกติหรือข้อบกพร่องทางกายของผู้อื่น การกระชากเสื้อผ้า และการขัดขานให้ล้ม

จุดประสงค์การเรียนรู้: เพื่อให้ให้นักเรียนมีความรู้ความสามารถ ดังนี้

1. อธิบายความหมายของพฤติกรรมความก้าวร้าวทางกายได้
2. ยกตัวอย่างปัญหาพฤติกรรมความก้าวร้าวทางกายได้
3. แสดงพฤติกรรมลดความก้าวร้าวโดยบูรณาการกิจกรรมนันทนาการกับแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาด้วยเทคนิคการหยุดความคิด เทคนิคการคิดตั้งเป้าหมาย และเทคนิคการเสริมแรงทางบวก

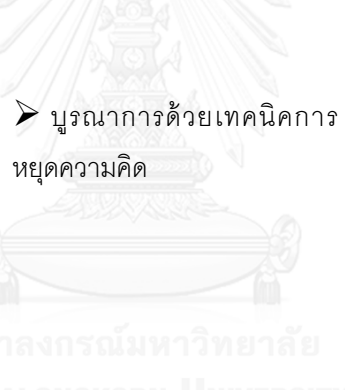
สาระการเรียนรู้

1. พฤติกรรมความก้าวร้าวทางกาย
2. ปัญหาพฤติกรรมความก้าวร้าวทางกาย
3. บูรณาการกิจกรรมนันทนาการกับแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาด้วยเทคนิคการหยุดความคิด เทคนิคการคิดตั้งเป้าหมาย และเทคนิคการเสริมแรงทางบวก

สื่อ/ อุปกรณ์การเรียนรู้

แผ่นภาพแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวทางกายจากละครโทรทัศน์ จำนวน 5 ภาพ ที่เกี่ยวข้องกับ การชกต่อย การกระชากเสื้อผ้า การถีบ การผลัก และการขว้างปาสิ่งของ

กระบวนการจัดโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษา
โดยบูรณาการแนวความคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม กิจกรรม/ เนื้อหา	บูรณาการกิจกรรม นันทนาการกับแนวความคิดการ ปรับพฤติกรรมทางปัญญา	ลดความก้าวร้าว	
	บูรณาการกิจกรรมนันทนาการ เกมกลุ่มสัมพันธ์ โดยใช้ “กระสอบน้อยคอยรัก” กับ แนวความคิดการปรับพฤติกรรมทาง ปัญญา ด้วยเทคนิคดังนี้คือ 1) เทคนิคการหยุดความคิด 2) เทคนิคการคิดตั้งเป้าหมาย 3) เทคนิคการเสริมแรงทางบวก	พฤติกรรม ก้าวร้าวทาง กาย	พฤติกรรม ความก้าวร้าว ทางวาจา
ขั้นที่ 1 ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน (15 นาที) ผู้สอนนำภาพความก้าวร้าวทาง กายรูปแบบต่าง ๆ จากละคร โทรทัศน์ให้ผู้เรียนดู แล้วตั้งคำถาม 2- 3 คำถาม จากภาพว่าผู้เรียน รู้สึกอย่างไรเพื่อหยุดคิดอย่างมีสติ อันเป็นการนำเข้าสู่บทเรียน	 <ul style="list-style-type: none"> ➢ บูรณาการด้วยเทคนิคการ หยุดความคิด 	<ul style="list-style-type: none"> ➢ การชกต่อย ➢ การ กระชากเสื้อ ➢ การถีบ 	
ขั้นที่ 2 ขั้นการจัดกิจกรรมการ เรียนรู้ (40 นาที) 1. ผู้สอนให้นักเรียนนั่งเป็นวงกลม จากนั้นเลือกผู้เล่นที่เหมาะสม 2 คน ที่มีรูปร่างใกล้เคียงกันเข้าไป ยืนอยู่ในกระสอบโดยใช้มือทั้งสอง ข้างจับที่มุมของปากกระสอบไว้ 2. เมื่อได้ยินเสียงสัญญาณ นกหวีด “เริ่ม” ให้ผู้เล่นทั้ง 2 คน จับมือแสดงความเคารพซึ่งกัน และกัน จากนั้นให้ต่อสู้ด้วยวิธีการ เดินชน การกระโดดเข้าใส่คู่แข่งชน	<ul style="list-style-type: none"> ➢ บูรณาการด้วยเทคนิคการ ตั้งเป้าหมาย 	<ul style="list-style-type: none"> ➢ การผลัก ➢ การขว้าง ปาสิ่งของ 	

<p>ของตนเอง แต่มีข้อแม้ว่า ห้ามใช้มือโดยเด็ดขาด ภายในระยะเวลา 3 นาที ผู้เล่นคนใดที่ยังสามารถยืนอยู่ในวงกลมได้ตลอดระยะเวลาการแข่งขันจะเป็นผู้ชนะ แต่ถ้าหากผู้เล่นไม่สามารถทำให้อีกฝ่ายหนึ่งล้มลงได้จะปรับแพ้ทั้งสองคน ซึ่งผู้เล่นจะต้องมีสติหยุดความคิดที่จะแสดงพฤติกรรมกระแทกกระทั้นผู้เล่นฝ่ายตรงข้าม</p> <p>3. ผู้สอนให้นักเรียนแต่ละกลุ่มออกพูดแสดงความคิดเห็น และแลกเปลี่ยนทรรศนะกับนักเรียนกลุ่มอื่นเกี่ยวกับกิจกรรม</p>			
<p>ขั้นที่ 3 ขั้นสรุป (25 นาที)</p> <p>1. ผู้สอนสรุปผลคะแนนของแต่ละทีมและให้เพื่อน ๆ ปรบมือแสดงความยินดีแก่กลุ่มที่ชนะการแข่งขัน</p> <p>2. ผู้สอนให้ผู้เรียนร่วมกันสะท้อนความคิดเกี่ยวกับความหมายและปัญหาความก้าวร้าวทางกายจากกิจกรรม “กระสอบน้อยคอยรัก” แล้วให้ผู้เรียนแต่ละคน เขียนบันทึกลงในแบบบันทึกอนุทินประสบการณ์ เพื่อแสดงความรู้สึกและความคิดออกมา</p> <p>3. ผู้สอนและผู้เรียนช่วยกันสรุปความหมายและลักษณะของพฤติกรรมความก้าวร้าวทางกาย โดยใช้ Power Point Media</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➢ บูรณาการด้วยเทคนิคการเสริมแรงทางบวก ➢ บูรณาการด้วยเทคนิคการตั้งเป้าหมาย 	<ul style="list-style-type: none"> ➢ การผลัก ➢ การกระซอกเสื่อ ➢ การขีดข่วนให้ล้ม 	

บันทึกหลังการจัดกิจกรรม

ผลการจัดกิจกรรม

.....
.....

ปัญหาและอุปสรรค

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

ข้อเสนอแนะในการจัดกิจกรรมครั้งต่อไป

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



แผนการจัดกิจกรรมที่ 5

โปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการ
แนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา

เรื่อง	รับมือกับความก้าวร้าวทางกายอย่างสร้างสรรค์	สัปดาห์ที่ 2 ครั้งที่ 5
ชื่อกิจกรรม	สู้ระเบิด	เวลา 90 นาที

สาระสำคัญ

ความก้าวร้าวทางกาย เป็นการแสดงออกของพฤติกรรมที่ทำให้เกิดอันตรายต่อตนเองและบุคคลอื่น โดยขาดความยับยั้งชั่งใจ ตลอดจนการต่อสู้หรือทำร้ายผู้อื่นเพื่อทำให้เคียดแค้น เจ็บตัว เจ็บใจ เป็นทุกข์ ทั้งทางกายและทางวาจา ประกอบด้วย การทุบ การตี การเตะ การถีบ การต่อย การผลัก การกัด การดึงผม การหยิก การชกต่อย การขว้างปาสิ่งของ การเลียนแบบท่าทางความผิดปกติหรือข้อบกพร่องทางกายของผู้อื่น การกระชากเสื้อผ้า และการขัดขาให้ล้ม เมื่อเกิดแรงขับไม่ว่าจะเกิดจากสัญชาตญาณหรือจากสิ่งแวดล้อมควรจะแสดงแรงขับออกมาในรูปแบบที่สังคมยอมรับเพื่อไม่ก่อให้เกิดความเสียหายต่อตนเองและผู้อื่น โดยใช้การบูรณาการกิจกรรมนันทนาการกับแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาเพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่พึงประสงค์ อันจะเป็นแนวทางการป้องกันปัญหาพฤติกรรมความก้าวร้าวทางกายแก่ตัวผู้เรียน

จุดประสงค์การเรียนรู้: เพื่อให้ นักเรียนมีความรู้ความสามารถ ดังนี้

1. อธิบายสาเหตุของพฤติกรรมความก้าวร้าวทางกายได้
2. เสนอวิธีการแก้ไขพฤติกรรมความก้าวร้าวทางกายได้
3. แสดงพฤติกรรมลดความก้าวร้าวโดยบูรณาการกิจกรรมนันทนาการกับแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาด้วยเทคนิคการหยุดความคิด เทคนิคการหายใจ- การนับในใจ เทคนิคการเสริมแรงทางบวก และเทคนิคการตั้งเป้าหมาย

สาระการเรียนรู้

1. สาเหตุของพฤติกรรมความก้าวร้าวทางกาย
2. การแก้ไขพฤติกรรมความก้าวร้าวทางกาย
3. บูรณาการกิจกรรมนันทนาการกับแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาด้วยเทคนิคการหยุดความคิด เทคนิคการหายใจ- การนับในใจ เทคนิคการเสริมแรงทางบวก และเทคนิคการตั้งเป้าหมาย

สื่อ/ อุปกรณ์การเรียนรู้

แบบบันทึกพฤติกรรมตนเอง

กระบวนการจัดโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษา
โดยบูรณาการแนวทางการปรับพฤติกรรมทางปัญญา

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม กิจกรรม/ เนื้อหา	บูรณาการกิจกรรม นันทนาการกับแนวทางการ ปรับพฤติกรรมทางปัญญา	ลดความก้าวร้าว	
	บูรณาการกิจกรรมนันทนาการ ศิลปหัตถกรรมโดยใช้กิจกรรม “ กุ้ ระเบิด ” กับแนวทางการปรับ พฤติกรรมทางปัญญา ด้วย เทคนิคดังนี้คือ 1) เทคนิคการหยุดความคิด 2) เทคนิคการหายใจ- การนับใน ใจ 3) เทคนิคการเสริมแรงทางบวก 4) เทคนิคการตั้งเป้าหมาย	พฤติกรรม ก้าวร้าวทาง ภาย	พฤติกรรม ความก้าวร้าว ทางวาจา
ขั้นที่ 1 ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน (15 นาที) 1. ผู้สอนขออาสาสมัครนักเรียน ออกมาเล่าประสบการณ์ที่ เกี่ยวกับความก้าวร้าวทางกาย และร่วมกันแสดงความคิดเห็น 2. ผู้สอนจะให้ผู้เรียนเน้นย้ำสิ่งที่ จะเกิดขึ้นหากแสดงพฤติกรรม ความก้าวร้าวทางกายต่อเพื่อน นักเรียนคนอื่น ๆ	➤ บูรณาการด้วยเทคนิคการ หยุดความคิด	➤ การเลียน แบบความ ผิดปกติหรือ ข้อบกพร่องของ ผู้อื่น	
ขั้นที่ 2 ขั้นการจัดกิจกรรมการ เรียนรู้ (50 นาที) 1) ผู้สอนแบ่งกลุ่มผู้เรียนออกเป็น 5 กลุ่ม ๆ ละ 6 คน 2) ผู้สอนนำขวดที่บรรจุน้ำไปวาง ไว้ที่เส้นเริ่มจำนวน 2 ขวด โดยมี ระยะห่างจากจุดที่วางขวดน้ำจุดที่			

<p>1 ไปหาจุดที่วางขวดน้ำจุดที่ 2 ห่างกัน 4 เมตร</p> <p>3) ผู้สอนแจกหนังกายให้ผู้เรียน กลุ่มละ 3 เส้น โดยนำหนังกายมามัดข้อเท้าให้แข็งแรงและแจกเชือกที่เตรียมไว้ให้กับผู้เล่นทั้ง 2 ทีม ตามจำนวนผู้เข้าแข่งขัน จากนั้นให้ผู้แข่งขันแต่ละคนนำเชือกมามัดติดกับขอบหนังกาย และปลายเชือกอีกด้านหนึ่งผูกมัดติดกับเอวของผู้แข่งขัน</p> <p>3) ผู้สอนให้สัญญาณนกหวีด “พร้อม” ผู้เข้าแข่งขันยืนล้อมวงระยะห่างจากขวดน้ำเท่ากับปลายของเชือกฟาง เมื่อได้ยินเสียงนกหวีดยาว 1 ครั้ง ให้ผู้แข่งขันใช้หนังกายที่เป็นศูนย์กลางของเชือกทุกเส้นครอบลงไปทีขวดน้ำแล้วดึงขึ้น ซึ่งการจะทำเช่นนี้ได้จะต้องให้ผู้เข้าแข่งขันใช้ร่างกายควบคุมการยืดและการหดของหนังกายผ่านเชือกแทนมือ แล้วเคลื่อนที่ไปยังเส้นชัยที่ลักษณะเป็นวงกลมตามที่ผู้สอนกำหนด ซึ่งมีระยะห่างจากจุดเริ่มต้น 10 เมตร ถ้าในขณะที่ทำการแข่งขันผู้เล่นทีมใดทำขวดน้ำหล่นให้ผู้เล่นทีมดังกล่าวจับขวดน้ำตั้งขึ้นไว้ในตำแหน่งที่ขวดน้ำหล่น ผู้แข่งขันทีมใดสามารถนำขวดน้ำไปวางไว้ที่เส้นชัยได้ก่อนเป็นทีมที่ชนะการแข่งขัน</p>	<p>➢ บูรณาการด้วยเทคนิคการหายใจ- การนับในใจ</p>	<p>➢ การผลึก</p> <p>➢ การซัดซา</p>	
<p>ขั้นที่ 3 ขั้นสรุป (25 นาที)</p> <p>1. ผู้สอนให้ผู้เรียนนั่งเป็นแถวตอน 5 แถว ๆ ละ 6 คน</p>			

<p>2. ผู้สอนสรุปผลคะแนนของแต่ละทีมและให้เพื่อน ๆ ปรบมือแสดงความยินดีแก่กลุ่มที่ชนะการแข่งขัน</p> <p>3. ผู้สอนให้ผู้เรียนแต่ละกลุ่มร่วมกันเขียนสะท้อนความคิดเกี่ยวกับสาเหตุและการแก้ไขพฤติกรรมความก้าวร้าวทางกาย จากกิจกรรมนันทนาการเกมกลุ่มสัมพันธ์ “เกมภูระเบิด” แล้วให้แต่ละกลุ่มส่งตัวแทนออกมานำเสนอในรูปแบบ แผนผังความคิด (Mind Mapping)</p>	<p>➢ บูรณาการด้วยเทคนิคการเสริมแรงทางบวก</p> <p>➢ บูรณาการด้วยเทคนิคการตั้งเป้าหมาย</p>	<p>➢ การกัด</p> <p>➢ การหยิก</p>	<p>➢ การพูดสื่อเสียด</p>
--	---	----------------------------------	--------------------------

บันทึกหลังการจัดกิจกรรม

ผลการจัดกิจกรรม

.....

.....

.....

ปัญหาและอุปสรรค

.....

.....

.....

ข้อเสนอแนะในการจัดกิจกรรมครั้งต่อไป

.....

.....

.....

