

ผลการใช้ชุดฝึกอบรมทางจิตวิทยาเพื่อพัฒนาหน้าที่การบริหารจัดการสมอง
ของนักเรียนที่มีพฤติกรรมก้าวร้าว ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2
ในโรงเรียนแห่งหนึ่ง

นายศุภสวัสดิ์ กาญจวิจิต

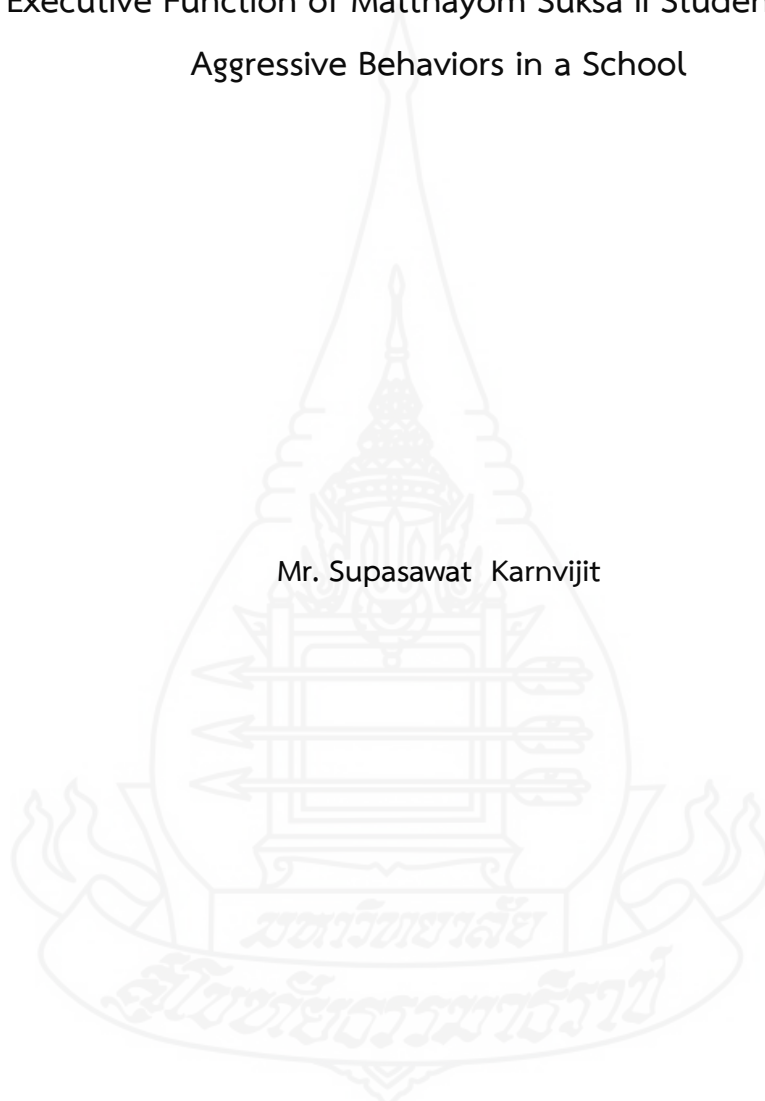


วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต
แขนงวิชาการแนะแนวและการปรึกษาเชิงจิตวิทยา สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช

พ.ศ. 2563

The Effects of Using a Psychological Training Package for Enhancing
Executive Function of Matthayom Suksa II Students with
Aggressive Behaviors in a School

Mr. Supasawat Karnvijit



A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements for
the Degree of Master of Educational in Guidance and Psychological Counseling
School of Educational Studies

Sukhothai Thammathirat Open University

2020

หัวข้อวิทยานิพนธ์ ผลการใช้ชุดฝึกอบรมทางจิตวิทยาเพื่อพัฒนาหน้าที่การบริหารจัดการสมองของ
นักเรียนที่มีพฤติกรรมก้าวร้าว ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ในโรงเรียนแห่งหนึ่ง

ชื่อและนามสกุล นายศุภสวัสดิ์ กาญจจิตร

แขนงวิชา การแนะแนวและการปรึกษาเชิงจิตวิทยา

สาขาวิชา ศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช

อาจารย์ที่ปรึกษา 1. รองศาสตราจารย์ พันตำรวจโทหญิง ดร.สุخورุณ วงษ์ทิม
2. อาจารย์ ดร.จิระสุข สุขสวัสดิ์

วิทยานิพนธ์นี้ ได้รับความเห็นชอบให้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรระดับปริญญาโท เมื่อวันที่ 23 กุมภาพันธ์ 2564

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์



..... ประธานกรรมการ

(รองศาสตราจารย์ ดร.พัชราภรณ์ ศรีสวัสดิ์)



..... กรรมการ

(รองศาสตราจารย์ พันตำรวจโทหญิง ดร.สุخورุณ วงษ์ทิม)



..... กรรมการ

(อาจารย์ ดร.จิระสุข สุขสวัสดิ์)



..... ประธานกรรมการบัณฑิตศึกษา

(รองศาสตราจารย์ ดร.เทพศักดิ์ บุญรัตน์)

ชื่อวิทยานิพนธ์ ผลการใช้ชุดฝึกอบรมทางจิตวิทยาเพื่อพัฒนาหน้าที่การบริหารจัดการสมองของ

นักเรียนที่มีพฤติกรรมก้าวร้าว ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ในโรงเรียนแห่งหนึ่ง

ผู้วิจัย นายศุภสวัสดิ์ กาญจจิตร **รหัสนักศึกษา** 2612800520 **ปริญญา** ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต
(การแนะแนวและการปรึกษาทางจิตวิทยา) **อาจารย์ที่ปรึกษา** (1) รองศาสตราจารย์ พันตำรวจโทหญิง
ดร. สุขอรุณ วงษ์ทิม (2) อาจารย์ ดร.จิระสุข สุขสวัสดิ์ **ปีการศึกษา** 2563

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ (1) เปรียบเทียบหน้าที่การบริหารจัดการสมองของนักเรียนที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวก่อนและหลังการใช้ชุดฝึกอบรมทางจิตวิทยาเพื่อพัฒนาหน้าที่การบริหารจัดการสมอง และ (2) เปรียบเทียบหน้าที่การบริหารจัดการสมองของนักเรียนที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวที่ใช้ชุดฝึกอบรมทางจิตวิทยาเพื่อพัฒนาหน้าที่การบริหารจัดการสมองกับนักเรียนที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวที่ไม่ใช่ชุดฝึกอบรมทางจิตวิทยาเพื่อพัฒนาหน้าที่การบริหารจัดการสมอง

กลุ่มตัวอย่าง คือนักเรียนที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวในระดับมัธยมศึกษาปีที่ 2 ของโรงเรียนแห่งหนึ่ง ที่มีคะแนนจากแบบสังเกตพฤติกรรมก้าวร้าวในระดับมากที่สุดจนถึงระดับปานกลาง จำนวน 16 คน จากนั้นจึงสุ่มตัวอย่างอย่างง่าย เพื่อแบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 8 คน เท่ากัน กลุ่มทดลองใช้ชุดฝึกอบรมทางจิตวิทยา จำนวน 11 ครั้ง ครั้งละ 60 นาที กลุ่มควบคุมดำเนินชีวิตตามปกติ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยได้แก่ (1) แบบวัดหน้าที่การบริหารจัดการสมอง (2) แบบสังเกตพฤติกรรมก้าวร้าว และ (3) ชุดฝึกอบรมทางจิตวิทยาเพื่อพัฒนาหน้าที่การบริหารจัดการสมอง สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่ามัธยฐาน ค่าเบี่ยงเบนควอไทล์ การทดสอบวิลคอกซัน และการทดสอบแมนนิตนีย์

ผลการวิจัยปรากฏว่า (1) ภายหลังจากใช้ชุดฝึกอบรมทางจิตวิทยาเพื่อพัฒนาหน้าที่การบริหารจัดการสมอง นักเรียนมีหน้าที่การบริหารจัดการสมองสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ (2) ภายหลังจากใช้ชุดฝึกอบรมทางจิตวิทยาเพื่อพัฒนาหน้าที่การบริหารจัดการสมอง นักเรียนมีหน้าที่การบริหารจัดการสมองสูงขึ้นกว่านักเรียนที่ไม่ใช่ชุดฝึกอบรมทางจิตวิทยา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

คำสำคัญ ชุดฝึกอบรมทางจิตวิทยา หน้าที่การบริหารจัดการสมอง พฤติกรรมก้าวร้าว
มัธยมศึกษา

Thesis title: The Effects of Using a Psychological Training Package for Enhancing Executive Function of Matthayom Suksa II Students with Aggressive Behaviors in a School

Researcher: Mr. Supasawat Karnvijit; **ID:** 2612800520;

Degree: Master of Education (Guidance and Psychological Counseling);

Thesis advisors: (1) Police Lieutenant Colonel Dr. Sukaroon Wongtim, Associate Professor; (2) Dr. Jirasuk Suksawat; **Academic year:** 2020

Abstract

The purposes of this research were (1) to compare the executive brain function levels of students with aggressive behavior before and after using a psychological training package for enhancing executive brain function; and (2) to compare the executive brain function level of students with aggressive behaviour who used psychological training package and students with aggressive behavior students without using the package.

