



รายงานชุดโครงการวิจัย
การพัฒนารูปแบบกิจกรรมเพื่อป้องกันพฤติกรรมการรังแก
ของเยาวชนในจังหวัดยะลา

Development of activity forms to prevent
bullying behavior of youth in Yala province

กรัณท์รักษ์ วิทยอภิบาลกุล

ได้รับทุนอุดหนุนจากงบประมาณบำรุงการศึกษาประจำปี 2563

คณะครุศาสตร์

มหาวิทยาลัยราชภัฏยะลา



รายงานชุดโครงการวิจัย

การพัฒนารูปแบบกิจกรรมเพื่อป้องกันพฤติกรรมการรังแก
ของเยาวชนในจังหวัดยะลา

Development of activity forms to prevent
bullying behavior of youth in Yala province

โครงการวิจัยภายใต้ชุดโครงการ

1. การสังเคราะห์งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการรังแก
หัวหน้าโครงการวิจัย: นุรพิตตรี หะยีदारียอ
2. การพัฒนาชุดกิจกรรมเพื่อลดพฤติกรรมการรังแกของเยาวชนใน
จังหวัดยะลา
หัวหน้าโครงการวิจัย: กรัณซรั๊กซ์ วิทยอภิบาลกุล

ได้รับทุนอุดหนุนจากงบประมาณบำรุงการศึกษาประจำปี 2563

คณะครุศาสตร์

มหาวิทยาลัยราชภัฏยะลา

หัวข้อวิจัย การพัฒนารูปแบบกิจกรรมเพื่อป้องกันพฤติกรรมการรังแกของเยาวชนในจังหวัด
ยะลาชื่อผู้วิจัย กรัณท์รักษ์ วิทยอภิบาลกุล
คณะ/หน่วยงาน ครุศาสตร์
มหาวิทยาลัย ราชภัฏยะลา
ปีงบประมาณ 2563

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อพัฒนารูปแบบกิจกรรมเพื่อป้องกันพฤติกรรมรังแกของเยาวชนในจังหวัดยะลา กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ที่ศึกษาอยู่ในโรงเรียนพื้นที่จังหวัดยะลา จำนวน 6 คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่ ชุดกิจกรรมการเห็นคุณค่าในตนเอง แบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง และแบบสอบถามข้อมูลทั่วไป วิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

ผลการวิจัยพบว่า 1) รูปแบบกิจกรรมที่พัฒนาขึ้นเป็นรูปแบบกิจกรรมกลุ่ม 2) ผลการใช้กิจกรรมกลุ่มการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง เพื่อป้องกันพฤติกรรมการรังแก พบว่า นักเรียนมีคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองหลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสูงกว่าก่อนการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 3) นักเรียนมีคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเอง หลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสูงกว่าก่อนการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 4) นักเรียนมีคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองด้านผู้อื่น หลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสูงกว่าก่อนการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

คำสำคัญ : พฤติกรรมการรังแก, ชุดกิจกรรมการเห็นคุณค่าในตนเอง

Research Title	Development of activity forms to prevent bullying behavior of youth in Yala province
Researcher	Karantarak Vitaya-Apibalkul
Faculty/Section	Education
University	Yala Rajabhat
Year	2020

ABSTRACT

The objectives of this research were to study: 1) development of activity forms to prevent bullying behavior The sample group used in this research was were distributed to 6 students studying in high schools in Yala Province. The tools used for data collection were self-esteem activity; serie,self-esteem questionnaires; Personal factors questionnaires. Data were analyzed for research. The statistics used were percentage, mean, standard deviation.

The results of the research showed the following; 1) activity forms developed as a group activity model 2) results of using group activity development of self-esteem To prevent bullying behavior, students had a higher self-esteem score after participating in group activities than before participating in group activities. 3) The students had a score of self-esteem. Higher after participating in group activities than before participating in group activities 4) The students had scores of self-esteem on others. Higher after participating in group activities than before participating in group activities at the .05 level of statistical significance.

Keywords : bullying behavior, self-esteem activity

กิตติกรรมประกาศ

งานวิจัยเรื่องนี้ได้รับการสนับสนุนงบประมาณจากคณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏยะลา ประจำปีงบประมาณ 2563 ผู้วิจัยขอขอบคุณคณบดี รองคณบดี ตลอดจนคณะกรรมการบริหาร คุณภาพงานวิจัยที่ได้พิจารณาการให้ทุนอุดหนุนการวิจัยในครั้งนี้

ขอขอบคุณคณะกรรมการตรวจสอบคุณภาพงานวิจัยที่ช่วยตรวจสอบความถูกต้องของ รายงานการวิจัยพร้อมให้ข้อเสนอแนะที่ในการปรับปรุงแก้ไข เพื่อให้รายงานการวิจัยฉบับนี้มีความ สมบูรณ์และถูกต้องมากยิ่งขึ้น รวมทั้งขอขอบคุณอาจารย์ เจ้าหน้าที่ คณะผู้วิจัยและนักเรียนกลุ่ม ตัวอย่างที่เสียสละเวลาในการเข้าร่วมกิจกรรม และให้ข้อมูลที่เป็นประโยชน์ต่อการรวบรวมข้อมูลเพื่อ การวิจัยอย่างครบถ้วนสมบูรณ์

คณะผู้วิจัย

2563

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ก
Abstract	ข
กิตติกรรมประกาศ	ค
สารบัญ	(1)
สารบัญตาราง	(3)
บทที่ 1 บทนำ	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
วัตถุประสงค์การวิจัย	3
กรอบแนวคิดของแผนงานวิจัย	3
ประโยชน์ที่ได้จากการวิจัย	3
นิยามศัพท์เฉพาะ	3
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	4
ความหมายของพฤติกรรมมารีั้งแก	4
แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับพฤติกรรมมารีั้งแก	5
แนวทางการป้องกันและแก้ไขพฤติกรรมมารีั้งแก	8
แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนารูปแบบกิจกรรมงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	10
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	14
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย	16
วิธีการดำเนินการของโครงการวิจัยชุดโครงการ	16
วิธีการดำเนินการของโครงการวิจัยภายใต้ชุดโครงการที่ 1	19
วิธีการดำเนินการของโครงการวิจัยภายใต้ชุดโครงการที่ 2	20
บทที่ 4 ผลการดำเนินการวิจัยและอภิปรายผล	23
ผลการดำเนินการของโครงการวิจัยชุดโครงการ	23
ผลการดำเนินการของโครงการวิจัยภายใต้ชุดโครงการที่ 1	28
ผลการดำเนินการของโครงการวิจัยภายใต้ชุดโครงการที่ 2	29
บทที่ 5 สรุปและข้อเสนอแนะ	30
สรุป	31
ข้อเสนอแนะ	37

สารบัญ (ต่อ)

เรื่อง	หน้า
บรรณานุกรม	39
ประวัติของผู้วิจัย	42

สารบัญตาราง

ตารางที่		หน้า
2.1	การแบ่งประเภทการรังแกของ Rigby	6
3.1	กิจกรรมกลุ่มเพื่อป้องกันพฤติกรรมกรังแก	18
4.1	จำนวนและร้อยละของผู้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม	23
4.2	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของของกิจกรรมกลุ่ม	24
4.3	เปรียบเทียบคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มเพื่อป้องกันพฤติกรรมกรังแกโดยรวม	24
4.4	เปรียบเทียบคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองก่อนและหลังการทดลองใช้กิจกรรมกลุ่มเพื่อป้องกันพฤติกรรมกรังแกด้านตนเอง	25
4.5	เปรียบเทียบคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองก่อนและหลังการทดลองใช้ชุดกิจกรรมกลุ่มเพื่อป้องกันพฤติกรรมกรังแกด้านผู้อื่น	25
4.6	เปรียบเทียบการเห็นคุณค่าในตนเองก่อนและหลังการทดลองใช้ชุดกิจกรรมกลุ่มเพื่อป้องกันพฤติกรรมกรังแกโดยรวม	26
4.7	ชุดกิจกรรมเป็นฐานในการทำกิจกรรมกลุ่ม	27

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

เนื่องจากสังคมโลกที่ปรับเปลี่ยนอย่างรวดเร็ว โลกมีพัฒนาการที่ก้าวกระโดดสู่ความเจริญก้าวหน้าทางด้านเทคโนโลยีและวัตถุ สู่ยุคดิจิทัล 4.0 บุคคลถูกรอบงำและเข้าถึงสื่อและตอบสนองได้อย่างรวดเร็ว ในขณะเดียวกัน พัฒนาการทางด้านจิตใจของคนเรากลับลดลงและเสื่อมถอยลงทุกวันเช่นกัน สิ่งที่บุคคลและโลกกำลังต้องรับมือคือการถูกรังแกจากบุคคลที่ขาดทักษะการอยู่ร่วมกันอย่างสงบสุขและสันติ บุคคลที่ถูกเลี้ยงดูและเติบโตมาจากสื่อสังคมที่ทุกคนสามารถเข้าถึงได้ง่าย หล่อหลอมให้บุคคลมีพฤติกรรมก้าวร้าว ระรานผู้อื่น ทั้งโดยเจตนาและไม่เจตนา ทั้งทางวาจาและกาย เรียกพฤติกรรมเหล่านี้ว่า “พฤติกรรมการรังแก (Bullying Behavior)” ซึ่งพบว่าปัจจุบันประเทศไทยอยู่ในอันดับ 2 ของโลกที่มีสัดส่วนผู้เรียนถูกรังแกจากเพื่อนด้วยกันสูงถึงร้อยละ 40 รองจากประเทศญี่ปุ่น (บุญเรือง ไตรเรืองวรวัฒน์, 2561) โดยเด็กเหล่านี้ต้องเผชิญกับการถูกรังแก การล้อเลียน การกลั่นแกล้งผ่านสื่อออนไลน์ต่างๆ ซึ่งเหล่านี้ปลูกฝังให้บุคคลทั้งเป็นผู้ถูกรังแก และผู้รังแก ยิ่งบ่มเพาะและเก็บจำความรู้สึกจากการถูกรังแกและเป็นผู้รังแก หล่อหลอมให้เกิดเป็นนิสัยชอบใช้ความรุนแรง ทำร้ายกัน ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตในระยะยาว

การกลั่นแกล้ง ช่มเหงรังแก หรือที่ภาษาอังกฤษเรียกว่า Bullying คือ พฤติกรรมอันก้าวร้าว ซึ่งเป็นการแสดงออกให้เห็นถึงพลังอำนาจ (Kowalski, Limber, & Agatston, 2012) ประกอบด้วยทั้งพฤติกรรมทางกายภาพ เช่น การทุบตี การชกต่อย การทำร้ายร่างกาย เป็นต้น และพฤติกรรมทางภาษา เช่น การล้อเลียน การเหยียดหยัน การถากถาง การทำให้คนอื่นเป็นแพะรับบาปแทนตัวเอง เป็น ซึ่งการกลั่นแกล้งต่างๆ เหล่านี้ของเป็นเวลายาวนานแล้วและยังคงพบเห็นอยู่เสมอในปัจจุบัน การช่มเหงรังแกเป็นปัญหาสำคัญซึ่งเป็นพฤติกรรมด้านลบที่กระทำต่อผู้อื่น จากการศึกษาที่ผ่านมาพบว่า การที่นักเรียนมีพฤติกรรมช่มเหงรังแกผู้อื่นเกิดจากหลายปัจจัย ทั้งปัจจัยที่เกิดจากสาเหตุทางด้านชีวภาพ ได้แก่ พันธุกรรม สมอองและการพัฒนาการของสมอง สารสื่อประสาท ฮอร์โมนเพศ และอายุ ปัจจัยด้านจิตใจ ได้แก่ พื้นฐานอารมณ์ความผูกพันกับบุคคลใกล้ชิด ความนับถือตนเองทักษะชีวิต ระดับสติปัญญา ปัญหาสุขภาพจิต และปัจจัยทางสังคมและสิ่งแวดล้อม ได้แก่ การอบรมเลี้ยงดู ครอบครัว กลุ่มเพื่อน สื่อ สังคมและวัฒนธรรมสถานะทางเศรษฐกิจและสังคม (ศิริไชย หงส์สงวนศรี และอำพล สุอำพัน, 2555) ซึ่งพฤติกรรมนี้ส่งผลกระทบต่อทั้งตัวผู้รังแกและผู้ที่ถูกเป็นเหยื่อทั้งทางร่างกาย จิตใจและอารมณ์ และทรัพย์สินเกิดเป็นปัญหาสังคม สร้างความเสียหายและส่งผลกระทบต่อความผาสุกของครอบครัว ชุมชน และประเทศชาติ

การช่มเหงรังแกในโรงเรียน มีบทบาทของผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้อง คือ ผู้ช่มเหงรังแก (Bullying) เป็นผู้ที่มีพฤติกรรมช่มเหงรังแกผู้อื่นในรูปแบบต่างๆซึ่งบุคคลกลุ่มนี้จะมีแนวโน้มที่มีพฤติกรรมก้าวร้าว และเมื่อเข้าสู่วัยผู้ใหญ่มีแนวโน้มในการใช้ความรุนแรง หรือเด็กที่เป็นผู้ช่มเหงรังแกผู้อื่นมีแนวโน้มในการดื่มสุรา และใช้สารเสพติดเมื่อเติบโตขึ้น หรืออาจกระทำรุนแรงกับคู่สมรส (Hunt et al.2014 : 3)

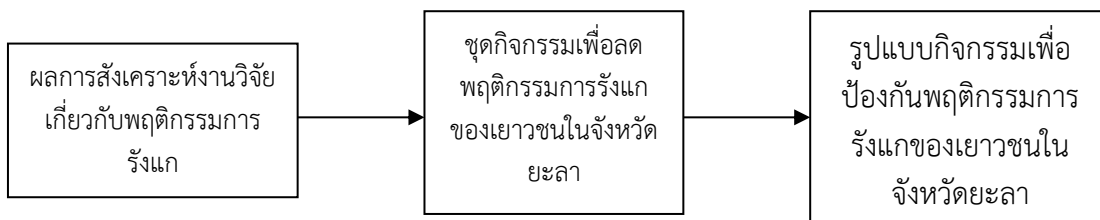
และผู้ถูกข่มเหงรังแก หรือเหยื่อ (Victims) เป็นผู้ที่ถูกข่มเหงรังแกในโรงเรียนผลจากการตกเป็นเหยื่อทำให้นักเรียนหันไปใช้สารเสพติด ดื่มสุรา หรือมีอาการของโรคซึมเศร้าและฆ่าตัวตาย เห็นคุณค่าในตนเองต่ำ ต่ำหิตตนเอง โดดเดี่ยว และวิตกกังวล (Hunt et al., 2014: 3) และบทบาทของผู้เห็นเหตุการณ์ (Bystander) ซึ่งมีส่วนในการสนับสนุนให้เกิดการข่มเหง รังแก เมื่อเกิดเหตุการณ์ข่มเหงรังแกขึ้น เช่น มองข้ามหรือกระตุ้น หรือเป็นส่วนหนึ่งของผู้ข่มเหงรังแก ซึ่งมีผลให้ผู้ข่มเหงรังแกได้รับการสนับสนุนมากขึ้น ผู้สังเกตอาจได้ลอกเลียนแบบพฤติกรรมก้าวร้าวต่อต้านสังคม เพื่อนำไปใช้สร้างสภาพทางสังคมในกลุ่มให้เด่นชัดขึ้น (Coroloso. 2005 : 71) จากผลกระทบของการข่มเหงรังแกที่เกิดขึ้น ในโรงเรียน จึงได้มีการสำรวจหรือคัดกรองสถานการณ์ของการข่มเหงรังแกที่เกิดขึ้นในโรงเรียนนั้น มีการสำรวจ เพื่อค้นหาผู้ข่มเหงรังแก ผู้ถูกข่มเหงรังแก และผู้เห็นเหตุการณ์การข่มเหงรังแกและจัดโปรแกรมเพื่อช่วยเหลือผู้ที่ ได้รับผลกระทบจากการข่มเหงรังแก ส่วนรูปแบบการป้องกันการข่มเหงรังแกที่เกิดขึ้นในโรงเรียน ชิว (Xiao. 2007: 249-250 อ้างถึงในพัชรภรณ์ ศรีสวัสดิ์และคณะ, 2561) ได้เสนอโปรแกรมการป้องกันการข่มเหงรังแกในโรงเรียน มี 3 รูปแบบคือ การป้องกันระดับโรงเรียน (WholeSchool Approach) การช่วยเหลือจากกลุ่มเพื่อน (Peer-led/Peer Support Intervention) การช่วยเหลือผู้ถูก ข่มเหง (Individualized Intervention) ส่วนการให้คำปรึกษากลุ่มเป็นกระบวนการหนึ่งในการช่วยเหลือบุคคลอีกรูปแบบหนึ่ง โดยบุคคลหลายคนที่มีสภาพปัญหาคล้ายคลึงกัน ให้มีโอกาสร่วมมือศึกษาปัญหาสมาชิกกลุ่มนำไปสู่ความเข้าใจในปัญหาต่าง ๆ อย่างชัดเจนและร่วมมือกันค้นหาศักยภาพของแต่ละบุคคลเพื่อนำไปสู่ความสำเร็จในการ แก้ไขปัญหา (Miline.2003 :3) สอดคล้องกับคอเรย์ (Corey.2012: 28) ที่กล่าวว่า การให้คำปรึกษากลุ่มมีผลดีกว่าการให้คำปรึกษารายบุคคล เพราะสมาชิกกลุ่มสามารถฝึกทักษะใหม่ๆ ทั้งในขณะที่อยู่ในกลุ่มและนำมาใช้ในชีวิตประจำวัน โดยการให้คำปรึกษากลุ่มในครั้งนี้ผู้วิจัยได้เลือกใช้ทฤษฎีและเทคนิคที่มุ่งเน้นพัฒนาทั้งด้าน อารมณ์ ความคิดและพฤติกรรม อาทิการเสริมสร้างความเห็นอกเห็นใจ ทักษะการแก้ไขปัญหา ทักษะการสื่อสาร การกล้าแสดงออก เป็นต้น เพื่อให้นักเรียนที่เข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มสามารถลดพฤติกรรมข่มเหงรังแก สามารถป้องกันตนเองจากการข่มเหงรังแก และลดการเข้าร่วมการข่มเหงรังแกผู้อื่นได้

ผู้วิจัยเล็งเห็นถึงปัญหาและความจำเป็นในการพัฒนาเยาวชน ซึ่งเป็นอนาคตที่สำคัญของชาติ เนื่องจากพฤติกรรมรังแกไม่ใช้เรื่องที่ควรปล่อยปละละเลย เพราะจะส่งผลกระทบต่อคุณภาพเยาวชนและปัญหาสังคมต่างๆ มากมาย ดังข่าวตามสื่อต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นการเก็บบกจากการถูกรังแกทำ จนสุดท้ายก็เลือกวิธีการฆ่าตัวตายเพื่อหลีกเลี่ยงการเผชิญการถูกรังแกดังกล่าว เป็นต้น และเนื่องจากมีงานวิจัยจำนวนมากที่ศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรมรังแก และจากการทบทวนวรรณกรรมผู้วิจัยและทีมทำงานจึงต้องการสังเคราะห์งานวิจัยที่มีอยู่ในประเทศไทย เพื่อวิเคราะห์และสังเคราะห์ปัจจัยลักษณะ ผลกระทบ รวมถึงแนวทางในการจัดการพฤติกรรมรังแก เพื่อนำไปสู่การออกแบบและพัฒนาชุดกิจกรรมเพื่อลดการเกิดพฤติกรรมรังแกของเยาวชนในจังหวัดยะลา เพื่อหวังว่าเมื่อเยาวชนได้รับการพัฒนายังจะสามารถเรียนรู้ทักษะชีวิตในการอยู่ร่วมกันในสังคมได้อย่างเหมาะสมและชุมชน สังคม ประเทศชาติก็จะเกิดการพัฒนาทั้งในเชิงเทคโนโลยีดิจิทัลและจิตใจไปควบคู่กัน

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อพัฒนารูปแบบกิจกรรมเพื่อป้องกันพฤติกรรมรังแกของเยาวชนในจังหวัดยะลา

กรอบแนวคิดการวิจัย



ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากการวิจัย

ได้รูปแบบกิจกรรมที่สามารถนำไปใช้ป้องกันพฤติกรรมกรร้งแกของเยาวชนในจังหวัดยะลา และนำไปสู่การพัฒนาคู่มือเพื่อป้องกันพฤติกรรมกรร้งแกให้ทางครูและโรงเรียนนำไปใช้พัฒนาพฤติกรรมของผู้เรียนต่อไป

นิยามศัพท์เฉพาะ

พฤติกรรมกรร้งแก หมายถึง การแสดงออกหรือการกระทำในลักษณะที่รุนแรงต่อผู้อื่นโดยมีจุดมุ่งหมายในการทำร้ายร่างกายและจิตใจหรือทำให้บาดเจ็บทางร่างกายหรือเจ็บใจ โดยการบังคับขู่เข็ญ คุกคาม ทุบตี จำกัดกีดกันเสรีภาพทั้งที่เจตนาและไม่เจตนา

ผู้รังแก หมายถึง ผู้ที่ก่อความรุนแรงต่อผู้อื่นให้ได้รับบาดเจ็บทางร่างกายหรือบอบช้ำทางจิตใจ โดยบังคับ ขู่เข็ญ คุกคาม ทุบตี ล้อเลียน กีดกันออกจากสังคม หรือจำกัดเสรีภาพ

ผู้ถูกรังแก หมายถึง ผู้ที่ถูกก่อความรุนแรงจากผู้อื่นไม่ว่าจะเป็นการถูกกระทำทางร่างกายหรือทางวาจา อาทิ ถูกบังคับ ถูกขู่เข็ญ ถูกคุกคาม ถูกทุบตี ถูกล้อเลียน ถูกกีดกันออกจากสังคม หรือถูกจำกัดเสรีภาพโดยไม่เต็มใจหรือยินยอมต่อการกระทำดังกล่าว

เยาวชน (Youth) ในขอบเขตของงานวิจัย หมายถึง เยาวชนนักเรียนระดับมัธยมศึกษาปีที่ 6 ที่ศึกษาในพื้นที่จังหวัดยะลา