แผนการจัดกิจกรรมที่ 6

โปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการ
แนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา

เรื่อง	ลดพฤติกรรมความก้าวร้าวทางกายด้วยงานศิลปะ	สัปดาห์ที่ 2 ครั้งที่ 6
ชื่อกิจกรรม	ปั้นดินให้เป็นดาว	เวลา 90 นาที

สาระสำคัญ

ความก้าวร้าวเกิดจากปัจจัยหลายอย่าง การจัดการหรือแก้ไขความก้าวร้าวสามารถทำได้หลายวิธี บุคคลเมื่อเกิดแรงขับความก้าวร้าวขึ้นไม่ว่าจะเกิดจากสัญชาตญาณหรือจากสิ่งแวดล้อมจะแสดงแรงขับความก้าวร้าวออกมาในรูปแบบที่สังคมยอมรับ ดังนั้นการที่จะลดพฤติกรรมความก้าวร้าวจึงควรที่จะจัดกิจกรรมที่ช่วยระบายแรงขับความก้าวร้าวในรูปแบบของการทดแทนเพื่อไม่ก่อให้เกิดความเสียหายต่อตนเองและผู้อื่น โดยใช้การบูรณาการกิจกรรมนันทนาการกับแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาเพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่พึงประสงค์อันจะเป็นแนวทางการป้องกันปัญหาพฤติกรรมความก้าวร้าวทางกายแก่ตัวผู้เรียน

จุดประสงค์การเรียนรู้: เพื่อให้ นักเรียนมีความรู้ความสามารถ ดังนี้

1. เสนอแนวทางการป้องกันปัญหาพฤติกรรมความก้าวร้าวทางกายได้
2. แสดงพฤติกรรมลดความก้าวร้าวโดยบูรณาการกิจกรรมนันทนาการกับแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาด้วยเทคนิคการหยุดความคิด เทคนิคการคิดไปข้างหน้า เทคนิคการตั้งเป้าหมาย และเทคนิคคิดการเสริมแรงทางบวก

สาระการเรียนรู้

1. การป้องกันปัญหาพฤติกรรมความก้าวร้าวทางกาย
2. บูรณาการกิจกรรมนันทนาการกับแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาด้วยเทคนิคการหยุดความคิด เทคนิคการคิดไปข้างหน้า เทคนิคการตั้งเป้าหมาย และเทคนิคคิดการเสริมแรงทางบวก

สื่อ/ อุปกรณ์การเรียนรู้

1. ภาพยนตร์สั้นเรื่อง “ไอ้เตี้ย” จากเว็บไซต์ www.YOUTUBE.COM
2. แผ่นซีดีเพลงบรรเลงประกอบ และเครื่องเล่นซีดี
3. กระดาษสี ดินสอสีไม้ เชือกขาว และกาวลาเท็กซ์

กระบวนการจัดโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษา
โดยบูรณาการแนวความคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม กิจกรรม/ เนื้อหา	บูรณาการกิจกรรม นันทนาการกับแนวความคิดการ ปรับพฤติกรรมทางปัญญา	ลดความก้าวร้าว	
	<p>บูรณาการกิจกรรมนันทนาการ ศิลปหัตถกรรม โดยใช้ “กิจกรรมปั้นดินให้เป็นดาว” กับแนวความคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา ด้วยเทคนิคดังนี้คือ</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) เทคนิคการหยุดความคิด 2) เทคนิคการคิดไปข้างหน้า 3) เทคนิคการตั้งเป้าหมาย 4) เทคนิคการเสริมแรงทางบวก 	พฤติกรรม ก้าวร้าวทาง กาย	พฤติกรรม ความก้าวร้าว ทางวาจา
<p>ขั้นที่ 1 ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน (15 นาที)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ให้ผู้เรียนจัดแถวตอนเล็ก จำนวน 6 แถว ๆ ละ 5 คน 2. ผู้สอนนำร้องเพลงพร้อมขับปรบมือตามจังหวะ เพื่อให้ผู้เรียนมีสติจดจ่ออยู่กับตนเอง “หากว่าเรากำลังสบายจึงตบมือพลัน...(ซ้ำ) หากว่าเรากำลังมีสุขหมดเรื่องทุกใด ๆ ทุกสิ่ง อย่าประวิงอะไรกันแล้ว จงปรบมือพลัน...” 3. ผู้สอนเปิดภาพยนตร์สั้นจากเว็บไซต์ www.YOUTUBE.COM เรื่อง “ไอ้เตี้ย” (7.01 นาที) แล้วตั้งคำถามว่านักเรียนรู้สึกอย่างไรจากภาพยนตร์สั้นเรื่องนี้ เพื่อเชื่อมโยงประสบการณ์เดิมของนักเรียนไปสู่ประสบการณ์ใหม่ 	<ul style="list-style-type: none"> ➢ บูรณาการด้วยเทคนิคการหยุดความคิด ➢ บูรณาการด้วยเทคนิคการคิดไปข้างหน้า 	<ul style="list-style-type: none"> ➢ การต้อย ➢ การตี ➢ การเลียนแบบ ➢ ท่าทางความผิดปกติหรือข้อบกพร่องทางกายของผู้อื่น 	

<p>ขั้นที่ 2 ขั้นการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ (50 นาที)</p> <p>1. ผู้สอนตั้งโจทย์ถามนักเรียนว่า “หลังจากเสร็จกิจกรรมจะนำผลงานไปมอบให้กับใคร” พร้อมทั้งเขียนคำอวยพรลงในกระดาษสี</p> <p>2. อธิบายเรื่องการสร้างสรรคงานปั้นจากดินเหนียวโดยเน้นการถ่ายทอดจินตนาการและปรากฏการณ์ที่อยู่รอบตัว พร้อมทั้งบอกประโยชน์ของงานปั้นที่มีความสัมพันธ์กับชีวิตประจำวัน</p> <p>3. ผู้สอนอธิบายถึงงานปั้นว่าเป็นการนำเอาวัสดุเนื้ออ่อนที่เป็นวัสดุทางธรรมชาติ หรือวัสดุสังเคราะห์มาปั้น พอก หรือตกแต่งให้เป็นผลงานตามจินตนาการ</p> <p>4. ปฏิบัติกิจกรรม “ปั้นดินให้เป็นดาว” พร้อมทั้งเปิดเพลงบรรเลงประกอบในขณะที่ผู้เรียนทำกิจกรรม โดยเน้นการตั้งเป้าหมายที่สามารถเชื่อมโยงการถ่ายทอดจินตนาการและปรากฏการณ์ที่อยู่รอบตัวเข้าด้วยกัน</p> <p>5. ผู้สอนให้นักเรียนแต่ละกลุ่มออกพูดแสดงความคิดเห็น และแลกเปลี่ยนทรรศนะกับนักเรียนกลุ่มอื่นเกี่ยวกับกิจกรรม</p>	<p>➢ บูรณาการด้วยเทคนิคการคิดไปข้างหน้า</p> <p>➢ บูรณาการด้วยเทคนิคการตั้งเป้าหมาย</p>	<p>➢ การทาบ</p> <p>➢ การถีบ</p> <p>➢ การขำวง</p> <p>➢ ป่าสิ่งของ</p>	<p>➢ การพูดคำที่ไม่เป็นมิตร</p>
<p>ขั้นที่ 3 ขั้นสรุป (25 นาที)</p> <p>1. ผู้สอนและผู้เรียนสรุปผลการปฏิบัติกิจกรรม พร้อมทั้งร่วมกันแสดงความคิดเห็นวิธีการลดพฤติกรรมความก้าวร้าวทางกายอย่างอิสระ</p>	<p>➢ บูรณาการด้วยเทคนิคการตั้งเป้าหมาย</p>	<p>➢ การต้อย</p> <p>➢ การตี</p>	<p>➢ การพูดคำหยาบ</p>

<p>2. ให้นักเรียนนำชิ้นงานจากกิจกรรมไปมอบให้กับคนที่นักเรียนรักและกล่าวคำยกย่อง ชมเชย พร้อมทั้งให้กำลังใจ</p> <p>3. ผู้สอนสรุปแนวทางการป้องกันปัญหาพฤติกรรมความก้าวร้าวทางกาย และเน้นย้ำให้นักเรียนแสดงพฤติกรรมทางกายอย่างเหมาะสม</p>	<p>➤ บูรณาการด้วยเทคนิคการเสริมแรงทางบวก</p>	<p>➤ การต่อย</p> <p>➤ การตี</p>	
---	--	---------------------------------	--

บันทึกหลังการจัดกิจกรรม

ผลการจัดกิจกรรม

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

ปัญหาและอุปสรรค

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

ข้อเสนอแนะในการจัดกิจกรรมครั้งต่อไป

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

แผนการจัดกิจกรรมที่ 7

โปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการ
แนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา

เรื่อง	“ลดละเลิก” ความก้าวร้าวทางวาจา	สัปดาห์ที่ 3 ครั้งที่ 7
ชื่อกิจกรรม	ใบคำหรรษา	เวลา 90 นาที

สาระสำคัญ

ความก้าวร้าวทางวาจาเป็นการแสดงออกของพฤติกรรมต่อตนเองและบุคคลอื่นโดยขาดความยับยั้งชั่งใจทำให้เดือดร้อน เจ็บตัว เจ็บใจ และเป็นทุกข์ ประกอบด้วย การพูดส่อเสียด การพูดคำที่ไม่เป็นมิตร การพูดเสียงดังเอะอะโวยวาย การพูดจาไม่สุภาพ การพูดจาเยาะเย้ย การล้อชื่อพ่อแม่ผู้อื่น การพูดคำหยาบ การพูดตวาด การพูดตะคอก การพูดจาข่มขู่ การพูดจาดูถูก การพูดจาเสียดสี การพูดจายั่วยู่ให้หมุ่คณะแตกก้าว

จุดประสงค์การเรียนรู้: เพื่อให้ นักเรียนมีความรู้ความสามารถ ดังนี้

1. อธิบายความหมายของพฤติกรรมความก้าวร้าวทางวาจาได้
2. ยกตัวอย่างปัญหาพฤติกรรมความก้าวร้าวทางวาจาได้
3. แสดงพฤติกรรมลดความก้าวร้าวโดยบูรณาการกิจกรรมนันทนาการกับแนวคิดการปรับพฤติกรรม

ทางปัญญาด้วยเทคนิคการหยุดความคิด เทคนิคการตั้งเป้าหมาย และเทคนิคการเสริมแรงทางบวก

สาระการเรียนรู้

1. พฤติกรรมความก้าวร้าวทางวาจา
2. ปัญหาพฤติกรรมความก้าวร้าวทางวาจา
3. บูรณาการกิจกรรมนันทนาการกับแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาด้วยเทคนิคการหยุด

ความคิด เทคนิคการตั้งเป้าหมาย และเทคนิคการเสริมแรงทางบวก

สื่อ/ อุปกรณ์การเรียนรู้

โทรศัพท์มือถือที่มีแอปพลิเคชัน (Application) เกมใบคำหรรษา

กระบวนการจัดโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษา
โดยบูรณาการแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม กิจกรรม/ เนื้อหา	บูรณาการกิจกรรม นันทนาการกับแนวคิดการ ปรับพฤติกรรมทางปัญญา	ลดความก้าวร้าว	
	บูรณาการกิจกรรมนันทนาการ เกมกลุ่มสัมพันธ์ โดยใช้ “เกมใบ คำหรรษา” กับแนวคิดการปรับ พฤติกรรมทางปัญญา ด้วย เทคนิคดังนี้คือ 1) เทคนิคการหยุดความคิด 2) เทคนิคการตั้งเป้าหมาย 3) เทคนิคการเสริมแรงทางบวก	พฤติกรรม ก้าวร้าวทาง กาย	พฤติกรรม ความก้าวร้าว ทางวาจา
ขั้นที่ 1 ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน (15 นาที) ผู้สอนแสดงบทบาทสมมุติใน หัวข้อเรื่อง “พฤติกรรมก้าวร้าวทาง วาจา” จากนั้นตั้งคำถามเพื่อ กระตุ้นให้นักเรียนเกิดความคิดใน การเรียนรู้ว่า “ความก้าวร้าวทาง วาจาส่งผลต่อคนรอบข้างหรือไม่” เพื่อนำเข้าสู่บทเรียน	 ➤ บูรณาการด้วยเทคนิคการ หยุดความคิด		➤ การพูดเสียง ดังเอะอะโวยวาย ➤ การพูดตวาด ➤ การพูด ตะคอก
ขั้นที่ 2 ขั้นการจัดกิจกรรมการ เรียนรู้ (40 นาที) 1. แบ่งผู้เรียนออกเป็น 5 กลุ่ม ๆ 6 คน 2. ผู้สอนนำโทรศัพท์มือถือที่มีแอป พลิกเชี่ยน (Application) เกมใบคำ หรรษา โดยในแอปพลิกเชี่ยนจะ แบ่งเป็นหมวด แต่ละหมวดก็จะมี ชุดคำให้เลือกเล่น เช่น อาหารไทย เพลงไทย ละครไทย เทคโนโลยี ความรู้ทั่วไป เป็นต้น			

<p>3. เริ่มเล่นเกมโดยการหันโทรศัพท์มือถือไปหาเพื่อนในกลุ่ม ซึ่งจะมีค่าไปขึ้นมา เพื่อนในกลุ่ม จะ เริ่ม ใ้ ค่ำ ใ้ ผู้ ที่ ถี อ โทรศัพท์มือถือตาย เมื่อตายถูกก็ ค่ำโทรศัพท์มือถือลง ถ้าตายไม่ ถูกหรือเพื่อนในกลุ่มก็ไม่วู้จะใ้ค่ำ ยังไง ใ้ หงายโทรศัพท์ขึ้น ซึ่ง กิจกรรมนี้ผู้สอนจะใ้ผู้เรียนผสาน ความคิดสร้างสรรค์ในการด๊บ แปลงท่าทางของร่างกายบวกกับ จิตนาการเป็นท่าทางที่ผู้เรียน แสดงออกมา</p> <p>4. หลังจากจบกิจกรรม แอปพลิเคชัน (Application) เกม ใ้ ค่ำ หารรษาจะประมวลผลคะแนนใ้ อัถโนมิติ กลุ่มที่มีคะแนนสูงสุด เป็นฝ่ายชนะการแข่งขัน</p>	<p>➤ บูรณาการด้วยเทคนิคการ ตั้งเป้าหมาย</p>		<p>➤ การพูดคำ หยาบ</p> <p>➤ การพูดจาไม่ สุภาพ</p>
<p>ขั้นที่ 3 ขั้นสรุป (35 นาที)</p> <p>1. ผู้สอนสรุปผลคะแนนของแต่ละ ทีมและใ้เพื่อน ๆ ปรบมือแสดงความยินดีแก่กลุ่มที่ชนะการแข่งขัน</p> <p>2. ผู้สอนใ้ผู้เรียนแต่ละกลุ่ม ร่วมกันสะท้อนความคิดเกี่ยวกับ ความหมายและปัญหาความ ก้าวร้าวทางวาจาจากกิจกรรม “ใ้ ค่ำ หารรษา” แล้วใ้สรุปกิจกรรมใน รูปแบบแผนผังความคิด แล้วส่ง ตัวแทนออกมาแนะนำเสนอหน้าชั้น เรียน กลุ่มละ 5 นาที</p> <p>3. ผู้สอนและผู้เรียนช่วยกันสรุป ความหมายและลักษณะของ</p>	<p>➤ บูรณาการด้วยเทคนิคการ เสริมแรงทางบวก</p> <p>➤ บูรณาการด้วยเทคนิคการ ตั้งเป้าหมาย</p>		<p>➤ การพูดคำที่ ไม่เป็นมิตร</p> <p>➤ การพูดจา ช่มชู้</p> <p>➤ การพูดจาดู ถูก</p>

พฤติกรรมความก้าวร้าวทางวาจา โดยใช้ Power Point Media			
---	--	--	--

บันทึกหลังการจัดกิจกรรม

ผลการจัดกิจกรรม

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

ปัญหาและอุปสรรค

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

ข้อเสนอแนะในการจัดกิจกรรมครั้งต่อไป

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



แผนการจัดกิจกรรมที่ 8

โปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการ
แนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา

เรื่อง	เรียนรู้เขาเรียนรู้เราผ่านภาษาและวรรณกรรม	สัปดาห์ที่ 3 ครั้งที่ 8
ชื่อกิจกรรม	การได้วาที	เวลา 90 นาที

สาระสำคัญ

ความก้าวร้าวทางวาจาเกิดจากสาเหตุของบุคคลที่แสดงพฤติกรรมทำให้เกิดอันตรายต่อบุคคลอื่นโดยขาดความยับยั้งชั่งใจ ทำให้เดือดร้อน เจ็บใจ เป็นทุกข์ อันประกอบไปด้วย การพูดส่อเสียด การพูดคำที่ไม่เป็นมิตร การพูดเสียงดังเอะอะโวยวาย การพูดจาไม่สุภาพ การพูดจาเยาะเย้ย การล้อชื่อพ่อแม่ผู้อื่น การพูดคำหยาบ การพูดตวาด การพูดตะคอก การพูดจาข่มขู่ การพูดจาดูถูก การพูดจาเสียดสี และการพูดจายั่วยุให้ห่มุคณะแตกร้าง ดังนั้นการที่แก้ไขปัญหาพฤติกรรมความก้าวร้าวทางวาจาของนักเรียน ต้องอาศัยการจัดกิจกรรมนันทนาการภาษาและวรรณกรรมซึ่งบูรณาการกับเทคนิคการหยุดความคิด เทคนิคการคิดตั้งเป้าหมาย เทคนิคการเสริมแรงทางบวกตามแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาจึงจะทำให้เกิดพฤติกรรมที่พึงประสงค์

จุดประสงค์การเรียนรู้: เพื่อให้นักเรียนมีความรู้ความสามารถ ดังนี้

1. อธิบายสาเหตุของพฤติกรรมความก้าวร้าวทางวาจาได้
2. เสนอวิธีการแก้ไขพฤติกรรมความก้าวร้าวทางวาจาได้
3. แสดงพฤติกรรมลดความก้าวร้าวโดยบูรณาการกิจกรรมนันทนาการกับแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาด้วยเทคนิคการหยุดความคิด เทคนิคการคิดตั้งเป้าหมาย และเทคนิคการเสริมแรงทางบวก

สาระการเรียนรู้

1. สาเหตุของพฤติกรรมความก้าวร้าวทางวาจา
2. การแก้ไขพฤติกรรมความก้าวร้าวทางวาจา
3. บูรณาการกิจกรรมนันทนาการกับแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาด้วยเทคนิคการหยุดความคิด เทคนิคการคิดตั้งเป้าหมาย และเทคนิคการเสริมแรงทางบวก