The sample consisted of 16 students in Mathayom Suksa II of a school, who had aggressive behavior scores as assessed by an aggressive behaviour observation form at the highest to moderate levels. Then, they were randomly assigned into an experimental group and a control group, with 8 students in each group. The experimental group used a psychological training package for enhancing executive brain function consisting of 11 sessions each with 60 minutes in each session, while the control group students lived in the normal lifestyle. The employed research instruments were (1) a measurement form to assess executive brain function; (2) an observation form to assess aggressive behaviour; and (3) a psychological training package for enhancing executive brain function. Statistics for data analysis were median, inter-quartile deviation, Wilcoxon matched-pairs signed-ranks test, and Mann-Whitney U Test.

Research findings revealed that (1) after using the psychological training package for enhancing executive brain function, the students with aggressive behavior had higher executive brain function with statistical significance at .05 level; and (2) after using the psychological training package for enhancing executive brain function, the students with aggressive behavior had executive brain function higher than the students who did not use the package with statistical significance at .05 level.

Keywords: Psychological Training Package, Executive Brain Function, Aggressive Behaviour, High School Students

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงได้ดีด้วยความกรุณา และการเอาใจใส่จาก รองศาสตราจารย์ พันตำรวจโทหญิง ดร.สุชอรุณ วงษ์ทิม และอาจารย์ ดร.จิระสุข สุขสวัสดิ์ ซึ่งท่านเป็นอาจารย์ที่ปรึกษา วิทยานิพนธ์ ที่กรุณาสละเวลาในการให้คำปรึกษา แนะนำแก้ไขข้อบกพร่องของงาน และให้กำลังใจแก่ผู้วิจัย มาโดยตลอด รวมทั้ง รองศาสตราจารย์ ดร.พัชราภรณ์ ศรีสวัสดิ์ เป็นประธานคณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ ที่กรุณาให้คำแนะนำอันเป็นประโยชน์อย่างยิ่งต่อการปรับแก้ไขงานวิจัย จนทำให้วิทยานิพนธ์ฉบับนี้มีความ สมบูรณ์เพิ่มขึ้น

ขอขอบพระคุณ อาจารย์จุฑามาศ ชูจันทร์ คุณครูประภาศรี ไกรนรา คุณครูชุติมา คำแก้ว คุณครูวันดี หอมชื่น และ คุณรัตติยาภรณ์ ทองถวิล ที่กรุณาเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือที่ใช้ใน การวิจัย ได้ให้คำแนะนำ และตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมืองานวิจัยสมบูรณ์

ขอขอบพระคุณ ผู้อำนวยการโรงเรียนมัธยมแห่งหนึ่งในอำเภอพระแสง อำเภอเวียงสระ จังหวัดสุราษฎร์ธานี ที่ให้ความร่วมมือเป็นอย่างดีในการทดลองและการเก็บรวบรวมข้อมูล จนทำให้ ผลการวิจัยสำเร็จลุล่วงด้วยดี

ขอขอบพระคุณ รองผู้อำนวยการโรงเรียนมัธยมแห่งหนึ่งในอำเภอเวียงสระ คุณครูกลุ่มงาน พัฒนาผู้เรียน และคุณครูผู้สอนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นโรงเรียนมัธยมแห่งหนึ่งในอำเภอเวียงสระ ที่ให้ ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามและการบันทึกคะแนนในแบบสังเกตพฤติกรรมเป็นอย่างดีจนทำให้ ผลการวิจัยสำเร็จลุล่วงด้วยดี

ขอขอบพระคุณคณาจารย์สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ที่ให้โอกาสในการศึกษา และขอขอบคุณเจ้าหน้าที่สาขาวิชาศึกษาศาสตร์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ที่สนับสนุนช่วยเหลือในการศึกษาจนจบหลักสูตร

ท้ายที่สุดผู้วิจัยขออัญมูชาพระคุณมารดา ที่อยู่เคียงข้างผู้วิจัยมาโดยตลอด เข้าใจและเป็น กำลังใจสำคัญ ทำให้มีพลังใจในการทำวิจัยได้สำเร็จลุล่วงเป็นอย่างดี

ศุภสวัสดิ์ กาญจวิจิต

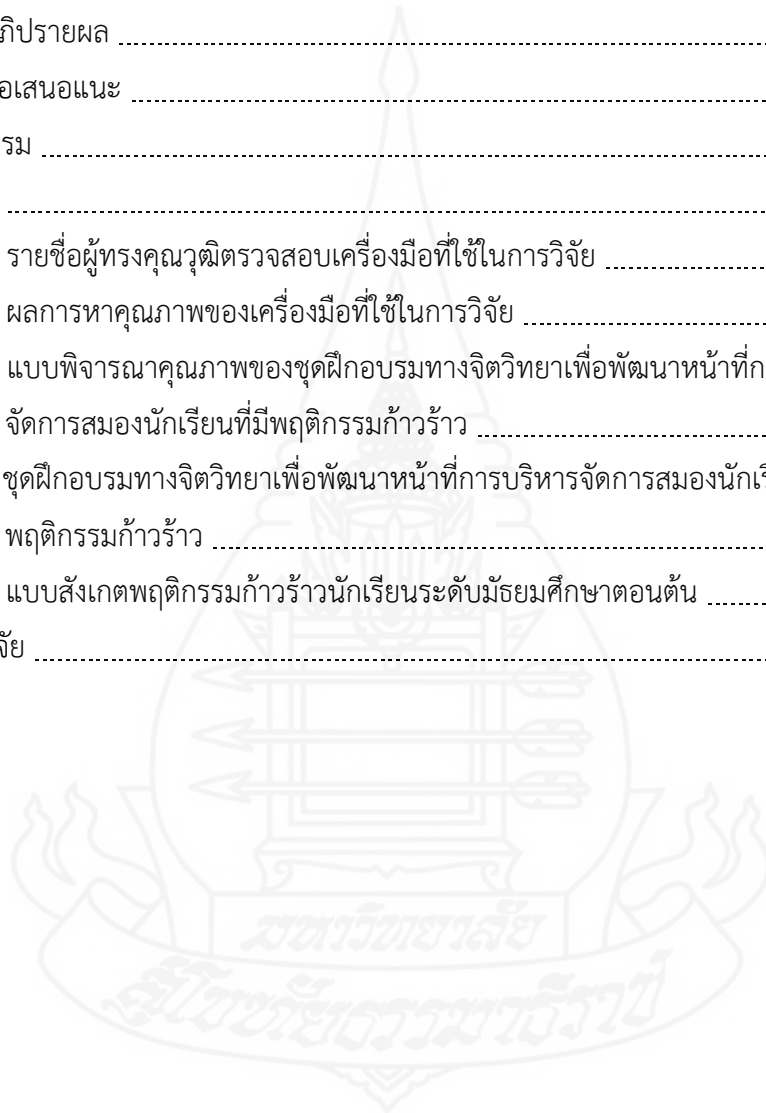
กุมภาพันธ์ 2564

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	จ
กิตติกรรมประกาศ	ฉ
สารบัญตาราง	ณ
สารบัญภาพ	ญ
บทที่ 1 บทนำ	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
วัตถุประสงค์การวิจัย	4
สมมติฐานการวิจัย	4
ขอบเขตการวิจัย	4
กรอบแนวคิดการวิจัย	5
นิยามศัพท์เฉพาะ	6
ประโยชน์ที่ได้รับ	7
บทที่ 2 วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง	9
วรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับการบริหารจัดการสมอง	10
วรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับชุดฝึกอบรมทางจิตวิทยา	16
วรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมก้าวร้าว	31
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	33
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย	48
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	48
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	48
การเก็บรวบรวมข้อมูล	52
การวิเคราะห์ข้อมูล	53
สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล	54
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	55
สัญลักษณ์และอักษรย่อที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล	55
การเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล	55
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	56

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
บทที่ 5 สรุปการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	59
สรุปการวิจัย	59
อภิปรายผล	62
ข้อเสนอแนะ	67
บรรณานุกรม	68
ภาคผนวก	75
ก รายชื่อผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	76
ข ผลการหาคุณภาพของเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	79
ค แบบพิจารณาคุณภาพของชุดฝึกอบรมทางจิตวิทยาเพื่อพัฒนาหน้าที่การบริหาร จัดการสมองนักเรียนที่มีพฤติกรรมก้าวร้าว	81
ง ชุดฝึกอบรมทางจิตวิทยาเพื่อพัฒนาหน้าที่การบริหารจัดการสมองนักเรียนที่มี พฤติกรรมก้าวร้าว	85
จ แบบสังเกตพฤติกรรมก้าวร้าวนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น	104
ประวัติผู้วิจัย	108



สารบัญตาราง

	หน้า
ตารางที่ 3.1 ตัวอย่างชุดฝึกอบรมทางจิตวิทยาเพื่อพัฒนาหน้าที่การบริหารจัดการสมอง ของนักเรียนที่มีพฤติกรรมก้าวร้าว	50
ตารางที่ 4.1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง	56
ตารางที่ 4.2 การเปรียบเทียบหน้าที่การบริหารจัดการสมองของนักเรียนที่มีพฤติกรรม ก้าวร้าวก่อนการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม	56
ตารางที่ 4.3 การเปรียบเทียบหน้าที่การบริหารจัดการสมองของนักเรียนที่มีพฤติกรรม ก้าวร้าวกลุ่มทดลองก่อนและหลังการใช้ชุดฝึกอบรมทางจิตวิทยาเพื่อพัฒนา หน้าที่การบริหารจัดการสมอง (n = 8)	57
ตารางที่ 4.4 การเปรียบเทียบหน้าที่การบริหารจัดการสมอง ภายหลังการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม (n = 8)	58