รูปแบบ หมายถึง รูปธรรมของความคิดที่เป็นนามธรรม ซึ่งบุคคลแสดงออกมาในลักษณะใดลักษณะหนึ่ง เช่น คำอธิบาย แผนผัง ไดอะแกรม หรือแผนภาพ เพื่อช่วยให้ตนเองและบุคคลอื่นสามารถเข้าใจได้ชัดเจนขึ้น

รูปแบบกิจกรรม หมายถึง คำอธิบาย แผนผัง ไดอะแกรม หรือแผนภาพที่ใช้อธิบายการกระทำที่มีการแสดงองค์ประกอบอย่างเป็นระบบของปรากฏการณ์หรือสถานการณ์ที่เกิดขึ้นโดยมีความสัมพันธ์กับทฤษฎี

รูปแบบกิจกรรมเพื่อป้องกันพฤติกรรมกรร้งแกของเยาวชน หมายถึง รูปแบบกิจกรรมที่ประกอบด้วยชุดกิจกรรมด้านการเห็นคุณค่าในตนเอง เพื่อป้องกันพฤติกรรมกรร้งแกของเยาวชนที่มีการนำมาใช้เพื่อลดพฤติกรรมกรร้งแกที่เกิดขึ้นกับเยาวชน

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

จากการค้นคว้าเอกสารและผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมมารังแกเกี่ยวข้องกับลำดับดังนี้

1. ความหมายของพฤติกรรมมารังแก
2. แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวกับพฤติกรรมมารังแก
3. แนวทางการป้องกันและแก้ไขพฤติกรรมมารังแก
4. แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนารูปแบบกิจกรรม
5. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ความหมายของพฤติกรรมมารังแก

เกษตรชัย และหิม (2555) ได้ให้ความหมายของพฤติกรรมมารังแกไว้ว่า การรังแกเป็นการแสดงพฤติกรรมของเด็กเกรหรือพฤติกรรมของคนพาล ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของพฤติกรรมก้าวร้าวที่เริ่มต้นด้วยการเข้าไปควบคุมผู้อื่นอย่างไม่ยุติธรรม ทั้งทางกาย ทางใจ และรวมถึงความรู้สึกโดยการแสดงพฤติกรรมที่ไปทำร้ายร่างกายและทำร้ายจิตใจโดยเจตนาจนทำให้ผู้อื่นเกิดความหวาดกลัว เกิดความทุกข์และได้รับบาดเจ็บ ซึ่งเป็นพฤติกรรมที่มาเหมาะสมของผู้ที่มีพลังอำนาจมากกว่าโดยใช้วิธีการบีบบังคับผู้มีพลังอำนาจน้อยกว่า และเป็นเหตุที่เกิดขึ้นระหว่างเด็กคนเดียวกันอย่างต่อเนื่องและสม่ำเสมอ ซึ่งเป็นพฤติกรรมของคนส่วนน้อยที่ควรพิจารณาเป็นกรณีพิเศษ และอาจจะเป็นส่วนหนึ่งของคนที่มีความจิตใจไม่ปกติโดยมักสร้างความรำคาญ ความลำบากใจ ความเดือดร้อนต่อคนรอบข้างทั้งทางจิตใจ อารมณ์ ความรู้สึก

นันทกฤต โรตมนันทกฤต (2556: 21) กล่าวว่า การรังแก หมายถึง พฤติกรรมที่มุ่งประสงค์ให้คู่สื่อสารเกิดความทุกข์ทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม โดยมีรูปแบบการสื่อสารทั้งทางตรงและทางอ้อม ไม่จำกัดทั้งอวัจนภาษาและวัจนภาษา อาจเป็นได้ทั้งการสื่อสารซึ่งหน้า (Face to face) และการสื่อสารผ่านสื่อ (Mediated) และสามารถเกิดขึ้นได้ระดับบุคคลและระดับกลุ่ม และเป็นการสื่อสารระหว่างบุคคลรูปแบบหนึ่ง

Porhola, Karhunen & Raiivaara (2006 อ้างถึงใน นันทกฤต โรตมนันทกฤต, 2556: 19 - 20) กล่าวว่า การรังแก (Bullying) คือการแสดงออกซึ่งพฤติกรรมที่มีลักษณะเป็นไปในทางลบ ก้าวร้าว คุกคาม ไร้เหตุผลและความเป็นธรรมมักเกิดในคู่สื่อสารที่มีสถานภาพเป็นเพื่อนร่วมโรงเรียนหรือเพื่อนร่วมงาน โดยเฉพาะกับผู้มีสถานภาพด้อยกว่า โดยมุ่งหวังให้ได้รับบาดเจ็บ ยอมจำนนได้ อ่อนแอ เจ็บช้ำน้ำใจ เกิดความอับอาย หรือเสื่อมเสียเกียรติ เป็นปรากฏการณ์สื่อสารระหว่างบุคคลซึ่งสามารถเกิดขึ้นได้ทั้งระหว่างปัจเจกบุคคลและระดับกลุ่ม

Sullivan, Cleary & Sullivan (2004) กล่าวว่าไว้อย่างใกล้เคียงกันว่า การรังแกคือการกระทำหรือชุดของการกระทำเชิงลบ มักแสดงเจตจำนงอย่างก้าวร้าวหรือมุ่งเข้าจัดการกับผู้ถูกรังแกทางใดทางหนึ่ง โดยอาจมีฝ่ายผู้กระทำเพียงบุคคลเดียวหรือเป็นกลุ่มเข้ากระทำต่อฝ่ายผู้ถูกรังแกเพียงคน

เดียวหรือเป็นกลุ่มก็ได้เช่นกัน เป็นการสร้างปฏิสัมพันธ์ที่หวังผลบั่นทอนอำนาจของฝ่ายผู้ถูกกระทำให้มีสถานภาพเป็นเหยื่อ (Victimization) นอกจากนี้ยังตั้งข้อสังเกตเพิ่มเติมว่า การรังแกไม่จำเป็นต้องแสดงออกโดยตรงเสมอไป อาจเกิดขึ้นเป็นกระบวนการหรือกระทำแบบหลบซ่อนก็ได้ ทั้งนี้ผู้กระทำจะเป็นฝ่ายมีอำนาจเหนือกว่า และหากเกิดการข่มเหงการรังแกก็มีแนวโน้มที่จะเกิดอีกเป็นครั้งต่อไปโดยสามารถสร้างความสูญเสียต่อผู้ถูกกระทำได้ทั้งมิติทางกายภาพ จิตวิทยา หรือด้านอารมณ์ ต่างจากการทะเลาะวิวาทซึ่งคู่สือสารมักมีอำนาจใกล้เคียงกันและอาจสะสางความขัดแย้งให้ยุติลงได้ในคราวเดียว

Rigby (2008) ให้คำอธิบายว่า การรังแกอาจเรียกด้วยภาษาไม่เป็นทางการได้ว่า “การกลั่นแกล้ง” (Hazing) โดยฝ่ายที่ได้เปรียบกว่าจะทำให้อีกฝ่ายเกิดความทุกข์หรืออึดอัดใจอย่างเป็นระบบพยายามลดฐานะให้ฝ่ายผู้ถูกกระทำยอมรับเงื่อนไขซึ่งฝ่ายที่ได้เปรียบกว่ากำหนดขึ้นจึงจะเป็นที่ยอมรับจากกลุ่ม และผู้ถูกกระทำมีแนวโน้มที่จะยอมรับสภาพ นำไปสู่การยอมรับเงื่อนไขของฝ่ายที่ได้เปรียบกว่า อาทิ ยินยอมปฏิบัติตามคำสั่งจากผู้รังแกเพื่อแลกกับการไม่ถูกประทุษร้าย

เกษตรชัย และหิม (2557) ได้ให้ความหมายของพฤติกรรมกรังแก หมายถึง การแสดงออกหรือการกระทำในลักษณะที่รุนแรงต่อผู้อื่นโดยมีจุดมุ่งหมายในการทำร้ายร่างกายหรือจิตใจ โดยวิธีการต่างๆ เช่น บังคับ ชูเชิญ คูกคาม ทูบตี ล้อเลียน กีดกันออกจากสังคม หรือจำกัดเสรีภาพ

Olweus (2011) ได้กล่าวไว้ว่า พฤติกรรมกรังแกเป็นรูปแบบพฤติกรรมที่ก้าวร้าวสามารถพัฒนาไปสู่ความรุนแรงได้หลาย รูปแบบ ส่งผลกระทบต่อเด็กทั้งในกลุ่มที่ถูกรังแกและมีพฤติกรรมรังแกผู้อื่นในระยะยาวอีกด้วย โดยเด็กที่มี พฤติกรรมรังแกผู้อื่นมักได้รับความสนใจและเรียนรู้ที่จะใช้อำนาจในทางที่ไม่ถูกต้อง

จากความหมายพฤติกรรมกรังแกที่กล่าวมาข้างต้น กล่าวโดยสรุป การรังแก หมายถึง การที่บุคคลฝ่ายหนึ่งซึ่งเรียกว่า “ผู้กระทำ” มุ่งหวังและแสดงพฤติกรรมในเชิงลบให้อีกฝ่ายหนึ่งซึ่งเรียกว่า “ผู้ถูกกระทำ” ไม่ว่าจะเป็นการกรังแกด้วยการใช้อาวุธและวจนภาษาและวจนภาษาโดยเจตนา ในลักษณะการกระทำซ้ำๆ สม่ำเสมอ หรือทุกครั้งที่มีโอกาสก่อทวน ทำให้ผู้ถูกกระทำเกิดความรู้สึกคับข้องใจ ไม่สบายใจ เจ็บปวด ไม่ว่าจะเป็นการรังแกทางร่างกาย จิตใจ ซึ่งส่งผลกระทบต่ออารมณ์ชีวิตอย่างปกติสุข อันจะนำมาซึ่งความหวาดกลัว หวาดระแวง กังวลใจ ไม่อยากอยู่ในสถานการณ์และสภาพแวดล้อมนั้นๆ ก่อให้เกิดปัญหาสุขภาพจิตตามมา

แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวกับพฤติกรรมกรังแก

Sullivan, Cleary and Sullivan (2004) ได้กล่าวถึงรูปแบบของพฤติกรรมกรังแกในระดับต่างๆ ดังนี้

1. การรังแกทางร่างกาย (Physical bullying) เป็นการทำความร้ายร่างกายในรูปแบบต่างๆ เช่น การถ่มน้ำลาย การเหยียด การเตะ การตอย การทุบ การตี หรือการกระทำใดๆ ที่มุ่งให้ผู้ถูกกระทำได้รับการบาดเจ็บทางร่างกาย

2. การรังแกที่ไม่ใช่ทางร่างกาย (Nonphysical bullying) เป็นการทำความร้ายในลักษณะอื่น ๆ ได้แก่

2.1 วจนภาษา (Verbal) กล่าวคือ เป็นการรังแกผู้อื่นในลักษณะการชู้กรรโชก การคุกคามผ่านเครื่องมือสื่อสารต่างๆ การพูดจาถากถาง การล้อเลียน เหยียดชาติพันธุ์ การละเมิดทางเพศด้วยวาจา และการประจาน เป็นต้น

2.2 อวจนภาษา (Non-verbal) กล่าวคือ เป็นการรังแกโดยใช้วจนภาษาที่แสดงออกในเชิงลบ ซึ่งจำเป็นจะต้องมีการพิจารณาประเมินร่วมด้วย ซึ่งหากอวจนภาษาที่สื่อแสดงก่อให้เกิดความรู้สึกทางลบต่อผู้ถูกรังแกก็อาจหมายถึงการรังแก เช่น การเมินหน้าหนีในขณะที่เพื่อนส่งยิ้มหรือกล่าวทักทาย ซึ่งการรังแกด้วยรูปแบบอวจนภาษาสามารถแบ่งได้ 2 ประเภท ได้แก่

2.2.1 อวจนภาษาทางตรง (Direct non-verbal) หมายถึง การใช้การสื่อสารด้วยสัญลักษณ์ เช่น การชูกำปั้น การชูนิ้วกลาง การแสดงออกทางใบหน้าที่เป็นลักษณะของการท้าทาย เพื่อแสดงถึงการข่มหรือแสดงอำนาจเหนือกว่า

2.2.2 อวจนภาษาทางอ้อม (Indirect non-verbal) หมายถึง การใช้การสื่อสารในลักษณะของการเมินเฉย แสดงอาการไม่ยอมรับและพยายามทำให้ผู้อื่นไม่ชอบผู้ถูกรังแก เป็นลักษณะการกลั่นแกล้งอย่างลับๆ เช่น การแอบเอาแมลงสาบไปใส่ในกระเป๋าผู้อื่น เป็นต้น

3. การทำลายทรัพย์สิน (Damage to property) เป็นการทำให้ทรัพย์สินของผู้อื่นเกิดความเสียหาย เช่น การฉีกหนังสือ การขีดเขียนเสื้อผ้า หรือการขโมยของผู้อื่นเพื่อการรังแก เป็นต้น

Rigby (2008 อ้างถึงใน นันทกฤต โรตมนันทกฤต, 2556: 22 – 23) ได้แบ่งประเภทของการรังแก โดยแสดงตามตารางที่ 2.1

ตารางที่ 2.1 การแบ่งประเภทการรังแกของ Rigby

รูปแบบ/การสื่อสาร	ทางตรง	ทางอ้อม
วจนภาษา	<ul style="list-style-type: none"> - ปรามาส ดูถูก - ตั้งฉายาล้อเลียน - หัวเราะเยาะเย้ย - ถากถาง เหน็บแนม 	<ul style="list-style-type: none"> - ยุยงให้เพื่อนนักเรียนคนอื่นร่วมรังแก - แพร่ข่าวลือในทางเสื่อมเสีย - โทรศัพท์ข่มขู่นิรนาม - ส่งอีเมลหรือข้อความคุกคาม
กายภาพ	<ul style="list-style-type: none"> - ตบตี ต่อยเตะ ทำร้ายร่างกาย - ถ่มน้ำลาย - ขว้างปาสิ่งของใส่ - ใช้อาวุธทำร้าย 	<ul style="list-style-type: none"> - เจตนาเกียดกันไม่ให้มีส่วนร่วมในกลุ่มอย่างไม่มีเหตุผล - นำสิ่งของไปซ่อนหรือขโมย
อวจนภาษา	<ul style="list-style-type: none"> - แสดงท่าทางข่มขู่ - จ้องมองอย่างไม่เป็นมิตร 	<ul style="list-style-type: none"> - ไม่สูงส่งหรือเดินหนีจึงใจแสดงความไม่เป็นมิตร

นอกจากนี้ Rigby ยังได้กล่าวถึงรูปแบบของการรังแก โดยจำแนกด้วยขอบเขตของพฤติกรรมดังนี้

1. การรังแกด้วยการเลือกปฏิบัติ (Discrimination bullying) เป็นการรังแกผู้อื่นโดยมุ่งประเด็นเรื่องความแตกต่างทางชาติพันธุ์ สีผิว ศาสนา ความเชื่อ รสนิยมทางเพศ ความพิการ หรือลักษณะที่แตกต่างจากคนหมู่มาก

2. การรังแกทางเพศ (Sexual bullying) เป็นการรังแกผู้อื่นโดยการแสดงออกทางวจนภาษา และอวจนภาษาที่ส่อนัยทางเพศในเชิงลบหรือคุกคาม เช่น การลวนลามด้วยวาจา สายตาหรือการสัมผัส หรือเรียกได้ว่าเป็นการคุกคามทางเพศ (Sexual harassment)

3. การรังแกผ่านไซเบอร์ (Cyber bullying) เป็นการรังแกผู้อื่นโดยการใช้ช่องทางสื่อเทคโนโลยี โดยเฉพาะในรูปแบบคอมพิวเตอร์และดิจิทัล เช่น การส่งข้อความข่มขู่ โจมตีผ่านเว็บไซต์ ให้ภาพลักษณ์ผู้ถูกรังแกเสียหาย

กล่าวโดยสรุป แนวคิดและประเภทของการรังแก สามารถแบ่งออกเป็น 3 ประเภท ได้แก่

1. การรังแกทางร่างกาย กล่าวคือ เป็นการกระทำเพื่อให้ผู้ถูกรังแกเจ็บปวดทางร่างกายและหรือทรัพย์สินเสียหาย ด้วยวิธีการต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นการใช้ของในร่างกายหรือการใช้สิ่งของ

2. การรังแกด้วยภาษา กล่าวคือ การรังแกด้วยภาษาจะแบ่งออกเป็น 2 ลักษณะคือ

2.1 การรังแกด้วยภาษาปาก ได้แก่ การใช้คำพูดในการกระทำให้ผู้ถูกรังแกรู้สึกไม่ดี ย้ำแยะ อับอาย อาจจะเป็นการพูดต่อหน้า หรือการพูดลับหลังก็ได้

2.2 การรังแกด้วยภาษากาย ได้แก่ การแสดงออกซึ่งพฤติกรรมต่อต้าน เพิกเฉย ไม่ยอมรับ ทำให้ผู้ถูกรังแกรู้สึกอึดอัด ไม่สบายใจ รู้สึกไม่ได้รับการยอมรับ อาจจะเป็นการแสดงออกโดยตรงหรือการพยายามทำให้ผู้อื่นแสดงพฤติกรรมเชิงลบต่อผู้ถูกรังแกก็ได้

3. การรังแกด้วยสื่อเทคโนโลยีดิจิทัล กล่าวคือ เป็นการรังแกผ่านสื่อโซเชียล ก่อให้เกิดการแพร่กระจายข้อมูลข่าวสารในวงกว้าง ด้วยการแพร่ภาพ คลิป ข้อความต่างๆ เพื่อหวังมุ่งทำลายชื่อเสียง สร้างความอับอาย เป็นต้น

โดยที่การรังแกทุกประเภทมีวัตถุประสงค์เดียวกันคือ มุ่งทำให้ผู้ถูกรังแกรู้สึกด้อยค่า ไร้ที่ยืนในสังคม เกิดความหวาดระแวง และกลัวกับการใช้ชีวิตอยู่ในกลุ่มและสังคม

ปัจจัยสาเหตุสำคัญของการเกิดพฤติกรรมกรังแก

ปัจจัยสาเหตุสำคัญของการเกิดการข่มเหงรังแกสาเหตุของการเกิดพฤติกรรมกรังแกข่มเหงรังแก อาจยังไม่ได้มีการอธิบายอย่างชัดเจนว่าทำไมบุคคลจึงกลายเป็นคนที่ชอบข่มเหงรังแกผู้อื่น แต่นักวิจัยได้พยายามระบุปัจจัยเสี่ยงที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมดังกล่าว สามารถอธิบายได้ดังนี้ (Langan. 2011 : 10-12, ศิริไชย หงส์สงวนศรี และนางพาง ลีสมุขรณ. มปป: ออนไลน์ อ้างในสกสท วรเจริญศรี, 2559)

1. ปัจจัยด้านชีวภาพ ในอดีตมีความเข้าใจกันว่าพฤติกรรมก้าวร้าวเกิดจากสาเหตุด้านจิตใจ และสังคมเป็นสำคัญ แต่ในปัจจุบันความก้าวหน้าทางการแพทย์ได้มีการศึกษาและมีความเข้าใจสาเหตุของพฤติกรรมก้าวร้าวทางด้านชีวภาพมากขึ้น เช่น พันธุกรรมฮอร์โมน สมอองและพัฒนาการทางสมอง เป็นต้น

2. ปัจจัยด้านจิตวิทยา เป็นปัจจัยหนึ่งที่มีความสำคัญที่เกี่ยวข้องกับการข่มเหงรังแกของเด็กและเยาวชน เช่น บุคลิกภาพ (Personality) การแสดงออกทางอารมณ์ (Temperament) ปมด้อย (Inferiority complex) ความภาคภูมิใจในตนเองต่ำ (Low self-esteem) เป็นต้น นอกจากนี้ใจ

และคณะ (Joes and Other. 2011: 301) ได้อธิบายปัจจัยเชิงจิตวิทยาที่เกี่ยวข้องโดยตรงกับ พฤติกรรมการข่มเหงรังแก คือความไม่สมดุลของพลังหรืออำนาจ (Imbalance of power) ของทั้งผู้ รังแก และผู้ถูกรังแกกล่าวคือ ปัจจัยเชิงจิตวิทยาของทั้งสองฝ่ายจะมีความตรงกันข้ามกันหรือไม่สมดุล กัน ตัวอย่างเช่น เหยื่อจะมีขนาดร่างกายเล็ก และผู้รังแกจะมีขนาดร่างกายใหญ่หรือบุคคลที่รังแกจะม ีความรู้สึกรู้สึกมีปมด้อยบางเรื่องในชีวิตจึงรู้สึกอยากข่มเหงบุคคลที่เด่นกว่า หรือหาทางระบายความรู้สึกที่ เป็นปมด้อยออกมา เป็นต้น

3. ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อม เป็นปัจจัยที่มีความหลากหลายและกว้างมาก ซึ่งมีอิทธิพลอย่าง มากต่อการข่มเหงรังแกของเด็กและเยาวชน ตัวอย่างเช่น ครอบครัวที่มีความรุนแรง การเลี้ยงดูที่ใช้ ความรุนแรง การอยู่ในกลุ่มเพื่อนที่มีความก้าวร้าวหรือชอบความรุนแรง สื่อต่าง ๆ ที่เป็นแบบอย่าง ของพฤติกรรมความรุนแรงหรือการข่มเหงรังแก การเล่นเกมที่มีเนื้อหารุนแรง ดั่งข้อมูลของ โครงการ Child Watch สถาบันรามจิตติพบว่า เด็กและเยาวชนร้อยละ 10 หรือประมาณ 700,000 คน ก่อความรุนแรงและมีพฤติกรรมข่มเหงรังแก มีสาเหตุจากเกม ละคร และภาพยนตร์ที่มีเนื้อห ารุนแรง (มูลนิธิสุขภาพแห่งชาติ, 2549 : ออนไลน์) เป็นต้น