สื่อ/ อุปกรณ์การเรียนรู้

แบบบันทึกพฤติกรรมตนเอง

กระบวนการจัดโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษา
โดยบูรณาการแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม กิจกรรม/ เนื้อหา	บูรณาการกิจกรรม นันทนาการกับแนวคิดการ ปรับพฤติกรรมทางปัญญา	ลดความก้าวร้าว	
	บูรณาการกิจกรรมนันทนาการ กลุ่มสัมพันธ์กับแนวคิดการปรับ พฤติกรรมทางปัญญา ด้วย เทคนิคดังนี้คือ 1) เทคนิคการหยุดความคิด 2) เทคนิคการคิดตั้งเป้าหมาย 3) เทคนิคการเสริมแรงทางบวก	พฤติกรรม ก้าวร้าวทาง กาย	พฤติกรรม ความก้าวร้าว ทางวาจา
ขั้นที่ 1 ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน (15 นาที) 1. ผู้สอนเปิดภาพยนตร์การ์ตูนจาก เว็บไซต์ www.YOUTUBE.COM เรื่อง “เด็กดีต้องพูดดี” (9.56 นาที) แล้วตั้งคำถามว่านักเรียนรู้สึก อย่างไรจากภาพยนตร์การ์ตูนเรื่อง นี้ โดยเน้นให้ผู้เรียนจินตนาการถึงสิ่ง ที่จะเกิดขึ้น หากแสดงพฤติกรรม ความก้าวร้าว 2. ผู้สอนให้นักเรียนจับคู่ออกมา อภิปรายสภาพปัญหาและสาเหตุ ของพฤติกรรมความก้าวร้าวทาง วาจา แล้วนำเสนอหน้าชั้นเรียน	 ➤ บูรณาการด้วยเทคนิคการ หยุดความคิด	- การชกต่อย	➤ การพูดคำที่ ไม่เป็นมิตร ➤ การพูดจาไม่ สุภาพ
ขั้นที่ 2 ขั้นการจัดกิจกรรมการ เรียนรู้ (60 นาที) 1. ผู้สอนแต่งตั้งนักเรียน 1 คน เป็น ประธานหรือผู้ดำเนินการไต่वाที่ พร้อมกับกล่าวเปิดการไต่वाที่ โดย หัวข้อของการไต่वाที่นั้น ผู้สอนได้	➤ บูรณาการด้วยเทคนิคการ คิดตั้งเป้าหมาย	- การพูดคำ หยาบ	

<p>กำหนดไว้คือ “พูดดีเป็นศรีแก่ปากพูดมากปากจะมีสีจริงหรือ...”</p> <p>2. เริ่มต้นจากหัวหน้าฝ่ายเสนอแล้วจึงสลับไปเป็นหัวหน้าฝ่ายค้าน</p> <p>3. จากนั้นให้ผู้สนับสนุนฝ่ายเสนอคนที่ 1 ผู้สนับสนุนฝ่ายค้านคนที่ 1 และผู้สนับสนุนฝ่ายเสนอคนที่ 2 ผู้สนับสนุนฝ่ายค้านคนที่ 2</p> <p>4. เมื่อหมดเวลาการโต้ว่าที่ผู้ดำเนินการโต้ว่าที่จะให้ หัวหน้าฝ่ายค้านสรุป จากนั้นหัวหน้าฝ่ายเสนอสรุป เพื่อจะได้มีโอกาสที่จะพูดแก้เหตุผลของฝ่ายค้านได้อย่างเต็มที่</p> <p>5. ผู้สอนให้นักเรียนแต่ละกลุ่มออกพูดแสดงความคิดเห็น และแลกเปลี่ยนทรรศนะกับนักเรียนกลุ่มอื่นเกี่ยวกับกิจกรรม</p>	<p>➢ บุรณาการด้วยเทคนิคการหยุดความคิด</p>		<p>➢ การพูดจาไม่สุภาพ</p>
<p>ขั้นที่ 3 ขั้นสรุป (15 นาที)</p> <p>1. ผู้สอนกล่าววยกย่อง ชมเชย ให้กำลังใจ แก่กลุ่มที่มีปฏิภาณไหวพริบในการแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ และรู้วิธีการเสนอแนวคิดของตนไปยังบุคคลอื่น</p> <p>2. ให้ผู้เรียนส่งตัวแทนออกมาพูดสะท้อนในประเด็นสาเหตุและวิธีการแก้ไขพฤติกรรมความก้าวร้าวทางวาจา</p> <p>3. ผู้สอนสรุปสาเหตุและวิธีการแก้ไขพฤติกรรมความก้าวร้าวทางวาจาและเน้นย้ำให้ผู้เรียนแสดงพฤติกรรมทางวาจาอย่างเหมาะสม</p>	<p>➢ บุรณาการด้วยเทคนิคการเสริมแรงทางบวก</p> <p>➢ บุรณาการด้วยเทคนิคการตั้งเป้าหมาย</p>		<p>➢ การพูดคำที่ไม่เป็นมิตร</p> <p>➢ การพูดคำหยาบ</p>

บันทึกหลังการจัดกิจกรรม

ผลการจัดกิจกรรม

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

ปัญหาและอุปสรรค

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

ข้อเสนอแนะในการจัดกิจกรรมครั้งต่อไป

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



แผนการจัดกิจกรรมที่ 9

โปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา

เรื่อง	ลดพฤติกรรมความก้าวร้าวทางวาจาด้วยภาษา	สัปดาห์ที่ 3 ครั้งที่ 9
ชื่อกิจกรรม	ต่อเพลงเรใจ	เวลา 90 นาที

สาระสำคัญ

ความก้าวร้าวเกิดจากปัจจัยหลายอย่าง การจัดการหรือแก้ไขความก้าวร้าวสามารถทำได้หลายวิธี บุคคลเมื่อเกิดแรงขับความก้าวร้าวขึ้นไม่ว่าจะเกิดจากสัญชาตญาณหรือจากสิ่งแวดล้อมจะแสดงแรงขับความก้าวร้าวออกมาในรูปแบบที่สังคมยอมรับ ดังนั้นการที่จะลดพฤติกรรมความก้าวร้าวจึงควรที่จะจัดกิจกรรมที่ช่วยระบายแรงขับความก้าวร้าวในรูปของการทดแทนเพื่อไม่ก่อให้เกิดความเสียหายต่อตนเองและผู้อื่น โดยใช้การบูรณาการกิจกรรมนันทนาการกับแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาเพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่พึงประสงค์อันจะเป็นแนวทางการป้องกันปัญหาพฤติกรรมความก้าวร้าวทางกายแก่ตัวผู้เรียน

จุดประสงค์การเรียนรู้: เพื่อให้ นักเรียนมีความรู้ความสามารถ ดังนี้

1. เสนอแนวทางการป้องกันปัญหาพฤติกรรมความก้าวร้าวทางวาจาได้
2. แสดงพฤติกรรมลดความก้าวร้าวโดยบูรณาการกิจกรรมนันทนาการกับแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาด้วยเทคนิคการหยุดความคิด เทคนิคการคิดตั้งเป้าหมาย และเทคนิคการคิดไปข้างหน้า

สาระการเรียนรู้

1. การป้องกันปัญหาพฤติกรรมความก้าวร้าวทางวาจา
2. บูรณาการกิจกรรมนันทนาการกับแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาด้วยเทคนิคการหยุดความคิด เทคนิคการคิดตั้งเป้าหมาย และเทคนิคการคิดไปข้างหน้า

สื่อ/ อุปกรณ์การเรียนรู้

-

กระบวนการจัดโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษา
โดยบูรณาการแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม กิจกรรม/ เนื้อหา	บูรณาการกิจกรรม นันทนาการกับแนวคิดการ ปรับพฤติกรรมทางปัญญา	ลดความก้าวร้าว	
	บูรณาการกิจกรรมนันทนาการ กลุ่มสัมพันธ์กับแนวคิดการปรับ พฤติกรรมทางปัญญา ด้วย เทคนิคดังนี้คือ 1) เทคนิคการหยุดความคิด 2) เทคนิคการคิดตั้งเป้าหมาย 3) เทคนิคการคิดไปข้างหน้า	พฤติกรรม ก้าวร้าวทาง กาย	พฤติกรรม ความก้าวร้าว ทางวาจา
ขั้นที่ 1 ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน (15 นาที) 1. ผู้สอนให้ผู้เรียนจัดแถวตอนลึก จำนวน 6 แถว ๆ ละ 5 คน 2. ผู้สอนนำเข้าสู่บทเรียน ด้วยการ ให้ผู้เรียนต่อตัวกันเป็นวัตถุสิ่งของ ที่ผู้สอนกำหนดเช่น ต้นไม้ ดวง อาทิตย์ เส้าไฟ ถังน้ำ กล่อง เป็น ต้น ซึ่งจะต้อนนำแต่ละคนมา ประกอบกันเป็นสิ่งของเหล่านั้น เพื่อสร้างจินตนาการความคิด สร้างสรรค์และลดความขัดแย้ง ของผู้เรียน	 ➤ บูรณาการด้วยเทคนิคการ หยุดความคิด		➤ การพูดจาไม่ สุภาพ
ขั้นที่ 2 ขั้นการจัดกิจกรรมการ เรียนรู้ (50 นาที) 1. ผู้สอนแบ่งกลุ่มผู้เรียนออกเป็น 5 กลุ่ม ๆ ละ 6 คน 2. ผู้สอนให้ผู้เรียนแต่ละกลุ่ม กำหนดเนื้อเพลงขึ้นมาบางส่วน เช่น “อยากจะขอได้มัยยี้ หยุดเวลา นี้ไว้ อยู่อย่างงี้ไปนานนาน...” ถ้า	➤ บูรณาการด้วยเทคนิคการ ตั้งเป้าหมาย		➤ การพูดคำ หยาบ

<p>ลงท้ายด้วย “น.” ก็ต้องขึ้นด้วย “น. หนู” เพื่อเชื่อมโยงประสบการณ์เดิมของนักเรียนไปสู่ประสบการณ์ใหม่</p> <p>กติกาสอบการอ่าน</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) ห้ามเอาเพลงซ้ำ 2) ห้ามเปลี่ยนพยางค์ตนเอง 3. ผู้สอนให้นักเรียนแต่ละกลุ่ม ออกพูดแสดงความคิดเห็น และ แลกเปลี่ยนทรรศนะกับนักเรียนกลุ่มอื่นเกี่ยวกับกิจกรรม 	<p>➤ บูรณาการด้วยเทคนิคการคิดไปข้างหน้า</p>		<p>➤ การพูดจาไม่สุภาพ</p>
<p>ขั้นที่ 3 ขั้นสรุป (25 นาที)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ผู้สอนและผู้เรียนสรุปผลการปฏิบัติกิจกรรม พร้อมทั้งร่วมกันแสดงความคิดเห็นวิธีการป้องกันพฤติกรรมความก้าวร้าวทางวาจาอย่างอิสระ 2. ผู้สอนสรุปแนวทางการป้องกันปัญหาพฤติกรรมความก้าวร้าวทางวาจา และเน้นย้ำให้นักเรียนแสดงพฤติกรรมทางกายอย่างเหมาะสม 	<p>➤ บูรณาการด้วยเทคนิคการตั้งเป้าหมาย</p>		<p>➤ การล้อชื่อพ่อแม่ผู้อื่น</p>

บันทึกหลังการจัดกิจกรรม

ผลการจัดกิจกรรม

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

ปัญหาและอุปสรรค

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

ข้อเสนอแนะในการจัดกิจกรรมครั้งต่อไป

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



แผนการจัดกิจกรรมที่ 10

โปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการ
แนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา

เรื่อง แก้ไขปัญหาพฤติกรรมความก้าวร้าวทางกายด้วยละครส่งเสริมจินตนาการ สัปดาห์ที่ 4 ครั้งที่ 10
ชื่อกิจกรรม ละครใบ้ เวลา 90 นาที

สาระสำคัญ

การปรับพฤติกรรมความก้าวร้าวทางกายต้องปรับให้ไปในทิศทางที่พึงประสงค์ ด้วยเหตุนี้จะต้องกำหนดเป้าหมายให้ชัดเจน พร้อมทั้งกำหนดทิศทางในการปรับพฤติกรรมนั้น ๆ พฤติกรรมเป้าหมายจะต้องเป็นพฤติกรรมที่สามารถสังเกตได้และวัดได้ ซึ่งก่อนจะเลือกวิธีการปรับพฤติกรรมจะต้องระบุนายละเอียดของพฤติกรรมเป้าหมายให้ชัดเจน เพื่อให้สามารถสังเกตได้อย่างถูกต้อง แล้วจึงอาศัยกิจกรรมนันทนาการการละครบูรณาการกับแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาเพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่พึงประสงค์

จุดประสงค์การเรียนรู้: เพื่อให้นักเรียนมีความรู้ความสามารถ ดังนี้

1. เสนอแนะแนวทางการแก้ไขปัญหาพฤติกรรมความก้าวร้าวทางกาย
2. แสดงพฤติกรรมลดความก้าวร้าวโดยบูรณาการกิจกรรมนันทนาการกับแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาด้วยเทคนิคการหยุดความคิด เทคนิคการตั้งเป้าหมาย และเทคนิคการเสริมแรงทางบวก

สาระการเรียนรู้


1. แนวทางการแก้ไขปัญหาพฤติกรรมความก้าวร้าวทางกาย
2. บูรณาการกิจกรรมนันทนาการกับแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาด้วยเทคนิคการหยุดความคิด เทคนิคการตั้งเป้าหมาย และเทคนิคการเสริมแรงทางบวก

สื่อ/ อุปกรณ์การเรียนรู้

นิทานเรื่อง "ช้างของราชา"

กระบวนการจัดโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษา
โดยบูรณาการแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม กิจกรรม/ เนื้อหา	บูรณาการกิจกรรม นันทนาการกับแนวคิดการ ปรับพฤติกรรมทางปัญญา	ลดความก้าวร้าว	
	บูรณาการกิจกรรมนันทนาการ การละคร โดยใช้ “ละครใบ้” กับ แนวคิดการปรับพฤติกรรมทาง ปัญญา ด้วยเทคนิคดังนี้คือ 1) เทคนิคการหยุดความคิด 2) เทคนิคการตั้งเป้าหมาย 3) เทคนิคการเสริมแรงทางบวก	พฤติกรรม ก้าวร้าวทาง กาย	พฤติกรรม ความก้าวร้าว ทางวาจา
ขั้นที่ 1 ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน (15 นาที) 1. ผู้สอนให้นักเรียนจัดแถวตอน ลึก จำนวน 6 แถว ๆ ละ 5 คน 2. ผู้สอนนำเข้าสู่บทเรียน ด้วยการ เล่นนิทานพร้อมทั้งแสดงท่าทาง ประกอบสิ่งที่เกิดขึ้นให้สัมพันธ์ หรือสอดคล้องกับเนื้อเรื่อง เพื่อให้ ผู้เรียนมีสติจดจ่ออยู่กับตนเอง	 ➢ บูรณาการด้วยเทคนิคการ หยุดความคิด	➢ การ เลียนแบบ ท่าทางความ ผิดปกติหรือ ข้อบกพร่องทาง กายของผู้อื่น	➢ การพูดจา ดูถูก
ขั้นที่ 2 ขั้นการจัดกิจกรรมการ เรียนรู้ (50 นาที) 1. ผู้สอนแบ่งกลุ่มผู้เรียนออกเป็น 5 กลุ่ม ๆ ละ 6 คน 2. ผู้สอนให้นักเรียนแต่ละกลุ่มคิด ละครตามความต้องการ และ นำเสนอการแสดงละครด้วยการ ใช้อุปกรณ์ในชั้นเรียนหรือ เลียนแบบลักษณะจากสิ่งที่ได้พบ เห็น โดยมีข้อแม้ว่าเวลาแสดงจะ ไม่มีการใช้คำพูด แต่เป็นการ	➢ บูรณาการด้วยเทคนิคการ หยุดความคิด ➢ บูรณาการด้วยเทคนิคการ ตั้งเป้าหมาย	➢ การทาบ ➢ การตี	