ญ

สารบัญภาพ

หน้า

ภาพที่ 1.1 กรอบแนวคิดในการวิจัย 5



บทที่ 1

บทนำ

1. ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

มนุษย์คือสิ่งมีชีวิตที่ประเสริฐที่สุดบนโลกใบนี้ เพราะมนุษย์มีความคิด มีวัฒนธรรม มีการบริหารจัดการชีวิตอย่างเป็นระเบียบแบบแผน ใช้ชีวิตร่วมกันเป็นสังคมขนาดใหญ่ โดยมีการวางแผนการใช้ชีวิตไว้ล่วงหน้าเสมอ จึงส่งผลให้ข้อผิดพลาดในการใช้ชีวิตเกิดขึ้นได้น้อย มนุษย์เรียนรู้การใช้ชีวิตจากการประสบการณ์ที่ผ่านเข้ามาในช่วงเวลาต่าง ๆ สิ่งสำคัญที่ทำให้พวกเขาสามารถมีกระบวนการเรียนรู้ที่มีความมีประสิทธิภาพได้ คือ จิตใจ และ สมอ ซึ่งเป็นส่วนที่สำคัญที่สุดชีวิตของมนุษย์ จิตใจมีหน้าที่ในการสร้างความรู้สึกนึกคิดต่าง ๆ ให้กับมนุษย์ และ สมอ มีหน้าที่ในการบริหารจัดการความคิดและกำหนดพฤติกรรมรูปแบบต่าง ๆ ออกมา หากสมอมีการบริหารจัดการที่ดี พฤติกรรมของมนุษย์ที่ออกมาย่อมเป็นประโยชน์ต่อสังคม แต่หากมีการบริหารจัดการสมอไม่ดี พฤติกรรมที่แสดงออกมามักจะเป็นรูปแบบที่เป็นโทษต่อสังคม เช่น พฤติกรรมก้าวร้าว หรือ พฤติกรรมรุนแรงต่าง ๆ ฉะนั้นการบริหารจัดการสมอของมนุษย์จึงมีความสำคัญมาก ซึ่งทักษะการบริหารจัดการสมอ คือ ชุดกระบวนการทางความคิดที่ช่วยให้เราวางแผนมุ่งใจจดจ่อ จำคำสั่ง และจัดการกับงานหลาย ๆ อย่างให้ลุล่วงเรียบร้อยได้ สามารถจัดลำดับความสำคัญของงานวางแผนเป้าหมายและทำไปเป็นขั้นตอนจนสำเร็จ รวมทั้งควบคุมแรงอยาก แรงกระตุ้นทั้งหลาย ไม่ให้สนใจไปนอกกลุ่มนอกทาง เหมือนกับระบบควบคุมการบินทางอากาศในสนามบินที่ต้องจัดการกับเที่ยวบินขาเข้าขาออก จำนวนหลายสิบเที่ยวในเวลาเดียวกัน คือ ทักษะที่เราใช้ในการจัดการกับการเรียนรู้ของเราเอง เป็นทักษะที่มีความสำคัญยิ่งยวด ทั้งต่อความสำเร็จในการเรียน การทำงาน อาชีพ และการสร้างความสัมพันธ์ กับคนอื่น ๆ (สุภาวดี หาญเมธี, 2011) และ ที่สำคัญการบริหารจัดการสมอของมนุษย์ต้องเริ่มฝึกฝนตั้งแต่ในช่วงวัยเด็กเพื่อให้มีพัฒนาการด้านสมอที่สมบูรณ์กลายเป็นประสบการณ์ที่ถูกสะสมไว้อย่างต่อเนื่องใช้ในการต่อยอดเข้าสู่วัยผู้ใหญ่ได้อย่างสมบูรณ์แบบ และเป็นประโยชน์ต่อสังคมของมนุษย์

ทักษะการบริหารจัดการสมอ (EF : Executive Functions) เป็นการส่งเสริมให้เด็กการคิดเป็น ทำเป็น เรียนรู้เป็น แก้ปัญหาเป็น และปรับตัวเพื่ออยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข คือการฝึกทักษะสมอสำคัญที่เรียกว่า EF หรือ Executive Functions คือ ทักษะการบริหารจัดการตนเองขั้นสูง เป็นกระบวนการทางความคิดระดับสูงของสมองส่วนหน้าที่มีความเกี่ยวข้องกับความคิด ความรู้สึก และการกระทำการใช้หลักพัฒนาสมองลูกอย่าง EF หรือ Executive Functions การบริหารจัดการตนเอง เพื่อฝึกทักษะสมอ พัฒนาสมอมีทั้งหมด 9 ด้าน ได้แก่ ทักษะพื้นฐาน (Basic) จำนวน 3 ด้าน และทักษะขั้นสูง

(Advance) จำนวน 6 ด้าน ทักษะพื้นฐาน (Basic) ประกอบด้วย 1) Working Memory (ความจำเพื่อใช้งาน) คือ ความสามารถในการเก็บข้อมูลเพื่อประมวลผลและดึงข้อมูลที่เก็บในคลังสมองออกมาใช้ในสถานการณ์ที่ต้องการ 2) Inhibitory Control (ยั้งคิด ไตร่ตรอง) คือ ความสามารถในการยั้งคิดไตร่ตรอง สามารถควบคุมความต้องการ หยุดคิดก่อนที่จะทำหรือพูดได้ 3) Shifting หรือ Cognitive Flexibility (ยืดหยุ่นความคิด) คือ ความสามารถในการยืดหยุ่นทางความคิด ร่วมแก้ไขปัญหาที่แตกต่างกัน รู้จักพลิกแพลงและปรับตัว เป็นจุดเริ่มต้นของการมีความคิดสร้างสรรค์และคิดนอกกรอบและทักษะขั้นสูง (Advance) ประกอบไปด้วย 4) Focus หรือ Attention (จดจ่อ ใส่ใจ) คือ ความสามารถในการใส่ใจจดจ่ออยู่กับสิ่งที่ทำอย่างต่อเนื่อง ในช่วงเวลาหนึ่ง ๆ โดยไม่วกแวก รู้จักการทำงานให้เสร็จเป็นอย่างดี ๆ ไป 5) Emotional Control (ควบคุมอารมณ์) คือ ความสามารถในการควบคุมอารมณ์ให้อยู่ในระดับที่เหมาะสม จัดการกับอารมณ์ตนเองไม่ให้รบกวนผู้อื่น ไม่โกรธเกรี้ยว ฉุนเฉียว หงุดหงิดง่ายเกินไป รู้จักแสดงอารมณ์อย่างถูกวิธี 6) Self - Monitoring (ติดตาม ประเมินตนเอง) คือ การประเมินตนเองเพื่อหาจุดบกพร่องแล้วนำมาแก้ไขและพัฒนาให้ดีขึ้น รู้จักไตร่ตรองว่าตัวเองทำอะไร รู้ว่าตัวเองทำอะไร และรู้ว่าใกล้จะเสร็จหรือเรียบร้อยแล้ว 7) Initiating (ริเริ่มและลงมือทำ) คือ ความสามารถในการริเริ่มและลงมือทำ กล้าคิดกล้าทำ ลงมือทำทันที ไม่ผัดวันประกันพรุ่ง 8) Planning and Organizing (วางแผน จัดระบบ ดำเนินการ) คือ การวางแผนจัดการตนเองอย่างเป็นขั้นตอน ดำเนินการตั้งแต่วางเป้าหมาย มองเห็นภาพรวม รู้จักจัดลำดับความสำคัญ จัดระบบ ดำเนินการ และประเมินผล 9) Goal - Directed Persistence (มุ่งเป้าหมาย) คือ การวางเป้าหมายที่ชัดเจน มีความพากเพียรและความมุ่งมั่นในการบรรลุเป้าหมาย รู้จักฝ่าฟันอุปสรรค หากล้มต้องรู้จักลุกขึ้นมาต่อสู้เพื่อไปถึงเป้าหมาย (มณฑนา ชลนันทน์, 2559, น. 10)

พฤติกรรมก้าวร้าวในเด็กนักเรียนนั้นเป็นที่รู้กันดีอยู่ว่าเป็นสิ่งที่สามารถเกิดขึ้นได้ตลอดเวลาทุกสถานที่ และเกิดขึ้นได้กับเด็กทุกคน เพียงแต่ว่าจะเกิดขึ้นมากน้อยเพียงใด ก็ขึ้นอยู่กับพฤติกรรมของเด็กแต่ละคน ขึ้นอยู่กับสภาพแวดล้อมความเป็นอยู่ของครอบครัวและสังคมโดยรอบ รวมทั้งกลุ่มเพื่อน โดยเฉพาะในปัจจุบันมีทั้งกลุ่มเพื่อนบนโลกแห่งความเป็นจริงและกลุ่มเพื่อนในโลกออนไลน์ที่สามารถติดต่อสื่อสารกันได้ตลอดเวลา หากปัญหาเด็กที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวไม่ได้รับการแก้ไขและถูกปล่อยปะละเลยไปเรื่อย ๆ ก็จะส่งผลให้เด็กเหล่านี้กลายเป็นคนอันธพาล หรือ เป็นผู้ใหญ่ที่ไม่สมบูรณ์ได้ในอนาคต หรือแม้แต่หากโรงเรียนหรือครูในห้องเรียนใช้วิธีการแก้ปัญหาเด็กที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวไม่ถูกวิธี โดยเฉพาะวิธี พิชัยล้างพิษ คือ เด็กรุนแรงมา ครูก็รุนแรงกลับ ผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นย่อมจะมีแต่ผลเสียมากกว่าที่จะเป็นผลดี ในความเป็นจริงแล้ว ครูเป็นบุคคลหนึ่งที่ถือว่า มีความใกล้ชิดกับนักเรียนมาก และเป็น บุคคลที่นักเรียนกล้าบอกรื่องราว หรือ ปรีชาปัญหาต่าง ๆ มากกว่าที่จะบอกกับพ่อแม่ เพราะฉะนั้น ครูจึงต้องค้นหาวิธี เพื่อแก้ปัญหาเด็กที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวให้ได้ เมื่อพบเจอก็ไม่ควรปล่อยปะละเลย หรือ ยกให้เป็นหน้าที่ของครูที่ปรึกษา หรือ ครูแนะแนวเพียงอย่างเดียว