4. ปัจจัยด้านสังคม อาจรวมถึงสถานะทางเศรษฐกิจและสังคมซึ่งจะมีความผกผันกับระดับ พฤติกรรมรุนแรง ความยากจน ความเหลื่อมล้ำทางเศรษฐกิจ การอยู่ในสังคมที่มีความหลากหลายไม่ ว่าจะเป็นเชื้อชาติ ศาสนา วัฒนธรรม และค่านิยมต่าง ๆ ที่เป็นปัจจัยกระตุ้นให้เกิดพฤติกรรมการข่ม เหงรังแกดังนั้นปัจจัยที่กล่าวมาข้างต้นเป็นสาเหตุที่กระตุ้น ส่งผลและมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการ ข่มเหงรังแก หรืออาจกล่าวได้ว่าพฤติกรรมการข่มเหงรังแกนั้น อาจไม่ได้เกิดจากสาเหตุใดสาเหตุหนึ่ง เพียงสาเหตุเดียว แต่อาจเกิดจากปัจจัยหลาย ๆ ประการที่มีความซับซ้อน และมีผลกระทบอย่าง ต่อเนื่อง อีกทั้งยังขึ้นอยู่กับเงื่อนไขอื่น ๆ อีก เช่น จังหวะ เวลา อายุ ทักษะทางสังคม การปรับตัว ความสัมพันธ์ของการอบรมเลี้ยงดูในครอบครัว รวมถึงระดับของความรุนแรงในการข่มเหงรังแกของ เด็กและเยาวชน

แนวทางการป้องกันและแก้ไขพฤติกรรมการรังแก

แนวทางการป้องกันและแก้ไขพฤติกรรมการรังแกนั้น มีนักวิชาการ นักวิจัย ได้ให้แนวทางไว้ อย่างหลากหลายดังนี้

สกกล วรเจริญศรี (2559) ได้เสนอแนวทางในการป้องกันและแก้ไขปัญหาพฤติกรรมการรังแก ไว้ดังนี้

1. การให้คำปรึกษา (Counseling) การให้คำปรึกษาเป็นวิธีการหนึ่งในการช่วยเหลือ บุคคลที่ได้รับความทุกข์หรือความไม่สบายใจในเรื่องต่าง ๆ อาจใช้การให้คำปรึกษาแบบรายบุคคล (Individual Counseling) หรือการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม (กลุ่มผู้ข่มเหงรังแก หรือกลุ่มที่ถูกข่มเหง รังแก หรือกลุ่มผู้ที่อยู่ในเหตุการณ์การข่มเหงรังแก) ตลอดจนการให้คำปรึกษาครอบครัว (Family counseling) หากจำเป็นที่จะต้องมีพ่อแม่ หรือผู้ปกครองเข้ามาเกี่ยวข้องกับการข่มเหงรังแก

2. การจัดตั้งทีมช่วยเหลือ (Team helper) รูปแบบการป้องกันและแก้ไขนี้เป็นที่ นิยมมากในต่างประเทศสำหรับระบบการป้องกันแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ในสถานศึกษา เพราะการได้รับความ ร่วมมือจากบุคคลหรือหน่วยงานที่เกี่ยวข้องเพื่อนำมาสู่การช่วยเหลือและป้องกันจะทำให้เกิด

ประสิทธิภาพอย่างมาก กลุ่มบุคคลที่ควรเข้ามามีส่วนเกี่ยวข้องกับปัญหาการข่มเหงรังแก ได้แก่ ครู แนะแนว นักให้คำปรึกษาจิตแพทย์ นักกฎหมาย ผู้บริหารสถานศึกษา ครูปกครองพ่อแม่ และชุมชน เป็นต้น ซึ่งกลุ่มเหล่านี้จัดตั้งขึ้นเพื่อคอยช่วยเหลือและแก้ไขปัญหาการข่มเหงรังแกในสถานศึกษา

3. การจัดระบบการให้บริการ (Service system) การจัดระบบและให้บริการ อาจหมายรวมถึงการได้รับการสนับสนุนจากระดับผู้บริหารในสถานศึกษาทั้งในระดับนโยบาย (School Policies) ได้แก่ มีการดำเนินการจัดตั้งนโยบายขึ้นในสถานศึกษาถึงการข่มเหงรังแกในโรงเรียน การจัดหลักสูตรที่มีการสอดแทรกการป้องกัน การข่มเหงรังแกในชั้นเรียน การรณรงค์จัดทำป้ายบริการสนเทศ (Information Service) ในสถานศึกษา การปลอดการข่มเหงรังแกในโรงเรียน (Bully-Free School) หรือการจัดกิจกรรมส่งเสริมการไม่ข่มเหงรังแกในสถานศึกษา ทั้งนี้ควรมีการดำเนินกิจกรรมอย่างต่อเนื่องจนกลายเป็นวัฒนธรรมของโรงเรียน เป็นต้น (Meyers. 2014 และ Glover, Cartwright and Gleeson. 1998 : 52 - 72)

4. การวิจัย (Research) การวิจัยเป็นวิธีการหนึ่งสำหรับการเข้าใจปัญหาและสาเหตุ ปัญหาอันเป็นแนวทางที่นำไปสู่การนำข้อมูลต่าง ๆ จากการวิจัยไปประกอบกิจกรรมต่าง ๆ ในการดำเนินการช่วยเหลือการข่มเหงรังแก ทั้งนี้อาจใช้วิธีการวิจัยทั้งเชิงปริมาณและคุณภาพ (Quantitative and Qualitative Research)

ซิว (Xiao, 2007: 249-250 อ้างถึงในพัชราภรณ์ ศรีสวัสดิ์และคณะ, 2561) ได้เสนอโปรแกรมการป้องกันการข่มเหงรังแกในโรงเรียน มี 3 รูปแบบ คือ การป้องกันระดับโรงเรียน (Whole-School Approach) การช่วยเหลือจากกลุ่มเพื่อน (Peer-led/Peer Support Intervention) การช่วยเหลือผู้ถูกข่มเหง (Individualized Intervention) ส่วนเมเยอร์ (Meyers.2013: Online) ได้เสนอรูปแบบป้องกันการข่มเหงรังแกว่า ในกลุ่มผู้ถูกข่มเหงรังแก ควรได้รับสร้างเสริมทักษะการเผชิญปัญหา (Coping Skills) และกลุ่มที่เป็นผู้เห็นเหตุการณ์จะใช้รูปแบบการช่วยเหลือที่มุ่งเน้นการจัดกิจกรรมในชั้นเรียนและสร้างบรรยากาศในโรงเรียนที่จะช่วยลดการข่มเหงรังแก ส่วนการให้คำปรึกษากลุ่มเป็นกระบวนการหนึ่งในการช่วยเหลือบุคคลอีกรูปแบบหนึ่ง โดยบุคคลหลายคนที่มีความทุกข์คล้ายคลึงกัน ให้มีโอกาสที่จะร่วมมือศึกษาปัญหาสมาชิกกลุ่ม นำไปสู่ความเข้าใจในปัญหาต่าง ๆ อย่างชัดเจน และร่วมมือกันค้นหาศักยภาพของแต่ละบุคคลเพื่อนำไปสู่ความสำเร็จในการแก้ไขปัญหา (Miline.2003: 3)

นอกจากนี้ ภาครัฐได้ให้ความสำคัญกับปัญหานี้มากขึ้น โดยมีการจัดหลักสูตรป้องกันการรังแกขึ้นในหลายๆ โรงเรียน ส่งเสริมโครงการโรงเรียนปลอดความรุนแรง จัดทำเอกสารต่างๆ เพื่อให้ความรู้กับครูและผู้ปกครอง มากขึ้น Coping strategies หรือกลยุทธ์ในการแก้ปัญหา การถูกรังแกได้รับความสนใจมากขึ้น และถูกบรรจุไว้ เป็นส่วนหนึ่งของหลักสูตรการป้องกันการรังแกกัน ในต่างประเทศมีการศึกษาเกี่ยวกับประเด็นนี้หลายการศึกษา ได้แก่ Bijtteebier และ Vertomme ได้ใช้แบบประเมิน Self-Report Coping Measure (SRCM; Causey & Dubow) ในการศึกษากลยุทธ์ในการ แก้ปัญหาการถูกรังแกในเด็กอายุ 9-13 ปี ในประเทศเบลเยียม โดยแบบประเมินนี้ได้แบ่งกลยุทธ์ในการแก้ปัญหาออกเป็นหลายวิธีได้แก่ (จิตราต์น ปุณณะชัยศิริและคณะ, 2558: 275-286)

1. การบอกหรือขอความช่วยเหลือจากผู้อื่น (Seeking social support)
2. การมองหาวิธีแก้ปัญหาแบบต่างๆ (Self-reliance/problem solving)

3. การพยายามลืมนหรือไม่คิดถึงการถูกรังแก (Distancing)
4. กังวล ร้องไห้ (Internalizing)
5. การใช้คำพูดตะโกนด่าว่า หรือใช้กำลังกับผู้อื่น (Externalizing)

จากการทบทวนวรรณกรรมในช่วงต้นจะพบว่า แนวทางการป้องกันพฤติกรรมการรังแกมีหลากหลายรูปแบบทั้งนี้อาจจะต้องขึ้นอยู่กับกลุ่มตัวอย่างที่จะนำไปใช้และบริบทของสังคม วัฒนธรรมในแต่ละพื้นที่เช่นกัน

แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนารูปแบบกิจกรรม

ความหมายของรูปแบบ

รูปแบบเป็นสิ่งที่สร้างและพัฒนาเป็นแนวทางในการทำงานอย่างใดอย่างหนึ่ง มีนักวิชาการได้ให้ความหมายไว้ดังนี้

คัมภีร์ สุดแท้ (2553) กล่าวว่า รูปแบบ หมายถึง สิ่งที่สร้าง หรือพัฒนาขึ้น แสดงให้เห็นถึงองค์ประกอบสำคัญของเรื่องให้เข้าใจง่ายขึ้น เพื่อใช้เป็นแนวทางในการดำเนินงานต่อไป

ปัญญา ทองนิล (2553) ได้กล่าวว่า รูปแบบ หมายถึง โครงสร้างที่เกิดจากทฤษฎี ประสบการณ์ การคาดการณ์ นำเสนอในรูปของข้อความหรือแผนผัง

ทิตินา แคมมณี (2550) ได้ให้ความหมายของรูปแบบกิจกรรมไว้ว่ารูปแบบกิจกรรม หมายถึง คำอธิบาย แผนผัง ไดอะแกรม หรือแผนภาพที่ใช้อธิบายการกระทำที่มีการแสดงองค์ประกอบอย่างเป็นระบบของปรากฏการณ์หรือสถานการณ์ที่เกิดขึ้นโดยมีความสัมพันธ์กับทฤษฎี

Good (2005: 177) ในพจนานุกรมการศึกษาได้รวบรวมความหมายของรูปแบบ เอาไว้ 4 ความหมาย คือ 1) เป็นแบบอย่างของสิ่งใดสิ่งหนึ่งเพื่อเป็นแนวทางในการสร้างหรือทำซ้ำ 2) เป็นตัวอย่างเพื่อเลียนแบบ 3) เป็นแผนภูมิหรือรูปสามมิติซึ่งเป็นตัวแทนของสิ่งใดสิ่งหนึ่งหรือหลักการหรือแนวคิด 4) เป็นชุดของปัจจัยตัวแปรที่มีความสัมพันธ์ซึ่งกันและกันซึ่งรวมตัวกันเป็นตัวประกอบและเป็นสัญลักษณ์ทางระบบสังคม อาจเขียนออกมา เป็นสูตรทางคณิตศาสตร์หรือ บรรยายเป็นภาษาก็ได้

Bardo and Hartman (1982: 245) ได้กล่าวถึงรูปแบบในทาง สังคมศาสตร์ไว้ว่า “เป็นชุดของข้อความเชิงนามธรรมเกี่ยวกับปรากฏการณ์ที่เราสนใจ เพื่อใช้ใน การนิยามคุณลักษณะหรือ บรรยายคุณสมบัติ นั้น ๆ” Bardo และ Hartman อธิบายต่อไปว่า รูปแบบเป็นอะไรบางอย่างที่เราพัฒนาขึ้นมา เพื่อบรรยายคุณลักษณะที่สำคัญๆของปรากฏการณ์ อย่างใดอย่างหนึ่ง เพื่อให้ง่ายต่อการทำความเข้าใจ รูปแบบจึงมิใช่การบรรยายหรืออธิบาย ปรากฏการณ์อย่างละเอียดทุกแง่มุม เพราะการทำเช่นนั้นจะทำให้รูปแบบมีความซับซ้อนและยุ่งยาก

ความหมายของการพัฒนารูปแบบ

รุ่งนภา จิตรโรจนรักษ์ (2548) การพัฒนารูปแบบหรือพัฒนาแบบจำลอง หมายถึงกระบวนการสร้างหรือพัฒนาแบบจำลองตลอดจนการทดสอบรูปแบบที่ดีให้มีคุณภาพ การนำไปสู่สถานการณ์ที่ดีในการวิจัย

จากการศึกษาเอกสารที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนารูปแบบ พบว่า การพัฒนารูปแบบนี้้อาจจะมีขั้นตอนในการดำเนินงานแตกต่างกันไป แต่โดยทั่วไปแล้วอาจจะแบ่งออกเป็นสองตอนใหญ่ๆ คือ การ

สร้างรูปแบบ และการหาความตรงของรูปแบบ ส่วนรายละเอียดในแต่ละขั้นตอนนั้น ขึ้นอยู่กับลักษณะและกรอบแนวคิดซึ่งเป็นพื้นฐานในการพัฒนารูปแบบนั้นๆ

จากการศึกษาเอกสารที่เกี่ยวข้องพบว่า การสร้างรูปแบบนั้นไม่มีข้อกำหนดที่ตายตัวแน่นอนว่าต้องทำอะไร แต่โดยทั่วไปจะเริ่มจาก

แนวคิดและทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่ม

Cory and Cory (1997 อ้างถึงใน ดวงมณี จงรักษ์, 2554) ได้อธิบายการปรึกษากลุ่มว่า เป็นกระบวนการที่เน้นปัญหาเฉพาะซึ่งอาจเป็นเรื่องส่วนตัว เรื่องการศึกษา สังคม และอาชีพการ ช่วยเหลือสมาชิกมีเป้าหมายทั้งการป้องกัน การศึกษาและการแก้ไขกระบวนการกลุ่มให้ความสำคัญกับปฏิสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในระดับของจิตสำนึกโดยเน้นความรู้สึกความคิดและพฤติกรรมที่เกิดขึ้นในกลุ่มเป็นผู้ที่มีการปรับตัวได้ดีในระดับหนึ่ง โดยมีผู้ใช้ที่จำเป็นต้องปรับเปลี่ยนโครงสร้างบุคลิกภาพ ขนานใหญ่ ผู้นำกลุ่มมีหน้าที่กำหนดกิจกรรมให้กลุ่ม สร้างบรรยากาศทางบวกเพื่อให้เกิดการมีส่วนร่วมในกลุ่มอย่างสร้างสรรค์เอื้ออำนวยให้สมาชิกมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างกันเพื่อช่วยให้สมาชิกมีทางเลือกใหม่ของการแสดงพฤติกรรมสนับสนุนให้สมาชิกนำการหยั่งรู้ที่เกิดขึ้นไปปฏิบัติอย่างมีแผนการที่ดีช่วยให้สมาชิกตระหนักถึงความสำคัญของปัจจุบันและกำหนดเป้าหมายส่วนตัวที่จะเป็นทิศทางของกลุ่ม ด้วยกลุ่มเป็นสถานที่จำลองชีวิตจริงตลอดจนให้สมาชิกได้รับข้อมูลสะท้อนกลับระหว่างกัน ทำให้เข้าใจตนเองเพิ่มขึ้น

กาญจนา ไชยพันธ์ (2541) ให้ความหมายการปรึกษากลุ่ม คือ การให้การปรึกษาบุคคล ตั้งแต่ 2 คนขึ้นไป โดยไม่เกิน 12 คน ผู้รับการปรึกษาจะมีลักษณะของปัญหาที่คล้ายคลึงกันและต้องการปรับปรุงตนเอง

Corey (2004 อ้างถึงใน สวนีย์ สุขเจริญ, 2553) ได้กล่าวถึงการปรึกษากลุ่มมีจุดมุ่งหมายดังนี้

1. เพื่อเรียนรู้ในการให้ความไว้วางใจต่อตนเองและผู้อื่น
2. เพื่อให้รู้ตนเองได้ดีขึ้นและพัฒนาเอกลักษณ์ของตนเอง
3. เพื่อทราบถึงความต้องการและปัญหาของสมาชิกอื่น ๆ ที่คล้ายกัน
4. เพื่อเพิ่มพูน การยอมรับตนเองความเชื่อมั่นในตนเองการเคารพตนเองในการที่จะพัฒนาการรู้จักตนเองในแง่มุมใหม่ๆ
5. เพื่อค้นหาทางเลือกต่างๆ ที่จะจัดการกับปัญหาเพื่อให้เกิดการพัฒนาตนเองและการแก้ไขความขัดแย้งที่เกิดขึ้น
6. เพื่อเพิ่มพูนความสามารถในการนำตนเอง ความเป็นตัวของตัวเองและความรับผิดชอบที่มีต่อตนเองและผู้อื่น
7. เพื่อเพิ่มการตระหนักรู้ในทางเลือกต่าง ๆ และสามารถเลือกได้อย่างฉลาด
8. เพื่อวางแผนอย่างเฉพาะเจาะจงที่จะลงมือปฏิบัติเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมบางอย่างให้เหมาะสม กำหนดข้อตกลงกับตนเองที่จะดำเนินการตามแผนนั้นๆ ให้บรรลุวัตถุประสงค์
9. เพื่อเรียนรู้ทักษะในการเข้าสังคมให้มีประสิทธิภาพมากขึ้น
10. เพื่อพัฒนาความไวในการรับรู้ต่อความต้องการและความรู้สึกของผู้อื่นมากขึ้น

11. เพื่อเรียนรู้ที่จะเผชิญหน้ากับผู้อื่นด้วยความเอาใจใส่ความสนใจความบริสุทธิ์ใจ และความตรงไปตรงมา
12. เพื่อหลีกเลี่ยงจากการกระทำตามความคาดหวังของผู้อื่น และเรียนรู้ที่จะดำเนินชีวิตอยู่ โดยการปฏิบัติตามคาดหวังของตนเองมากขึ้น
13. เพื่อสร้างความชัดเจนในค่านิยมของตนเองและสามารถตัดสินใจได้ว่าค่านิยมนั้น ๆ เหมาะสมกับตนเองอย่างไร

รูปแบบกิจกรรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

รูปแบบกิจกรรมการให้คำปรึกษากลุ่มเป็นกระบวนการหนึ่งในการช่วยเหลือบุคคล อีกรูปแบบหนึ่ง โดยบุคคลหลายคนที่มีสภาพปัญหาคล้ายคลึงกัน ให้มีโอกาที่จะร่วมมือศึกษาปัญหา สมาชิกกลุ่มนำไปสู่ความเข้าใจในปัญหาต่าง ๆ อย่างชัดเจนและร่วมมือกันค้นหาศักยภาพของแต่ละบุคคลเพื่อนำไปสู่ความสำเร็จในการแก้ไขปัญหา (Miline.2003: 3)

Corey (2012: 28 อ้างถึงในพัชราภรณ์ ศรีสวัสดิ์และคณะ, 2561) ได้กล่าวว่า การให้คำปรึกษากลุ่มมีผลดีกว่าการให้คำปรึกษารายบุคคล เพราะสมาชิกกลุ่มสามารถฝึกทักษะใหม่ๆ ทั้งในขณะที่อยู่ในกลุ่มและนำมาใช้ในชีวิตประจำวัน โดยการให้คำปรึกษากลุ่มในครั้งนี้ผู้วิจัยได้เลือกใช้ ทฤษฎีและเทคนิคที่มุ่งเน้นพัฒนาทั้งด้านอารมณ์ ความคิดและพฤติกรรมอาทิการเสริมสร้างความเห็นอกเห็นใจ ทักษะการแก้ไขปัญหา ทักษะการสื่อสาร การกล้าแสดงออก เป็นต้น เพื่อให้ให้นักเรียนที่เข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มสามารถลดพฤติกรรมการข่มเหงรังแก สามารถป้องกันตนเองจากการข่มเหงรังแก และลดการเข้าร่วมการข่มเหงรังแกผู้อื่นได้

Trotzer (1999: 23 อ้างถึงในสมร แสงอรุณ, 2554) ให้นิยามการให้คำปรึกษากลุ่มว่า เป็นการพัฒนาเครือข่ายสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่แสดงให้เห็นถึงความไว้วางใจ การยอมรับ การให้เกียรติ ความอบอุ่น การสื่อสาร และการทำความเข้าใจ โดยอาศัยผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษา จำนวนหนึ่งติดต่อเกี่ยวข้องกัน เพื่อช่วยเหลือซึ่งกันและกันให้ผู้รับคำปรึกษาสามารถเผชิญกับสภาพความไม่พึงพอใจ หรือสภาพปัญหาในการดำเนินชีวิตของตน รวมทั้งค้นหาความเข้าใจและนำแนวทางต่างๆไปใช้ในการแก้ปัญหาและความไม่พึงพอใจเหล่านั้น

วัชร ทรัพย์มี (2546 อ้างถึงในสมร แสงอรุณ, 2554) กล่าวว่า การให้คำปรึกษากลุ่มเป็นกระบวนการที่บุคคลมีความต้องการตรงกันที่จะปรึกษาในเรื่องหนึ่ง หรือต้องการแก้ปัญหาได้ร่วมกัน มาปรึกษาหารือกันเป็นกลุ่ม โดยมีผู้ให้คำปรึกษาร่วมอยู่ด้วย สมาชิกกลุ่มจะได้มีโอกาสแสดงความคิดเห็นและความรู้สึกของแต่ละคน เป็นการระบายความขัดแย้งในใจได้สำรวจตนเอง ฝึกฝนการยอมรับตนเอง กล้าที่จะเผชิญปัญหาและใช้ความคิดในการแก้ปัญหาหรือปรับปรุงตนเอง ทั้งได้รับฟังความรู้สึกและความคิดเห็นผู้อื่น ตระหนักว่าผู้อื่นมีความรู้สึกขัดแย้งหรือมีความคิดเห็นที่ขัดแย้งเช่นเดียวกับตน ไม่ใช่ตนผู้เดียวที่มีปัญหาและอย่างน้อยก็มีผู้ใหญ่คนหนึ่งที่เรา

จากการทบทวนเอกสารในข้างต้น จึงสรุปได้ว่า การให้คำปรึกษากลุ่ม เป็นกระบวนการสัมพันธ์ภาพในการช่วยเหลือซึ่งกันและกันและจัดขึ้นภายใต้บรรยากาศแห่งความไว้วางใจ ยอมรับ ให้เกียรติ และอบอุ่น เพื่อให้สมาชิกได้พูดคุยกันถึงปัญหาและความไม่พึงพอใจที่เกิดขึ้นกับตน ซึ่งจะเป็นโอกาสที่ได้ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน เรียนรู้ทักษะและพัฒนาทักษะต่างๆ จากที่ได้รับจากกลุ่ม จน