<p>แสดงท่าทางแทน โดยมีเป้าหมายว่าต้องแสดงให้ผู้ชมเข้าใจการดำเนินเรื่องให้ได้ กลุ่มละ 10 นาที เพื่อสร้างจินตนาการความคิดสร้างสรรค์และลดความขัดแย้งของผู้เรียน</p> <p>3. ผู้สอนให้นักเรียนแต่ละกลุ่มออกมาพูดแสดงความคิดเห็นและแลกเปลี่ยนทรรศนะกับนักเรียนกลุ่มอื่นเกี่ยวกับกิจกรรม</p>			
<p>ขั้นที่ 3 ขั้นสรุป (25 นาที)</p> <p>1. ผู้สอนสรุปกิจกรรม “ละครใบ้” และให้เพื่อน ๆ ปรบมือแสดงความยินดีแก่กลุ่มที่แสดงได้เหมาะสมที่สุด</p> <p>2. ผู้สอนให้นักเรียนแต่ละกลุ่มออกมาอภิปรายแสดงความคิดเห็น และแลกเปลี่ยนทรรศนะกับนักเรียนกลุ่มอื่นเกี่ยวกับแนวทางการแก้ไขปัญหาพฤติกรรมความก้าวร้าวทางกาย</p> <p>3. ผู้สอนสรุปแนวทางการแก้ไขปัญหาพฤติกรรมความก้าวร้าวทางกาย</p>	 <p>➢ บูรณาการด้วยเทคนิคการเสริมแรงทางบวก</p> <p>➢ บูรณาการด้วยเทคนิคการหยุดความคิด</p>	<p>➢ การชกต่อย</p>	<p>➢ การพูดจาเสียดสี</p> <p>➢ การพูดคำหยาบ</p> <p>➢ การพูดจาขี้ขลาดให้หมู่คนระแวกก้าวร้าว</p>

บันทึกหลังการจัดกิจกรรม

ผลการจัดกิจกรรม

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

ปัญหาและอุปสรรค

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

ข้อเสนอแนะในการจัดกิจกรรมครั้งต่อไป

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



แผนการจัดกิจกรรมที่ 11

โปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการ
แนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา

เรื่อง	พัฒนาจิตใจและความสงบสุขกันเถอะ	สัปดาห์ที่ 4 ครั้งที่ 11
ชื่อกิจกรรม	วาดภาพระบายสีอย่างสร้างสรรค์	เวลา 90 นาที

สาระสำคัญ

การปรับพฤติกรรมความก้าวร้าวทางกายต้องปรับให้ไปในทิศทางที่พึงประสงค์ ด้วยเหตุนี้จะต้องกำหนดเป้าหมายให้ชัดเจน พร้อมทั้งกำหนดทิศทางในการปรับพฤติกรรมนั้น ๆ พฤติกรรมเป้าหมายจะต้องเป็นพฤติกรรมที่สามารถสังเกตได้และวัดได้ ซึ่งก่อนที่จะเลือกวิธีการปรับพฤติกรรมนั้นต้องระบุนายละเอียดของพฤติกรรมเป้าหมายให้ชัดเจนเสียก่อนเพื่อให้สามารถสังเกตได้อย่างถูกต้อง และต้องอาศัยกิจกรรมนันทนาการบูรณาการกับแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาเพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่พึงประสงค์

จุดประสงค์การเรียนรู้: เพื่อให้ นักเรียนมีความรู้ความสามารถ ดังนี้

1. เสนอแนะแนวทางการแก้ไขปัญหาพฤติกรรมความก้าวร้าวทางกาย
2. แสดงพฤติกรรมลดความก้าวร้าวโดยบูรณาการกิจกรรมนันทนาการกับแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาด้วยเทคนิคการหยุดความคิด เทคนิคการคิดไปข้างหน้า เทคนิคการหยุดความคิด เทคนิคการคิดตั้งเป้าหมาย และเทคนิคการเสริมแรงทางบวก

สาระการเรียนรู้

1. แนวทางการแก้ไขปัญหาพฤติกรรมความก้าวร้าวทางกาย
2. บูรณาการกิจกรรมนันทนาการกับแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาด้วยเทคนิคการหยุดความคิด เทคนิคการคิดไปข้างหน้า เทคนิคการหยุดความคิด เทคนิคการคิดตั้งเป้าหมาย และเทคนิคการเสริมแรงทางบวก

สื่อ/ อุปกรณ์การเรียนรู้

กระดาษวาดเขียน ดินสอดำ ยางลบ จานสี ฟูกัน และสีน้ำ

กระบวนการจัดโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษา
โดยบูรณาการแนวความคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม กิจกรรม/ เนื้อหา	บูรณาการกิจกรรม นันทนาการกับแนวความคิดการ ปรับพฤติกรรมทางปัญญา	ลดความก้าวร้าว	
	บูรณาการกิจกรรมนันทนาการ พัฒนาจิตใจและความสงบสุข โดยใช้ “การวาดภาพพระบายสี อย่างสร้างสรรค์” กับแนวความคิดการ ปรับพฤติกรรมทางปัญญา ด้วย เทคนิคดังนี้คือ 1) เทคนิคการหยุดความคิด 2) เทคนิคการคิดไปข้างหน้า 3) เทคนิคการหยุดความคิด 4) เทคนิคการคิดตั้งเป้าหมาย 5) เทคนิคการเสริมแรงทางบวก	พฤติกรรม ก้าวร้าวทาง กาย	พฤติกรรม ความก้าวร้าว ทางวาจา
ขั้นที่ 1 ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน (15 นาที) 1. ผู้สอนนำเข้าสู่บทเรียนด้วยการ ให้ผู้เรียนออกไปศึกษาสังเกต ความงามในธรรมชาติและ สิ่งแวดล้อมภายนอกห้องเรียน 2. ผู้สอนถามเกี่ยวกับความ ประทับใจจากการออกไปศึกษา สังเกตความงามในธรรมชาติเพื่อ ถ่ายทอดเรื่องราว คุณค่าและ ความรู้สึกออกมาเป็นผลงานที่ สวยงามได้อย่างไร	➢ บูรณาการด้วยเทคนิคการ หยุดความคิด ➢ บูรณาการด้วยเทคนิคการคิด ไปข้างหน้า	➢ การชกต่อย ➢ การเตะ ➢ การถีบ	
ขั้นที่ 2 ขั้นการจัดกิจกรรมการ เรียนรู้ (60 นาที) 1. ผู้สอนอธิบายความรู้เกี่ยวกับ ขั้นตอนการวาดภาพพระบายสีตาม ความนึกคิด และการวาดภาพจาก			

<p>การบอกเล่าผ่านเรื่องต่าง ๆ ในชีวิตประจำวัน</p> <p>2. ผู้สอนให้ผู้เรียนออกไปวาดภาพธรรมชาติภายในโรงเรียน และบรรยายความประทับใจอย่างอิสระ เพื่อสร้างจินตนาการ ความคิดสร้างสรรค์และลดความขัดแย้งของผู้เรียน</p> <p>3. ผู้สอนให้ผู้เรียนช่วยกันวิจารณ์ และชื่นชมผลงานที่ตัวแทนนักเรียนนำเสนอหน้าชั้นเรียน</p>	<p>➢ บูรณาการด้วยเทคนิคการหยุดความคิด</p> <p>➢ บูรณาการด้วยเทคนิคการคิดไปข้างหน้า</p>	<p>- การผลึก</p> <p>- การกระซอกเสียง</p>	<p>- การพูดคำหยาบ</p> <p>- การพูดจาไม่สุภาพ</p>
<p>ขั้นที่ 3 ขั้นสรุป (25 นาที)</p> <p>1. ผู้สอนและผู้เรียนร่วมกันสรุปผลการทำกิจกรรม และแสดงความคิดเห็นอย่างอิสระเกี่ยวกับแนวทางการแก้ไขปัญหาพฤติกรรมความก้าวร้าวทางกายผ่านกิจกรรมการวาดภาพ</p> <p>2. ผู้สอนให้เพื่อน ๆ ร่วมกันคัดเลือกผลงานดีเด่น เพื่อนำไปจัดนิทรรศการในโรงเรียน</p> <p>3. ผู้สอนกล่าวยกย่อง ชมเชย ให้กำลังใจ เพื่อสร้างแรงจูงใจในการร่วมกิจกรรม โดยเน้นให้เกิดความรัก ชื่นชม เห็นคุณค่าในตนเอง</p> <p>4. ผู้สอนสรุปแนวทางการป้องกันปัญหาพฤติกรรมความก้าวร้าวทางกาย และเน้นย้ำให้นักเรียนแสดงพฤติกรรมทางกายอย่างเหมาะสม</p>	<p>➢ บูรณาการด้วยเทคนิคการตั้งเป้าหมาย</p> <p>➢ บูรณาการด้วยเทคนิคการเสริมแรงทางบวก</p>	<p>➢ การผลึก</p> <p>➢ การกระซอกเสียง</p> <p>➢ การเลียนแบบ</p> <p>➢ ทำทางความผิดปกติหรือข้อบกพร่องทางกายของผู้อื่น</p>	<p>➢ การพูดคำที่ไม่เป็นมิตร</p>

บันทึกหลังการจัดกิจกรรม

ผลการจัดกิจกรรม

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

ปัญหาและอุปสรรค

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

ข้อเสนอแนะในการจัดกิจกรรมครั้งต่อไป

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



แผนการจัดกิจกรรมที่ 12

โปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการ
แนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา

เรื่อง	พัฒนาจิตใจและความสงบสุข	สัปดาห์ที่ 4 ครั้งที่ 12
ชื่อกิจกรรม	จิตสงบด้วยดนตรี	เวลา 90 นาที

สาระสำคัญ

การปรับพฤติกรรมความก้าวร้าวทางวาจาต้องปรับให้เป็นไปในทิศทางที่พึงประสงค์ ด้วยเหตุนี้จะต้องกำหนดเป้าหมายให้ชัดเจน พร้อมทั้งกำหนดทิศทางในการปรับพฤติกรรมนั้น ๆ พฤติกรรมเป้าหมายจะต้องเป็นพฤติกรรมที่สามารถสังเกตได้และวัดได้ ก่อนจะเลือกวิธีการปรับพฤติกรรมจะต้องระบุนายละเอียดของพฤติกรรมเป้าหมายให้ชัดเจนเพื่อให้สามารถสังเกตได้อย่างถูกต้อง ดังนั้นต้องอาศัยกิจกรรมนันทนาการพัฒนาจิตใจและความสงบสุขบูรณาการกับแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาเพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่พึงประสงค์

จุดประสงค์การเรียนรู้: เพื่อให้นักเรียนมีความรู้ความสามารถ ดังนี้

1. เสนอแนะแนวทางการแก้ไขปัญหาพฤติกรรมความก้าวร้าวทางวาจา
2. แสดงพฤติกรรมลดความก้าวร้าวโดยบูรณาการกิจกรรมนันทนาการกับแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาด้วยเทคนิคการหยุดความคิด เทคนิคการเสริมแรงทางบวก และเทคนิคการคิดตั้งเป้าหมาย

สาระการเรียนรู้


1. แนวทางการแก้ไขปัญหาพฤติกรรมความก้าวร้าวทางวาจา
2. บูรณาการกิจกรรมนันทนาการกับแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาด้วยเทคนิคการหยุดความคิด เทคนิคการเสริมแรงทางบวก และเทคนิคการคิดตั้งเป้าหมาย

สื่อ/ อุปกรณ์การเรียนรู้

1. คอนโดไม้ (jenga)
2. แผ่นซีดีเพลงบรรเลงประกอบ และเครื่องเล่นซีดี

กระบวนการจัดโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษา
โดยบูรณาการแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม กิจกรรม/ เนื้อหา	บูรณาการกิจกรรม นันทนาการกับแนวคิดการ ปรับพฤติกรรมทางปัญญา	ลดความก้าวร้าว	
	บูรณาการกิจกรรมนันทนาการ พัฒนาจิตใจและความสงบสุข โดยใช้ “กิจกรรมจิตสงบด้วย ดนตรี” กับแนวคิดการปรับ พฤติกรรมทางปัญญา ด้วย เทคนิคดังนี้คือ 1) เทคนิคการหยุดความคิด 2) เทคนิคการเสริมแรงทางบวก 3) เทคนิคการคิดตั้งเป้าหมาย	พฤติกรรม ก้าวร้าวทาง กาย	พฤติกรรม ความก้าวร้าว ทางวาจา
ขั้นที่ 1 ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน (15 นาที) 1. ผู้สอนให้ผู้เรียนจัดแถวตอนลึก จำนวน 6 แถว ๆ ละ 5 คน 2. ผู้สอนนำเข้าสู่บทเรียนด้วยการ ให้แต่ละกลุ่มเล่นเกมคอนโดไม้ (jenga) โดยแต่ละกลุ่มส่งตัวแทน ออกมาทำการดึงท่อนไม้ออกมาที่ ละ 1 ชั้น แล้วนำไปวางไว้ด้าน บนสุดของตึกอย่างระมัดระวัง ไม่ให้ตึกพังลงมา ผู้เล่นคนใดทำ ตึกล้มลง จะถือว่าเป็นกลุ่มที่แพ้ เป็นการเตรียมความพร้อมเพื่อให้ ผู้เรียนมีสติจดจ่ออยู่กับตนเอง	 ➤ บูรณาการด้วยเทคนิคการ หยุดความคิด		➤ การพูดจา ถูก ➤ การพูดจา เสียดสี
ขั้นที่ 2 ขั้นการจัดกิจกรรมการ เรียนรู้ (50 นาที) 1. ผู้สอนอธิบายความรู้เกี่ยวกับ ประโยชน์และขั้นตอนการทำ สมาธิ			

<p>2. ให้ผู้เรียนจัดทำทางให้ถูกต้อง ด้วยการนั่งขัดสมาธิ ทำขาขวาทับเท้าซ้าย มือขวาทับมือซ้าย นิ้วชี้ของมือข้างขวาจรดนิ้วหัวแม่มือข้างซ้าย นั่งให้อยู่ในท่าที่พอดีไม่ฝืนร่างกายมากจนเกินไปพร้อมกับนับจำนวนตัวเลขไปเรื่อย ๆ ในใจ</p> <p>3. กำหนดลมหายใจเข้า-ออก เพื่อให้จิตอยู่กับปัจจุบัน ไม่ฟุ้งซ่านไปเรื่องอื่น โดนเน้นการตั้งเป้าหมายที่สามารถเชื่อมโยงการถ่ายทอดจินตนาการและปรากฏการณ์ที่อยู่รอบตัวเข้าด้วยกัน</p> <p>4. ระยะเวลาที่ใช้คือประมาณ 25 นาที จากนั้นให้ผู้เรียนเปลี่ยนอิริยาบถตามแต่ที่ตนเองต้องการ</p> <p>5. ในขณะที่ปฏิบัติกิจกรรม ผู้สอนจะเปิดแผ่นเสียงบรรเลงเพลงแบบไม่มีเนื้อร้อง สลับกับเสียงธรรมชาติ เช่น นกร้อง เสียงน้ำไหล เป็นต้น</p> <p>6. ผู้สอนให้นักเรียนแต่ละกลุ่มออกมาพูดแสดงความคิดเห็น และแลกเปลี่ยนทรรศนะกับนักเรียนกลุ่มอื่นเกี่ยวกับกิจกรรม</p>	<p>➢ บูรณาการด้วยเทคนิคการหายใจ- การนับในใจ</p>  <p>วิทยาลัย ALONGKORN UNIVERSITY</p>		<p>➢ การพูดจาดูถูก</p> <p>➢ การพูดตะคอก</p>
<p>ขั้นที่ 3 ขั้นสรุป (15 นาที)</p> <p>1. ผู้สอนให้ผู้เรียนพูดสะท้อนความคิดสิ่งที่ได้จากกิจกรรมเพื่อหาแนวทางการแก้ไขปัญหาพฤติกรรมความก้าวร้าวทางวาจาในทางที่สร้างสรรค์</p>	<p>➢ บูรณาการด้วยเทคนิคการคิดไปข้างหน้า</p>		<p>➢ การพูดจาไม่สุภาพ</p> <p>➢ การพูดเยาะเย้ย</p>

2. ผู้สอนสรุปแนวทางการแก้ไข ปัญหาพฤติกรรมความก้าวร้าว ทางวาจาโดยใช้ Power Point Media			
--	--	--	--

บันทึกหลังการจัดกิจกรรม

ผลการจัดกิจกรรม

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

ปัญหาและอุปสรรค

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

ข้อเสนอแนะในการจัดกิจกรรมครั้งต่อไป

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

แผนการจัดกิจกรรมที่ 13

โปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการ
แนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา

เรื่อง	กิจกรรมจิตอาสา “เส้นทางความสุข”	สัปดาห์ที่ 5 ครั้งที่ 13
ชื่อกิจกรรม	บ้านหลังที่ 2	เวลา 90 นาที

สาระสำคัญ

พฤติกรรมความก้าวร้าวทางกายสามารถจัดการหรือแก้ไขได้หลายวิธี บุคคลเมื่อเกิดแรงขับไม่ว่าจะเกิดจากสัญชาตญาณหรือจากสิ่งแวดล้อมควรจะแสดงแรงขับออกมาในรูปแบบที่สังคมยอมรับเพื่อไม่ก่อให้เกิดความเสียหายต่อตนเองและผู้อื่น ดังนั้นการที่จะลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียน ต้องอาศัยการบูรณาการกิจกรรมนันทนาการกับแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาเพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่พึงประสงค์อันจะเป็นแนวทางการป้องกันปัญหาพฤติกรรมความก้าวร้าวทางกายแก่ตัวผู้เรียน

จุดประสงค์การเรียนรู้: เพื่อให้ให้นักเรียนมีความรู้ความสามารถ ดังนี้

1. เสนอแนะแนวทางการป้องกันปัญหาพฤติกรรมความก้าวร้าวทางกาย
3. แสดงพฤติกรรมลดความก้าวร้าวโดยบูรณาการกิจกรรมนันทนาการกับแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาด้วยเทคนิคการหยุดความคิด เทคนิคการคิดตั้งเป้าหมาย เทคนิคการหยุดความคิด และเทคนิคการคิดไปข้างหน้า