สาเหตุของพฤติกรรมก้าวร้าว เกิดขึ้นจากหน้าที่ของการพัฒนาบริหารจัดการสมองของเด็กที่
เกิดความผิดพลาด ทำให้แสดงพฤติกรรมที่มีความรุนแรงออกมา จักรพงษ์ อารินวงศ์ (2555) ศึกษางานวิจัย
เรื่อง พฤติกรรมความก้าวร้าวของนักศึกษาสาขาบริหารธุรกิจ คณะพาณิชยกรรม กล่าวว่า พฤติกรรม
ก้าวร้าวของมนุษย์เกิดจากปัจจัย 2 ด้าน คือ ด้านชีวภาพ และ ด้านจิตใจ ในส่วนของด้านจิตใจนั้นเกิดจาก
ทักษะกระบวนการของสมองที่เกิดความผิดพลาดทำให้สามารถควบคุมการจัดการอารมณ์ ความรู้สึกต่าง ๆ
ของตนเองได้ จึงส่งผลให้แสดงอารมณ์และความคิดทั้งหมดที่คิดได้ออกมา โดยไม่ได้ผ่านกระบวนการ
กลั่นกรองของระบบความคิดให้ถี่ถ้วนในการแสดงพฤติกรรมออกมาสอดคล้องกับ เกษม สิงห์รุ่งเรือง (2554)
ศึกษางานวิจัย เรื่อง การใช้โปรแกรมเน้นหนทางการเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวะ อธิบายถึง
สาเหตุของความก้าวร้าวในวัยรุ่นเกิดขึ้นจากพัฒนาการของ ร่างกาย จิตใจ สมอง ที่เปลี่ยนแปลงอย่าง
รวดเร็ว ซึ่งในกระบวนการนี้สามารถเกิดความผิดพลาดได้หากวัยรุ่นอยู่ในสภาพแวดล้อมที่ไม่เหมาะสมยอม
ส่งผลให้การเปลี่ยนแปลงนี้ไปในทิศทางลบ มากกว่าทิศทางบวกเพราะมนุษย์ไม่สามารถจะจัดการ
ต่อสิ่งเราได้โดยลำพังหากขาดประสบการณ์และผู้คอยให้คำแนะนำที่ดี ส่งผลให้เด็กไม่สามารถจัดการ
ต่อสิ่งเร้าที่เข้ามาในกระบวนการคิดของสมองได้อย่างดี ดังทฤษฎี REBT ของ อัลเบิร์ต เอลลิส อธิบายถึง
โครงสร้างบุคลิกภาพ ABC คือเมื่อมีสิ่งเร้าหรือเหตุการณ์เกิดขึ้นในขั้น A หากไม่มีผู้ที่มีความรู้ความสามารถ
คอยแนะนำ คอยสอนเมื่อกระบวนการความคิดผ่านเข้ามาในขั้น B ในขั้นนี้หน้าที่การบริหารจัดการสมองมักเกิด
ความผิดพลาดซึ่งส่งผลให้เด็กมีความคิดที่ผิด และแสดงออกซึ่งพฤติกรรมก้าวร้าว C สร้างผลเสียให้กับสังคม
ซึ่ง เพราะฉะนั้น ครูผู้สอนหรือผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องจึงต้องรับหาวิธีการในการแก้ไข ซึ่งวิธีที่ใช้ในการแก้ไข
มีหลากหลายวิธี แต่วิธีที่มีผลดีมากซึ่งผู้วิจัยเลือกนำมาใช้ในการแก้ปัญหาคั้งนี้คือ เทคนิควิธีการบริหาร
จัดการสมองทางจิตวิทยา

วัยรุ่นเป็นเหมือนคนที่เกิดใหม่อีกครั้ง ผ่านพ้นจากความเป็น ‘เด็ก’ กลายมาเป็น ‘ผู้ใหญ่’
ที่แม้ตัวเขาเองก็ยังไม่รู้จักตัวเองดีพอ ไม่รู้ว่าตัวเองต้องการอะไร ต้องปรับตัวทั้งทางร่างกาย อารมณ์ และ
สังคมใหม่ โดยเฉพาะความคิดความอ่านของเขาที่เปลี่ยนไป ภายใต้ยุทธศาสตร์ชาติ 20 ปี ที่มุ่งเป้าให้
ความสำคัญกับการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ ‘วัยรุ่น’ ถือเป็นกลุ่มคนสำคัญที่ผู้ใหญ่พยายามเข้าไปช่วยผลักดันให้
พวกเขาวิ่งไปสู่เส้นทางที่เหมาะสม ไม่ออกนอกกลุ่มนอกทาง เพราะช่วงวัยนี้ถือเป็นวัยที่มีโอกาสเสี่ยงหรือพลาด
พลั้งมากที่สุด แม้ในความเป็นจริงแล้ว พวกเขาอาจผล่อทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งด้วยความไม่รู้ หรือรู้เท่าไม่ถึงการณ์
ก็ตามแต่แน่นอนหนีจากความสุ่มเสี่ยงที่ผู้ใหญ่มักเป็นกังวล วัยรุ่นเป็นช่วงวัยสำคัญที่จะพัฒนาทักษะสมอง
ส่วนหน้า (วิริยาภรณ์ อุตมระติ, 2554, น. 13)

จากที่กล่าวมาผู้วิจัยได้นำนวัตกรรมดังกล่าวมาประยุกต์ใช้และบูรณาการกับเทคนิควิธีการอื่น ๆ
ทางด้านจิตวิทยาใช้ในการแก้ไขปัญหาคั้งนี้คือ พฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนในระดับ
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนมัธยมแห่งหนึ่ง เนื่องจากเป็นช่วงวัยในการเข้าสู่วัยรุ่นตอนต้นเป็นวัยที่มีการ
เปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย อารมณ์ และ ความคิด อย่างชัดเจน ซึ่งหากเปลี่ยนแปลงไปในทางบวกยอม

ส่งผลให้นักเรียนกลายเป็นเด็กดีและตอบสนองความต้องการของสังคมได้ในอนาคต แต่ถ้าหากเปลี่ยนแปลงไปในทางลบย่อมส่งผลเสียต่อสังคมอย่างแน่นอนในฐานะที่ผู้วิจัยเป็นครูผู้สอนย่อมมีความรู้สึกและความหวังในการที่จะให้ลูกศิษย์ของตนกลายเป็นคนดีของสังคมเป็นคนที่ประสบความสำเร็จในชีวิตแต่ทว่าหากพฤติกรรมก้าวร้าวที่เกิดขึ้นกับนักเรียนซึ่งเป็นลูกศิษย์ของผู้วิจัย กลายเป็นอุปสรรคสำคัญในการขัดขวางไม่ให้พวกเขาประสบความสำเร็จในชีวิตตามที่สังคมคาดหวังผู้วิจัยจึงได้นำชุดฝึกอบรมทางจิตวิทยา มาใช้ในการพัฒนาหน้าที่การบริหารจัดการสมองเพื่อแก้ไขปัญหาพฤติกรรมก้าวร้าวของผู้เรียนโดยการบูรณาการเทคนิคจากทฤษฎีการให้การศึกษาทางจิตวิทยา คือ ทฤษฎีการปรึกษาแบบกลุ่ม ได้แก่ ทฤษฎีพิจารณา เหตุผล อารมณ์ พฤติกรรม ทฤษฎีการปรึกษาแบบทฤษฎีโซลูชั่น - โฟกัส ทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง ทฤษฎีการกลุ่มเกสตัลท์ และเทคนิคอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องได้แก่ กรณีศึกษา สถานการณ์จำลอง นันทนาการ การระดมความคิด กรณีศึกษา บทบาทสมมติ และการอภิปรายกลุ่ม ทั้งนี้เพื่อให้เด็กนักเรียนที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวมีทักษะการบริหารจัดการสมองที่ดีขึ้น

2. วัตถุประสงค์การวิจัย

- 2.1 เพื่อเปรียบเทียบหน้าที่การบริหารจัดการสมองของนักเรียนก่อนและหลังการใช้ชุดฝึกอบรมทางจิตวิทยาเพื่อพัฒนาหน้าที่การบริหารจัดการสมอง
- 2.2 เพื่อเปรียบเทียบหน้าที่การบริหารจัดการสมองของนักเรียนที่ใช้ชุดฝึกอบรมทางจิตวิทยาเพื่อพัฒนาหน้าที่การบริหารจัดการสมองกับของนักเรียนที่ดำเนินชีวิตตามปกติ