สามารถค้นพบปัญหา เข้าใจปัญหาและสามารถแก้ไขปัญหาด้วยตนเอง ภายใต้การสนับสนุนและกำลังใจจากเพื่อนในกลุ่ม จนนำไปสู่การทำหน้าที่สมบูรณ์และเกิดความงอกงามในที่สุดโดยการเอื้ออำนวยของผู้นำกลุ่ม

รูปแบบกิจกรรมการจัดทำโครงการ/กิจกรรมกลุ่ม

เกษรชัย และหิม (2561) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับการทำกิจกรรมกลุ่ม พบว่า การจัดกิจกรรมกลุ่มศึกษาเป็นวิธีการหนึ่งที่สามารถป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงต่อการรังแกผู้อื่นของนักเรียนได้ โดยเฉพาะอย่างยิ่ง การใช้กระบวนการที่ส่งเสริมให้นักเรียนที่มีพฤติกรรมเสี่ยงมีโอกาสได้รับการอบรมแนวทางที่ถูกต้อง มีวิธีการสอนเชิงสร้างสรรค์ มีการประพุดิตนเป็นแบบอย่างที่ดี มีการสอนศาสนา การฝึกอบรมระเบียบวินัย และจัดโครงการอบรมเยาวชนกลุ่มที่มีปัญหาเป็นพิเศษ รวมทั้งเน้นกระบวนการขัดเกลาจิตใจ อารมณ์ สติปัญญา และจิตวิญญาณ

วิมลวรรณ ปัญญาว่อง (2562) กล่าวว่า โครงการหรือกิจกรรมป้องกันการรังแกกัน สามารถช่วยลดปัญหาการรังแกกันในโรงเรียนได้ยังมีรูปแบบที่เข้มข้นมาก ก็จะมีประสิทธิผลมากขึ้น โดยกิจกรรมป้องกันการรังแกกันในโรงเรียนส่วนมาก ได้ผลดีในเด็กโตหรือวัยรุ่น (ชั้นมัธยมศึกษาขึ้นไป) มากกว่าเด็กชั้นประถมศึกษา ซึ่งส่วนหนึ่งมาจากวุฒิภาวะและพัฒนาการของวัยรุ่นที่สามารถเรียนรู้เข้าใจ และปฏิบัติตามแนวทางกิจกรรมนั้นๆ ได้ดีกว่าเด็กวัยเรียน อย่างไรก็ตามเด็กชั้นประถมศึกษา ย่อมได้รับประโยชน์มากจากกิจกรรมที่เน้นการเสริมสร้างทักษะ ทางสังคม และทักษะการปฏิเสธ (assertive skill) ซึ่งเป็นทักษะสำคัญในการใช้จัดการสถานการณ์ การรังแกกันในระยะยาว โดยการจัดกิจกรรมสำหรับสำหรับเด็กทั้งหมด (universal program) ได้ผลดีกว่าการเจาะจงเฉพาะบางกลุ่ม เนื้อหาของกิจกรรมมีสองประเด็นหลัก ประเด็นแรกคือ การเสริมสร้างทักษะชีวิตพื้นฐานที่สำคัญ ไม่ว่าจะเป็น ทักษะทางสังคม การจัดการอารมณ์ รวมทั้งการเสริม สร้างความภาคภูมิใจในตัวเอง (self-esteem) ค้นหา จุดแข็งของตนเองและใช้ให้เป็นประโยชน์ส่งเสริมการสื่อสารและพฤติกรรมเชิงบวก แนวทางที่มีการนำไปใช้มาก คือ social emotional learning (SEL) ซึ่งไม่ได้พัฒนาขึ้นเพื่อลดการรังแกกันโดยตรง แต่มุ่งเน้นการเสริมสร้างทักษะทางอารมณ์และสังคม ของนักเรียนในประเทศโซนยุโรปมีนโยบายให้เวลา ในการใช้ SEL ในห้องเรียน ช่วยลดพฤติกรรม การรังแกกันและความรุนแรง ในโรงเรียนได้ดี ช่วยสร้างความรู้สึกรู้สึกเห็นอกเห็นใจ มีการดึงนักเรียนกลุ่มเสี่ยง เช่น ต่างด้าว ยาจนเพศที่สาม เข้ามาเป็นส่วนหนึ่งในสังคมนอกจากนี้การเสริมสร้างทักษะสัมพันธภาพ มีเพื่อน ที่พูดคุยได้ ช่วยลดการตกเป็นเหยื่อรังแกได้ดี ทั้งนี้การใส่เนื้อหาหลักสูตรทักษะชีวิตดังกล่าวเข้าไปในหลักสูตร การเรียนและต่อเนื่องในห้องเรียน (classroom-based activity) จะช่วยให้มีประสิทธิผลที่ดีกว่า กิจกรรม ที่จัดขึ้นพิเศษเป็นครั้งคราว ตัวอย่างเช่น KiVa Anti Bullying Program เป็นโครงการที่ประเทศฟินแลนด์ ประกาศใช้ในระดับชาติโดยผนวกเข้ากับหลักสูตร การเรียนปกติ ซึ่งได้ผลดีมาก และยั่งยืน

Meyers (2013) ได้เสนอรูปแบบป้องกันการข่มเหงรังแกว่า ในกลุ่มผู้ถูกข่มเหงรังแก ควรได้รับสร้างเสริมทักษะการเผชิญปัญหา (Coping Skills) และกลุ่มที่เป็นผู้เห็นเหตุการณ์จะใช้รูปแบบการช่วยเหลือที่มุ่งเน้นการจัดกิจกรรมในชั้นเรียนและสร้างบรรยากาศในโรงเรียนที่จะช่วยลดการข่มเหงรังแกได้

จากการทบทวนเอกสาร งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับรูปแบบกิจกรรมเพื่อป้องกันพฤติกรรมการรังแกข้างต้น พบว่า รูปแบบกิจกรรมที่มีการนำมาใช้เพื่อลดพฤติกรรมการรังแกที่เกิดขึ้นกับเยาวชนนั้น จะประกอบด้วยรูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่มและการจัดโครงการหรือกิจกรรมกลุ่ม เป็นต้น

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

พัชราภรณ์ ศรีสวัสดิ์และคณะ (2561: 3653-3666) ได้ทำการวิจัยเรื่อง การพัฒนารูปแบบการป้องกันการช่มเหงรังแกในโรงเรียน โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนารูปแบบการป้องกันการช่มเหงรังแกในโรงเรียน และประเมินการทดลองใช้รูปแบบการป้องกันการช่มเหงรังแกในโรงเรียน โดยดำเนินการวิจัยออกเป็น 2 ระยะ โดยระยะที่ 1 การพัฒนารูปแบบการป้องกันการช่มเหงรังแกในโรงเรียนกลุ่มเป้าหมาย คือ นักเรียนระดับประถมศึกษาตอนปลายและนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ในสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน 4 ภูมิภาค คือ ภาคเหนือ ภาคกลาง ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ และภาคใต้ จำนวน 2,402 คน ได้มาจากการสุ่มแบบหลายขั้นตอน ระยะที่ 2 เป็นการประเมินการทดลองใช้รูปแบบการป้องกันการช่มเหงรังแกในโรงเรียน โดยใช้แบบแผนการทดลองแบบ One group Pre-test Post-test Design กับนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาตอนปลายและนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นจำนวน 3 กลุ่ม โดยการเลือกแบบเจาะจง และมีความสนใจ ผลการวิจัย พบว่า การพัฒนารูปแบบการป้องกันช่มเหงรังแกในโรงเรียน ประกอบด้วย การสร้างแบบคัดกรองนักเรียนเพื่อใช้คัดกรองการช่มเหงรังแกคัดกรองการถูกช่มเหงรังแก และคัดกรองการเห็นเหตุการณ์การช่มเหงรังแก แล้วแบ่งนักเรียนออกเป็น 3 กลุ่มเพื่อเข้าร่วมรูปแบบการป้องกันการช่มเหงรังแก โดยการให้คำปรึกษากลุ่ม การประเมินการทดลองใช้รูปแบบการป้องกันการช่มเหงรังแกในโรงเรียน พบว่า นักเรียนชั้นประถมศึกษาและชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นที่ช่มเหงรังแก หลังจากการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่ม มีคะแนนเฉลี่ยการช่มเหงรังแกลดลงจากก่อนการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ นักเรียนที่ถูกช่มเหงรังแกหลังจากการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่ม มีคะแนนเฉลี่ยการถูกช่มเหงรังแกลดลงจากก่อนการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นักเรียนที่เห็นเหตุการณ์การช่มเหงรังแกหลังจากการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มมีคะแนนเฉลี่ยเห็นเหตุการณ์การช่มเหงรังแกลดลงจากก่อนการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ธิดารัตน์ ปุณณะชัยศิริและคณะ (2559) ได้ทำการศึกษากลยุทธ์ในการแก้ปัญหาการถูกรังแกของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาตอนปลาย โดยการสำรวจแบบภาคตัดขวาง (Cross Sectional Survey) ในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 โรงเรียนในโครงการสุขภาพจิตโรงเรียน สาขาวิชาจิตเวชเด็กและวัยรุ่น ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล จำนวน 142 ราย โดยใช้แบบสอบถามพฤติกรรม การรังแกกันของนักเรียน ซึ่งได้รับการเรียบเรียงแปลจาก The Revised Olweus Bully/Victim Questionnaire เพื่อคัดกรองนักเรียนที่ถูกรังแก และสัมภาษณ์นักเรียนที่ถูกรังแกแบบรายบุคคล เกี่ยวกับ ข้อมูลพื้นฐาน วิธีการที่ถูกรังแก ความถี่ และกลยุทธ์ที่ใช้เมื่อถูกรังแก การวิเคราะห์ข้อมูล ใช้สถิติวิเคราะห์เชิงพรรณนา แจกแจงจำนวนและร้อยละ การเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างกลุ่ม ข้อมูลคุณภาพด้วย Chi-square test ผลการศึกษาพบว่า มีนักเรียนที่ถูกรังแก

เดือนละ 2-3 ครั้งหรือบ่อยกว่าจำนวน 110 ราย หรือคิดเป็นร้อยละ 77.5 รูปแบบการถูกรังแกที่พบบ่อยที่สุดคือ การถูกรังแกด้วยวาจา นักเรียนคนหนึ่งใช้กลยุทธ์หลากหลายวิธีในการแก้ไขปัญหา วิธีที่ใช้บ่อยที่สุดคือ การมองหาวิธีการแก้ปัญหา (Problem solving) การศึกษานี้พบว่ากลยุทธ์ในการแก้ไขปัญหาสัมพันธ์กับรูปแบบของการถูกรังแก นักเรียนที่ถูกรังแกโดยการทำร้ายร่างกายมักใช้วิธีการโต้ตอบกลับ (Externalizing) มากที่สุด นักเรียนที่ถูกรังแกด้วยวาจา (verbal bullying) มักใช้วิธีแก้ปัญหา (problem solving) และการโต้ตอบกลับ (externalizing) มากที่สุด นักเรียนที่ถูกรังแกด้วยคำพูดหรือท่าทางส่อไปในเรื่องเพศ (sexual bullying) มักใช้การขอความช่วยเหลือจากผู้อื่น (seeking social support) มากที่สุด ในการถูกรังแกรูปแบบใดรูปแบบหนึ่ง นักเรียนจะใช้กลยุทธ์ในการแก้ปัญหาที่หลากหลาย กลยุทธ์ที่นักเรียนใช้บ่อยที่สุดคือ การมองหาวิธีแก้ปัญหา (problem solving) แต่ยังมีนักเรียนจำนวนหนึ่ง ที่วิตกกังวลร้องไห้และรู้สึกจัดการกับปัญหาไม่ได้ ดังนั้นควรให้ความสำคัญกับปัญหาการรังแกกัน และ ให้การช่วยเหลือติดตามนักเรียนที่ยังขาดทักษะการจัดการกับปัญหา เพื่อป้องกันผลกระทบในระยะยาว

สมบัติ ตาปัญญา (2550) ได้ศึกษาวิจัยเพื่อพัฒนารูปแบบแนวทางการป้องกันความรุนแรงต่อเด็กแบบยั่งยืนในระยะที่ 2 เพื่อจับประเด็นด้านการป้องกันปัญหาการรังแกกันในเด็กนักเรียนและเป็น การต่อยอดจากการวิจัยในระยะที่หนึ่ง กลุ่มเป้าหมาย คือ โรงเรียน 11 แห่งใน 6 จังหวัด จากภาคเหนือ 2 โรงเรียน ภาคกลาง 2 โรงเรียน ภาคตะวันออก 1 โรงเรียน ภาคอีสาน 2 โรงเรียน และภาคใต้ 4 โรงเรียน รวมนักเรียนประมาณ 2,300 คน ผลที่ได้จากการศึกษาโดยการวิเคราะห์ข้อมูลเปรียบเทียบกลุ่มตัวอย่างทั้งสองกลุ่ม ทั้งก่อนและหลังการดำเนินงานโครงการไปแล้วประมาณหนึ่งปี การศึกษาแสดงให้เห็นว่าโครงการนี้มีผลต่อการลดความรุนแรงในโรงเรียนในด้านการรังแกกันระหว่างนักเรียนเองอย่างเห็นได้ชัดเจน คือโรงเรียนที่ได้ดำเนินงานด้านการป้องกันการรังแกกันมีอัตราการของพฤติกรรมกรังแกกันลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ส่วนโรงเรียนที่ไม่ได้มีดำเนินงานด้านการป้องกันการรังแกกันซึ่งได้นำข้อมูลจากการสำรวจมาเปรียบเทียบมีอัตราการรังแกกันสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญ โดยพฤติกรรมกรังแกบางประเภทสูงขึ้นกว่าเดิมเกือบสองเท่าภายในระยะเวลาเพียงหนึ่งปี

Kristensen and Smithn (2003) ได้ศึกษาในเด็กนักเรียน เดนมาร์กชั้นประถมศึกษาตอนปลาย และมีมัธยมศึกษา ตอนต้นอายุ 10-15 ปี โดยใช้แบบประเมิน Self-Report Coping Measure (SRCM; Causey และ Dubow) พบว่าในกลุ่มเด็กที่ทั้งถูกรังแกและรังแกผู้อื่นนั้น ใช้กลยุทธ์การแก้ปัญหาแบบ externalizing และ กลยุทธ์ในการแก้ปัญหาคือการถูกรังแกนั้นมีความสัมพันธ์ กับเพศและระดับชั้นเรียน กลยุทธ์การแก้ปัญหาโดยการขอความช่วยเหลือ และ internalizing พบบ่อยในเด็กหญิง และเด็กนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาตอนปลาย ส่วนเด็กชายนั้นมักใช้วิธี externalizing ส่วนใน ประเทศไทยนั้นยังไม่มีการศึกษาที่เกี่ยวข้องกับประเด็นเหล่านี้

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยและพัฒนาครั้งนี้ เรื่อง การพัฒนารูปแบบกิจกรรมเพื่อป้องกันพฤติกรรมการรังแกของเยาวชนในจังหวัดยะลา คณะผู้วิจัยได้ดำเนินการวิจัยและพัฒนา ดังนี้

ตอนที่ 1 วิธีการดำเนินการของโครงการวิจัยชุดโครงการ

ตอนที่ 2 วิธีการดำเนินการของโครงการวิจัยภายใต้ชุดโครงการที่ 1

ตอนที่ 3 วิธีการดำเนินการของโครงการวิจัยภายใต้ชุดโครงการที่ 2

ตอนที่ 1 วิธีการดำเนินการของโครงการวิจัยชุดโครงการ

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย เรื่อง การพัฒนารูปแบบกิจกรรมเพื่อป้องกันพฤติกรรมการรังแกของเยาวชนในจังหวัดยะลา ได้แก่ เยาวชนนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ที่ศึกษาในพื้นที่จังหวัดยะลา

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ เยาวชนนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ที่ศึกษาในพื้นที่จังหวัดยะลา ยะลา โดยเปิดรับอาสาสมัคร จำนวน 6 คน โดยกลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมอบรมผ่านชุดกิจกรรมฯ ในครั้งนี้จะต้องตอบรับการเข้าร่วมในใบพินิจสิทธิ์ที่ทางผู้วิจัยได้จัดทำขึ้น และได้รับการอนุญาตจากผู้ปกครอง

ขั้นตอนดำเนินการวิจัย

การวิจัยเรื่องการพัฒนารูปแบบกิจกรรมเพื่อลดพฤติกรรมการรังแกของเยาวชนในจังหวัดยะลา มีขั้นตอนในการดำเนินการ ดังนี้

1. วิธีดำเนินการของโครงการวิจัยชุดโครงการการพัฒนารูปแบบกิจกรรมเพื่อป้องกันพฤติกรรมการรังแกของเยาวชนในจังหวัดยะลา จะอยู่ในขั้นพัฒนารูปแบบกิจกรรม ดังนี้

1.1 D2: Development ขั้นพัฒนารูปแบบกิจกรรม

คณะผู้วิจัยได้ดำเนินการพัฒนารูปแบบกิจกรรมเพื่อป้องกันพฤติกรรมการรังแกของเยาวชนในจังหวัดยะลา

1) เมื่อดำเนินการทดลองใช้ชุดกิจกรรมเรียบร้อยแล้ว คณะผู้วิจัยได้ชุดกิจกรรมเพื่อลดพฤติกรรมการรังแกของเยาวชนในจังหวัดยะลา

2) คณะผู้วิจัยดำเนินการพัฒนารูปแบบกิจกรรม เพื่อป้องกันพฤติกรรมการรังแกของเยาวชนในจังหวัดยะลา โดยใช้พื้นฐานจากการออกแบบและทดลองใช้ชุดกิจกรรมที่ผ่านมา คณะผู้วิจัยได้ดำเนินการด้วยรูปแบบของการทำกิจกรรมกลุ่ม โดยศึกษาจากแนวคิด ทฤษฎี และเทคนิคต่างๆเกี่ยวกับการทำกิจกรรมกลุ่ม

3) คณะผู้วิจัยศึกษาแนวคิด ทฤษฎี ที่เกี่ยวข้องกับการทำกิจกรรมกลุ่ม เพื่อพัฒนารูปแบบกิจกรรมเพื่อป้องกันพฤติกรรมการรังแก

4) การสร้าง ออกแบบรูปแบบกิจกรรมกลุ่ม เพื่อป้องกันพฤติกรรมการรังแก

5) การนำรูปแบบกิจกรรมกลุ่มไปทดลองใช้ กับเยาวชนนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ที่ศึกษาในพื้นที่จังหวัดยะลา จำนวน 6 คน

6) ปรับปรุงรูปแบบกิจกรรมกลุ่มที่พัฒนาขึ้น

เครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลโครงการวิจัยชุดโครงการ

เครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลโครงการวิจัยชุดโครงการการพัฒนาแบบกิจกรรมเพื่อป้องกันพฤติกรรมมารีงแกของเยาวชนในจังหวัดยะลา ซึ่งเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลประกอบด้วย 2 เครื่องมือ

1. แบบสอบถามการเห็นคุณค่าในตนเอง ประกอบด้วย 2 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป เป็นข้อคำถามแบบตรวจคำตอบ (Check List) ประกอบด้วยคำถามเกี่ยวกับ เพศ อายุ สถานศึกษา และศาสนา

ตอนที่ 2 แบบสอบถามการเห็นคุณค่าในตนเองเพื่อลดพฤติกรรมมารีงแก ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเห็นคุณค่าในตนเอง โดยนำแนวคิดมาจางานวิจัยของ กรัณท์กรัษ วิทยอภิบาลกุล (2560) และแนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมมารีงแกที่ได้จากการสังเคราะห์งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมมารีงแก และแบ่งการเห็นคุณค่าในตนเองเพื่อลดพฤติกรรมมารีงแกออกเป็น 2 ด้าน ได้แก่ ด้านตนเอง และด้านผู้อื่น จากนั้นสร้างแบบสอบถามการเห็นคุณค่าในตนเองเพื่อลดพฤติกรรมมารีงแก ลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่าแบบลิเคิร์ต (Likert Scale) มี 6 ระดับ เป็นข้อคำถามทางบวกทั้งหมด 30 ข้อ และนำแบบวัดที่สร้างขึ้นให้ผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 3 ท่าน ตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) มีค่า IOC เท่ากับ 1.00 จากนั้นนำแบบสอบถามไปทดลองใช้ (Try Out) มีค่าอำนาจจำแนกตั้งแต่ .30 - .80 จากนั้นจึงหาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ด้วยวิธีการ ครอนบาคแอลฟา (Alpha Coefficient) ได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง ดังนี้

การเห็นคุณค่าในตนเองด้านตนเอง	เท่ากับ .968
การเห็นคุณค่าในตนเองด้านผู้อื่น	เท่ากับ .833
การเห็นคุณค่าในตนเองทั้งฉบับ	เท่ากับ .940

2. กิจกรรมกลุ่มการเห็นคุณค่าในตนเอง มีขั้นตอน การสร้างและพัฒนา ดังนี้

2.1. จากการพัฒนาชุดกิจกรรมเพื่อลดพฤติกรรมมารีงแกของเยาวชนในจังหวัดยะลา โดยการการศึกษาแนวคิดและทฤษฎี รวมถึงโปรแกรมการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองของ กรัณท์กรัษ วิทยอภิบาลกุล (2560) มาวิเคราะห์เพิ่มเติมเพื่อกำหนดจุดมุ่งหมายในการพัฒนาและเนื้อหาของกิจกรรมภายในชุดกิจกรรมเพื่อลดพฤติกรรมมารีงแก และได้ดำเนินการนำชุดกิจกรรมไปทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่างแบบ One Group Pretest – Posttest Design ซึ่งประกอบด้วย 8 กิจกรรมหลัก

2.2 ดำเนินการนำชุดกิจกรรมฯที่ผ่านการร่างโปรแกรม การตรวจสอบร่างโปรแกรม และการปรับปรุงชุดกิจกรรมตามการวิพากษ์ของผู้ทรงคุณวุฒินำไปใช้ โดยใช้รูปแบบการทำกิจกรรมกลุ่มเพื่อป้องกันพฤติกรรมมารีงแก