สาระการเรียนรู้

1. แนวทางการป้องกันปัญหาพฤติกรรมความก้าวร้าวทางกาย
2. บูรณาการกิจกรรมนันทนาการกับแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาด้วยเทคนิคการหยุดความคิด เทคนิคการคิดตั้งเป้าหมาย เทคนิคการหยุดความคิด และเทคนิคการคิดไปข้างหน้า

สื่อ/ อุปกรณ์การเรียนรู้

1. โฟลด์- อิทโน้ต (Post- it Note)
2. แผ่นภาพแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวทางกายด้วยการพันสีตามกำแพง ตีกร้าง ห้องน้ำ จำนวน 3 ภาพ

กระบวนการจัดโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษา
โดยบูรณาการแนวทางการปรับพฤติกรรมทางปัญญา

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม กิจกรรม/ เนื้อหา	บูรณาการกิจกรรม นันทนาการกับแนวทางการ ปรับพฤติกรรมทางปัญญา	ลดความก้าวร้าว	
	บูรณาการกิจกรรมนันทนาการ อาสาสมัคร โดยใช้ “กิจกรรม บ้านหลังที่ 2” กับแนวทางการ ปรับพฤติกรรมทางปัญญา ด้วย เทคนิคดังนี้คือ 1) เทคนิคการหยุดความคิด 2) เทคนิคการคิดตั้งเป้าหมาย 3) เทคนิคการหยุดความคิด 4) เทคนิคการคิดไปข้างหน้า	พฤติกรรม ก้าวร้าวทาง ภาย	พฤติกรรม ความก้าวร้าว ทางวาจา
ขั้นที่ 1 ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน (15 นาที) ผู้สอนนำเข้าสู่บทเรียนด้วยการนำ รูปภาพการฟันสีตามกำแพง ตึก ร้าง หิ้งน้ำ ให้ผู้เรียนดู แล้วตั้ง คำถามจากภาพว่าผู้เรียนรู้สึก อย่างไรและจะมีวิธีการอย่างไรให้ กำแพงเหล่านั้นสะอาดเหมือนเดิม	➢ บูรณาการด้วยเทคนิคการ หยุดความคิด	➢ การชกต่อย	➢ การพูดคำที่ ไม่เป็นมิตร ➢ การพูดจาไม่ สุภาพ
ขั้นที่ 2 ขั้นการจัดกิจกรรมการ เรียนรู้ (60 นาที) 1. ผู้สอนอธิบายเกี่ยวกับ ความหมายของจิตอาสา ประโยชน์ของจิตอาสา และ หลักธรรมที่ช่วยเสริมสร้างจิต อาสา พร้อมทั้งยกตัวอย่าง ประกอบ 2. ให้ผู้เรียนออกไปสำรวจภายใน โรงเรียน วิเคราะห์ปัญหาและวาง แผนการจัดกิจกรรม โดยสังเกตว่า	➢ บูรณาการด้วยเทคนิคการ ตั้งเป้าหมาย	➢ การ กระทบไหล่ ➢ การขัดขา ให้ล้ม	➢ การพูดเสียง ดังเอะอะโวยวาย

<p>พื้นที่ใดบ้างมีขยะมาก สงกกลิน เหม็นและสร้างความรำคาญแก่ ผู้เรียน โดยให้ผู้เรียนแต่ละกลุ่มให้ คะแนนสี่สถานที่ที่สนใจ ดังนี้</p> <p>ก. สีแดง หมายถึง พื้นที่เสี่ยง มีขยะมาก ดูแล้วไม่เรียบร้อย</p> <p>ข. สีส้ม หมายถึง พื้นที่เริ่มจะ มีความเสี่ยง ต้องช่วยกันดูแล รักษา</p> <p>ค. สีเขียว หมายถึง พื้นที่ ปลอดภัย สะอาด และเป็น แบบอย่างได้</p> <p>3. ให้ผู้เรียนแต่ละกลุ่มแลกเปลี่ยน ความคิดเห็น</p> <p>ก. สถานที่สำรวจเป็นอย่างไร</p> <p>ข. ถ้าโรงเรียนมีแต่สถานที่สี แดง ผู้เรียนจะอยู่ด้วยกันได้หรือไม่ อย่างไร</p> <p>ค. ให้ผู้เรียนแสดง ความ คิดเห็นว่าจะมีแนวทางการจัดการ กับปัญหาได้อย่างไร</p> <p>4. ให้ผู้เรียนนำเสนอผลงานสรุป ความคิดรวบยอด</p> <p>5. ผู้สอนให้ผู้เรียนแต่ละกลุ่มดูแล รับผิดชอบสถานที่ต่าง ๆ ภายใน โรงเรียนเพื่อให้เป็นโรงเรียนที่น่า อยู่ น่าเรียนรู้</p> <p>6. ผู้สอนให้นักเรียนแต่ละกลุ่ม ออกพูดแสดงความคิดเห็น และ แลกเปลี่ยนทรรศนะกับนักเรียน กลุ่มอื่นเกี่ยวกับกิจกรรม</p>	<p>➢ บูรณาการด้วยเทคนิคการ หยุดความคิด</p> <p>➢ บูรณาการด้วยเทคนิคการคิด ไปข้างหน้า</p>	<p>➢ การต่อຍ</p> <p>➢ การขัดข ให้ล้ม</p>	<p>➢ การพูดจาย้ ยู่ให้หม้คณะ แต่กร้าว</p>
<p>ขั้นที่ 3 ขั้นสรุป (25 นาที)</p> <p>1. ผู้สอนและผู้เรียนร่วมกัน สรุปผลการทำกิจกรรม และเขียน</p>	<p>➢ บูรณาการด้วยเทคนิคการ ตั้งเป้าหมาย</p>	<p>➢ การผล้ก</p>	

<p>แสดงความคิดเห็นอย่างอิสระในเรื่องแนวทางการป้องกันปัญหาพฤติกรรมความก้าวร้าวทางกาย ผ่านกิจกรรมโพสต์-อิทโน้ต (Post-it Note)</p> <p>2. ผู้สอนและผู้เรียนช่วยกันสรุปแนวทางการป้องกันปัญหาพฤติกรรมความก้าวร้าวทางกายอย่างสร้างสรรค์</p>		<p>➤ การกระทำ เสีย</p>	
--	--	----------------------------	--

บันทึกหลังการจัดกิจกรรม

ผลการจัดกิจกรรม

.....

.....

.....

ปัญหาและอุปสรรค

.....

.....

.....

ข้อเสนอแนะในการจัดกิจกรรมครั้งต่อไป

.....

.....

.....

แผนการจัดกิจกรรมที่ 14

โปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการ
แนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา

เรื่อง	รู้จักการป้องกันความก้าวร้าวผ่านกิจกรรมเข้าจังหวะ	สัปดาห์ที่ 5 ครั้งที่ 14
ชื่อกิจกรรม	เคลื่อนไหวตามเสียงดนตรี	เวลา 90 นาที

สาระสำคัญ

พฤติกรรมความก้าวร้าวทางกายสามารถจัดการหรือแก้ไขได้หลายวิธี บุคคลเมื่อเกิดแรงขับไม่ว่าจะเกิดจากสัญชาตญาณหรือจากสิ่งแวดล้อมควรจะแสดงแรงขับออกมาในรูปแบบที่สังคมยอมรับเพื่อไม่ก่อให้เกิดความเสียหายต่อตนเองและผู้อื่น ดังนั้นการที่จะลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียน ต้องอาศัยการบูรณาการกิจกรรมนันทนาการกับแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาเพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่พึงประสงค์อันจะเป็นแนวทางการป้องกันปัญหาพฤติกรรมความก้าวร้าวทางกายแก่ตัวผู้เรียน

จุดประสงค์การเรียนรู้: เพื่อให้ให้นักเรียนมีความรู้ความสามารถ ดังนี้

1. เสนอแนะแนวทางการป้องกันปัญหาพฤติกรรมความก้าวร้าวทางกาย
2. แสดงพฤติกรรมลดความก้าวร้าวโดยบูรณาการกิจกรรมนันทนาการกับแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาด้วยเทคนิคการหยุดความคิด เทคนิคการตั้งเป้าหมาย และเทคนิคการคิดไปข้างหน้า

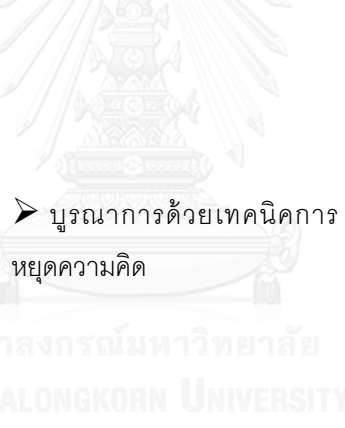
สาระการเรียนรู้

1. แนวทางการป้องกันปัญหาพฤติกรรมความก้าวร้าวทางกาย
2. บูรณาการกิจกรรมนันทนาการกับแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาด้วยเทคนิคการหยุดความคิด เทคนิคการตั้งเป้าหมาย และเทคนิคการคิดไปข้างหน้า

สื่อ/ อุปกรณ์การเรียนรู้

1. กลอง
2. แผ่นซีดีเพลงบรรเลงประกอบ และเครื่องเล่นซีดี

กระบวนการจัดโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษา
โดยบูรณาการแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม กิจกรรม/ เนื้อหา	บูรณาการกิจกรรม นันทนาการกับแนวคิดการ ปรับพฤติกรรมทางปัญญา	ลดความก้าวร้าว	
	บูรณาการกิจกรรมนันทนาการ อาสาสมัคร โดยใช้ “การ เคลื่อนไหวตามเสียงดนตรี” กับ แนวคิดการปรับพฤติกรรมทาง ปัญญา ด้วยเทคนิคดังนี้คือ 1) เทคนิคการหยุดความคิด 2) เทคนิคการตั้งเป้าหมาย 3) เทคนิคการคิดไปข้างหน้า	พฤติกรรม ก้าวร้าวทาง กาย	พฤติกรรม ความก้าวร้าว ทางวาจา
ขั้นที่ 1 ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน (15 นาที) 1. ผู้สอนให้ผู้เรียนจัดแถวตอนลึก จำนวน 6 แถว ๆ ละ 5 คน 2. ผู้สอนนำเข้าสู่บทเรียน ด้วยการ ตบมือ พร้อมกับร้องเพลง เป็นการ เตรียมความพร้อม “ร้องเพลงกัน เกอะ” เพื่อให้ผู้เรียนมีสติจดจ่ออยู่ กับตนเอง โดยมีเนื้อร้องดังต่อไปนี้ “ร้องเพลงกันเกอะนะจ๊ะ มา เรา มา ร้องรำทำเพลง ฟัง เสียงเพลงแล้วชื่นใจ ฟังเสียงเพลง แล้วชื่นใจ ฉิ่งฉับ ฉิ่งฉับ ฉิ่งฉับ ฉิ่ง โหม่ง เท่ง โหม่ง เท่ง โหม่ง เท่ง มิ่ง ปะ เท่ง ปะ เท่ง ปะ เท่ง ป๊ะ แอ อี้ แอ อี้ แอ อี้ แอ”	 บูรณาการด้วยเทคนิคการ หยุดความคิด	➤ การชกต่อย	➤ การพูดคำที่ ไม่เป็นมิตร ➤ การพูดจาไม่ สุภาพ
ขั้นที่ 2 ขั้นการจัดกิจกรรมการ เรียนรู้ (50 นาที) 1. ผู้สอนให้ผู้เรียนออกมาแสดง ความคิดเห็นหรือยกตัวอย่างการ จัดกิจกรรมที่ต้องอาศัยการ	บูรณาการด้วยเทคนิคการ ตั้งเป้าหมาย		➤ การพูดคำที่ ไม่เป็นมิตร

<p>เคลื่อนไหวร่างกาย โดยเน้นให้ผู้เรียนแสดงความคิดที่จะไม่ทำให้เกิดพฤติกรรมความก้าวร้าว</p> <p>2. ผู้สอนฝึกการเข้าจังหวะ โดยการใช้ส่วนต่าง ๆ ของร่างกายประกอบเพลง โดยเริ่มต้นจากการเคลื่อนไหวพื้นฐาน จากนั้นเป็นท่าที่ยากขึ้น</p> <p>3. ให้ผู้เรียนเคลื่อนไหวส่วนต่าง ๆ ของร่างกายตามจังหวะเพลงอย่างอิสระ โดยมีเครื่องเคาะจังหวะและอุปกรณ์อื่น ๆ ประกอบการเคลื่อนไหว เพื่อส่งเสริมให้เกิดจินตนาการ ความคิดสร้างสรรค์ รู้จังหวะและควบคุมการเคลื่อนไหวของตนเองได้</p> <p>4. ผู้สอนให้ผู้เรียนสะท้อนปัญหาและประเด็นที่ส่งผลต่อพฤติกรรมความก้าวร้าวทางกาย โดยใช้แผนผังความคิดรวบยอด (My Mapping) แล้วนำเสนอหน้าชั้นเรียน</p>	<p>➢ บูรณาการด้วยเทคนิคการหยุดความคิด</p> <p>➢ บูรณาการด้วยเทคนิคการคิดไปข้างหน้า</p>	<p>➢ การเลียนแบบท่าทาง ความผิดปกติ หรือ ข้อบกพร่องทางกายของผู้อื่น</p> <p>➢ การกระชากเสื้อผ้า</p> <p>➢ การขัดขานให้ล้ม</p>	<p>➢ การพูดจาไม่สุภาพ</p>
<p>ขั้นที่ 3 ขั้นสรุป (25 นาที)</p> <p>1. ผู้สอนให้ผู้เรียนส่งตัวแทนออกมาพูดสะท้อนประเด็นแนวทางการป้องกันปัญหาพฤติกรรมความก้าวร้าวทางกาย รวมถึงวิธีการที่จะช่วยลดความบาดหมางของความขัดแย้งแต่ละคนให้อยู่ร่วมกันได้อย่างสันติ</p> <p>2. ผู้สอนสรุปแนวทางการป้องกันปัญหาพฤติกรรมความก้าวร้าวทางกาย และให้ผู้เรียนรู้จักการเห็นคุณค่าของตัวเองสู่การ</p>	<p>➢ บูรณาการด้วยเทคนิคการตั้งเป้าหมาย</p>	<p>➢ การชกต่อย</p> <p>➢ การขว้างปาสิ่งของ</p>	<p>➢ การพูดจาไม่สุภาพ</p>

เปลี่ยนแปลงการเปลี่ยนแปลง พฤติกรรม			
---------------------------------------	--	--	--

บันทึกหลังการจัดกิจกรรม

ผลการจัดกิจกรรม

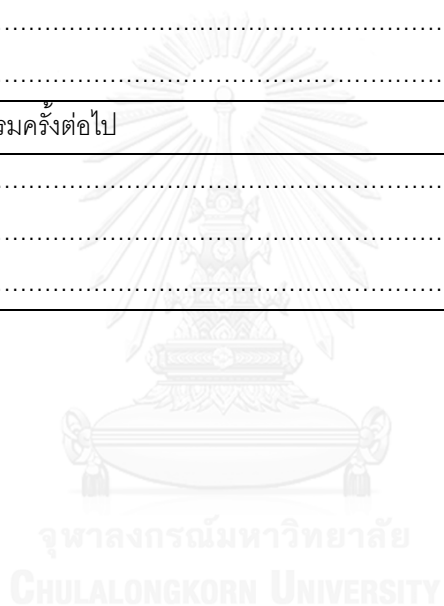
.....
.....
.....