3. สมมติฐานการวิจัย

- 3.1 ภายหลังจากใช้ชุดฝึกอบรมทางจิตวิทยาเพื่อพัฒนาหน้าที่การบริหารจัดการสมองนักเรียนมีทักษะการบริหารจัดการสมองดีขึ้น
- 3.2 นักเรียนที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวที่ใช้ชุดฝึกอบรมทางจิตวิทยาเพื่อพัฒนาหน้าที่การบริหารจัดการสมอง มีทักษะการบริหารจัดการสมองดีกว่านักเรียนที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวที่ดำเนินชีวิตตามปกติ

4. ขอบเขตการวิจัย

4.1 ขอบเขตด้านประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาคั้งนี้คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนมัธยมแห่งหนึ่ง จำนวน 209 คน

4.2 ขอบเขตด้านกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้คือ นักเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ปีการศึกษาที่ 2 โรงเรียนมัธยมแห่งหนึ่ง ที่มีคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวในระดับมากที่สุดถึงระดับปานกลาง จำนวน 16 คน โดยใช้แบบสังเกตพฤติกรรมก้าวร้าว จากนั้นจึงสุ่มตัวอย่างอย่างง่ายเพื่อแบ่งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม 8 คน เท่ากัน

4.3 ขอบเขตด้านตัวแปร

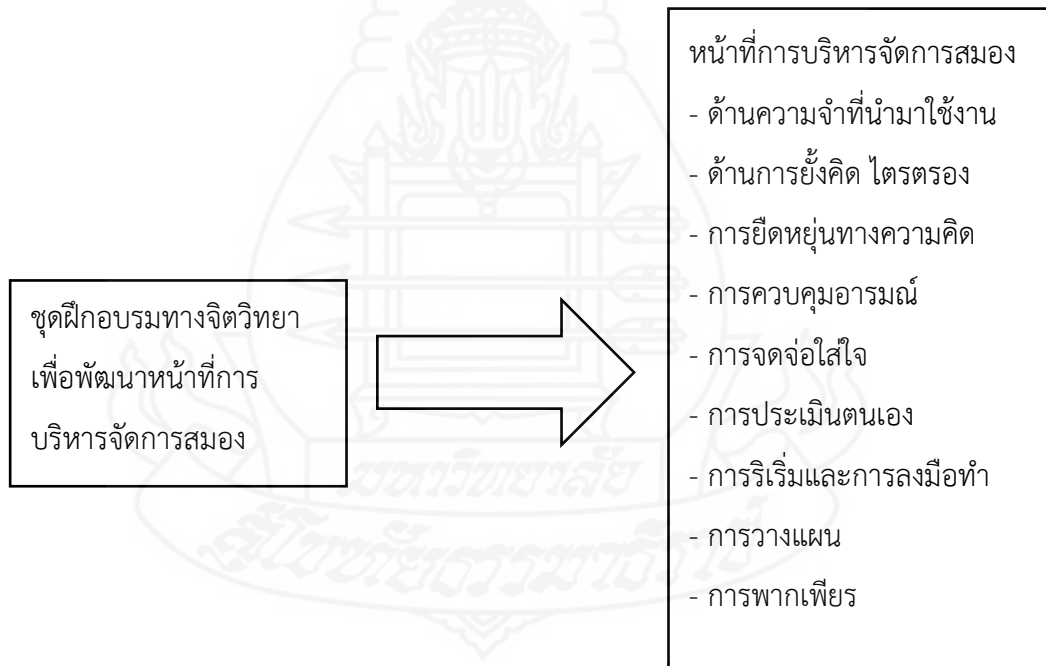
4.3.1 ตัวแปรต้น

ชุดฝึกอบรมทางจิตวิทยาเพื่อพัฒนาหน้าที่การบริหารจัดการสมอง

4.3.2 ตัวแปรตาม

หน้าที่การบริหารจัดการสมอง

5. กรอบแนวคิดการวิจัย



ภาพที่ 1.1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

6. นวัตกรรมเฉพาะ

6.1 หน้าทีการบริหารจัดการสมอง หมายถึง ทักษะการบริหารจัดการตนเองขั้นสูง กระบวนการทางความคิดระดับสูงของสมองส่วนหน้าที่มีความเกี่ยวข้องกับความคิด ความรู้สึก และการกระทำ มี 9 องค์ประกอบตามแนวคิดของ (แฮรี่ ฮาโลว์, 1868) คือ

6.1.1 ความจำที่นำมาใช้งาน (Working Memory) คือ ความสามารถของในการบันทึกข้อมูลหรือสิ่งที่นักเรียนได้เรียนรู้มาไว้ในสมอง เชื่อมโยงกับประสบการณ์เดิมที่ตนเองมี และนำมาใช้ในสถานการณ์ที่เหมาะสมได้ เช่น จดจำได้ว่าคุณครูสั่งอะไรไว้และทำตามคำสั่งได้

6.1.2 การยั้งคิดไตร่ตรอง (Inhibitory Control) คือ ความสามารถของนักเรียนในการควบคุมและยับยั้งตนเอง ให้จดจ่อกับสิ่งที่สำคัญและจำเป็น ยอมทำสิ่งที่ไม่ชอบแต่จำเป็นได้ และยอมถอนตัวออกจากสิ่งที่ชอบเมื่อถึงเวลาที่จำเป็นได้ เช่น ยับยั้งตนเองไม่ให้หนีเรียน เพราะรู้ว่าจะโดนตัดคะแนน, ทนต่อสิ่งเร้าที่เข้ามาขัดจังหวะ ไม่วอกแวกจากเป้าหมายที่วางไว้ เช่น อยากตะโกนเสียงดังในเวลาครูสอน แต่คิดได้ว่าเป็นสิ่งไม่เหมาะสม

6.1.3 การยืดหยุ่นทางความคิด (Shift/Cognitive Flexibility) คือ ความสามารถในการปรับเปลี่ยนความคิด ยืดหยุ่น ปรับตัวไปตามสถานการณ์ที่เปลี่ยนแปลงไป และยังรวมถึงการแก้ไขปัญหาคด้วยวิธีการที่หลากหลาย เมื่อพบเจอกับสิ่งที่ไม่เป็นไปตามแผนที่วางไว้

6.1.4 การควบคุมอารมณ์ (Emotional Control) คือ ความสามารถ ในการรับรู้ บอกรอารมณ์ของตนเอง รวมถึงควบคุมการแสดงออกทางอารมณ์ให้ออกมาอย่างเหมาะสมกับสถานการณ์ เช่น เมื่อโดนเพื่อนล้อเลียนปมด้อย แทนที่จะทำร้ายร่างกายเพื่อน แต่ก็ไม่ทำสามารถหยุดอารมณ์นี้ได้

6.1.5 การจดจ่อใส่ใจ (Focus / Attention) คือ ความสามารถในการจดจ่อกับสิ่งที่กำลังทำ ไม่วอกแวกไปตามสิ่งเร้าที่เข้ามา จดจ่อกับการทำกิจกรรมใดกิจกรรมหนึ่งได้ในชั่วระยะเวลาหนึ่ง เช่น ในขณะที่กำลังนั่งทำรายงานตามที่ครูสั่ง เพื่อนชวนไปเที่ยว แต่นักเรียนปฏิเสธและตั้งใจทำงานจนเสร็จตามที่วางแผนไว้

6.1.6 การติดตามประเมินตนเอง (Self - Monitoring) คือ ความสามารถในการทบทวนตนเอง หรือสิ่งที่ตนเองทำ รู้ข้อดี ข้อด้อยของตนเอง และปรับปรุงข้อดีข้อด้อยนั้น ๆ สามารถประเมินผลงาน การบ้าน หรือสิ่งที่ตนเองทำ ว่าควรปรับปรุงแก้ไขที่ใด เช่น ครูให้ส่งการบ้าน แต่เมื่อครูตรวจแล้ว ก็สามารถตอบตัวเองและตอบครูได้ว่าตนเองทำผิดพลาดในส่วนใดไป

6.1.7 การริเริ่มและลงมือทำ (Initiating) คือ ความสามารถในการ “คิด” ที่จะทำสิ่งใหม่ที่ตนเองไม่เคยทำ หรือยังทำไม่สำเร็จ และ “ลงมือทำ” สิ่งนั้นให้สำเร็จด้วยตนเอง เช่น ไม่เคยพูดคำพูดที่ไพเราะกับเพื่อน ก็ลองเปลี่ยนเป็นใช้คำพูดไพเราะแทนเพื่อให้เพื่อนประหลาดใจและยอมรับตนเองมากขึ้น

6.1.8 การวางแผนและจัดระบบดำเนินการ (Planning & Organizing) ความสามารถในการรู้จักวางแผนให้รอบคอบก่อนลงมือทำ จัดลำดับความสำคัญ จัดหมวดหมู่สิ่งต่าง ๆ ได้ดี และวางแผนอย่างเป็นระบบได้ เช่น วางแผนการทำงานบ้านไว้ 10 ข้อ ในเวลา 1 ชั่วโมง ก็สามารถทำได้ตามที่วางแผนไว้