2.3 ดำเนินการจัดกิจกรรมกลุ่มกับนักเรียนกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 6 คน โดยใช้ชุดกิจกรรม เป็นฐานในการจัดกิจกรรมกลุ่ม และยืนยันผลของรูปแบบเพื่อป้องกันพฤติกรรมการรังแก

ตารางที่ 3.1 กิจกรรมกลุ่มเพื่อป้องกันพฤติกรรมการรังแก

ครั้งที่	กิจกรรม	จุดมุ่งหมายการพัฒนา	ระยะเวลา (ชม.)
ครั้งที่ 1	เรียนรู้พื้นฐานพฤติกรรม การรังแกด้วยตนเอง	<u>ด้านตนเอง</u> 1. การเข้าใจและยอมรับตนเองตามความเป็นจริง 2. การเอาใจเขามาใส่ใจเรา <u>ด้านผู้อื่น</u> 1. การปฏิบัติตนอย่างเหมาะสม/สันติ 2. เข้าใจและยอมรับในความแตกต่างระหว่างบุคคล	2 ชั่วโมง
ครั้งที่ 2	ฝึกทักษะการเผชิญ ปัญหา	<u>ด้านตนเอง</u> 1. สามารถการเผชิญปัญหา 2. สามารถควบคุมอารมณ์ตนเองได้ 3. การเชื่อมั่นในตนเอง <u>ด้านผู้อื่น</u> 1. สามารถปรับตัว	2 ชั่วโมง
ครั้งที่ 3	เข้าใจตัวตน ลดการรังแก	<u>ด้านตนเอง</u> 1. การคิดเชิงบวกต่อตนเองและผู้อื่น 2. การให้กำลังใจตนเอง 3. การเอาใจเขามาใส่ใจเรา <u>ด้านผู้อื่น</u> 1. การปฏิบัติตนอย่างเหมาะสม/สันติ	2 ชั่วโมง
ครั้งที่ 4	อย่าใหญ่เกินตัว อย่างกลัว เกินพอดี	<u>ด้านตนเอง</u> 1. การคิดเชิงบวกต่อตนเองและผู้อื่น 2. การเอาใจเขามาใส่ใจเรา <u>ด้านผู้อื่น</u> 1. การปฏิบัติตนอย่างเหมาะสม/สันติ 2. เข้าใจและยอมรับในความแตกต่างระหว่างบุคคล	2 ชั่วโมง
ครั้งที่ 5	โลกของฉัน	<u>ด้านตนเอง</u> 1. การเข้าใจและยอมรับตนเองตามความเป็นจริง 2. สามารถการเผชิญปัญหา	3 ชั่วโมง

ตารางที่ 3.1 กิจกรรมกลุ่มเพื่อป้องกันพฤติกรรมการรังแก (ต่อ)

ครั้งที่	กิจกรรม	จุดมุ่งหมายการพัฒนา	ระยะเวลา (ชม.)
ครั้งที่ 6	Stable Emotion	<u>ด้านตนเอง</u> 1. การคิดเชิงบวกต่อตนเองและผู้อื่น 2. สามารถควบคุมอารมณ์ตนเองได้ <u>ด้านผู้อื่น</u> 1. การปฏิบัติตนอย่างเหมาะสม/สันติ 2. เข้าใจและยอมรับในความแตกต่างระหว่างบุคคล	2 ชั่วโมง
ครั้งที่ 7	ความเชื่อ (มั่นในตนเอง)	<u>ด้านตนเอง</u> 1. การคิดเชิงบวกต่อตนเองและผู้อื่น 2. การให้กำลังใจตนเอง 3. การเชื่อมั่นในตนเอง	2 ชั่วโมง
ครั้งที่ 8	The Tower	<u>ด้านตนเอง</u> 1. การคิดเชิงบวกต่อตนเองและผู้อื่น <u>ด้านผู้อื่น</u> 1. การปรับตัว 2. การปฏิบัติตนอย่างเหมาะสม/สันติ 3. เข้าใจและยอมรับในความแตกต่างระหว่างบุคคล	2 ชั่วโมง

ตอนที่ 2 วิธีการดำเนินการของโครงการวิจัยภายใต้ชุดโครงการที่ 1

ขั้นตอนดำเนินการวิจัย

2. วิธีดำเนินการของโครงการวิจัยภายใต้ชุดโครงการที่ 1 เรื่อง การสังเคราะห์งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการรังแก มีขั้นตอนการดำเนินการวิจัย ดังนี้

2.1 R1: Research ชั้นสังเคราะห์งานวิจัย

คณะผู้วิจัยได้ดำเนินการทบทวนเอกสารที่ใช้ศึกษา บทความวิชาการ และงานวิจัย ที่เกี่ยวข้องกับการข่มเหงรังแกในโรงเรียน รูปแบบการป้องกัน การข่มเหงรังแกในช่วงระหว่างปี 2558-2563 จำนวน 22 เล่ม ทั้งของไทยและของต่างประเทศ โดยมีหลักเกณฑ์ในการคัดเลือกเอกสารที่จะนำมาศึกษา ดังนี้

- 1) ชื่อเรื่องมีการระบุว่าเป็นหัวข้อหรืองานศึกษาวิจัยเกี่ยวข้องกับ พฤติกรรมการรังแก การรังแกข่มเหง
- 2) หากชื่อเรื่องไม่มีการระบุอย่างชัดเจน ผู้วิจัยจะพิจารณาจากคำสำคัญ (Keywords) และเนื้อหาของคำย่อที่มีความเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการรังแก
- 3) คัดเลือกเฉพาะเอกสารฉบับเต็มหรือเอกสารที่ได้รับการตีพิมพ์ลงในวารสารวิชาการ

เครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลโครงการวิจัยภายใต้ชุดกิจกรรมที่ 1

ผู้วิจัยได้สร้างขึ้นเพื่อบันทึกรายละเอียด โดยมีขั้นตอนดังนี้

- 1) จัดทำแบบประเมินคุณภาพงานวิจัยประกอบด้วยข้อมูลพื้นฐานของงานวิจัยและการประเมินคุณภาพของงานวิจัย
- 2) ศึกษาโครงสร้างและองค์ประกอบของงานวิจัยที่คัดเลือกมาเป็นประชากรที่ใช้ในการศึกษานี้
- 3) นำเสนอคณะวิจัยเพื่อพิจารณาประเด็นที่นำมาจัดทำเครื่องมือและขอความเห็นชอบในการทำงาน

จากขั้นตอนดังกล่าวผู้วิจัยได้จัดทำแบบบันทึกงานวิจัย ประกอบด้วยประเด็นสำคัญคือ 1) ชื่อเรื่อง 2) ผู้วิจัย 3) ปีที่วิจัย 4) วัตถุประสงค์ 5) กลุ่มตัวอย่าง 6) เครื่องมือที่ใช้ 7) วิธีดำเนินการ 8) ผลการศึกษา 9) สรุปความคิดสำคัญ 10) แหล่งอ้างอิง 11) Link

การเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยรวบรวมงานวิจัยด้วยตนเอง พร้อมกับการบันทึกรายละเอียดข้อมูลต่าง ๆ ดำเนินการสังเคราะห์งานวิจัยโดยเป็นการสังเคราะห์เชิงคุณลักษณะ ผู้วิจัยจะใช้วิธีการวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ค่าความถี่ ค่าร้อยละ วิเคราะห์เนื้อหาและบรรยายจากแบบบันทึกงานวิจัย เพื่อให้ได้ข้อสรุปในประเด็นที่สามารถทำการสังเคราะห์ได้

ตอนที่ 3 วิธีดำเนินการของโครงการวิจัยภายใต้ชุดโครงการที่ 2

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย เรื่อง การพัฒนารูปแบบกิจกรรมเพื่อป้องกันพฤติกรรมการรังแกของเยาวชนในจังหวัดยะลา ได้แก่ เยาวชนนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ที่ศึกษาในพื้นที่จังหวัดยะลา

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ เยาวชนนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ที่ศึกษาในพื้นที่จังหวัดยะลา ยะลา โดยเปิดรับอาสาสมัคร จำนวน 6 คน โดยกลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมอบรมผ่านชุดกิจกรรมฯ ในครั้งนี้จะต้องตอบรับการเข้าร่วมในใบพิทักษ์สิทธิ์ที่ทางผู้วิจัยได้จัดทำขึ้น และได้รับการอนุญาตจากผู้ปกครอง

ขั้นตอนดำเนินการวิจัย

3. วิธีดำเนินการของโครงการวิจัยภายใต้ชุดโครงการที่ 2 เรื่อง การพัฒนาชุดกิจกรรมเพื่อลดพฤติกรรมการรังแกของเยาวชนในจังหวัดยะลา มีขั้นตอนการดำเนินการวิจัย ดังนี้

3.1 D1: Development ขั้นพัฒนาชุดกิจกรรม

คณะผู้วิจัยได้ดำเนินการพัฒนาชุดกิจกรรมเพื่อลดพฤติกรรมการรังแกของเยาวชนในจังหวัดยะลา โดยมีขั้นตอนการดำเนินงานดังนี้

- 1) ประมวลเอกสาร งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการรังแก
- 2) กำหนดกรอบแนวคิดในการพัฒนาชุดกิจกรรมเพื่อลดพฤติกรรมการรังแกของเยาวชนในจังหวัดยะลา
- 3) พัฒนาแบบสอบถามพฤติกรรมการรังแกและชุดกิจกรรมเพื่อลดพฤติกรรมการรังแก

4) ตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือและชุดกิจกรรมฯ โดยผู้ทรงคุณวุฒิ

5) ปรับปรุงแก้ไข

3.2 R2: Research ชี้นำชุดกิจกรรมไปใช้

คณะผู้วิจัยได้ดำเนินการนำชุดกิจกรรมเพื่อลดพฤติกรรมการรังแกไปใช้ โดยมีขั้นตอนดำเนินการดังนี้

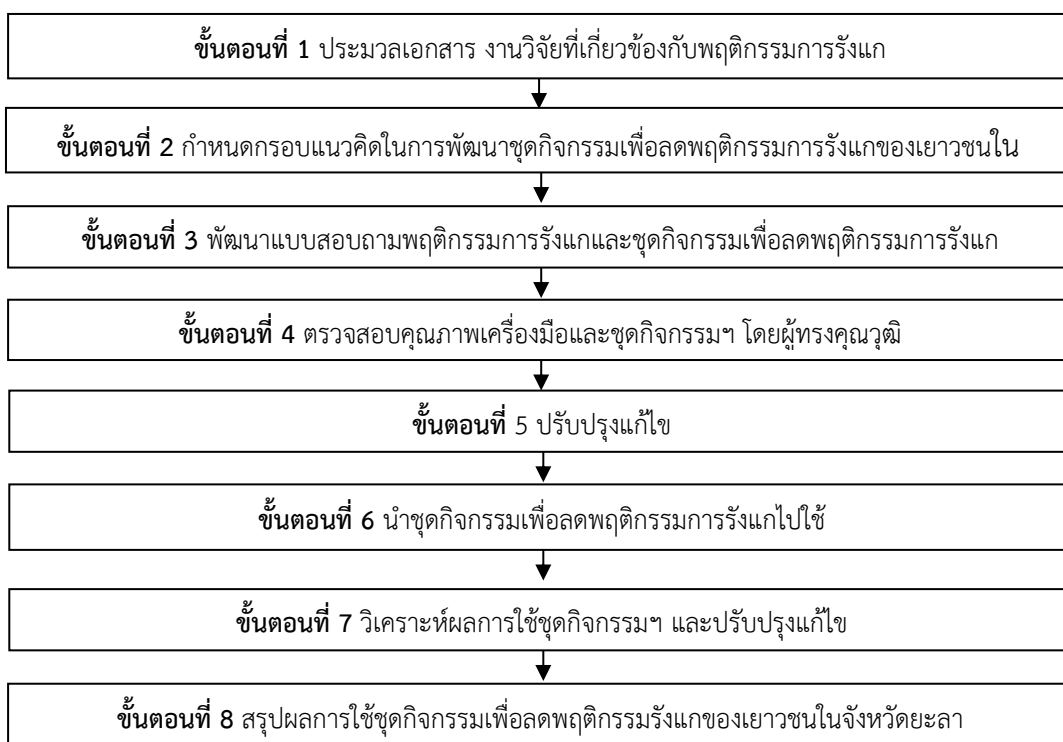
1) ดำเนินการนำชุดกิจกรรม เพื่อลดพฤติกรรมการรังแกไปใช้กับกลุ่มตัวอย่าง

2) วิเคราะห์ผลการใช้ชุดกิจกรรมฯ และปรับปรุงแก้ไข

3) สรุปผลการใช้ชุดกิจกรรมเพื่อลดพฤติกรรมรังแกของเยาวชนในจังหวัดยะลา

เครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลโครงการวิจัยภายใต้ชุดกิจกรรมที่ 2

การวิจัยเรื่องการพัฒนาชุดกิจกรรมเพื่อลดพฤติกรรมการรังแกของเยาวชนในจังหวัดยะลา มีขั้นตอนในการดำเนินการ ดังนี้



ภาพที่ 3.1 แสดงขั้นตอนในการดำเนินการวิจัย

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยมีการเก็บรวบรวมข้อมูล ดังนี้

1. ผู้วิจัยเปิดรับอาสาสมัครเพื่อเข้าร่วมเป็นกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งเป็นนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ที่ศึกษาในพื้นที่จังหวัดยะลา

2. ผู้วิจัยใช้ชุดกิจกรรมการพัฒนารับรู้คุณค่าในตนเองเพื่อลดพฤติกรรมการรังแก และนำข้อมูลมาวิเคราะห์ผลต่อไป

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิจัยครั้งนี้มีการจัดกระทำและวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติต่างๆ ดังต่อไปนี้

1. สถิติพื้นฐาน ได้แก่ การหาค่าเฉลี่ย (Mean) และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)
2. สถิติที่ใช้วิเคราะห์คุณภาพเครื่องมือ ได้แก่ ค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC หรือ Index Consistency) และค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม โดยการใช้การหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha-Coefficient) ของครอนบาค (Cronbach)

บทที่ 4

ผลการดำเนินการวิจัยและอภิปรายผล

การวิจัยเรื่องการพัฒนารูปแบบกิจกรรม เพื่อป้องกันพฤติกรรมการรังแกของเยาวชนในจังหวัดยะลา นำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้แบ่งการนำเสนอออกเป็น 4 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 ผลการดำเนินการของโครงการวิจัยชุดโครงการ

ตอนที่ 2 ผลการดำเนินการของโครงการวิจัยภายใต้ชุดโครงการที่ 1

ตอนที่ 3 ผลการดำเนินการของโครงการวิจัยภายใต้ชุดโครงการที่ 2

ตอนที่ 1 ผลการดำเนินการของโครงการวิจัยชุดโครงการ

การวิเคราะห์ข้อมูล

ตอนที่ 1.1 ข้อมูลทั่วไปของผู้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

ตารางที่ 4.1 แสดงจำนวนและร้อยละของผู้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม เพื่อพัฒนารูปแบบกิจกรรมเพื่อป้องกันพฤติกรรมการรังแกของเยาวชนจำแนกตามเพศ สถานศึกษา และศาสนา

(n = 6)

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน (คน)	ร้อยละ
เพศ		
ชาย	0	0.00
หญิง	6	100.00
รวม	6	100.00
แผนการเรียน		
วิทย์-คณิต	5	83.33
ศิลป์	1	16.67
รวม	6	100.00
ศาสนา		
พุทธ	2	33.33
อิสลาม	4	66.67
รวม	6	100.00

จากตารางที่ 4.1 แสดงให้เห็นว่า นักเรียนเป็นเพศหญิงคิดเป็นร้อยละ 100.00 เรียนแผนการเรียนวิทย์-คณิต คิดเป็นร้อยละ 83.33 และนักเรียนนับถือศาสนาอิสลาม คิดเป็นร้อยละ 66.67

ตอนที่ 1.2 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของกิจกรรมกลุ่ม เพื่อป้องกันพฤติกรรมการรังแกของนักเรียนก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม จำแนกเป็น 2 ด้าน คือ ด้านตนเอง และด้านผู้อื่น

ตารางที่ 4.2 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของของกิจกรรมกลุ่ม เพื่อป้องกันพฤติกรรมการรังแกของนักเรียนก่อนและหลังการเข้าร่วมฝึกอบรม จำแนกเป็น 2 ด้าน คือ ด้านตนเอง และด้านผู้อื่น

(n = 6)

ตัวแปรที่ศึกษา	ก่อนการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม			หลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม		
	\bar{x}	S.D.	ระดับ	\bar{x}	S.D.	ระดับ
การเห็นคุณค่าในตนเอง						
1. ด้านตนเอง	4.32	.164	สูง	5.28	.567	สูงมาก
2. ด้านผู้อื่น	4.28	.279	สูง	5.43	.436	สูงมาก
โดยรวม	4.31	.118	สูง	5.33	.517	สูงมาก

จากตารางที่ 4.2 แสดงให้เห็นว่า นักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองเพื่อป้องกันพฤติกรรมการรังแกก่อนการเข้าร่วมฝึกอบรมโดยรวมอยู่ในระดับสูง (มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.31) เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า นักเรียนมีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองก่อนการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองเพื่อป้องกันพฤติกรรมการรังแกด้านตนเองและด้านผู้อื่นอยู่ในระดับสูง (มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.32 และ 4.28 ตามลำดับ)

และนักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองเพื่อป้องกันพฤติกรรมการรังแกหลังการเข้าร่วมฝึกอบรมโดยรวมอยู่ในระดับสูงมาก (มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 5.33) เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า นักเรียนมีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองเพื่อป้องกันพฤติกรรมการรังแกภายหลังการเข้าร่วมฝึกอบรมด้านตนเองและด้านผู้อื่นอยู่ในระดับสูงมาก (มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 5.28 และ 5.43 ตามลำดับ)

ตอนที่ 1.3 การเปรียบเทียบการเห็นคุณค่าในตนเองเพื่อลดพฤติกรรมการรังแกของเยาวชนก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มเพื่อป้องกันพฤติกรรมการรังแก

ตารางที่ 4.3 เปรียบเทียบคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองเพื่อลดพฤติกรรมการรังแกของเยาวชนก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มเพื่อป้องกันพฤติกรรมการรังแกโดยรวม

(n = 6)

นักเรียน(คนที่)	คะแนนก่อนการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม			คะแนนหลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม		
	คะแนนดิบ	\bar{x}	ระดับ	คะแนนดิบ	\bar{x}	ระดับ
1	131	4.37	สูง	156	5.20	สูงมาก
2	124	4.13	สูง	137	4.57	สูง
3	127	4.23	สูง	175	5.83	สูงมาก
4	134	4.47	สูง	165	5.50	สูงมาก
5	128	4.27	สูง	177	5.90	สูงมาก
6	131	4.37	สูง	167	5.57	สูงมาก
รวม	129.2	4.31	สูง	162.8	5.43	สูงมาก

จากตารางที่ 4.3 แสดงให้เห็นว่า นักเรียนมีคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองเพื่อลดพฤติกรรม การรังแกโดยรวมภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสูงกว่าก่อนเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม และนักเรียนมี คะแนนเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเองเพื่อลดพฤติกรรมการรังแกโดยรวมภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรม กลุ่มอยู่ในระดับสูง (มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 5.43) ขณะที่นักเรียนมีคะแนนเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเองเพื่อ ลดพฤติกรรมการรังแกโดยรวมก่อนเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มอยู่ในระดับสูง (มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.31)

ตารางที่ 4.4 เปรียบเทียบคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองเพื่อลดพฤติกรรมการรังแกของเยาวชน ก่อนและหลังการทดลองใช้กิจกรรมกลุ่มเพื่อป้องกันพฤติกรรมการรังแกด้านตนเอง

(n = 6)

นักเรียน(คนที่)	คะแนนก่อนการเข้าร่วม			คะแนนหลังการเข้าร่วม		
	กิจกรรมกลุ่ม		ระดับ	กิจกรรมกลุ่ม		ระดับ
	คะแนนดิบ	\bar{x}		คะแนนดิบ	\bar{x}	
1	94	4.48	สูง	109	5.19	สูงมาก
2	84	4.00	ปานกลาง	92	4.38	สูง
3	91	4.33	สูง	121	5.76	สูงมาก
4	92	4.38	สูง	116	5.52	สูงมาก
5	92	4.38	สูง	124	5.90	สูงมาก
6	91	4.33	สูง	104	4.95	สูง
รวม	90.1	4.32	สูง	111	5.28	สูงมาก

จากตารางที่ 4.4 แสดงให้เห็นว่า นักเรียนมีคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองด้านตนเอง ภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองเพื่อป้องกันพฤติกรรม การรังแก สูงกว่าก่อนเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม และนักเรียนมีคะแนนเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเองเพื่อลดพฤติกรรม การรังแกโดยรวมด้านตนเองภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มอยู่ในระดับสูงมาก (มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 5.28) ขณะที่นักเรียนมีคะแนนเฉลี่ยของการเห็นคุณค่าในตนเองด้านตนเองก่อนการเข้าร่วม กิจกรรมกลุ่มอยู่ในระดับสูง (มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.32)

ตารางที่ 4.5 เปรียบเทียบคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองเพื่อลดพฤติกรรมการรังแกของเยาวชน ก่อนและหลังการทดลองใช้ชุดกิจกรรมกลุ่มเพื่อป้องกันพฤติกรรมการรังแกด้านผู้อื่น

(n = 6)

นักเรียน(คนที่)	คะแนนก่อนการเข้าร่วม			คะแนนหลังการเข้าร่วม		
	กิจกรรมกลุ่ม		ระดับ	กิจกรรมกลุ่ม		ระดับ
	คะแนนดิบ	\bar{x}		คะแนนดิบ	\bar{x}	
1	37	4.11	สูงมาก	47	5.22	สูงมาก
2	40	4.44	สูง	45	5.00	สูงมาก
3	36	4.00	สูง	54	6.00	สูงมาก
4	42	4.67	สูง	49	5.44	สูงมาก
5	36	4.00	สูงมาก	53	5.89	สูงมาก
6	40	4.44	สูง	45	5.00	สูง
รวม	38.5	4.28	สูง	48.8	5.43	สูงมาก