ปัญหาและอุปสรรค

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

ข้อเสนอแนะในการจัดกิจกรรมครั้งต่อไป

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



แผนการจัดกิจกรรมที่ 15

โปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา

เรื่อง	ละครเพื่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม	สัปดาห์ที่ 5 ครั้งที่ 15
ชื่อกิจกรรม	เล่าเรื่อง & เรื่องเล่า	เวลา 90 นาที

สาระสำคัญ

ความก้าวร้าวทางวาจาเป็นการแสดงออกของพฤติกรรมต่อตนเองและบุคคลอื่นโดยขาดความยับยั้งชั่งใจทำให้เดือดร้อน เจ็บตัว เจ็บใจ และเป็นทุกข์ ประกอบด้วย การพูดส่อเสียด การพูดคำที่ไม่เป็นมิตร การพูดเสียงดังเอะอะโวยวาย การพูดจาไม่สุภาพ การพูดจาเยาะเย้ย การล้อชื่อพ่อแม่ผู้อื่น การพูดคำหยาบ การพูดตวาด การพูดตะคอก การพูดจาข่มขู่ การพูดจาดูถูก การพูดจาเสียดสี การพูดจายั่วให้ห่มุคณะแตกร้าง ฉะนั้นการป้องกันไม่ให้เกิดพฤติกรรมดังกล่าวจะต้องอาศัยกิจกรรมนันทนาการโดยบูรณาการด้วยเทคนิคการปรับพฤติกรรมทางปัญญาคือ 1) เทคนิคการหยุดความคิด 2) เทคนิคการเสริมแรงทางบวก 3) เทคนิคการคิดตั้งเป้าหมาย ซึ่งกิจกรรมนี้ต้องอาศัยการแสดงพฤติกรรมของตนเองผ่านเรื่องราวที่ถูกเชื่อมต่อนี้เรื่องกันไปเรื่อย ๆ ทำให้ได้ฝึกฟังความคิดเห็นของผู้อื่นจากเรื่องเล่า เพราะทุกคนจะต้องมีส่วนร่วมจากการเล่าเรื่อง ได้ฝึกการแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้า สร้างเสริมจินตนาการเพื่อการแสดง ระบายความเครียดออกทางบตละครทำให้เข้าใจความรู้สึกของคนอื่นมากขึ้นเพื่อให้เกิดพฤติกรรมที่พึงประสงค์

จุดประสงค์การเรียนรู้: เพื่อให้นักเรียนมีความรู้ความสามารถ ดังนี้

1. เสนอแนะแนวทางการป้องกันปัญหาพฤติกรรมความก้าวร้าวทางวาจา
2. แสดงพฤติกรรมลดความก้าวร้าวโดยบูรณาการกิจกรรมนันทนาการกับแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาด้วยเทคนิคการหยุดความคิด เทคนิคการเสริมแรงทางบวก และเทคนิคการคิดตั้งเป้าหมาย

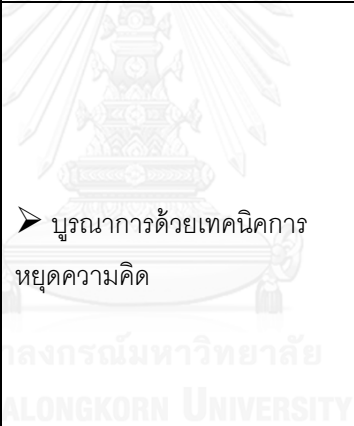
สาระการเรียนรู้

1. แนวทางการป้องกันปัญหาพฤติกรรมความก้าวร้าวทางวาจา
2. บูรณาการกิจกรรมนันทนาการกับแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาด้วยเทคนิคการหยุดความคิด เทคนิคการเสริมแรงทางบวก และเทคนิคการคิดตั้งเป้าหมาย

สื่อ/ อุปกรณ์การเรียนรู้

แผ่นซีดีเพลงบรรเลงประกอบ และเครื่องเล่นซีดี

กระบวนการจัดโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษา
โดยบูรณาการแนวความคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม กิจกรรม/ เนื้อหา	บูรณาการกิจกรรม นันทนาการกับแนวความคิดการ ปรับพฤติกรรมทางปัญญา	ลดความก้าวร้าว	
	บูรณาการกิจกรรมนันทนาการ การละคร โดยใช้ “เล่าเรื่อง & เรื่องเล่า” กับแนวความคิดการปรับ พฤติกรรมทางปัญญา ด้วย เทคนิคดังนี้คือ 1) เทคนิคการหยุดความคิด 2) เทคนิคการเสริมแรงทางบวก 3) เทคนิคการคิดตั้งเป้าหมาย	พฤติกรรม ก้าวร้าวทาง กาย	พฤติกรรม ความก้าวร้าว ทางวาจา
ขั้นที่ 1 ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน (15 นาที) 1. ผู้สอนให้นักเรียนจัดแถวตอน ลึก จำนวน 6 แถว ๆ ละ 5 คน 2. ผู้สอนนำเข้าสู่บทเรียน ด้วยการ ให้ผู้เรียนเล่นเกมเปล่งเสียงตามที่ บอก ได้แก่คำว่า ออ...อี...อู...ไอ ...เอ...วนไปเรื่อย ๆ กลุ่มไหนที่มี ความพร้อมเพรียงมากที่สุดจะเป็น ฝ่ายชนะ เพื่อให้ผู้เรียนมีสติจดจ่อ อยู่กับตนเอง 3. ผู้สอนสุ่มผู้เรียนจำนวน 5 คน ออกมาเล่าเรื่องราวเกี่ยวกับ “ความฝัน” และ “ประสบการณ์ แห่งความสุข” ที่คิดว่าเมื่อเล่า เรื่องราวเหล่านั้นแล้วจะทำให้คน รอบข้างมีความสุขและมีรอยยิ้ม	 ➤ บูรณาการด้วยเทคนิคการ หยุดความคิด ➤ บูรณาการด้วยเทคนิคการ เสริมแรงทางบวก	➤ การชกต่อย	➤ การพูดคำที่ ไม่เป็นมิตร ➤ การพูดจาไม่ สุภาพ ➤ การล้อชื่อพ่อแม่ ผู้อื่น
ขั้นที่ 2 ขั้นการจัดกิจกรรมการ เรียนรู้ (50 นาที)			

<p>1. ผู้สอนแบ่งผู้เรียนออกเป็น 5 กลุ่ม ๆ ละ 6 คน</p> <p>2. ให้แต่ละกลุ่มล้อมวงเป็นวงกลมในกลุ่มของตนเอง</p> <p>3. ให้แต่ละกลุ่มเริ่มเล่าเรื่องราวทีละคน โดยจะพูดคนละประโยคติดต่อกันไปเรื่อย ๆ จนครบทุกคน</p> <p>3. สรุปเนื้อเรื่องและแสดงออกมาเป็นรูปธรรม</p> <p>4. ผู้สอนให้นักเรียนแต่ละกลุ่มออกมาพูดแสดงความคิดเห็น และแลกเปลี่ยนทรรศนะกับนักเรียนกลุ่มอื่น โดยเน้นให้ผู้เรียนจินตนาการถึงสิ่งที่จะเกิดขึ้น หากแสดงพฤติกรรมความก้าวร้าว</p>	<p>➢ บูรณาการด้วยเทคนิคการหยุดความคิด</p> <p>➢ บูรณาการด้วยเทคนิคการหยุดความคิด</p>		<p>➢ การพูดคำหยาบ</p> <p>➢ การพูดจาไม่สุภาพ</p> <p>➢ การพูดจาเสียดสี</p> <p>➢ การพูดจาขี้ขลาดให้หมู่คณะแตกร้าว</p>
<p>ขั้นที่ 3 ขั้นสรุป (25 นาที)</p> <p>1. ผู้สอนกล่าวยกย่อง ชมเชย ให้กำลังใจ แก่กลุ่มที่คิดเรื่องราวบทละครเพื่อสร้างแรงจูงใจในการแสดงพฤติกรรมในทางที่ดี</p> <p>2. ให้ผู้เรียนส่งตัวแทนออกมาพูดสะท้อนในประเด็นแนวทางการป้องกันปัญหาพฤติกรรมความก้าวร้าวทางวาจา</p> <p>3. ผู้สอนสรุปแนวทางการป้องกันปัญหาพฤติกรรมความก้าวร้าวทางวาจา และให้ผู้เรียนรู้จักการเห็นคุณค่าของตัวเองสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมและเน้นย้ำให้ผู้เรียนแสดงพฤติกรรมอย่างเหมาะสมเพื่อนำไปสู่การอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างมีความสุข</p>	<p>➢ บูรณาการด้วยเทคนิคการเสริมแรงทางบวก</p> <p>➢ บูรณาการด้วยเทคนิคการตั้งเป้าหมาย</p>		<p>➢ การพูดจาไม่สุภาพ</p> <p>➢ การพูดคำหยาบ</p>

บันทึกหลังการจัดกิจกรรม

ผลการจัดกิจกรรม

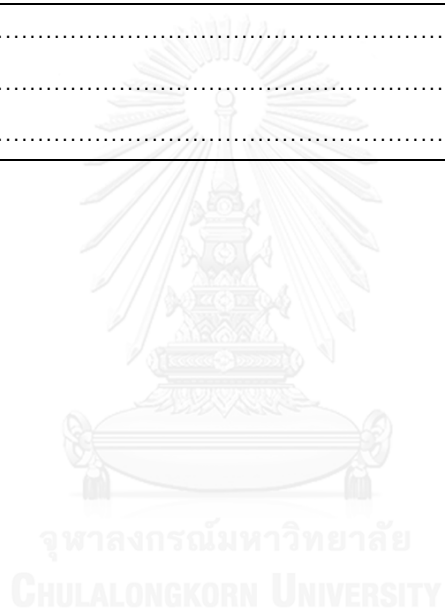
.....
.....
.....

ปัญหาและอุปสรรค

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

ข้อเสนอแนะในการจัดกิจกรรมครั้งต่อไป

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



แผนการจัดกิจกรรมที่ 16
โปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการ
แนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา

เรื่อง	ป้องกันความก้าวร้าวทางวาจาด้วยงานหัตถกรรม	สัปดาห์ที่ 6 ครั้งที่ 16
ชื่อกิจกรรม	งานประดิษฐ์หรรษา	เวลา 90 นาที

สาระสำคัญ

ความก้าวร้าวทางวาจาเป็นการแสดงออกของพฤติกรรมต่อตนเองและบุคคลอื่นโดยขาดความยับยั้งชั่งใจทำให้เดือดร้อน เจ็บตัว เจ็บใจ และเป็นทุกข์ ประกอบด้วย การพูดส่อเสียด การพูดคำที่ไม่เป็นมิตร การพูดเสียงดังเอะอะโวยวาย การพูดจาไม่สุภาพ การพูดจาเยาะเย้ย การล้อชื่อพ่อแม่ผู้อื่น การพูดคำหยาบ การพูดตวาด การพูดตะคอก การพูดจาข่มขู่ การพูดจาดูถูก การพูดจาเสียดสี การพูดจายั่วให้ห่มุ่คณะแตกร้าง ฉะนั้น การป้องกันไม่ให้เกิดพฤติกรรมดังกล่าวจะต้องอาศัยกิจกรรมนันทนาการโดยบูรณาการด้วยเทคนิคการปรับพฤติกรรมทางปัญญาคือ 1) เทคนิคการพูดกับตนเองในทางที่ดี 2) เทคนิคการหยุดความคิด 3) เทคนิคการคิดตั้งเป้าหมาย และ 4) เทคนิคการเสริมแรงทางบวก ซึ่งกิจกรรมนี้ต้องอาศัยการเรียนรู้จากสิ่งรอบ ๆ ตัว รู้จักการนำเศษวัสดุเหลือใช้จากธรรมชาติมาประดิษฐ์เป็นงานหัตถกรรมอย่างสร้างสรรค์ ประณีต สวยงาม น่าสนใจ เพื่อให้ เกิดพฤติกรรมที่พึงประสงค์

จุดประสงค์การเรียนรู้: เพื่อให้ นักเรียนมีความรู้ความสามารถ ดังนี้

1. เสนอแนะแนวทางการป้องกันปัญหาพฤติกรรมความก้าวร้าวทางวาจา
2. แสดงพฤติกรรมลดความก้าวร้าวโดยบูรณาการกิจกรรมนันทนาการกับแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาด้วยเทคนิคการพูดกับตนเองในทางที่ดี เทคนิคการหยุดความคิด เทคนิคการคิดตั้งเป้าหมาย เทคนิคการเสริมแรงทางบวก

สาระการเรียนรู้

1. แนวทางการป้องกันปัญหาพฤติกรรมความก้าวร้าวทางวาจา
2. บูรณาการกิจกรรมนันทนาการกับแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาด้วยเทคนิคการพูดกับตนเองในทางที่ดี เทคนิคการหยุดความคิด เทคนิคการคิดตั้งเป้าหมาย เทคนิคการเสริมแรงทางบวก

สื่อ/ อุปกรณ์การเรียนรู้

กระดาษวาดเขียน ดินสอดำ ยางลบ จานสี พู่กัน สีน้ำ และเศษวัสดุเหลือใช้จากธรรมชาติ

กระบวนการจัดโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษา
โดยบูรณาการแนวทางการปรับพฤติกรรมทางปัญญา

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม กิจกรรม/ เนื้อหา	บูรณาการกิจกรรม นันทนาการกับแนวทางการ ปรับพฤติกรรมทางปัญญา	ลดความก้าวร้าว	
	บูรณาการกิจกรรมนันทนาการ ศิลปะทัศนกรรม โดยใช้ “งาน ประดิษฐ์หรรษา” กับแนวทางการ ปรับพฤติกรรมทางปัญญา ด้วย เทคนิคดังนี้คือ 1) เทคนิคการพูดกับตนเอง ในทางที่ดี 2) เทคนิคการหยุดความคิด 3) เทคนิคการคิดตั้งเป้าหมาย 4) เทคนิคการเสริมแรงทางบวก	พฤติกรรม ก้าวร้าวทาง กาย	พฤติกรรม ความก้าวร้าว ทางวาจา
ขั้นที่ 1 ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน (15 นาที) 1. ผู้สอนและผู้เรียนสนทนาและ อภิปรายเกี่ยวกับภูมิปัญญา ท้องถิ่นและปรัชญาเศรษฐกิจ พอเพียง 2. ผู้สอนกระตุ้นให้ผู้เรียนเสนอ แนวคิดเกี่ยวกับการอนุรักษ์ ภูมิ ปัญญาท้องถิ่นหรือภูมิปัญญา ชาวบ้านที่ผู้เรียนพบในหมู่บ้าน หรือชุมชนที่อาศัยอยู่โดยใช้หลัก ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง	 ➤ บูรณาการด้วยเทคนิคการพูด กับตนเองในทางที่ดี		- การพูดคำที่ไม่ เป็นมิตร - การพูดจาไม่ สุภาพ
ขั้นที่ 2 ขั้นการจัดกิจกรรมการ เรียนรู้ (60 นาที) 1. ผู้สอนแบ่งกลุ่มผู้เรียนออกเป็น 6 กลุ่ม ๆ ละ 5 คน 2. ผู้สอนให้ผู้เรียนวาดภาพ สิ่งประดิษฐ์ของใช้จากวัสดุ	➤ บูรณาการด้วยเทคนิคการ หยุดความคิด		➤ การพูดคำ หยาบ

<p>ธรรมชาติในท้องถิ่นที่ตนเองชื่นชอบ</p> <p>3. ผู้สอนให้ผู้เรียนแต่ละกลุ่มประดิษฐ์ของใช้จากวัสดุธรรมชาติในท้องถิ่นโดยอิสระไม่จำกัดชนิดและรูปแบบของชิ้นงานเพื่อสร้างสรรค์งานศิลปะ สุนทรียภาพ และการเห็นคุณค่าของชิ้นงาน</p> <p>4. ผู้สอนให้ผู้เรียนแต่ละกลุ่มออกพูดแสดงความคิดเห็น และแลกเปลี่ยนทรรศนะกับผู้เรียนกลุ่มอื่น ๆ เกี่ยวกับกิจกรรม และแนวทางการแก้ไขปัญหาพฤติกรรมความก้าวร้าวทางวาจาจากนั้นให้แต่ละกลุ่มนำผลงานไปจัดนิทรรศการในโรงเรียน</p>	<p>➢ บูรณาการด้วยเทคนิคการตั้งเป้าหมาย</p> <p>➢ บูรณาการด้วยเทคนิคการหยุดความคิด</p>		<p>➢ การพูดเสียงดังเอะอะไว้วาย</p> <p>➢ การพูดคำที่ไม่เป็นมิตร</p>
<p>ขั้นที่ 3 ขั้นสรุป (25 นาที)</p> <p>1. ผู้สอนกล่าวยกย่อง ชมเชย ให้กำลังใจ เพื่อสร้างแรงจูงใจในการประดิษฐ์ของใช้จากเศษวัสดุเหลือใช้จากธรรมชาติ</p> <p>2. ให้ผู้เรียนส่งตัวแทนออกมาพูดสะท้อนในประเด็นแนวทางการป้องกันปัญหาพฤติกรรมความก้าวร้าวทางวาจา</p> <p>3. ผู้สอนสรุปแนวทางการป้องกันปัญหาพฤติกรรมความก้าวร้าวทางวาจา และให้ผู้เรียนรู้จักการเห็นคุณค่าของตัวเอง ส่งเสริมเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมและเน้นย้ำให้ผู้เรียนแสดงพฤติกรรมอย่างเหมาะสมเพื่อนำไปสู่การอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างมีความสุข</p>	<p>➢ บูรณาการด้วยเทคนิคการเสริมแรงทางบวก</p> <p>➢ บูรณาการด้วยเทคนิคการหยุดความคิด</p> <p>➢ บูรณาการด้วยเทคนิคการหยุดความคิด</p>		<p>➢ การพูดตวาด</p> <p>➢ การพูดตะคอก</p> <p>➢ การพูดจาเยาะเย้ย</p> <p>➢ การล้อชื่อพ่อแม่ผู้อื่น</p>