6.1.9 การพากเพียร มุ่งสู่เป้าหมาย (Goal - directed Persistence) ความสามารถในการไม่ล้มเลิกเมื่อเจออุปสรรค แต่จะพยายามเรียนรู้และปรับปรุงวิธีทำงานให้ผ่านพ้นปัญหาไปได้ เช่น ตั้งใจจะทำคะแนนสอบให้ได้ 15 คะแนน แต่ก็ทำได้เพียง 10 คะแนน แต่ไม่ย่อท้อตั้งใจทำครั้งต่อไปให้ดีขึ้น

6.2 ชุดฝึกอบรมทางจิตวิทยาเพื่อพัฒนาหน้าที่การบริหารจัดการสมอง หมายถึง แบบแผนการฝึกอบรมที่ใช้หลักการทางจิตวิทยาเพื่อนำมาใช้ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของนักเรียนที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวให้กลายเป็นนักเรียนที่ส่งผลดีต่อสังคม โดยบูรณาการเทคนิคจากทฤษฎีการศึกษาระบบกลุ่ม ได้แก่ ทฤษฎีการศึกษาระบบพิจารณา เหตุผล อารมณ์ พฤติกรรม ทฤษฎีการศึกษาระบบทฤษฎีสันที่มุ่งเน้นคำตอบ ทฤษฎีการศึกษาระบบเผชิญความจริง ทฤษฎีการศึกษาระบบเกสตัลท์ และเทคนิคอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องได้แก่ การระดมความคิด กรณีศึกษา บทบาทสมมติ การอภิปรายกลุ่ม วิดีทัศน์ เข้าด้วยกัน โดยแบ่งออกเป็น 11 ครั้ง ๆ ละ 60 - 80 นาที ใช้เวลา 2 สัปดาห์ แต่แต่ละครั้งประกอบด้วย 3 ขั้นตอน ได้แก่ ขั้นเริ่มต้น ขั้นดำเนินการ และ ขั้นยุติ

6.3 การแสดงออกของนักเรียนพฤติกรรมก้าวร้าว หมายถึง การแสดงออกของนักเรียนด้านร่างกาย และ ด้านวาจา ดังนี้

6.3.1 พฤติกรรมก้าวร้าวด้านร่างกาย หมายถึง นักเรียนที่มีพฤติกรรมทำร้ายร่างกายผู้อื่น ทะเลาะวิวาทยกพวกทุบตีผู้อื่น ใช้อาวุธทำร้ายร่างกายผู้อื่น หนีเรียน ไม่ส่งการบ้าน ขาดเรียนเกิน 50 % ของเวลาเรียนทั้งหมด หมดสิทธิ์สอบจำนวน 3 วิชาขึ้นไป มีผลการเรียนเป็น 0 จำนวน 5 วิชาขึ้นไป พฤติกรรมอนาจาร และมีพฤติกรรมยุ่งเกี่ยวกับสารเสพติด ทำลายทรัพย์สินของโรงเรียนและของครู ตลอดจนฝ่าฝืนกฎระเบียบต่าง ๆ ของโรงเรียน

6.3.2 พฤติกรรมก้าวร้าวด้านวาจา หมายถึง นักเรียนที่มีพฤติกรรมใช้คำพูดที่หยาบคาย น้ำเสียงดุดัน เหยียดหยามปมด้อย ต่อปากต่อคำกับครูผู้สอน ใช้ถ้อยคำไม่สุภาพ

7. ประโยชน์ที่ได้รับ

7.1 นักเรียนที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวกลุ่มทดลองมีทักษะการบริหารจัดการสมองที่ดีขึ้นสร้างประโยชน์และชื่อเสียงให้กับโรงเรียน

7.2 โรงเรียนมีนักเรียนที่มีทักษะการบริหารจัดการสมองที่ดีเพิ่มขึ้น

7.3 ครูแนะแนวและคุณครูที่ปรึกษาในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นปีการศึกษาที่ 2 โรงเรียนมัธยมแห่งหนึ่งในอำเภอเวียงสระ มีนักเรียนที่มีทักษะการบริหารจัดการสมองที่ดีเพิ่มขึ้น

7.4 เป็นประโยชน์ต่อสถานศึกษาอื่น ๆ ที่มีความต้องการพัฒนาทักษะหน้าที่การบริหาร
จัดการสมองของนักเรียนในสถานศึกษา



บทที่ 2

วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

การทำวิทยานิพนธ์ครั้งนี้ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องตามหัวข้อดังนี้

1. วรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับการบริหารจัดการสมอง
 - 1.1 ความหมายของการบริหารจัดการสมอง
 - 1.2 ความสำคัญของการบริหารจัดการสมอง
 - 1.3 องค์ประกอบของการบริหารจัดการสมอง
2. วรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับชุดฝึกอบรมทางจิตวิทยา
 - 2.1 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับทฤษฎีการปรึกษาเชิงจิตวิทยา
 - 2.1.1 ทฤษฎีการให้การปรึกษาแบบกลุ่ม
 - 2.1.2 ทฤษฎีการให้การปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ พฤติกรรม
 - 2.1.3 ทฤษฎีการให้การปรึกษาแบบสั้นที่มุ่งเน้นคำตอบ
 - 2.1.4 ทฤษฎีการให้การปรึกษาแบบเผชิญความจริง
 - 2.1.5 ทฤษฎีการให้การปรึกษาแบบเกสตัลท์
 - 2.2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเทคนิคทางจิตวิทยา
3. วรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมก้าวร้าว
 - 3.1 ความหมายของพฤติกรรมก้าวร้าว
4. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
 - 4.1 งานวิจัยในประเทศ
 - 4.2 งานวิจัยต่างประเทศ

1. วรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับการบริหารจัดการสมอง

1.1 ความหมายของการบริหารจัดการสมอง

นักวิชาการได้ให้ความหมายของการบริหารจัดการสมองไว้ดังนี้

เกติษฐ์ จันทร์ขจร (2562) ให้ความหมายของการบริหารจัดการของสมองชั้นสูง (Executive Function: EF) จากงานวิจัยเรื่อง การบริหารจัดการของสมองชั้นสูง แนวคิดและแนวทางประยุกต์เพื่อพัฒนาการเรียนรู้ของผู้เรียน เป็นกระบวนการในการควบคุม และ กำหนดความคิดและการกระทำต่าง ๆ ของมนุษย์ เช่น การควบคุมการตอบสนองทางพฤติกรรม (Friedman et al., 2006) โดยการทำหน้าที่ของการบริหารจัดการของ สมองชั้นสูง (EF) เป็นกระบวนการซับซ้อนของการทำงานทางจิต (Mental processes) ซึ่งเป็นการทำงานส่วนหนึ่งของสมองส่วนหน้า (Frontal lobe) จะทำหน้าที่ในการรับผิดชอบเกี่ยวกับความสามารถในการวางแผนล่วงหน้าและการจัดการพฤติกรรมเพื่อให้บรรลุเป้าหมายที่วางไว้ (Salmpour, 2004) การบริหารจัดการของสมองชั้นสูงนี้ ถูกเปรียบเปรยว่าเปรียบเสมือน “The brain’s C.E.O.” (Saltus, 2003) นักจิตวิทยาการเรียนรู้ได้ให้ความเห็นไว้ว่า ในการทำกิจกรรมบางอย่างต้องใช้ความพยายามใน การควบคุมตนเอง แต่ในบางอย่างจะถูกระบุดำเนินการไปโดยอัตโนมัติ ความแตกต่างของสิ่งที่เกิดขึ้นนี้ไม่ได้เป็นเพียงการเปรียบเทียบระหว่างกิจกรรมที่ง่าย ๆ กับกิจกรรมที่มีความซับซ้อนเท่านั้น เหมือนกับการที่คนสามารถทำกิจกรรมที่มีความซับซ้อนอย่างอัตโนมัติ เนื่องจากการได้รับการฝึกฝนในเรื่องนั้นเป็นอย่างดี เช่น การขับรถ การที่คนสามารถทำกิจกรรมที่ซับซ้อนได้โดยอัตโนมัติ โดยอาศัยแรงผลักดันที่อยู่ภายใน เช่น การสามารถระลึกได้ในสิ่งนั้น ซึ่งเหมือนกับว่าความแตกต่างระหว่างระบบการทำงานของส่วนที่ควบคุมได้กับส่วนที่ทำงานโดยอัตโนมัติ

มัณฑนา ชลานั้นต์ (2559) ให้ความหมายของทักษะการบริหารจัดการสมอง (EF: Executive Functions) เป็นการส่งเสริมให้เด็กการคิดเป็น ทำเป็น เรียนรู้เป็น แก้ปัญหาเป็น และปรับตัวเพื่ออยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข คือการฝึกทักษะสมองสำคัญที่เรียกว่า EF หรือ Executive Functions คือ ทักษะการบริหารจัดการตนเองชั้นสูง เป็นกระบวนการทางความคิดระดับสูงของสมองส่วนหน้าที่มีความเกี่ยวข้องกับความคิด ความรู้สึก และการกระทำที่ใช้หลักพัฒนาสมองลูกรักอย่าง EF หรือ Executive Functions การบริหารจัดการตนเอง เพื่อฝึกทักษะสมอง พัฒนาสมาธิมีทั้งหมด 9 ด้าน ได้แก่ ทักษะพื้นฐาน (Basic) จำนวน 3 ด้าน และทักษะขั้นสูง (Advance) จำนวน 6 ด้าน ทักษะพื้นฐาน (Basic) ประกอบด้วย 1) Working Memory (ความจำเพื่อใช้งาน) คือ ความสามารถในการเก็บข้อมูลเพื่อประมวลผลและดึงข้อมูลที่เก็บในคลังสมองออกมาใช้ในสถานการณ์ที่ต้องการ 2) Inhibitory Control (ยังคิด ไตร่ตรอง) คือ ความสามารถในการยังคิดไตร่ตรอง สามารถควบคุมความต้องการ หยุดคิดก่อนที่จะทำหรือพูดได้ 3) Shifting หรือ Cognitive Flexibility (ยืดหยุ่นความคิด) คือ ความสามารถในการยืดหยุ่นทางความคิด ร่วมแก้ไขปัญหาที่แตกต่างกัน รู้จักพลิกแพลงและปรับตัว เป็นจุดเริ่มต้นของการมีความคิด