จากตารางที่ 4.5 แสดงให้เห็นว่า นักเรียนมีคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองด้านผู้อื่นภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองเพื่อป้องกันพฤติกรรมการรังแกสูงกว่าก่อนเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม และนักเรียนมีคะแนนเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเองเพื่อป้องกันพฤติกรรมการรังแกโดยรวมด้านผู้อื่นภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มอยู่ในระดับสูงมาก (มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 5.43) ขณะที่นักเรียนมีคะแนนเฉลี่ยของการเห็นคุณค่าในตนเองด้านผู้อื่นก่อนการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มอยู่ในระดับสูง (มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.28)

ตารางที่ 4.6 เปรียบเทียบการเห็นคุณค่าในตนเองเพื่อลดพฤติกรรมการรังแกของเยาวชน ก่อนและหลังการทดลองใช้ชุดกิจกรรมกลุ่มเพื่อป้องกันพฤติกรรมการรังแกโดยรวม

การเห็นคุณค่าในตนเอง ของนักเรียน	การทดลอง	จำนวน	\bar{x}	S.D.	t
ด้านตนเอง	การวัดก่อนการฝึกอบรม	6	4.32	.164	5.098*
	การวัดหลังการฝึกอบรม	6	5.29	.567	
ด้านผู้อื่น	การวัดก่อนการฝึกอบรม	6	4.28	.279	4.324*
	การวัดหลังการฝึกอบรม	6	5.43	.436	
โดยรวม	การวัดก่อนการฝึกอบรม	6	4.31	.118	4.972*
	การวัดหลังการฝึกอบรม	6	5.33	.517	

*p < .05

จากตารางที่ 4.6 แสดงให้เห็นว่า นักเรียนมีคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองเพื่อลดพฤติกรรมการรังแกของนักเรียนภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองเพื่อป้องกันพฤติกรรมการรังแกสูงกว่าคะแนนก่อนการเข้าร่วมฝึกอบรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และเมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า นักเรียนมีคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองเพื่อลดพฤติกรรมการรังแกด้านตนเอง และด้านผู้อื่น ภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองเพื่อป้องกันพฤติกรรมการรังแกสูงกว่าคะแนนก่อนการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตอนที่ 1.4 ผลการพัฒนารูปแบบกิจกรรมเพื่อป้องกันพฤติกรรมการรังแกของเยาวชน
 ตารางที่ 4.7 ผลการวิเคราะห์และสังเคราะห์สาระสำคัญของแนวคิด ทฤษฎีของการจัดกิจกรรมกลุ่ม
 เพื่อป้องกันพฤติกรรมการรังแกของเยาวชน โดยใช้ชุดกิจกรรมเป็นฐานในการทำ
 กิจกรรมกลุ่ม ดังนี้

ครั้งที่	กิจกรรม	จุดมุ่งหมายการพัฒนา	ระยะเวลา (ชม.)
ครั้งที่ 1	เรียนรู้พื้นฐาน พฤติกรรมกรร้งแก ด้วยตนเอง	<u>ด้านตนเอง</u> 1. การเข้าใจและยอมรับตนเองตามความเป็นจริง 2. การเอาใจเขามาใส่ใจเรา <u>ด้านผู้อื่น</u> 1. การปฏิบัติตนอย่างเหมาะสม/สันติ 2. เข้าใจและยอมรับในความแตกต่างระหว่างบุคคล	2 ชั่วโมง
ครั้งที่ 2	ฝึกทักษะการเผชิญ ปัญหา	<u>ด้านตนเอง</u> 1. สามารถการเผชิญปัญหา 2. สามารถควบคุมอารมณ์ตนเองได้ 3. การเชื่อมั่นในตนเอง <u>ด้านผู้อื่น</u> 1. สามารถปรับตัว	2 ชั่วโมง
ครั้งที่ 3	เข้าใจตัวตน ลดการ รังแก	<u>ด้านตนเอง</u> 1. การคิดเชิงบวกต่อตนเองและผู้อื่น 2. การให้กำลังใจตนเอง 3. การเอาใจเขามาใส่ใจเรา <u>ด้านผู้อื่น</u> 1. การปฏิบัติตนอย่างเหมาะสม/สันติ	2 ชั่วโมง
ครั้งที่ 4	อย่าใหญ่เกินตัว อย่า กลัวเกินพอดี	<u>ด้านตนเอง</u> 1. การคิดเชิงบวกต่อตนเองและผู้อื่น 2. การเอาใจเขามาใส่ใจเรา <u>ด้านผู้อื่น</u> 1. การปฏิบัติตนอย่างเหมาะสม/สันติ 2. เข้าใจและยอมรับในความแตกต่างระหว่างบุคคล	2 ชั่วโมง
ครั้งที่ 5	โลกของฉัน	<u>ด้านตนเอง</u> 1. การเข้าใจและยอมรับตนเองตามความเป็นจริง	3 ชั่วโมง

ตารางที่ 4.7 ผลการวิเคราะห์และสังเคราะห์ฯ (ต่อ)

ครั้งที่	กิจกรรม	จุดมุ่งหมายการพัฒนา	ระยะเวลา (ชม.)
		2. สามารถการเผชิญปัญหา	
ครั้งที่ 6	Stable Emotion	ด้านตนเอง 1. การคิดเชิงบวกต่อตนเองและผู้อื่น 2. สามารถควบคุมอารมณ์ตนเองได้ ด้านผู้อื่น 1. การปฏิบัติตนอย่างเหมาะสม/สันติ 2. เข้าใจและยอมรับในความแตกต่างระหว่างบุคคล	2 ชั่วโมง
ครั้งที่ 7	ความเชื่อ (มั่นในตนเอง)	ด้านตนเอง 1. การคิดเชิงบวกต่อตนเองและผู้อื่น 2. การให้กำลังใจตนเอง 3. การเชื่อมั่นในตนเอง	2 ชั่วโมง
ครั้งที่ 8	The Tower	ด้านตนเอง 1. การคิดเชิงบวกต่อตนเองและผู้อื่น ด้านผู้อื่น 1. การปรับตัว 2. การปฏิบัติตนอย่างเหมาะสม/สันติ 3. เข้าใจและยอมรับในความแตกต่างระหว่างบุคคล	2 ชั่วโมง

จากตารางที่ 4.7 พบว่าผู้วิจัยได้รูปแบบกิจกรรม เพื่อป้องกันพฤติกรรมการรังแก ซึ่งประกอบด้วยกิจกรรมกลุ่ม จำนวน 8 กิจกรรม กิจกรรมละ 2 ชั่วโมง โดยในแต่ละกิจกรรมกลุ่มประกอบด้วย กรอบแนวคิดของกิจกรรม เนื้อหา กิจกรรม การวัดและการประเมินผล โดยการนำชุดกิจกรรมมาใช้เป็นพื้นฐานในการทำกิจกรรมกลุ่ม ทำให้ได้รูปแบบเพื่อป้องกันพฤติกรรมการรังแกของเยาวชน

ตอนที่ 2 ผลการดำเนินการของโครงการวิจัยภายใต้ชุดโครงการที่ 1

การวิเคราะห์ข้อมูล ได้ผลการวิจัยดังนี้

- ข้อมูลเบื้องต้นของงานวิจัย ส่วนใหญ่เป็นวิทยานิพนธ์ฉบับเต็ม จำนวน 12 รายการ (ร้อยละ 54.55) และตีพิมพ์ในปี 2560 มากที่สุด (ร้อยละ 31.82)
- วัตถุประสงค์ในการวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการรังแกหรือการกลั่นแกล้งเพื่อศึกษาสาเหตุ ผลกระทบและวิธีการแก้ไขปัญหาจำนวนมากที่สุด (ร้อยละ 31.82) รองลงมาคือเพื่อศึกษาการรับรู้ทัศนคติ ปัจจัยที่มีผลต่อการกลั่นแกล้ง (ร้อยละ 22.73) และเพื่อพัฒนาวิธีการจัดการเรียนรู้และการให้การศึกษา (ร้อยละ 13.64) ตามลำดับ

3. งานวิจัยที่นำมาสังเคราะห์มีการใช้รูปแบบการวิจัยเชิงสำรวจมากที่สุด (ร้อยละ 31.82) รองลงมาคือการศึกษาเชิงคุณภาพ (ร้อยละ 18.18) และการวิจัยเชิงทดลองหรือกึ่งทดลอง (ร้อยละ 18.18)

4. กลุ่มตัวอย่างในงานวิจัยที่นำมาสังเคราะห์ เป็นนักเรียนมัธยมศึกษา มีจำนวนมากที่สุด (ร้อยละ 40.91) รองลงมาคือนักเรียนประถมศึกษา (ร้อยละ 18.18) และบุคคลทั่วไปที่ใช้สื่อสังคมออนไลน์ (ร้อยละ 13.64) ตามลำดับ

5. เครื่องมือการวิจัยที่นำมาสังเคราะห์ ประกอบด้วยแบบสอบถามมากที่สุด (ร้อยละ 45.45) รองลงมาคือแบบสำรวจ (ร้อยละ 22.73) และแบบสัมภาษณ์ (ร้อยละ 18.18)

ตอนที่ 3 ผลการดำเนินการของโครงการวิจัยภายใต้ชุดโครงการที่ 2

การวิเคราะห์ข้อมูล ได้ผลการวิจัยดังนี้

1) ได้ชุดกิจกรรมเพื่อลดพฤติกรรมการรังแกของเยาวชนในจังหวัดยะลา จำนวน 1 ชุด ประกอบด้วยการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองเพื่อลดพฤติกรรมการรังแกของเยาวชน แบ่งออกเป็น 2 ด้าน ได้แก่ ด้านตนเอง และด้านผู้อื่น ประกอบด้วย 8 กิจกรรม มีผลประเมินอยู่ในเกณฑ์สอดคล้อง มีคะแนนเท่ากับ 1.00 และมีผลการประเมินความเหมาะสมอยู่ในระดับมากที่สุด (มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.70) 2)

2) นักเรียนมีคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองเพื่อลดพฤติกรรมการรังแกภายหลังเข้าร่วมฝึกอบรมเพิ่มสูงขึ้นกว่าก่อนการเข้าร่วมฝึกอบรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สรุปจากผลการวิเคราะห์ข้อมูลข้างต้น พบว่า คณะผู้วิจัยได้ดำเนินการสังเคราะห์ข้อมูลจากเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการรังแก จากนั้นได้ดำเนินการสร้างชุดกิจกรรมเพื่อลดพฤติกรรมการรังแกของเยาวชน โดยนำแนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการเห็นคุณค่าในตนเอง จากนั้นคณะผู้วิจัยได้ดำเนินการพัฒนารูปแบบกิจกรรมเพื่อป้องกันพฤติกรรมการรังแกของเยาวชนในจังหวัดยะลา

บทที่ 5

สรุปและข้อเสนอแนะ

การวิจัยและพัฒนา เรื่อง การพัฒนารูปแบบกิจกรรมเพื่อป้องกันพฤติกรรมการรังแกของเยาวชนในจังหวัดยะลา สามารถสรุปและอภิปรายผล ได้ดังนี้

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อพัฒนารูปแบบกิจกรรมเพื่อป้องกันพฤติกรรมรังแกของเยาวชนในจังหวัดยะลา

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย เรื่อง การพัฒนารูปแบบกิจกรรมเพื่อป้องกันพฤติกรรมการรังแกของเยาวชนในจังหวัดยะลา ได้แก่ เยาวชนนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ที่ศึกษาในพื้นที่จังหวัดยะลา

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ เยาวชนนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ที่ศึกษาในพื้นที่จังหวัดยะลา โดยเปิดรับอาสาสมัคร จำนวน 6 คน โดยกลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมอบรมผ่านชุดกิจกรรมฯ ในครั้งนี้จะต้องตอบรับการเข้าร่วมในใบพิทักษ์สิทธิ์ที่ทางผู้วิจัยได้จัดทำขึ้น และได้รับการอนุญาตจากผู้ปกครอง

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลประกอบด้วย 2 เครื่องมือ

1. แบบสอบถามการเห็นคุณค่าในตนเอง ประกอบด้วย 2 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป เป็นข้อคำถามแบบตรวจคำตอบ (Check List) ประกอบด้วยคำถามเกี่ยวกับ เพศ อายุ สถานศึกษา และศาสนา

ตอนที่ 2 แบบสอบถามการเห็นคุณค่าในตนเองเพื่อลดพฤติกรรมการรังแก ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเห็นคุณค่าในตนเอง โดยนำแนวคิดมาจากงานวิจัยของ กรัณท์รักษ์ วิหยอภิบาลกุล (2560) และแนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมการรังแกที่ได้จากการสังเคราะห์งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการรังแก และแบ่งการเห็นคุณค่าในตนเองเพื่อลดพฤติกรรมการรังแกออกเป็น 2 ด้าน ได้แก่ ด้านตนเอง และด้านผู้อื่น จากนั้นสร้างแบบสอบถามการเห็นคุณค่าในตนเองเพื่อลดพฤติกรรมการรังแก ลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่าแบบลิเคิร์ต (Likert Scale) มี 6 ระดับ เป็นข้อคำถามทางบวกทั้งหมด 30 ข้อ และนำแบบวัดที่สร้างขึ้นให้ผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 3 ท่าน ตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) มีค่า IOC เท่ากับ 1.00 จากนั้นนำแบบสอบถามไปทดลองใช้ (Try Out) มีค่าอำนาจจำแนกตั้งแต่ .30 - .80 จากนั้นจึงหาค่าความเชื่อมั่น (Reliability)

ด้วยวิธีการ ครอนบาคแอลฟา (Alpha Coefficient) ได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง ดังนี้

การเห็นคุณค่าในตนเองด้านตนเอง	เท่ากับ .968
การเห็นคุณค่าในตนเองด้านผู้อื่น	เท่ากับ .833
การเห็นคุณค่าในตนเองทั้งฉบับ	เท่ากับ .940

2. กิจกรรมกลุ่มการเห็นคุณค่าในตนเอง มีขั้นตอน การสร้างและพัฒนา ดังนี้

2.1. จากการพัฒนาชุดกิจกรรมเพื่อลดพฤติกรรมการรังแกของเยาวชนในจังหวัด

ยะลา โดยการการศึกษาแนวคิดและทฤษฎี รวมถึงโปรแกรมการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองของ กรัณท์รักษ์ วิทย์อภิบาลกุล (2560) มาวิเคราะห์เพิ่มเติมเพื่อกำหนดจุดมุ่งหมายในการพัฒนาและ เนื้อหาของกิจกรรมภายในชุดกิจกรรมเพื่อลดพฤติกรรมการรังแก และได้ดำเนินการนำชุดกิจกรรมไป ทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่างแบบ One Group Pretest – Posttest Design ซึ่งประกอบด้วย 8 กิจกรรมหลัก

2.2 ดำเนินการนำชุดกิจกรรมฯที่ผ่านการร่างโปรแกรม การตรวจสอบร่างโปรแกรม และ การปรับปรุงชุดกิจกรรมตามการวิพากษ์ของผู้ทรงคุณวุฒินำไปใช้ โดยใช้รูปแบบการทำกิจกรรมกลุ่ม เพื่อป้องกันพฤติกรรมการรังแก

2.3 ดำเนินการจัดกิจกรรมกลุ่มกับนักเรียนกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 6 คน โดยใช้ชุดกิจกรรม เป็นฐานในการจัดกิจกรรมกลุ่ม และยืนยันผลของรูปแบบเพื่อป้องกันพฤติกรรมการรังแก

สรุปผลการวิจัย

จากการวิจัยของโครงการวิจัยชุดโครงการครั้งนี้ สามารถสรุปผลได้ดังนี้

1. จากการสังเคราะห์งานวิจัยเชิงเอกสารที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการรังแก ผลที่ได้จากการ วิจัย มีประเด็นสำคัญที่สุดคือ ข้อมูลพื้นฐานเกี่ยวกับการรังแกผู้อื่น รูปแบบ สาเหตุ ผลกระทบ บทบาทของผู้เกี่ยวข้อง แนวทางการป้องกันแก้ไขปัญหา (ร้อยละ 24.00) รองลงมาคือ การรับรู้และ มุมมองที่มีต่อการรังแก (ร้อยละ 16.00) การจัดการเรียนรู้ในห้องเรียนเพื่อส่งเสริมการแก้ปัญหาการ ถูกรังแก การจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียนเพื่อแก้ปัญหาการถูกรังแก องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อการ รังแกผู้อื่นและผลของการใช้กฎหมายเพื่อคุ้มครองสิทธิผู้ถูกรังแกทำการช่มเหงรังแก ทั้ง 4 ประเด็นมีผล การศึกษา ร้อยละ 12.00

2. คณะผู้วิจัยได้ข้อมูลจากการสังเคราะห์งานวิจัยเชิงเอกสาร จากนั้นนำข้อมูลมาใช้ในการ ออกแบบชุดกิจกรรมเพื่อลดพฤติกรรมการรังแกของเยาวชน ผลการวิจัย พบว่า 1) ได้ชุดกิจกรรมเพื่อ ลดพฤติกรรมการรังแกของเยาวชนในจังหวัดยะลา จำนวน 1 ชุด ประกอบด้วยการพัฒนาการเห็น คุณค่าในตนเองเพื่อลดพฤติกรรมการรังแกของเยาวชน แบ่งออกเป็น 2 ด้าน

2.1 นักเรียนมีคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองเพื่อลดพฤติกรรมการรังแกโดยรวม ภายหลังการเข้าร่วมฝึกอบรมการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่าก่อนเข้าร่วมฝึกอบรม และ

นักเรียนมีคะแนนเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเองเพื่อลดพฤติกรรมการรังแกโดยรวมภายหลังการเข้าร่วมฝึกอบรมอยู่ในระดับสูง (มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.95)

2.2 นักเรียนมีคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองเพื่อลดพฤติกรรมการรังแกด้านตนเอง ภายหลังการเข้าร่วมฝึกอบรมการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองเพื่อลดพฤติกรรมการรังแกสูงกว่า ก่อนเข้าร่วมฝึกอบรม และนักเรียนมีคะแนนเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเองเพื่อลดพฤติกรรมการรังแกโดยรวมด้านตนเองภายหลังการเข้าร่วมฝึกอบรมอยู่ในระดับสูง (มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 5.00)

2.3 นักเรียนมีคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองเพื่อลดพฤติกรรมการรังแกด้านผู้อื่นภายหลังการเข้าร่วมฝึกอบรมการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองเพื่อลดพฤติกรรมการรังแกสูงกว่า ก่อนเข้าร่วมฝึกอบรม และนักเรียนมีคะแนนเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเองเพื่อลดพฤติกรรมการรังแกโดยรวมด้านผู้อื่นภายหลังการเข้าร่วมฝึกอบรมอยู่ในระดับสูงมาก (มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 5.15)

2.4 นักเรียนมีคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองเพื่อลดพฤติกรรมการรังแกของนักเรียน ภายหลังการเข้าร่วมฝึกอบรมการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองเพื่อลดพฤติกรรมการรังแกสูงกว่า คะแนนก่อนการเข้าร่วมฝึกอบรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2.5 นักเรียนมีคะแนนความพึงพอใจในการเข้าร่วมโปรแกรมการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองโดยรวมอยู่ในระดับมากที่สุด (มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.58)

3. เมื่อได้ผลจากการใช้ชุดกิจกรรมแล้ว คณะผู้วิจัยดำเนินการพัฒนารูปแบบกิจกรรม เพื่อป้องกันพฤติกรรมการรังแกของเยาวชนในจังหวัดยะลาประกอบด้วยขั้นตอน ดังนี้

3.1 เนื้อหาสาระในการจัดกิจกรรมกลุ่ม ประกอบด้วยแผนกิจกรรม ประกอบด้วย 3 ด้าน ได้แก่ 1) การเห็นคุณค่าในตนเองด้านตนเอง 2) การเห็นคุณค่าในตนเองด้านครอบครัว 3) การเห็นคุณค่าในตนเองด้านผู้อื่น

3.2 วิธีการฝึกอบรม ใช้กระบวนการกลุ่มในการจัดกิจกรรม

3.3 กลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมโปรแกรม คือ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ที่ศึกษาในพื้นที่จังหวัดยะลา โดยเปิดรับอาสาสมัคร จำนวน 6 คน

3.4 ระยะเวลาในการฝึกอบรม ใช้รูปแบบการจัดกิจกรรมกลุ่ม กิจกรรมละ 2 ชั่วโมง

3.5 การประเมินผลการทำกิจกรรมกลุ่ม ใช้การประเมินจากแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง และการสัมภาษณ์ติดตามผลระยะ 2 เดือน

อภิปรายผล

1. การสังเคราะห์งานวิจัยเชิงเอกสาร

การอภิปรายผลนำเสนอตามประเด็นสำคัญที่ได้จากการสังเคราะห์งานวิจัยนี้ ดังนี้

1.1 ประเด็นที่ 1 วัตถุประสงค์ในการวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการรังแกหรือการกลั่นแกล้งเพื่อศึกษาสาเหตุ ผลกระทบและวิธีการแก้ไขปัญหามีจำนวนมากที่สุด รองลงมาคือเพื่อศึกษาการรับรู้ทัศนคติ ปัจจัยที่มีผลต่อการกลั่นแกล้งและเพื่อพัฒนาวิธีการจัดการเรียนรู้และการให้การปรึกษาตามลำดับ (เกษตรชัย และหิม , 2560) ส่วนวัตถุประสงค์ของการวิจัยการรังแกเพื่อศึกษาการรับรู้ทัศนคตินั้น เนื่องจากการรับรู้ เป็นกระบวนการตีความหมายสิ่งที่เราพบเห็นในสิ่งแวดล้อม ซึ่งเป็นขั้นแรกของการเกิดพฤติกรรมตอบสนอง และจะส่งผลกระทบต่อทัศนคติของบุคคล ซึ่งเป็นความรู้คิด ความเชื่อ

รวมถึงความรู้สึกชอบไม่ชอบ แนวโน้มการแสดงออกหรือการแสดงพฤติกรรมของบุคคลที่มีต่อกิจกรรมหรือสิ่งหนึ่งสิ่งใด (ชิดชนก ทองไทย , 2556)

1.2 ประเด็นที่ 2 งานวิจัยที่นำมาสังเคราะห์มีการใช้รูปแบบการวิจัยเชิงสำรวจมากที่สุด รองลงมาคือการวิจัยเชิงคุณภาพและการวิจัยเชิงทดลองหรือกึ่งทดลอง มีความสอดคล้องกับผลการศึกษาของชนัญญา สุวรรณผา และมนัสนันท์ หัตถศักดิ์ (2557) และพิชญ์ ฌิวทอง (2561)