บันทึกหลังการจัดกิจกรรม

ผลการจัดกิจกรรม

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

ปัญหาและอุปสรรค

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

ข้อเสนอแนะในการจัดกิจกรรมครั้งต่อไป

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



ภาคผนวก ค
ตารางการประเมินความตรงเชิงเนื้อหาของแบบวัดพฤติกรรมความก้าวร้าว



ตารางการประเมินความตรงเชิงเนื้อหาของแบบวัดพฤติกรรมความก้าวร้าว

ข้อ	วิธีที่นักเรียนปฏิบัติตนต่อผู้อื่น	ผู้เชี่ยวชาญ					ค่าเฉลี่ย
		1	2	3	4	5	
1.	เมื่อมีเรื่องขัดแย้งกับเพื่อน ฉันมักจะโต้เถียงเพื่อเอาชนะ	1	1	1	1	1	1
2.	ถ้าครูหรือผู้ใหญ่สั่งให้ทำในสิ่งที่ฉันไม่พอใจ ฉันจะขัดขืนและไม่ทำตาม	1	1	1	1	1	1
3.	เมื่อเพื่อนตักเตือนในเรื่องส่วนตัว ฉันจะไม่พอใจ และพูดว่าไม่ต้องมายุ่งเรื่องส่วนตัวของฉัน	1	1	1	1	1	1
4.	ถ้าฉันไม่พอใจเพื่อนหรือผู้อื่น ฉันจะพูดประชด เพื่อให้เขาารู้ตัว	0	1	1	1	1	0.8
5.	ฉันไม่เคยทำเสียงดังรบกวนขณะครูสอน	0	1	1	1	1	0.8
6.	เมื่อมีใครห้ามฉันไม่ให้ทำบางสิ่ง แต่เขายังทำสิ่งนั้น ฉันจะพูดยั่วว่าให้กับเขาทันที	-1	1	1	1	1	0.6
7.	เมื่อฉันทำผิดและไม่อยากให้ผู้อื่นรู้ฉันจะพูดโกหก	0	1	1	1	1	0.8
8.	ฉันจะพูดจาเยาะเย้ยผู้ที่เคยตำหนิความผิดพลาดของฉัน ถ้าเขาทำผิดพลาดบ้าง	1	1	1	1	1	1
9.	ฉันมักล้อชื่อพ่อแม่เพื่อน เพราะสนุกดี	1	1	1	1	1	1
10.	ฉันจะพูดยั่วให้เพื่อนโกรธ เพราะสนุกดี	0	1	1	1	1	0.8
11.	ถ้าใครแกล้งฉัน ฉันจะพูดไม่ดีกับเขาเพราะไม่พอใจ	1	1	1	1	1	1
12.	ถ้าสิ่งของของฉันถูกทำให้เสียหายโดยไม่รู้ว่าเป็นใครทำ ฉันจะสาปแช่งคนที่ทำ	1	1	1	1	1	1
13.	ถ้าฉันรู้ว่าคนอื่นแอบไปนินทา ฉันจะไปพูดไม่ดีกับเขาเป็นการตอบแทน	1	1	1	1	1	1
14.	เมื่อเพื่อนทำให้ฉันโกรธ ฉันเคยพูดขมขู่เพื่อน	1	1	1	1	1	1
15.	ฉันจะพูดคำหยาบ หรือด่าเมื่อฉันไม่พอใจใคร	1	1	1	1	1	1
16.	ถ้าฉันถูกกล่าวหาว่าผิด แต่ฉันไม่ผิด ฉันจะแสดงพฤติกรรมตอบโต้ โดยเข้าไปต่อว่าเขาทันที	1	1	1	1	1	1
17.	ถ้าฉันไม่ชอบเพื่อนคนไหน ฉันจะพูดจาสบประมาทให้เขาเจ็บใจ	1	1	1	1	1	1

ข้อ	วิธีที่นักเรียนปฏิบัติตนต่อผู้อื่น	ผู้เชี่ยวชาญ					ค่าเฉลี่ย
		1	2	3	4	5	
18.	ฉันมักจะตั้งฉายาให้เพื่อนที่มีปมด้อยในเรื่องต่าง ๆ	0	1	1	1	1	0.8
19.	ถ้าใครทำให้ฉันอับอายหรือโกรธแค้น ฉันจะพูดให้เขาอับอายเป็นการแก้แค้น	1	1	1	1	1	1
20.	ถ้าฉันถูกผู้ใหญ่ลงโทษ โดยฉันคิดว่า ฉันไม่ผิดฉันจะได้เถียง	1	1	1	1	1	1
21.	ถ้าคนอื่นมาพูดไม่ดีกับฉัน ฉันจะพูดไม่ดีกับเขากลับไปทันที	1	1	1	1	1	1
22.	ฉันเคยตำผู้ที่กล่าวหาฉัน	1	1	1	1	1	1
23.	ฉันมักจะใช้คำหยาบพูดระบายเมื่อเกิดความไม่พอใจ	1	1	1	1	1	1
24.	ฉันเคยทำท่าล้อเลียนข้อบกพร่องของเพื่อน เพื่อยั่วให้เขาโกรธ	0	1	1	1	1	0.8
25.	ฉันแสดงให้คนที่ฉันไม่พอใจรู้ว่าฉันไม่พอใจเขา โดยกระแทกของเสียดังต่อน้ำเขา	1	1	1	1	1	1
26.	ถ้าเพื่อนแกล้งขวางทางเดิน ฉันจะผลักให้เพื่อนพ้นทางเดินไป	1	1	1	1	1	1
27.	ฉันจะขว้างของที่อยู่ในมือใส่คนที่มาทำร้ายฉันก่อน	1	1	1	1	1	1
28.	ถ้าฉันมีไม้หรือสิ่งของอยู่ใกล้มือ ฉันจะคว้ามาตีคนที่มาทำร้ายฉัน	1	1	1	1	1	1
29.	ฉันเคยมีเรื่องทะเลาะเบาะแว้งกับผู้อื่น จนเกิดการชกต่อยตบตีกันขึ้น	1	1	1	1	1	1
30.	ฉันเคยแกล้งเพื่อน เช่น ขัดขาให้ล้ม ดึงผม หรือทำให้เดือตร้อนรำคาญ เพราะสนุกดี	1	1	1	1	1	1
31.	เมื่อฉันอยากดูของของเพื่อน ฉันเคยถือโอกาสแย่งมาดูก่อน	1	1	1	1	1	1
32.	ถ้าใครทำสิ่งของของฉันเสียหาย ฉันจะทำให้ของของคนนั้นเสียหายเป็นการตอบแทนบ้าง	1	1	1	1	1	1
33.	ฉันเคยแกล้งผู้ที่อ่อนแอกว่า เช่น การยืนขวางทางเดิน	1	1	1	1	1	1
34.	ถ้าใครหัวเราะเมื่อฉันทำผิด ฉันจะไปพูดทำร้ายจิตใจเขาเป็นการตอบแทนบ้าง	1	1	1	1	1	1
35.	ถ้าใครตั้งใจทำให้ฉันได้รับความอับอาย ฉันจะต้องทำให้เขาเจ็บเช่นกัน	1	1	1	1	1	1

ข้อ	วิธีที่นักเรียนปฏิบัติตนต่อผู้อื่น	ผู้เชี่ยวชาญ					ค่าเฉลี่ย
		1	2	3	4	5	
36.	ถ้าครูหรือผู้ใหญ่ห้ามโดยไม่มีเหตุผล ฉันจะทำตรงข้ามกับสิ่งที่ถูกห้ามนั้น	1	1	1	1	1	1
37.	ถ้าฉันต้องถูกลงโทษโดยไม่มีเหตุผล ฉันจะแสดงท่าทีไม่พอใจ โดยการทำลายสิ่งของ	1	1	1	1	1	1
38.	เมื่อฉันมีความขัดแย้งกับผู้อื่นและถูกทำทนายให้ต่อสู้กัน ฉันก็จะไม่ปฏิเสธเลย	1	1	1	1	1	1
39.	เมื่อฉันไม่พอใจการกระทำของใครบางคน ฉันก็เคยทำเขาให้พิสูจน์ว่า ใครจะต่อสู้ได้ดีกว่ากัน	1	1	1	1	1	1
40.	ฉันจะขว้างปาสิ่งของใส่คนที่ทำให้ฉันโกรธมาก	1	1	1	1	1	1
41.	ถ้าฉันถูกดูค่า ฉันจะระบายความโกรธ โดยทำให้สิ่งของของส่วนรวมเสียหาย	1	1	1	1	1	1
42.	ฉันเคยข่มขู่เพื่อนเพื่อขอของที่ฉันต้องการจากเขา	1	1	1	1	1	1
43.	ฉันจะสั่งให้ลูกน้องนำของที่ฉันต้องการมาให้ฉัน	1	1	1	1	1	1
44.	เมื่อพบกับบางคนที่ไม่ชอบหน้ากัน ฉันเคยแหย่ให้เขาไม่พอใจกัน	1	1	1	1	1	1
45.	ฉันเคยแกล้งรุ่มร่ามในสิ่งที่ทำให้เขาอับอาย	1	1	1	1	1	1
46.	ฉันเคยเอาของเพื่อนไปซ่อน เพื่อให้เพื่อนอารมณ์เสีย	1	1	1	1	1	1
47.	ฉันแอบเอาสิ่งที่เพื่อนเกลียดกลัวใส่ในกระเป๋า หรือโต๊ะของเขาเพื่อความสนุกสนาน	0	1	1	1	1	0.8
48.	ฉันเขียนคำหยาบคายบนโต๊ะ หรือผนังเพื่อระบายความคับแค้นใจของฉัน	0	1	1	1	1	0.8
49.	เมื่อฉันเกิดความโกรธแค้น ฉันเคยทำของส่วนรวมเสียหาย	1	1	1	1	1	1
50.	ฉันเคยเขียนว่าบางคนที่ไม่พอใจ ในสถานที่สาธารณะ เช่น ห้องน้ำ เพราะจะไม่มีใครรู้ว่าฉันเป็นคนทำ	0	1	1	1	1	0.8
51.	ฉันเคยหยอกล้อเล่นกับเพื่อนแล้วได้รับบาดเจ็บ ฉันควบคุมความโกรธไม่ได้ จึงต้องทำให้เขาบาดเจ็บเช่นกัน	1	1	1	1	1	1
52.	เมื่อฉันมีความคิดเห็นไม่ตรงกับผู้อื่น ฉันเคยพูดประชดเขา	0	1	1	1	1	0.8
53.	เมื่อเพื่อนถูกทำร้าย ฉันเคยเข้าไปร่วมต่อสู้เพื่อช่วยเหลือ	0	1	1	1	1	0.8
54.	ถ้ามีการแข่งขันระหว่างห้อง ฉันจะพูดทำทนายฝ่ายตรงข้ามเพื่อน	0	1	1	1	1	0.8

ข้อ	วิธีที่นักเรียนปฏิบัติตนต่อผู้อื่น	ผู้เชี่ยวชาญ					ค่าเฉลี่ย
		1	2	3	4	5	
55.	หากมีกรณีขัดแย้งกับผู้อื่น ฉันจะแก้ปัญหาด้วยการใช้กำลังตัดสิน	1	1	1	1	1	1
56.	เมื่อไม่ได้รับความยุติธรรม ฉันเคยทำให้สิ่งของเสียหายเพื่อเป็นการระบายอารมณ์	1	1	1	1	1	1
57.	เมื่อไม่พอใจผู้อื่น ฉันจะทำให้เสื้อผ้า ของใช้ของเขาเปื้อนเป็นอัน	1	1	1	1	1	1



**ตารางการประเมินความตรงเชิงเนื้อหาของแบบสังเกตและ
แบบบันทึกพฤติกรรมความก้าวร้าว**

ชื่อผู้สังเกต.....วันที่สังเกต.....

ผู้ถูกสังเกตหมายเลข

1. ชื่อ.....
2. ชื่อ.....
3. ชื่อ.....
4. ชื่อ.....
5. ชื่อ.....

ข้อ	พฤติกรรมความก้าวร้าวทางกาย	ผู้เชี่ยวชาญ					ค่าเฉลี่ย
		1	2	3	4	5	
1.	การตี	1	1	1	1	1	1
2.	การเตะ	1	1	1	1	1	1
3.	การถีบ	1	1	1	1	1	1
4.	การต่อย	1	1	1	1	1	1
5.	การผลัก	1	1	1	1	1	1
6.	การกัด	1	1	1	1	1	1
7.	การดึงผม	1	1	1	1	1	1
8.	การหยิก	1	1	1	1	1	1
9.	การชกต่อย	1	1	1	1	1	1
10.	การตี	1	1	1	1	1	1
11.	การขว้างปาสิ่งของ	1	1	1	1	1	1
12.	การเลียนแบบท่าทางความผิดปกติหรือข้อบกพร่องทางกายของผู้อื่น	0	1	1	1	1	0.8
13.	การกระชากเสื้อผ้า	1	1	1	1	1	1
14.	การขีดข่วนให้ลึ้ม	1	1	1	1	1	1
15.	การผลักโต๊ะ เก้าอี้ให้ลึ้ม	1	1	1	1	1	1

ชื่อผู้สังเกต.....วันที่สังเกต.....

ผู้ถูกสังเกตหมายเลข 1 ชื่อ.....

2 ชื่อ.....

3 ชื่อ.....

4 ชื่อ.....

5 ชื่อ.....

ข้อ	พฤติกรรมความก้าวร้าวทางวาจา	ผู้เชี่ยวชาญ					ค่าเฉลี่ย
		1	2	3	4	5	
1.	การพูดส่อเสียด	1	1	1	1	1	1
2.	การพูดคำที่ไม่เป็นมิตร	1	1	1	1	1	1
3.	การพูดเสียงดังเอะอะโวยวาย	0	1	1	1	1	0.8
4.	การพูดจาไม่สุภาพ	1	1	1	1	1	1
5.	การพูดจาเยาะเย้ย	1	1	1	1	1	1
6.	การล้อชื่อพ่อแม่ผู้อื่น	0	1	1	1	1	0.8
7.	การพูดคำหยาบ	1	1	1	1	1	1
8.	การพูดตวาด การพูดตะคอก	1	1	1	1	1	1
9.	การพูดจาข่มขู่	1	1	1	1	1	1
10.	การพูดจาดูถูก	1	1	1	1	1	1
11.	การพูดจาเลียดสี	1	1	1	1	1	1
12.	การพูดจายั่วยุให้หมุ่คณะแต่กร้าว	1	1	1	1	1	1

ตารางการประเมินความตรงเชิงเนื้อหาของแบบพิจารณาแผนการจัดกิจกรรม
โปรแกรมกิจกรรมนันทนาการโดยบูรณาการแนวคิดการปรับพฤติกรรมทาง
ปัญญาเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษา

แผนการจัดการ เรียนรู้	รายการประเมิน	ผู้เชี่ยวชาญ					ค่าเฉลี่ย
		1	2	3	4	5	
1. ชิงลายแพ่ง ชุมชนทรัพย์สุดขอบฟ้า	1. สาระสำคัญ	1	1	1	1	1	1
	2. จุดประสงค์การเรียนรู้	1	1	1	1	1	1
	3. สาระการเรียนรู้	1	1	1	1	1	1
	4. สื่อ/ อุปกรณ์การเรียนรู้	1	1	1	1	1	1
	5. กระบวนการจัดกิจกรรม 5.1 ขั้นที่ 1 ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน	1	1	1	1	1	1
	5.2 ขั้นที่ 2 ขั้นการจัดกิจกรรมการ เรียนรู้	1	1	1	1	1	1
	5.3 ขั้นที่ 3 ขั้นสรุป	1	1	1	1	1	1

แผนการจัดการ เรียนรู้	รายการประเมิน	ผู้เชี่ยวชาญ					ค่าเฉลี่ย
		1	2	3	4	5	
2. วอล์คแรลลี่ที่ และห้องสัมพันธ์	1. สาระสำคัญ	1	1	1	1	1	1
	2. จุดประสงค์การเรียนรู้	1	1	1	1	1	1
	3. สาระการเรียนรู้	1	1	1	1	1	1
	4. สื่อ/ อุปกรณ์การเรียนรู้	1	1	1	1	1	1
	5. กระบวนการจัดกิจกรรม 5.1 ขั้นที่ 1 ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน	1	1	1	1	1	1
	5.2 ขั้นที่ 2 ขั้นการจัดกิจกรรมการ เรียนรู้	1	1	1	1	1	1
	5.3 ขั้นที่ 3 ขั้นสรุป	1	1	1	1	1	1

แผนการจัดการ เรียนรู้	รายการประเมิน	ผู้เชี่ยวชาญ					ค่าเฉลี่ย
		1	2	3	4	5	
3. ตกหลุมรัก	1. สาระสำคัญ	1	1	1	1	1	1
	2. จุดประสงค์การเรียนรู้	1	1	1	1	1	1
	3. สาระการเรียนรู้	1	1	1	1	1	1
	4. สื่อ/ อุปกรณ์การเรียนรู้	1	1	1	1	1	1
	5. กระบวนการจัดกิจกรรม 5.1 ขั้นที่ 1 ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน	1	1	1	1	1	1
	5.2 ขั้นที่ 2 ขั้นการจัดกิจกรรมการ เรียนรู้	1	1	1	1	1	1
	5.3 ขั้นที่ 3 ขั้นสรุป	1	1	1	1	1	1