สร้างสรรค์และคิดนอกกรอบและทักษะขั้นสูง (Advance) ประกอบไปด้วย 4) Focus หรือ Attention (จดจ่อ ใส่ใจ) คือ ความสามารถในการใส่ใจจดจ่ออยู่กับสิ่งที่ทำอย่างต่อเนื่องในช่วงเวลาหนึ่ง ๆ โดยไม่วอกแวก รู้จักการทำงานให้เสร็จเป็นอย่างดี ๆ ไป 5) Emotional Control (ควบคุมอารมณ์) คือ ความสามารถในการควบคุมอารมณ์ให้อยู่ในระดับที่เหมาะสม จัดการกับอารมณ์ตนเองไม่ได้รับกวนผู้อื่น ไม่โกรธเกรี้ยว ฉุนเฉียว หงุดหงิดง่ายเกินไป รู้จักแสดงอารมณ์อย่างถูกวิธี 6) Self - Monitoring (ติดตามประเมินตนเอง) คือ การประเมินตนเองเพื่อหาจุดบกพร่องแล้วนำมาแก้ไขและพัฒนาให้ดีขึ้น รู้จักไตร่ตรองว่าตัวเองทำอะไร รู้ว่าตัวเองทำอะไร และรู้ว่าใกล้จะเสร็จหรือเรียบร้อยแล้ว 7) Initiating (ริเริ่มและลงมือทำ) คือ ความสามารถในการริเริ่มและลงมือทำ กล้าคิดกล้าทำ ลงมือทำทันที ไม่ผัดวันประกันพรุ่ง 8) Planning and Organizing (วางแผน จัดระบบ ดำเนินการ) คือ การวางแผนจัดการตนเองอย่างเป็นขั้นตอน ดำเนินการตั้งแต่วางเป้าหมาย มองเห็นภาพรวม รู้จักจัดลำดับความสำคัญ จัดระบบ ดำเนินการ และประเมินผล 9) Goal - Directed Persistence (มุ่งเป้าหมาย) คือ การวางเป้าหมายที่ชัดเจน มีความพากเพียรและความมุ่งมั่นในการบรรลุเป้าหมาย รู้จักฝ่าฟันอุปสรรค หากล้มต้องรู้จักลุกขึ้นมาต่อสู้เพื่อไปถึงเป้าหมาย

ทศพร แสงนก (2563) ให้ความหมายของการบริหารจัดการสมอง คือ ชุดกระบวนการทางความคิด (mental process) ที่ช่วยให้เราวางแผน มุ่งใจจดจ่อต่อคำสั่ง และจัดการกับงานหลายๆ อย่าง ให้ลุล่วงเรียบร้อยได้ สามารถจัดลำดับความสำคัญของงาน วางเป้าหมายและทำไปเป็นขั้นตอนได้สำเร็จ รวมทั้งควบคุมแรงอยาก แรงกระตุ้นทั้งหลาย ไม่ให้สนใจไปนอกกลุ่มนอกทาง เหมือนกับระบบควบคุมการบินทางอากาศในสนามบินที่ต้องจัดการเกี่ยวกับเที่ยวบินขาเข้าขาออกจำนวนหลายสิบเที่ยวในเวลาเดียวกัน คือ ทักษะที่เราใช้ในการจัดการกับการเรียนรู้ของเราเอง เป็นทักษะที่มีความสำคัญยิ่งยวด ทั้งต่อความสำเร็จในการเรียน การทำงานอาชีพ และการสร้างความสัมพันธ์กับคนอื่น ๆ

Usha Goswami (2562, น. 167 อ้างถึงใน สุภัสสร์ ลวดลาย และวรัญญา กองชัย) ให้ความหมายของทักษะการบริหารจัดการสมอง คือ Executive functions (แปลว่า หน้าที่บริหาร ตัวอย่าง EF) หรือ ความสามารถของสมองด้านบริหารจัดการทักษะด้านการคิดเชิงบริหารสามารถนิยามได้ว่า "เป็นทักษะที่จำเป็นในการทำกิจที่มีเป้าหมาย มีจุดมุ่งหมาย" เป็นคำครอบคลุมที่ใช้กล่าวถึงกระบวนการทางประจักษ์ที่ควบคุมและจัดการกระบวนการทางประจักษ์อื่น ๆ เช่น การวางแผน (planning), ความจำใช้งาน (working memory), การใส่ใจ, การแก้ปัญหา, การเข้าใจเหตุผลโดยใช้คำ (verbal reasoning), cognitive inhibition (การมีสมาธิ), cognitive flexibility (การคิดถึงหลาย ๆ เรื่องได้พร้อมกัน), task switching (การทำงานหลาย ๆ งานได้พร้อมกัน) และการเริ่มและตรวจสอบการกระทำตามทฤษฎีทางจิตวิทยา ระบบบริหาร (executive system) เป็นตัวควบคุมและบริหารกระบวนการทางประจักษ์อื่น ๆ มีหน้าที่เกี่ยวกับกระบวนการที่บางครั้งเรียกว่าเป็น "executive functions" (หน้าที่บริหาร) "executive skills" (ทักษะการบริหาร) "supervisory attentional system" (ระบบควบคุมโดยการใส่ใจ) หรือ "cognitive

control" (การควบคุมทางประชน) ส่วน prefrontal cortex ของสมองกลีบหน้าเป็นส่วนที่ขาดไม่ได้ แต่ไม่ใช่ส่วนเดียว ที่ทำหน้าที่ดังที่กล่าวมานี้

ศิริพร กัญชนะ และ คณะ (2561) คู่มือพ่อแม่พัฒนาทักษะสมอง EF - Executive Functions ตั้งแต่ปฏิสนธิ - 3 ปี, (คู่มือผู้ปกครอง). บริษัท โรงพิมพ์อักษรสัมพันธ์ (1987) จำกัด. สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) และ สถาบัน RLG (รักลูก เลิร์นนิ่ง กรุ๊ป) บริษัท รักลูกกรุ๊ป จำกัด. ให้ความหมายของ ทักษะสมอง Executive Functions (EF) เป็นความรู้ใหม่เรื่องสมองที่นักวิชาการทั่วโลก กำลังสนใจศึกษาค้นคว้าจึงมีคำนิยามหลากหลาย แต่สรุปง่าย ๆ ได้ว่า “EF คือ ความสามารถในการกำกับความคิด กำกับอารมณ์ และกำกับพฤติกรรม เพื่อให้บรรลุเป้าหมายที่ต้องการ” หลายคนจึงชี้ว่า EF คือทักษะสมองที่นำไปสู่ความสำเร็จของชีวิต จากการค้นคว้าของนักวิทยาศาสตร์ เรารู้ต่อไปอีกว่ามนุษย์ทุกคนมีศักยภาพที่จะมี EF ที่ทำให้เราแตกต่างจากสิ่งมีชีวิตอื่น ๆ สมองส่วนหน้า คือส่วนที่เกี่ยวข้องกับการคิด ใช้เหตุผล สมองส่วนกลางคือส่วนที่เกี่ยวข้องกับ อารมณ์และความจำระยะยาว สมองส่วนแกนเป็นส่วนที่ทำงานด้วยสัญชาตญาณ สมอง 3 ส่วนนี้ ทำงานต่อเชื่อมกัน ถ้าสมองส่วนอารมณ์ไม่ชอบใจ ก็ยากจะเปิดให้ส่วนคิดทำงานได้ ศักยภาพ 3 ด้านที่จะ “จดจำ - Working Memory” “ยับยั้ง - Inhibitory Control” และ “ยืดหยุ่น - Cognitive Flexibility” เป็นพื้นฐานที่ต้องเกิดขึ้นในช่วงปฐมวัย เพื่อที่จะพัฒนาคุณลักษณะอื่น ๆ ที่มนุษย์พึงมีเมื่อเติบโตขึ้น เช่น การมีสมาธิจดจ่อ การคิดวางแผน การปรับตัว การวิเคราะห์ ไตร่ตรอง การกำกับอารมณ์ตนเอง การคิดสร้างสรรค์ เป็นต้น หรือจะเรียกได้ว่า EF เป็นรากฐานของ ทักษะศตวรรษที่ 21 EF พัฒนาได้ตั้งแต่ขวบปีแรก และจะพัฒนาได้ดีที่สุดในช่วงปฐมวัย จากนั้นก็สามารถพัฒนาต่อเนื่องจนถึงวัยประมาณ 25 ปี และถ้าได้ “ฝังชิป EF” นี้ในสมองแล้ว ก็จะอยู่ตลอดไปกลายเป็นบุคลิกภาพประจำตัวไปตลอดชีวิต