1.3 ประเด็นที่ 3 กลุ่มตัวอย่างในงานวิจัยที่นำมาสังเคราะห์ เป็นนักเรียนมัธยมศึกษาามากที่สุด รองลงมาคือนักเรียนประถมศึกษาและบุคคลทั่วไปที่เข้าใช้สื่อสังคมออนไลน์ตามลำดับ สอดคล้องกับรายงานของมูลนิธิวิจัยพัฒนา (2562) ซึ่งได้รายงานระดับความรุนแรงของพฤติกรรมการกลั่นแกล้งได้ทวีคูณมากขึ้นกว่าในอดีต

1.4 ประเด็นที่ 4 เครื่องมือการวิจัยที่นำมาสังเคราะห์ ประกอบด้วยแบบสอบถามมากที่สุด รองลงมาคือแบบสำรวจและแบบสัมภาษณ์ เนื่องจากแบบสอบถามเป็นรูปแบบของคำถามที่ได้ถูกรวบรวมไว้อย่างมีหลักเกณฑ์และเป็นระบบ เพื่อใช้วัดสิ่งที่ผู้วิจัยต้องการจะวัดจากกลุ่มตัวอย่างหรือประชากรเป้าหมายให้ได้มาซึ่งข้อเท็จจริงทั้งในอดีต ปัจจุบันและการคาดคะเนเหตุการณ์ในอนาคต แบบสอบถามประกอบด้วยรายการคำถามที่สร้างอย่างประณีต เพื่อรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับความคิดเห็นหรือข้อเท็จจริง โดยส่งให้กลุ่มตัวอย่างตามความสมัครใจ การใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลนั้น การสร้างคำถามเป็นงานที่สำคัญสำหรับผู้วิจัย เพราะว่าผู้วิจัยอาจไม่มีโอกาสได้พบปะกับผู้ตอบแบบสอบถามเพื่ออธิบายความหมายต่าง ๆ ของข้อคำถามที่ต้องการเก็บรวบรวม ทั้งนี้แบบสอบถาม เป็นเครื่องมือวิจัยชนิดหนึ่งที่ยอมรับใช้กันมาก เพราะการเก็บรวบรวมข้อมูลสะดวกและสามารถใช้วัดได้อย่างกว้างขวาง การเก็บข้อมูลด้วยแบบสอบถามสามารถทำได้ด้วยการสัมภาษณ์หรือให้ผู้ตอบด้วยตนเอง (อุทุมพร จามรมาน, 2544)

1.5 ประเด็นที่ 5 ผลที่ได้จากการวิจัย มีประเด็นสำคัญที่สุดคือ ข้อมูลพื้นฐานเกี่ยวกับการรังแกผู้อื่น รูปแบบ สาเหตุ ผลกระทบ บทบาทของผู้เกี่ยวข้อง แนวทางการป้องกันแก้ไขปัญหารองลงมาคือการรับรู้และมุมมองที่มีต่อการรังแก การจัดการเรียนรู้ในห้องเรียนเพื่อส่งเสริมการแก้ปัญหาการถูกรังแก การจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียนเพื่อแก้ปัญหาการถูกรังแก องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อการรังแกผู้อื่นและผลของการใช้กฎหมายเพื่อคุ้มครองสิทธิผู้ถูกรังแกหรือการช่มเหงรังแก ทั้งนี้การรับรู้ข้อมูลพื้นฐานเกี่ยวกับการรังแกเป็นสิ่งสำคัญในการนำไปสู่การวางแผนแก้ไขปัญหารองลงมา โดยสาเหตุส่วนใหญ่พบว่ามาจากปัญหาด้านครอบครัว ด้านเกมและภาพยนตร์ที่ชื่นชอบ ด้านเทคโนโลยีที่สามารถใช้อินเทอร์เน็ตได้ตลอดเวลาทุกที่ ด้านความภาคภูมิใจในตนเองต่ำด้านความคับข้องใจ และด้านอิทธิพลความรุนแรงจากเพื่อน วิธีการจัดการเมื่อเยาวชนตกเป็นเหยื่อของการถูกรังแกบนโลกไซเบอร์ ส่วนใหญ่จะเจ็บใจกับตัวเองคนเดียว ต่อมาใช้วิธีการลบหรือบล็อก ตอบโต้หรือรังแกกลับทันทีในแบบที่โดนรังแก วิธีการพูดคุย เพื่อเจรจาต่อรอง วิธีการอดทน วิธีการหยุดหรือเลิกใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์นั้น วิธีการที่เยาวชนไม่เลือกใช้ คือ การปรึกษาพ่อแม่ หรือญาติพี่น้อง มีแต่บางคนปรึกษาเพียงเพื่อนสนิทเท่านั้น (ฤทัยชนนี สิทธิชัย และ ฉันทยากร ตุดแก้ว, 2560)

2. การพัฒนาชุดกิจกรรมเพื่อลดพฤติกรรมการรังแก

2.1 นักเรียนมีคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองเพื่อลดพฤติกรรมการรังแกโดยรวมภายหลังการเข้าร่วมฝึกอบรมการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองเพื่อลดพฤติกรรมการรังแกสูงกว่า

ก่อนเข้าร่วมฝึกอบรมอยู่ในระดับสูง เนื่องจาก ชุดกิจกรรมการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองเพื่อลดพฤติกรรมการรังแกเป็นชุดกิจกรรมที่ออกแบบให้ครอบคลุมการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองทั้งทางด้านตนเองและผู้อื่น เพื่อเป้าหมายสำคัญคือการตระหนักและเห็นความสำคัญและใส่ใจในการแสดงออกหรือปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นอย่างสร้างสรรค์และเพื่อการตระหนักถึงความสามารถในตนเองในการป้องกันและรับมือกับการถูกระทำการรังแกด้วยรูปแบบต่างๆ ได้อย่างเหมาะสม

2.2 นักเรียนมีคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองเพื่อลดพฤติกรรมการรังแกด้านตนเอง ภายหลังการเข้าร่วมฝึกอบรมการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองฯ สูงกว่าก่อนเข้าร่วมฝึกอบรมอยู่ในระดับสูง เนื่องจากการทำความเข้าใจตนเองและสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองเป็นเรื่องที่สำคัญและไม่สามารถใช้เวลาเพียงเล็กน้อยหรือระยะเวลาอันสั้น ประกอบกับมีปัจจัยแทรกซ้อนหลายประการในการบ่มเพาะในบุคคลมีทักษะการเห็นคุณค่าในตนเองและสามารถรับมือกับการเผชิญปัญหาและอุปสรรคที่เข้ามาซึ่งแต่ละบุคคลก็แตกต่างกัน แต่จากผลคะแนนเฉลี่ยที่เพิ่มสูงขึ้น แสดงให้เห็นว่าชุดกิจกรรมสามารถเป็นทิศทาง แนวทางและวิธีการสร้างทักษะสู่การเรียนรู้ในการเป็นผู้ที่เห็นคุณค่าในตนเองเพื่อลดพฤติกรรมการรังแกด้านตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ

2.3 นักเรียนมีคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองเพื่อลดพฤติกรรมการรังแกด้านผู้อื่น ภายหลังการเข้าร่วมฝึกอบรมการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองฯ สูงกว่าก่อนเข้าร่วมฝึกอบรมอยู่ในระดับสูงมาก เนื่องจาก ชุดกิจกรรมที่ออกแบบสามารถพัฒนาทักษะการปรับตัว การเรียนรู้ในการปฏิบัติตนต่อกันอย่างเหมาะสมและสันติ รวมถึงสามารถสร้างความตระหนัก การรับรู้ และการตอบสนองต่อผู้อื่นภายใต้พื้นฐานความเข้าใจและยอมรับความแตกต่างระหว่างบุคคลได้สอดคล้องกับงานวิจัยของ รัศมีแสง หนูแป้นน้อย (2561) กล่าวว่า การเห็นคุณค่าในตนเองมีผลต่อพฤติกรรมรังแกกันในนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น และณัฐริกา รอดสถิตย์ (2558) กล่าวว่านักเรียนกลุ่มที่ได้รับ การสอนกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนตามแนวทางสันติวิธีมีพฤติกรรมการใช้ความรุนแรงต่ำกว่ากลุ่มที่ไม่ได้สอนที่ระดับนัยสำคัญ .05 แสดงให้เห็นว่าในทุกกิจกรรมสามารถเชื่อมโยงการเรียนรู้ให้นักเรียนเกิดการเห็นคุณค่าในตนเองเพื่อลดพฤติกรรมการรังแกด้านผู้อื่นได้

2.4 นักเรียนมีคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองเพื่อลดพฤติกรรมการรังแกของนักเรียน ภายหลังการเข้าร่วมฝึกอบรมการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองเพื่อลดพฤติกรรมการรังแกสูงกว่าคะแนนก่อนการเข้าร่วมฝึกอบรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สอดคล้องกับงานวิจัย ชนัฐชารีย์ ชัยวชะอุ่ม (2549) นันทกา ชมพูปุตร (2549) สมร แสงอรุณ (2554) ณัฐริกา รอดสถิตย์ (2558) รัศมีแสง หนูแป้นน้อย (2561) ที่ศึกษาเกี่ยวกับการพัฒนาโปรแกรม กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ เพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองและจัดการกับพฤติกรรมการรังแก ซึ่งสามารถสรุปได้ว่ารูปแบบกิจกรรมที่ผู้วิจัยออกแบบและพัฒนาขึ้นควบคู่กับการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองสามารถลดพฤติกรรมการรังแกของนักเรียนในจังหวัดยะลาได้

2.5 นักเรียนมีคะแนนความพึงพอใจในการเข้าร่วมฝึกอบรมการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองเพื่อลดพฤติกรรมการรังแกโดยรวมอยู่ในระดับมากที่สุด (มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.58) เนื่องจาก นักเรียนรับรู้ถึงความสำคัญในการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองเพื่อลดพฤติกรรมการรังแก และรับรู้ว่าการฝึกอบรมที่เข้าร่วมสามารถพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองเพื่อลดพฤติกรรมการรังแกให้แก่

ตนเองได้ สามารถนำความรู้และทักษะที่ได้ในโปรแกรมไปปรับใช้ได้จริง เพื่อการพัฒนาตนเองและผู้อื่นต่อไป

3. การพัฒนารูปแบบกิจกรรม เพื่อป้องกันพฤติกรรมการรังแกของเยาวชน

3.1 รูปแบบกิจกรรมที่พัฒนาประกอบด้วยกิจกรรมที่หลากหลาย จากการวิจัยพบว่า รูปแบบกิจกรรมที่พัฒนาขึ้น เป็นรูปแบบกิจกรรมกลุ่ม ประกอบด้วย 8 กิจกรรมหลัก ดังนี้ 1) เรียนรู้พื้นฐานพฤติกรรมกรังแกด้วยตนเอง 2) ฝึกทักษะการเผชิญปัญหา 3) เข้าใจตัวตน ลดการรังแก 4) อย่าใหญ่เกินตัว อย่ากลัวเกินพอดี 5) โลกของฉัน 6) Stable Emotion 7) ความเชื่อ (มั่นในตนเอง) 8) The Tower ซึ่งกิจกรรมกลุ่มได้ผ่านการตรวจสอบจากผู้ทรงคุณวุฒิ

3.2 ผลการใช้กิจกรรมกลุ่มการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง เพื่อป้องกันพฤติกรรมกรังแก พบว่า นักเรียนมีคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองหลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสูงกว่าก่อนการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงให้เห็นว่า กิจกรรมกลุ่มการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองที่สร้างขึ้นมีประสิทธิภาพและสามารถพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียน และส่งผลให้นักเรียนสามารถป้องกันพฤติกรรมกรังแกที่จะเกิดขึ้นกับตนเองได้จริง ถือเป็นนวัตกรรมและทางเลือกหนึ่งที่มีประสิทธิภาพในการพัฒนารูปแบบเพื่อป้องกันพฤติกรรมกรังแกของเยาวชน ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ Corey, (2012: 28 อ้างถึงในพัชรภรณ์ ศรีสวัสดิ์และคณะ, 2561); Trotzer, (1999: 23) ที่ศึกษาเกี่ยวกับการใช้โปรแกรมหรือกิจกรรมกลุ่มเพื่อป้องกันพฤติกรรมกรังแก ซึ่งพบว่า นักเรียนที่เข้าร่วมการกิจกรรมกลุ่ม สามารถลดพฤติกรรมกรังแกของตนเองสามารถป้องกันตนเองจากการข่มเหงรังแก และลดการเข้าร่วมการข่มเหงรังแกผู้อื่นได้ ภายหลังจากใช้กิจกรรมกลุ่ม กลุ่มทดลองมีการเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มสูงขึ้นกว่าก่อนการใช้กิจกรรมกลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 เนื่องจาก ผู้วิจัยได้สร้างกิจกรรมกลุ่มการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง เพื่อป้องกันพฤติกรรมกรังแก จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และนำความรู้ทางทฤษฎีเป็นฐานในการวิเคราะห์องค์ประกอบ ระบุนิยามศัพท์เฉพาะในการพัฒนา กำหนดจุดมุ่งหมายเชิงพฤติกรรมที่ต้องการพัฒนา และออกแบบชุดกิจกรรมให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์และบริบทของนักเรียนในพื้นที่ด้วยการออกแบบเนื้อหาของกิจกรรมให้สอดคล้องกับกรอบแนวคิด สารสำคัญเนื้อหา รูปแบบการจัดกิจกรรม สื่อ/อุปกรณ์ และการประเมินผลให้มีความเข้าใจ เข้าถึง เพื่อการพัฒนาได้อย่างเหมาะสม โดยกิจกรรมกลุ่มการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง เพื่อป้องกันพฤติกรรมกรังแกได้แบ่งออกเป็น 2 ด้าน จำนวน 8 กิจกรรม ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเองด้านตนเอง ด้านผู้อื่น สอดคล้องกับ เกษตรชัย และหิม (2561) และวิมลวรรณ ปัญญาว่อง (2562) กล่าวว่า โครงการหรือกิจกรรมป้องกันการรังแกกัน สามารถช่วยลดปัญหาการรังแกกันในโรงเรียนได้ยังมีรูปแบบที่เข้มข้นมาก ก็จะมีประสิทธิผลมากขึ้น และการจัดกิจกรรมกลุ่มเป็นวิธีการหนึ่งที่สามารถป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงต่อการรังแกผู้อื่นของนักเรียนได้ โดยนำการเห็นคุณค่าในตนเองเป็นเนื้อหาหลักในการจัดกิจกรรมกลุ่ม เนื่องจากบุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองเชิงบวก จะมีความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง มีความเคารพตนเอง ยอมรับว่าตนเองว่ามีความสำคัญและมีความสามารถ ส่งผลให้นักเรียนมีการจัดการปัญหาได้ดี ซึ่งส่งผลต่อการลดและป้องกันพฤติกรรมกรังแกของเยาวชน (Will, Walker, Mendoza, & Ainette, 2006) สอดคล้องกับ อรพินทร์ ชูชม, สุภาพร ณะชานันท์ และทัศนากิติ (2555) ที่ศึกษาพบว่าปัจจัยทางจิตลักษณะ ได้แก่ การควบคุมตนเอง การมองโลกในแง่ดี และ

ความเชื่ออำนาจในตนเองมีอิทธิพลต่อภูมิคุ้มกันทางจิต ดังนั้นบุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงจะเป็นบุคคลที่สามารถฝ่าฟันเอาชนะอุปสรรคต่างๆ ในชีวิตได้ และมีทักษะชีวิตและสังคม สามารถดำเนินชีวิตอย่างมีความสุขบนความแตกต่างระหว่างบุคคล

3.3 นักเรียนมีคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองด้านตนเอง หลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสูงกว่าก่อนการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงว่ากิจกรรมกลุ่มการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองด้านตนเองมีประสิทธิภาพ สามารถนำไปใช้ได้จริง และกิจกรรมกลุ่มมีจุดมุ่งหมายเพื่อพัฒนาความคิดบวกต่อตนเองและผู้อื่น ความเชื่อมั่นในตนเอง เชื่อมั่นในความสามารถ และศักยภาพของตนเอง การเข้าใจและยอมรับตนเองตามความเป็นจริง การควบคุมและแสดงออกทางอารมณ์อย่างเหมาะสม โดยกระบวนการจัดกิจกรรมจะเป็นในรูปแบบของการจัดกิจกรรมกลุ่ม นักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมจะได้เรียนรู้ เข้าใจอารมณ์ของตนเองในขณะนั้น ยอมรับและแสดงออกทางอารมณ์ที่เหมาะสม และการเรียนรู้การประคับประคองอารมณ์ความรู้สึกของตนเองและผู้อื่น ซึ่งในการทำกิจกรรมกลุ่มนักเรียนจะได้ร่วมแลกเปลี่ยนความคิด ร่วมพูดคุย กับกลุ่มซึ่งมีแนวทาง หรือมีการเผชิญปัญหาที่คล้ายคลึงกันมีสอดคล้องกับ สกล วรเจริญศรี (2559) และ Cory and Cory, (1997 อ้างถึงใน ดวงฉวี จงรักษ์, 2554) ที่กล่าวว่า การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม หรือการร่วมทำกิจกรรมกลุ่ม (กลุ่มผู้ชมเหงรังแก หรือกลุ่มที่ถูกชมเหงรังแก หรือกลุ่มผู้ที่อยู่ในเหตุการณ์การชมเหงรังแก) เป็นแนวทางในการป้องกันและแก้ไขปัญหาพฤติกรรมการรังแก

จากการทดลองใช้กิจกรรมกลุ่มการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองด้วยชุดกิจกรรมการพัฒนาด้านตนเอง นักเรียนมีการเปลี่ยนแปลงเชิงพฤติกรรมอย่างเห็นได้ชัด ทั้งจากการสังเกต การสัมภาษณ์ การให้ข้อเสนอแนะ และจากการทำแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง โดยจากผลการสังเกตพบว่า นักเรียนมีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมในเชิงความคิดและการแสดงออกอย่างสร้างสรรค์มากขึ้น กล่าวพูด กล่าวคิด กล่าวแสดงความคิดเห็น นักเรียนรับรู้ถึงคุณค่าและความสำคัญของตนเองเพิ่มขึ้น ระบุว่าตนเองมีดี และไม่ด้อยไปกว่าผู้อื่น เข้าใจตนเองมากยิ่งขึ้น รู้จุดเด่นจุดด้อยของตนเองอย่างเปิดใจ ยอมรับ นักเรียนรู้สึกเลิกลูกตัวเอง เลิกลูกผู้อื่น และมีความเข้าใจในตนเองและผู้อื่น ซึ่งจะส่งผลต่อการลดและป้องกันพฤติกรรมการรังแกของเยาวชนได้

3.4 นักเรียนมีคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองด้านผู้อื่น หลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสูงกว่าก่อนการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงว่ากิจกรรมกลุ่มการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองด้านผู้อื่นมีประสิทธิภาพ สามารถนำไปใช้ได้จริง และมีจุดมุ่งหมายเพื่อให้ให้นักเรียนสามารถปรับตัว เรียนรู้ที่จะเข้าหาผู้อื่น และเข้าใจและยอมรับในความแตกต่างระหว่างบุคคล ยอมรับฟังความคิดเห็นของเพื่อน ได้เพื่อนและมีมิตรภาพ มีทักษะการเข้ากลุ่ม เรียนรู้ที่จะอยู่ร่วมกัน สามารถสร้างสัมพันธ์ที่ดี สามารถแสดงบทบาทผู้นำและผู้ตามได้อย่างเหมาะสม และมีความร่วมมือและพลังการทำงานเป็นทีม (Teamwork) ที่ดี นักเรียนต้องแลกเปลี่ยนความคิดเห็น ความร่วมมือ และความสามัคคี นักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมกล่าวว่า ได้แลกเปลี่ยนความรู้และเกิดความสามัคคี ได้เปลี่ยนทัศนคติเกี่ยวกับตนเองและผู้อื่น การเข้าใจและยอมรับผู้อื่นมากขึ้น สอดคล้องกับ Maslow (1970) กล่าวว่า ความต้องการเป็นที่ยอมรับนับถือของบุคคล มี 2 ส่วน คือ การนับถือตนเอง (Self-respect) คือ ความต้องการเป็นผู้ที่มีความเข้มแข็ง มีความสามารถทำสิ่งต่างๆ ให้สำเร็จได้ ต้องการเป็นผู้ที่มีความเชื่อมั่นในตนเอง สามารถพึ่งพาตนเองได้ และมีความเป็นอิสระ และการ

เห็นคุณค่าที่บุคคลอื่นมีให้ (Esteem Other) คือ ความต้องการเป็นที่ยอมรับนับถือจากคนอื่น การมีชื่อเสียง เกียรติยศ ความเด่นดัง การได้รับการยอมรับความสนใจ ได้รับความสำคัญ หรือได้รับคุณค่า และเนื่องจาก มนุษย์เป็นสัตว์สังคม ไม่สามารถอยู่ตามลำพังได้ เมื่อนักเรียนได้ทำกิจกรรมกลุ่มร่วมกัน ส่งผลให้นักเรียน ได้เรียนรู้ผู้อื่นมากขึ้น เข้าใจในความแตกต่างระหว่างบุคคล ซึ่งจะส่งผลต่อการลด และป้องกันพฤติกรรมก้าวร้าวได้ สอดคล้องกับวิมลวรรณ ปัญญาว่อง (2562) กล่าวว่า โครงการหรือ กิจกรรมที่ทำร่วมกัน สามารถช่วยลดปัญหาการรังแกกันในโรงเรียนได้ยังมีรูปแบบที่เข้มข้นมากก็จะมี ประสิทธิภาพมาก และสอดคล้องกับเกษตรชัย และหิม (2561) พบว่า หลังจากที่นักเรียนกลุ่มศึกษามี พฤติกรรมเสี่ยงต่อการรังแก ผู้อื่นลดน้อยลงกว่านักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมปกติของโรงเรียนอย่างมี นัยสำคัญ