แผนการจัดการ เรียนรู้	รายการประเมิน	ผู้เชี่ยวชาญ					ค่าเฉลี่ย
		1	2	3	4	5	
4. กระสอบน้อย คอยรัก	1. สาระสำคัญ	1	1	1	1	1	1
	2. จุดประสงค์การเรียนรู้	1	1	1	1	1	1
	3. สาระการเรียนรู้	1	1	1	1	1	1
	4. สื่อ/ อุปกรณ์การเรียนรู้	1	1	1	1	1	1
	5. กระบวนการจัดกิจกรรม 5.1 ขั้นที่ 1 ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน	1	1	1	1	1	1
	5.2 ขั้นที่ 2 ขั้นการจัดกิจกรรมการ เรียนรู้	1	1	1	1	1	1
	5.3 ขั้นที่ 3 ขั้นสรุป	1	1	1	1	1	1

แผนการจัดการ เรียนรู้	รายการประเมิน	ผู้เชี่ยวชาญ					ค่าเฉลี่ย
		1	2	3	4	5	
5. กู้ระเบิด	1. สาระสำคัญ	1	1	1	1	1	1
	2. จุดประสงค์การเรียนรู้	1	1	1	1	1	1
	3. สาระการเรียนรู้	1	1	1	1	1	1
	4. สื่อ/ อุปกรณ์การเรียนรู้	1	1	1	1	1	1
	5. กระบวนการจัดกิจกรรม 5.1 ขั้นที่ 1 ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน	1	1	1	1	1	1
	5.2 ขั้นที่ 2 ขั้นการจัดกิจกรรมการ เรียนรู้	1	1	1	1	1	1
	5.3 ขั้นที่ 3 ขั้นสรุป	1	1	1	1	1	1

แผนการจัดการ เรียนรู้	รายการประเมิน	ผู้เชี่ยวชาญ					ค่าเฉลี่ย
		1	2	3	4	5	
6. ปั่นดินให้เป็น ดาว	1. สาระสำคัญ	1	1	1	1	1	1
	2. จุดประสงค์การเรียนรู้	1	1	1	1	1	1
	3. สาระการเรียนรู้	1	1	1	1	1	1
	4. สื่อ/ อุปกรณ์การเรียนรู้	1	1	1	1	1	1
	5. กระบวนการจัดกิจกรรม 5.1 ขั้นที่ 1 ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน	1	1	1	1	1	1
	5.2 ขั้นที่ 2 ขั้นการจัดกิจกรรมการ เรียนรู้	1	1	1	1	1	1
	5.3 ขั้นที่ 3 ขั้นสรุป	1	1	1	1	1	1

แผนการจัดการ เรียนรู้	รายการประเมิน	ผู้เชี่ยวชาญ					ค่าเฉลี่ย
		1	2	3	4	5	
7. ไปคำปรึกษา	1. สาระสำคัญ	1	1	1	1	1	1
	2. จุดประสงค์การเรียนรู้	1	1	1	1	1	1
	3. สาระการเรียนรู้	1	1	1	1	1	1
	4. สื่อ/ อุปกรณ์การเรียนรู้	1	1	1	1	1	1
	5. กระบวนการจัดกิจกรรม 5.1 ขั้นที่ 1 ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน	1	1	1	1	1	1
	5.2 ขั้นที่ 2 ขั้นการจัดกิจกรรมการ เรียนรู้	1	1	1	1	1	1
	5.3 ขั้นที่ 3 ขั้นสรุป	0	1	1	1	1	0.8

แผนการจัดการ เรียนรู้	รายการประเมิน	ผู้เชี่ยวชาญ					ค่าเฉลี่ย
		1	2	3	4	5	
8. การได้วาที	1. สาระสำคัญ	1	1	1	1	1	1
	2. จุดประสงค์การเรียนรู้	1	1	1	1	1	1
	3. สาระการเรียนรู้	1	1	1	1	1	1
	4. สื่อ/ อุปกรณ์การเรียนรู้	1	1	1	1	1	1
	5. กระบวนการจัดกิจกรรม 5.1 ขั้นที่ 1 ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน	1	1	1	1	1	1
	5.2 ขั้นที่ 2 ขั้นการจัดกิจกรรมการ เรียนรู้	1	1	1	1	1	1
	5.3 ขั้นที่ 3 ขั้นสรุป	1	1	1	1	1	1

แผนการจัดการ เรียนรู้	รายการประเมิน	ผู้เชี่ยวชาญ					ค่าเฉลี่ย
		1	2	3	4	5	
9. ต่อเพลงเรใจ	1. สาระสำคัญ	1	1	1	1	1	1
	2. จุดประสงค์การเรียนรู้	1	1	1	1	1	1
	3. สาระการเรียนรู้	1	1	1	1	1	1
	4. สื่อ/ อุปกรณ์การเรียนรู้	1	1	1	1	1	1
	5. กระบวนการจัดกิจกรรม 5.1 ขั้นที่ 1 ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน	1	1	1	1	1	1
	5.2 ขั้นที่ 2 ขั้นการจัดกิจกรรมการ เรียนรู้	1	1	1	1	1	1
	5.3 ขั้นที่ 3 ขั้นสรุป	1	1	1	1	1	1

แผนการจัดการ เรียนรู้	รายการประเมิน	ผู้เชี่ยวชาญ					ค่าเฉลี่ย
		1	2	3	4	5	
10. ละครไป	1. สาระสำคัญ	1	1	1	1	1	1
	2. จุดประสงค์การเรียนรู้	1	1	1	1	1	1
	3. สาระการเรียนรู้	1	1	1	1	1	1
	4. สื่อ/ อุปกรณ์การเรียนรู้	1	1	1	1	1	1
	5. กระบวนการจัดกิจกรรม 5.1 ขั้นที่ 1 ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน	1	1	1	1	1	1
	5.2 ขั้นที่ 2 ขั้นการจัดกิจกรรมการ เรียนรู้	1	1	1	1	1	1
	5.3 ขั้นที่ 3 ขั้นสรุป	1	1	1	1	1	1

แผนการจัดการ เรียนรู้	รายการประเมิน	ผู้เชี่ยวชาญ					ค่าเฉลี่ย
		1	2	3	4	5	
11. วาดภาพระบาย สีอย่างสร้างสรรค์	1. สาระสำคัญ	1	1	1	1	1	1
	2. จุดประสงค์การเรียนรู้	1	1	1	1	1	1
	3. สาระการเรียนรู้	1	1	1	1	1	1
	4. สื่อ/ อุปกรณ์การเรียนรู้	1	1	1	1	1	1
	5. กระบวนการจัดกิจกรรม 5.1 ขั้นที่ 1 ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน	1	1	1	1	1	1
	5.2 ขั้นที่ 2 ขั้นการจัดกิจกรรมการ เรียนรู้	1	1	1	1	1	1
	5.3 ขั้นที่ 3 ขั้นสรุป	1	1	1	1	1	1

แผนการจัดการ เรียนรู้	รายการประเมิน	ผู้เชี่ยวชาญ					ค่าเฉลี่ย
		1	2	3	4	5	
12. จิตสงบด้วย ดนตรี	1. สาระสำคัญ	1	1	1	1	1	1
	2. จุดประสงค์การเรียนรู้	1	1	1	1	1	1
	3. สาระการเรียนรู้	1	1	1	1	1	1
	4. สื่อ/ อุปกรณ์การเรียนรู้	1	1	1	1	1	1
	5. กระบวนการจัดกิจกรรม 5.1 ขั้นที่ 1 ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน	1	1	1	1	1	1
	5.2 ขั้นที่ 2 ขั้นการจัดกิจกรรมการ เรียนรู้	1	1	1	1	1	1
	5.3 ขั้นที่ 3 ขั้นสรุป	1	1	1	1	1	1

แผนการจัดการ เรียนรู้	รายการประเมิน	ผู้เชี่ยวชาญ					ค่าเฉลี่ย
		1	2	3	4	5	
13. บ้านหลังที่สอง	1. สาระสำคัญ	1	1	1	1	1	1
	2. จุดประสงค์การเรียนรู้	1	1	1	1	1	1
	3. สาระการเรียนรู้	1	1	1	1	1	1
	4. สื่อ/ อุปกรณ์การเรียนรู้	1	1	1	1	1	1
	5. กระบวนการจัดกิจกรรม 5.1 ขั้นที่ 1 ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน	1	1	1	1	1	1
	5.2 ขั้นที่ 2 ขั้นการจัดกิจกรรมการ เรียนรู้	1	1	1	1	1	1
	5.3 ขั้นที่ 3 ขั้นสรุป	1	1	1	1	1	1

แผนการจัดการ เรียนรู้	รายการประเมิน	ผู้เชี่ยวชาญ					ค่าเฉลี่ย
		1	2	3	4	5	
14. เคลื่อนไหวตาม เสียงดนตรี	1. สาระสำคัญ	1	1	1	1	1	1
	2. จุดประสงค์การเรียนรู้	1	1	1	1	1	1
	3. สาระการเรียนรู้	1	1	1	1	1	1
	4. สื่อ/ อุปกรณ์การเรียนรู้	1	1	1	1	1	1
	5. กระบวนการจัดกิจกรรม 5.1 ขั้นที่ 1 ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน	1	1	1	1	1	1
	5.2 ขั้นที่ 2 ขั้นการจัดกิจกรรมการ เรียนรู้	1	1	1	1	1	1
	5.3 ขั้นที่ 3 ขั้นสรุป	1	1	1	1	1	1

แผนการจัดการ เรียนรู้	รายการประเมิน	ผู้เชี่ยวชาญ					ค่าเฉลี่ย
		1	2	3	4	5	
15. เล่าเรื่อง & เรื่อง เล่า	1. สาระสำคัญ	1	1	1	1	1	1
	2. จุดประสงค์การเรียนรู้	1	1	1	1	1	1
	3. สาระการเรียนรู้	1	1	1	1	1	1
	4. สื่อ/ อุปกรณ์การเรียนรู้	1	1	1	1	1	1
	5. กระบวนการจัดกิจกรรม 5.1 ขั้นที่ 1 ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน	1	1	1	1	1	1
	5.2 ขั้นที่ 2 ขั้นการจัดกิจกรรมการ เรียนรู้	1	1	1	1	1	1
	5.3 ขั้นที่ 3 ขั้นสรุป	1	1	1	1	1	1

แผนการจัดการ เรียนรู้	รายการประเมิน	ผู้เชี่ยวชาญ					ค่าเฉลี่ย
		1	2	3	4	5	
16. งานประดิษฐ์ หรรษา	1. สาระสำคัญ	1	1	1	1	1	1
	2. จุดประสงค์การเรียนรู้	1	1	1	1	1	1
	3. สาระการเรียนรู้	1	1	1	1	1	1
	4. สื่อ/ อุปกรณ์การเรียนรู้	1	1	1	1	1	1
	5. กระบวนการจัดกิจกรรม 5.1 ขั้นที่ 1 ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน	1	1	1	1	1	1
	5.2 ขั้นที่ 2 ขั้นการจัดกิจกรรมการ เรียนรู้	0	1	1	1	1	0.8
	5.3 ขั้นที่ 3 ขั้นสรุป	1	1	1	1	1	1

หาความเที่ยงของเครื่องมือ

Reliability

Scale: ALL VARIABLES

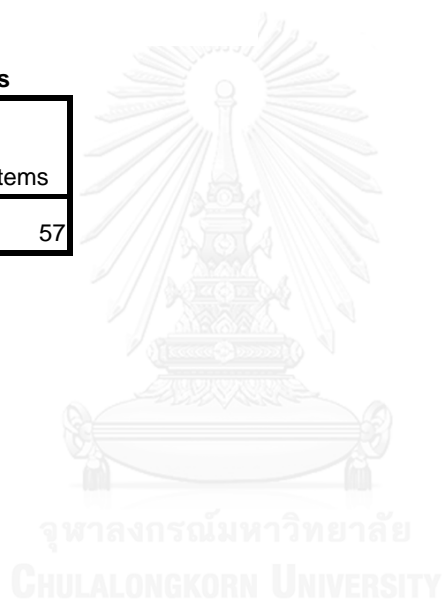
Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	30	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	30	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.953	57



Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
nn1	147.40	1087.490	-.159	.954
nn2	147.27	1066.409	.202	.953
nn3	147.37	1059.826	.323	.953
nn4	147.50	1045.914	.525	.952
nn5	147.30	1057.045	.329	.953
nn6	147.43	1069.289	.154	.954
nn7	147.20	1032.303	.637	.952
nn8	147.37	1056.792	.332	.953
nn9	147.07	1046.892	.431	.953
nn10	147.27	1048.892	.369	.953
nn11	147.30	1041.459	.534	.952
nn12	147.03	1021.964	.679	.951
nn13	147.33	1061.126	.301	.953
nn14	147.27	1051.513	.416	.953
nn15	146.80	1038.441	.541	.952
nn16	146.90	1046.231	.500	.952
nn17	147.07	1023.030	.727	.951
nn18	146.87	1049.016	.419	.953
nn19	146.93	1037.099	.613	.952
nn20	147.00	1045.862	.407	.953
nn21	147.00	1050.276	.350	.953
nn22	146.87	1062.878	.236	.953
nn23	146.77	1045.151	.520	.952
nn24	147.27	1043.582	.583	.952
nn25	147.03	1037.068	.631	.952
nn26	147.03	1045.757	.559	.952
nn27	147.10	1021.541	.761	.951
nn28	147.23	1019.771	.716	.951
nn29	147.13	1036.120	.494	.952
nn30	146.97	1035.620	.627	.952
nn31	147.30	1042.562	.598	.952
nn32	147.40	1029.559	.617	.952
nn33	147.40	1038.386	.545	.952
nn34	147.57	1049.220	.521	.952
nn35	147.40	1021.145	.746	.951
nn36	147.10	1043.059	.495	.952
nn37	147.37	1049.206	.407	.953
nn38	147.07	1054.616	.314	.953

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
กค39	147.60	1039.834	.591	.952
กค40	147.50	1024.534	.744	.951
กค41	147.47	1024.809	.682	.951
กค42	147.40	1022.800	.743	.951
กค43	147.60	1037.283	.631	.952
กค44	147.30	1048.562	.460	.952
กค45	147.37	1047.413	.495	.952
กค46	147.07	1027.789	.602	.952
กค47	146.97	1040.378	.470	.952
กค48	147.17	1039.040	.502	.952
กค49	147.57	1016.737	.778	.951
กค50	147.50	1039.569	.491	.952
กค51	147.43	1038.047	.603	.952
กค52	147.27	1030.823	.653	.952
กค53	147.23	1044.047	.469	.952
กค54	147.30	1060.907	.228	.954
กค55	147.37	1043.551	.473	.952
กค56	147.20	1047.752	.433	.953
กค57	147.57	1058.944	.258	.953



ภาคผนวก ง
ภาพการดำเนินงาน

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY



ภาพที่ 1 นักเรียนอาชีวศึกษากรอกแบบสอบถามก่อนเข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการ



ภาพที่ 2 นักเรียนอาชีวศึกษากรอกแบบสอบถามก่อนเข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการ (ต่อ)



ภาพที่ 3 นักเรียนอาชีวศึกษากำลังร่วมโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการ
โดยบูรณาการแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา



ภาพที่ 5 กิจกรรมนันทนาการเกมและกีฬา



ภาพที่ 6 กิจกรรมร่วมพลังสามัคคี



ภาพที่ 7 นักเรียนอาสาสมัครร่วมกันแลกเปลี่ยนความคิดเห็นระหว่างกิจกรรม



ภาพที่ 8 กิจกรรมนันทนาการการละคร



ภาพที่ 9 กิจกรรม ร้อง เล่น เต้น รำ



ภาพที่ 10 กิจกรรมนันทนาการดนตรีและร้องเพลง



ภาพที่ 11 กิจกรรมนันทนาการพัฒนาจิตใจและความสงบสุข



ภาพที่ 12 กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์



ภาพที่ 13 กิจกรรมกอดคอประสานความสามัคคี



ภาพที่ 14 นักเรียนอาชีวศึกษาเขียนสะท้อนความคิดเห็นภายหลังเข้าร่วมกิจกรรม



ภาพที่ 15 ตอบแบบวัดพฤติกรรมความก้าวร้าว



ภาพที่ 16 กิจกรรมนันทนาการเกมและกีฬา



ภาพที่ 17 กิจกรรมรับความรู้สึกร่วมกันและกัน



ภาพที่ 18 กิจกรรมนำเข้าสู่บทเรียน



ภาพที่ 19 กิจกรรมเน้นทนาการการละครเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรม

ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์

นายพงษ์เกษม สิงห์รุ่งเรือง เกิดวันที่ 10 สิงหาคม พ.ศ.2527 ณ บ้านนาयाง ตำบล
พุ่มแก อำเภอนาแก จังหวัดนครพนม

1) สำเร็จการศึกษาในระดับปริญญาบัณฑิต สาขาวิทยาศาสตร์การกีฬา
คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ในปีการศึกษา 2551

2) สำเร็จการศึกษาในระดับปริญญาโท สาขาวิทยาศาสตร์การกีฬา
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ในปีการศึกษา 2553 และ

3) สำเร็จการศึกษาในระดับปริญญาดุษฎีบัณฑิต สาขาสุขศึกษาและพลศึกษา
คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ในปีการศึกษา 2559