จากการทดลองใช้กิจกรรมกลุ่มการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองด้านผู้อื่น จะเห็นได้ชัดว่า นักเรียนรับรู้ว่าคุณค่าในตนเองมีคุณค่า มีความสำคัญต่อเพื่อน สามารถปรับตัวและเรียนรู้ที่จะเข้าหาและทำ ความรู้จักเพื่อนใหม่ต่างห้องต่างโรงเรียนได้ ยอมรับในความคิดเห็นของกันและกัน รับรู้ว่าคุณค่าในตนเองเป็นส่วนหนึ่งและเป็นที่รักของเพื่อน และสามารถเป็นที่ปรึกษาและเป็นเพื่อนที่ดี โดยมีการแสดง พฤติกรรมที่สื่อถึงสัมพันธภาพอันดี มีความสนิทสนม และแลกเปลี่ยนเรียนรู้ซึ่งกันและกัน สามารถ แสดงความเป็นตัวของตัวเองออกมาได้อย่างเปิดเผย นักเรียนรู้สึกมีความสุขที่ได้มีมิตรภาพใหม่ๆ ซึ่งเป็นมิตรภาพที่สามารถอยู่ร่วมกันบนพื้นฐานของความเข้าใจในความแตกต่างทุกด้านที่มี เข้าใจ เห็น ออกเห็นใจ ก่อเกิดความร่วมมือ และรู้สึกเป็นส่วนหนึ่ง เกิดทักษะทางสังคมในการอยู่ร่วมกัน แสดงให้ เห็นว่า กิจกรรมกลุ่มการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองนั้น ซึ่งจะส่งผลต่อการช่วยลดและป้องกัน พฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชนได้

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะจากผลการวิจัย

1. จากผลการวิจัยพบว่า วัตถุประสงค์ในการวิจัยส่วนใหญ่เพื่อศึกษาสาเหตุ ผลกระทบและ วิธีการแก้ไขปัญหามีจำนวนมากที่สุดและเพื่อพัฒนาวิธีการจัดการเรียนรู้และการให้การปรึกษา ทำให้ สามารถศึกษารายละเอียดของงานวิจัยเพื่อนำความรู้ไปใช้ในการจัดการศึกษาระดับต่าง ๆ โดยเฉพาะ การศึกษากับนิสิตนักศึกษาปริญญาตรีที่พบว่าความถี่ของการรังแกในพื้นที่ไซเบอร์ที่มีต่อแนวโน้มที่จะ ใช้รูปแบบการเผชิญปัญหาแบบต่าง ๆ เพิ่มมากขึ้น ซึ่งสามารถป้องกันปัญหาโดยการเสริมสร้างทักษะ ชีวิตให้กับนักศึกษาใหม่ได้

2. แนวทางในการป้องกันแก้ไขปัญหากลั่นแกล้งนั้นควรเริ่มต้นตั้งแต่หน่วยงานหลัก เช่น สถานศึกษาดำเนินการประเมิน คัดกรองและจัดทำแนวทางการช่วยเหลืออย่างเป็นระบบ การอบรม ให้ความรู้ และทำความเข้าใจเกี่ยวกับความแตกต่างระหว่างบุคคลของผู้เรียน การรณรงค์หรือผลักดัน โครงการที่เกี่ยวข้องเพื่อป้องกันปัญหาการรังแก เป็นต้น

3. ผลที่ได้จากการวิจัย สรุปได้ว่า กิจกรรมกลุ่มการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง ทำให้นักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มมีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงขึ้น ซึ่งจะส่งผลต่อการป้องกันพฤติกรรม การรังแกของเยาวชน แต่อย่างไรก็ตาม ควรมีการประเมินเพื่อหาประสิทธิภาพของกิจกรรมกลุ่ม และ

ควรมีการจัดกิจกรรม ประเมิน และติดตามผลอย่างต่อเนื่อง เพื่อให้ผลของการจัดกิจกรรมนั้นเป็นไปอย่างถาวร

ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับวิธีการเผชิญปัญหาเชิงรุกของผู้เรียนเพื่อตรวจสอบความเครียดและการป้องกัน แก้ปัญหาเมื่อเกิดความเครียดของผู้เรียนในปัจจุบัน ซึ่งมีสาเหตุและผลกระทบอย่างมาก

2. การวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพัฒนารูปแบบเพื่อป้องกันพฤติกรรมการรังแก จำเป็นต้องใช้ระยะเวลา ปฏิบัติตนสม่ำเสมอ จึงควรมีกิจกรรม การประเมินผลและติดตามเป็นระยะต่อเนื่อง เพื่อให้เกิดการพัฒนารูปแบบอื่นๆต่อไป

3. การวิจัยครั้งนี้ กลุ่มตัวอย่างคือนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนในพื้นที่จังหวัดยะลา ซึ่งขนาดของกลุ่มตัวอย่างยังน้อยอยู่ คือ จำนวน 6 คน แต่ก็ถือเป็นทิศทางที่ดีและยืนยันว่าชุดกิจกรรมสามารถใช้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ ดังนั้นอาจมีการขยายกลุ่มตัวอย่างให้เพิ่มมากขึ้น แต่ไม่ควรเกินกลุ่มละ 15 – 20 คน เพื่อความสามารถในการควบคุมและจัดสภาพแวดล้อมและบรรยากาศในกระบวนการกลุ่มได้อย่างมีประสิทธิภาพ และควรนำไปใช้อีกครั้งเพื่อสรุปและพัฒนารูปแบบการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองเพื่อลดพฤติกรรมการรังแก ซึ่งสามารถเป็นต้นแบบกิจกรรมในการพัฒนาเยาวชนในพื้นที่จังหวัดยะลาและขยายผลสู่จังหวัดอื่นๆ ต่อไป

บรรณานุกรม

- กรัณท์กรัษ วิทยอภิบาลกุล. (2560). *การพัฒนาโปรแกรมการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนพื้นที่จังหวัดชายแดนภาคใต้*. รายงานวิจัยฉบับสมบูรณ์, คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏยะลา.
- กาญจนา ไชยพันธุ์. (2549). *การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม*. กรุงเทพฯ: โอ.เอส. พรินติ้ง เฮ้าส์.
- เกษตรชัย และหิม และคณะ. (2555). *รายงานวิจัยฉบับสมบูรณ์ โครงการพฤติกรรมกรรมการรังแกผู้อื่นของนักเรียนโรงเรียนเอกชนสอนศาสนาอิสลาม จังหวัดปัตตานี*. ได้รับทุนสนับสนุนวิจัยจากสำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย (สกว.)
- เกษตรชัย และหิม. (2560). *สภาพปัญหาการคัดกรองและป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงต่อการรังแกผู้อื่นของนักเรียนโรงเรียนเอกชนสอนศาสนาอิสลามในจังหวัดยะลา*. **วารสารปริชาต มหาวิทยาลัยทักษิณ**, 30(2): กรกฎาคม - ธันวาคม.
- เกษตรชัย และหิม. (2561). *การพัฒนารูปแบบการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงต่อการรังแกผู้อื่นของนักเรียนโรงเรียนเอกชนสอนศาสนาอิสลามในจังหวัดยะลา*. **วารสารศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์**, 10(1): มกราคม - มิถุนายน.
- จุไรรัตน์ พงษ์ดัด. (2556). *รูปแบบการรังแกกันและการจัดการปัญหาการรังแกของนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 4 – 6 โรงเรียนเขตปริมณฑล*. ปรินญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาประชากรศึกษา, มหาวิทยาลัยมหิดล.
- ดวงมณี จงรักษ์. (2554). *เอกสารคำสอนการปรึกษาแบบกลุ่ม*. ปัตตานี: คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์
- ฉันทากร ตุดเกื้อ. (2562). *แนวทางการป้องกันพฤติกรรมกรรมการรังแกบนโลกโซเชียลของนักเรียนมัธยมศึกษาในสามจังหวัดชายแดนภาคใต้*. **วารสารพฤติกรรมศาสตร์เพื่อการพัฒนา**, 11(1): 91 – 106.
- ฉัตรรัตน์ ปุณณะชัยคีรีและคณะ. (2558). *กลยุทธ์ในการแก้ปัญหาการถูกรังแกของเด็กนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย*. **วารสารสมาคมนิตแพทย์แห่งประเทศไทย**, 60(4): 275-286.
- นันทกฤต โรตมนันทกฤต. (2556). *พฤติกรรมการสื่อสารข้ามวัฒนธรรมกับการชมเชยรังแกในสถานศึกษา*. ปรินญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชานิเทศศาสตร์ คณะนิเทศศาสตร์, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- พัชรภรณ์ ศรีสวัสดิ์และคณะ. (2561). *การพัฒนาแบบการป้องกันการชมเชยรังแกในโรงเรียน*. **วารสารมหาวิทยาลัยศิลปากร ฉบับภาษาไทย**, 11(1): 3653-3667.
- วิมลวรรณ ปัญญาว่อง. (2562). *การป้องกันและจัดการการรังแกกันในโรงเรียน*. **วารสารสุขภาพจิตแห่งประเทศไทย**, 27(2): 133 – 144.
- ศิริไชย หงส์สงวนศรี และนางพะงา ลิมสุวรรณ. (มปป). *Aggression and Violence in Adolescents*. [อินเทอร์เน็ต]. [สืบค้นเมื่อ 1 มีนาคม 2653.]. จาก www.rcpsych.org/cap/detail_articleldr.php?news_id=52

- ศิริไชย หงส์สงวนศรี และอัมพล สุอัมพันธ์. (2555). Aggressive and violent behaviors in Adolescent. ใน: วิโรจน์ อารีย์กุล, ศิริไชยหงส์สงวนศรี, สุริยเดว ทรีปาตี, บุญยิ่ง มานะบริบูรณ์, รสวันต์ อาริมิตร, จิราภรณ์ประเสริฐวิทย์, และสุภิญญา อินอิว (บรรณาธิการ), *Practice Points in Adolescent Health Care*. กรุงเทพฯ: เอ-พลัส พริน. สกล วรเจริญศรี (2559). *การข่มเหงรังแก. สารานุกรมศึกษาศาสตร์*, 51: 13-20.
- สมร แสงอรุณ. (2554). *การศึกษาและพัฒนากลยุทธ์การป้องกันตนเองจากการถูกข่มเหงรังแกของนักเรียนวัยรุ่นโดยการให้คำปรึกษากลุ่ม*. ปรินญาการศึกษาดุสิตบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- สมบัติ ตาปัญญา. (2550). รายงานผลการศึกษาระดับสมบูรณ โครงการวิจัย การศึกษาเพื่อพัฒนารูปแบบแนวทางการป้องกันความรุนแรงต่อเด็กแบบยั่งยืน ปีที่ 2 [The development of sustainable bullying prevention in children, 2nd year] [อินเทอร์เน็ต]. [สืบค้นเมื่อวันที่ 1 มีนาคม 2563]. จาก: [http:// resource.thaihealth.or.th/library/12064](http://resource.thaihealth.or.th/library/12064) Thai.
- สวณีย์ สุขเจริญ. (2553). *ผลของการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อจัดการความโกรธของวัยรุ่น*. ปรินญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- อรพินทร์ ชูชม, สุภาพร ธนะชานันท์ และทัศนาก ทอภักดี. (2555). ปัจจัยเชิงเหตุและผลของภูมิคุ้มกันทางจิตของเยาวชน. *วารสารพฤติกรรมศาสตร์*. 18(2): 1 – 15.
- Berger, K. S. (2007). *Update on Bullying: Science Forgotten? Developmental Review*. 27: 90 – 126.
- Coloroso, B. (2003). *The Bully, the Bullied, and the Bystander: From Pre-school to High School: How Parents and Teachers can Help break the cycle of violence*. New York: Harper Collins.
- Hunt et al (2014). *Student Survey of Bullying : Preliminary Development and Result from Six elementary School*. Research Report Number 1. Georgia State Universit.
- Kowalski, R. M., Limber, S. P., & Agatston, P. W. (2012). *Cyberbullying: Bullying in the digital age (2nd ed.)*. Wiley-Blackwell.
- Kristensen SM, Smith PK. (2003). *The use of coping strategies by Danish children classed as bullies, victims, bully/victims and not involved, in response to different types of bullying*. *Scand J Psychology*, 44: 479-88
- Meyers, Megan. (2013). *WHAT IS BULLYING?*. Retrieved September 8, 2016, from <http://www.meganmeierfoundation.org/whatisbullying.html>
- Maslow, A.H. (1970). *Motivation and Personality*. (2nd ed). New York: Harper and Row, Publisher Inc.
- Olweus, D. (1994). *Bullying at school: What we know and what we can do*. Oxford, UK: Blackwell Publisher.

- Rigby, K. (2008). *Children and Bullying: How Parents and Educators Can Reduce Bullying at School*. Massachusetts: Blackwell Publishing.
- Sullivan, K., Cleary, M. & Sullivan, G. (2004). *Bullying in Secondary Schools and How to Manage It*. Thousand Oaks: Corwin Press Inc.
- Will, T.A., Walker, C., Mendoza, D., & Ainette, M.G. (2006). Behavior and emotional self control: Relation to substance use in samples of middle and high school students. *Psychology of Addictive Behavior*, 20(3): 256 – 278.

ประวัติคณะผู้วิจัย

ชื่อ-นามสกุล (ภาษาไทย)	นางกรัณษกร์ วิทยอภิบาลกุล (หัวหน้าโครงการย่อยที่ 2)
ชื่อ-นามสกุล (ภาษาอังกฤษ)	Mrs. Karantharak Vitaya-Apibalkul
ตำแหน่ง	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ประจำสาขาวิชาจิตวิทยา
หน่วยงานที่สังกัด	สาขาวิชาจิตวิทยา คณะครุศาสตร์
ที่อยู่	สาขาวิชาจิตวิทยา คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏยะลา 133 ถนนเทศบาล 3 ตำบลสะเตง อำเภอเมือง จังหวัดยะลา 95000
โทรศัพท์	091-0487893
อีเมล	karantharak.v@yru.ac.th

ประวัติการศึกษา

ปริญญาตรี	การศึกษาระดับบัณฑิต (เกียรตินิยมอันดับ 1) (จิตวิทยาและการแนะแนว) มหาวิทยาลัยทักษิณ
ปริญญาโท	วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต (จิตวิทยาอุตสาหกรรมและองค์การ) มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

ความเชี่ยวชาญ

จิตวิทยา การเห็นคุณค่าในตนเอง

ผลงานวิจัย/ประสบการณ์ที่เกี่ยวข้องกับการวิจัย

- งานวิจัย “คุณลักษณะงาน ความสมดุลระหว่างชีวิตและการทำงาน บุคลิกภาพห้ำ
องค์ประกอบที่มีต่อความผูกพันต่อองค์กร ของพนักงานระดับปฏิบัติการ บริษัทผลิตบรรจุภัณฑ์
แก้วแห่งหนึ่ง” (วิทยานิพนธ์ปริญญาโท ปี พ.ศ. 2553)
- งานวิจัย “ผลของการใช้ E-learning ในการเรียนการสอนที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการ
เรียนของนักศึกษาคณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏยะลา” (พ.ศ. 2554)
- งานวิจัย “ปัจจัยที่ส่งผลต่อการมีจิตอาสาของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏใน 3
จังหวัดชายแดนภาคใต้” (พ.ศ. 2555)
- งานวิจัย “การติดตามผลบัณฑิตและความพึงพอใจของผู้ใช้บัณฑิตคณะครุศาสตร์
มหาวิทยาลัยราชภัฏยะลา ที่สำเร็จปีการศึกษา 2555” (พ.ศ. 2556)
- งานวิจัย “ความสมดุลระหว่างชีวิตและการทำงาน กรณีศึกษา: มหาวิทยาลัยราชภัฏ
5 จังหวัดชายแดนภาคใต้” (พ.ศ. 2559)
- งานวิจัย “การพัฒนาโปรแกรมการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองของเยาวชนใน
พื้นที่จังหวัดชายแดนภาคใต้” (พ.ศ. 2560)

7. บทความ “ผลการใช้โปรแกรมการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง ของเยาวชนในพื้นที่จังหวัดชายแดนภาคใต้” (วารสารศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี ปีที่ 29 ฉบับที่ 1 (มกราคม – เมษายน 2561)

8. งานวิจัย “การบูรณาการจัดการเรียนการสอนโดยใช้รูปแบบการแสดงบทบาทสมมติ ในรายวิชาจิตวิทยาสำหรับครู เพื่อพัฒนาการรับรู้ความสามารถของตนเองและการเห็นคุณค่าในตนเอง ของนักศึกษา ชั้นปีที่ 2 คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏยะลา ประจำปีภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2561” (2562)

ชื่อ-นามสกุล (ภาษาไทย) นางสาวนุรฟิตตรี หะยีดารีโย (หัวหน้าโครงการย่อยที่ 1)

ชื่อ-นามสกุล (ภาษาอังกฤษ) Ms.Nurfitthree Hayeedareeyor

ตำแหน่ง อาจารย์ประจำสาขาจิตวิทยา

หน่วยงานที่สังกัด สาขาวิชาจิตวิทยา คณะครุศาสตร์

ที่อยู่ สาขาวิชาจิตวิทยา คณะครุศาสตร์

มหาวิทยาลัยราชภัฏยะลา

133 ถนนเทศบาล 3 ตำบลสะเตง

อำเภอเมือง จังหวัดยะลา 95000

โทรศัพท์ 089-2982801

อีเมล nurfitthree.h@yru.ac.th

ประวัติการศึกษา

ปริญญาตรี ศิลปศาสตรบัณฑิต (ศึกษาศาสตร์) (จิตวิทยาการปรึกษาและการแนะแนว)

เกียรตินิยมอันดับ 1 มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี

ปริญญาโท วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต (จิตวิทยาอุตสาหกรรมและองค์การ)

มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

ความเชี่ยวชาญ

จิตวิทยา สมดุลระหว่างชีวิตและการทำงาน

ผลงานวิจัย/ประสบการณ์ที่เกี่ยวข้องกับการวิจัย

1. โครงการวิจัย ภาวะผู้นำ จิตวิญญาณในที่ทำงาน สมดุลระหว่างชีวิตและการทำงาน กับ ผลการปฏิบัติงานของพนักงานระดับปฏิบัติการ ธนาคารอิสลามแห่งประเทศไทย (สำนักงานใหญ่) (2559)

2. วิจัยเรื่อง ความสมดุลระหว่างชีวิตและการทำงานของบุคลากรสายสนับสนุน สถาบันอุดมศึกษาในสังคมพหุวัฒนธรรมสามจังหวัดชายแดนภาคใต้ (2561)

ชื่อ-นามสกุล (ภาษาไทย) นายกฤษณา กุณฑล (ผู้ร่วมวิจัย)
 ชื่อ-นามสกุล (ภาษาอังกฤษ) Mr. Krisda Kunthon
 ตำแหน่ง คณบดี คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏยะลา
 หน่วยงานที่สังกัด สาขาวิชาจิตวิทยา คณะครุศาสตร์
 ที่อยู่ สาขาวิชาจิตวิทยา คณะครุศาสตร์
 มหาวิทยาลัยราชภัฏยะลา
 133 ถนนเทศบาล 3 ตำบลสะเตง
 อำเภอเมือง จังหวัดยะลา 95000
 โทรศัพท์ 073 299626
 อีเมล eduyru@gmail.com

ประวัติการศึกษา

ปริญญาตรี ศิลปศาสตรบัณฑิต สาขาวิชา ภาษาไทย มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์
 ปริญญาโท ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา
 มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์
 ปริญญาเอก ปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชา หลักสูตรและการสอน
 มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

ความเชี่ยวชาญ จิตวิทยา

ชื่อ-นามสกุล (ภาษาไทย) นายกอบเดช อัสสะกะละ (ผู้ร่วมวิจัย)
 ชื่อ-นามสกุล (ภาษาอังกฤษ) Mr.Kordej Arsakala
 ตำแหน่ง อาจารย์
 หน่วยงานที่สังกัด คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏยะลา
 ที่อยู่ 133/184 มหาวิทยาลัยราชภัฏยะลา อำเภอเมือง จังหวัดยะลา
 โทรศัพท์ 073 299626
 อีเมล kordej.a@yru.ac.th

ประวัติการศึกษา

ปริญญาตรี ศึกษาศาสตรบัณฑิต สาขาวิชา จิตวิทยาและการแนะแนว
 มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์
 ปริญญาโท ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา
 มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์
 ปริญญาเอก ปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชา หลักสูตรและการสอน
 มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
 ความเชี่ยวชาญ จิตวิทยา

ชื่อ-นามสกุล (ภาษาไทย) นายวราห์ เทพณรงค์ (ผู้ร่วมวิจัย)
 ชื่อ-นามสกุล (ภาษาอังกฤษ) Mr. Wara Thepnarong
 ตำแหน่ง อาจารย์ (พนักงานมหาวิทยาลัย สายวิชาการ)
 หน่วยงานที่สังกัด สาขาการประถมศึกษา คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏยะลา
 ที่อยู่ 133 ถนนเทศบาล 3 ตำบลสะเตง
 อำเภอเมือง จังหวัดยะลา 95000
 โทรศัพท์ 092-279-0579
 อีเมล Wara.t@yru.ac.th

ประวัติการศึกษา

ปริญญาตรี ปริญญาตรีศึกษาศาสตร์บัณฑิต (แขนงวิชาดนตรีไทยและดนตรีตะวันออก
 วิทยาลัยดุริยางคศิลป์) มหาวิทยาลัยมหิดล
 ปริญญาโท ปริญญาศิลปมหาบัณฑิต (สาขาวิชาดุริยางคศิลป์ไทย)
 สถาบันบัณฑิตพัฒนศิลป์ กระทรวงวัฒนธรรม
 ความเชี่ยวชาญ การสอนดนตรี

ผลงานวิจัย/ประสบการณ์ที่เกี่ยวข้องกับการวิจัย

1. งานวิจัย โน้ตเพลงไทยสำนักพาทย์รัตน์ (วิทยานิพนธ์ปริญญาโท ปี พ.ศ. 2553)
2. บทความวิชาการ การพัฒนากิจกรรมทักษะด้านดนตรีจากเพลงเด็กตามแนวทางของโซล
 ตาล โคดาเย (Zoltan Kodaly) สำหรับครูประถมศึกษา (การประชุมวิชาการระดับชาติและนานาชาติ
 ด้านอิสลามศึกษาและการศึกษาเพื่อการพัฒนาครั้งที่ 2, 14-15 มีนาคม 2562: มหาวิทยาลัยราชภัฏ
 ยะลา)