กมลรัตน์ คณองเดช และ คณะ (2563) ผลการจัดประสบการณ์โดยใช้สื่อและของเล่นที่มีต่อทักษะ EF ของเด็กปฐมวัย ในโรงเรียนร่วมพัฒนาวิชาชีพครู เขตพื้นที่จังหวัดชายแดนใต้ (รายงานวิจัย คุรุศาสตร์บัณฑิต). มหาวิทยาลัยราชภัฏยะลา. รวบรวมความหมายของทักษะการบริหารจัดการสมอง จาก สุภาวดี หาญเมธี (2561, น. 36 - 37) ได้รวบรวมความหมายของคำว่า EF (Executive Functions) นักการศึกษาต่าง ๆ ไว้ดังนี้

Nadine Gaab กล่าวว่า Executive Functions (2562) ทำหน้าที่กำกับพฤติกรรมที่มุ่งสู่เป้าหมาย ของบุคคล ชี้ให้เห็นถึงสิ่งที่บุคคลพึงกระทำให้เหมาะสมกับบริบท โดยคำนึงถึงความรู้และประสบการณ์ที่ผ่านมา สถานการณ์ที่กำลังเกิดขึ้นตามมา ความคาดหวังในอนาคต คุณค่าและ จุดมุ่งหมายในชีวิต Executive Functions : EF จะช่วยให้บุคคลมีสำนึกของการเตรียมความพร้อม สำนึกของภาระหน้าที่ มีการยืดหยุ่น และมีการร่วมมือ

Seana Moran & Howard Gardner (2562) กล่าวว่า Executive Functions ทำหน้าที่กำกับพฤติกรรมที่มุ่งสู่เป้าหมายของบุคคล ชี้ให้เห็นถึงสิ่งที่พึงกระทำให้เหมาะสมกับบริบทโดยคำนึงถึง

ความรู้และประสบการณ์ที่ผ่านมา สถานการณ์ที่กำลังเกิดขึ้นตามมา ความคาดหวังในอนาคต คุณค่า และ จุดมุ่งหมายในชีวิต Executive Functions : EF จะช่วยให้บุคคลมีสำนึกของการเตรียมพร้อม สำนึกของ ภาระหน้าที่ที่มีการยืดหยุ่นและมีการร่วมมือ

Barkley, R. (2011) กล่าวว่า Executive Functions คือการกระทำที่บุคคลเป็นผู้กำหนด ทิศทางเองโดยกำหนดเป้าหมาย (Goal) เลือกกระทำ (Select) ลงมือกระทำ (Enact) และดำรง (Sustain) การกระทำนั้นข้ามช่วงเวลาหนึ่ง ๆ เพื่อไปให้บรรลุถึงเป้าหมายโดยคำนึงถึงความเกี่ยวข้องกับคนอื่น ๆ รวมทั้งคำนึงถึงกระบวนการวิธีการของสังคมและวัฒนธรรมเพื่อนำไปสู่ประโยชน์สูงสุดในระยะยาวที่บุคคล นั้นวางไว้ การทำงานเชื่อมโยงสัมพันธ์กันของ Executive Functions : EF พื้นฐาน 3 ด้าน (Working Memory, Inhibitory Control และ Shift /Cognitive Flexibility) ทำให้เกิดการควบคุมพฤติกรรมนำไปสู่ การจัดการเพื่อบรรลุเป้าหมาย มีความมุ่งมั่นที่จะทำให้ถึงเป้าหมายให้ได้มีการจัดวางการทำงาน แก้ไขสิ่งที่ ผิดพลาด เสียหาย ใส่ใจต่อเสียงสะท้อน และมีความยืดหยุ่นทั้งทางความคิดและพฤติกรรม

ปนัดดา ธนเศรษฐกร (2012) ได้สรุปว่า Executive Functions : EF คือ กระบวนการ ทำงานของสมองระดับสูง ที่ประมวลประสบการณ์ในอดีตและสถานการณ์ในปัจจุบัน มาประเมิน วิเคราะห์ ตัดสินใจ วางแผน เริ่มลงมือทำตรวจสอบตนเอง และแก้ไขปัญหา ตลอดจนควบคุมอารมณ์ บริหารเวลา จัดความสำคัญ กำกับตนเอง และมุ่งมั่น ทำจนบรรลุเป้าหมายที่ตั้งใจไว้ (Goal Directed Behavior)

สรุปได้ว่า การบริหารจัดการสมอง หมายถึง ทักษะการจัดการสมองขั้นสูงที่มีการนำ ความรู้ ความคิด ความจำ และ ประสบการณ์ต่าง ๆ หลอมรวมกันส่งผลให้กลายเป็นสิ่งที่ควบคุมพฤติกรรม ที่แสดงออกมาในรูปแบบต่าง ๆ ของมนุษย์ ซึ่งจะมีรูปแบบที่แตกต่างกันออกไป ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับ ประสบการณ์และกระบวนการคิดของมนุษย์แต่ละคน โดยหากมีทักษะการบริหารจัดการสมองที่ดี พฤติกรรมที่แสดงออกมาจะอยู่ในรูปแบบที่เป็นประโยชน์ต่อสังคม แต่หากทักษะการบริหารจัดการสมอง ไม่ดีพฤติกรรมที่แสดงออกมาจะอยู่ในรูปแบบที่เป็นโทษต่อสังคม

1.2 ความสำคัญของการบริหารจัดการสมอง

จุฑามาศ แหนจอน (2560) อธิบายความสำคัญของการบริหารจัดการสมองในวัยรุ่นที่มีการ เปลี่ยนแปลงทางร่างกายที่ต่อเนื่องจากการเจริญเติบโตของระบบประสาท และสมองที่พัฒนาอย่างรวดเร็ว แต่บางหน้าที่สำคัญของสมองยังพัฒนาไม่สมบูรณ์ โดยเฉพาะหน้าที่การบริหารจัดการของสมอง (Executive Functions: EFs) ซึ่งเกี่ยวข้องกับการทำงานของสมองส่วนหน้า (Frontal lobe) ที่อยู่ด้านหลังหน้าผาก ของมนุษย์ หรือปรีฟรอนทัล (Prefrontal cortex) เป็นส่วนสำคัญในการทำหน้าที่สั่งการพฤติกรรมต่าง ๆ ของมนุษย์โดยเฉพาะหน้าที่สำคัญ เช่น การคิดแก้ปัญหา การวางแผน การตัดสินใจ การควบคุมอารมณ์ การตระหนักรู้ในตนเอง บุคลิกภาพ และจิตวิญญาณ ฯลฯ หน้าที่บริหารจัดการของสมอง ประกอบด้วย ทักษะ 8 ด้าน (Guy, Isquith, & Gioia, 2004) ได้แก่ การยับยั้งคิด (Inhibition) การยืดหยุ่น (Shifting) การควบคุมอารมณ์ (Emotional control) การสังเกต (Monitor) ความจำใช้งาน (Working memory)

การวางแผนจัดระบบ (Planning/ Organizing) การจัดการอุปกรณ์ (Organization of materials) และการทำงานสำเร็จ (Task complete) ดังนั้นหน้าที่บริหารจัดการของสมองจึงเป็นทักษะที่มนุษย์ทุกคนต้องใช้และมีความสำคัญต่อความสำเร็จในการเรียน การทำงาน และการมีชีวิตครอบครัวที่ดี งานวิจัยด้านสมองและประสาท วิทยาศาสตร์ในปัจจุบัน (Blair, 2002, 2003; Blair & Razza, 2007; Normandean & Guay, 1998) ต่างบ่งชี้ว่าหน้าที่บริหารจัดการของสมองมีความสำคัญต่อความพร้อมในการเรียน ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ทั้งด้านการอ่านและคณิตศาสตร์ เช่น ความจำ ความสามารถในการยับยั้ง ควบคุม ฯลฯ และการประสบความสำเร็จในการทำงาน หากสมองส่วนที่ทำหน้าที่บริหารจัดการของผู้ใดทำงานบกพร่อง พบว่าผู้นั้นมักมีพฤติกรรมการใช้สารเสพติด อากาการสมาธิสั้น ออทิสซึม โรควิตกกังวล โรควิตกกังวล และโรคจิตเภท นอกจากนี้ยังพบว่าเด็กมักมีความสามารถในการควบคุมตนเองต่ำ ซึ่งส่งผลต่อการมีสุขภาพไม่สมบูรณ์ รายได้ต่ำและเป็นอาชญากรในอนาคต (Moffitt et al., 2011; นัยพินิจ คชภักดี, 2551) พัฒนาการของ EFs มีความแตกต่างกันในแต่ละช่วงวัยโดยเริ่มพัฒนาตั้งแต่อายุ 2 ปี และพัฒนาอย่างต่อเนื่องจนถึงวัยรุ่นแต่ยังไม่พัฒนาสมบูรณ์เท่าในวัยผู้ใหญ่ นอกจากนี้สมองส่วนอะมิกดาลา (Amygdala) ที่เกี่ยวข้องกับอารมณ์ในวัยรุ่นมีการทำหน้าที่มาก จึงทำให้วัยรุ่นควบคุมอารมณ์ได้ไม่ดี ส่งผลต่อการเกิดพฤติกรรมปัญหา เช่น เกิดการทะเลาะวิวาท การตั้งครมภ์ หรือการใช้สารเสพติด เป็นต้น

จุฑามาศ แหนจอน และคณะ (2561) กล่าวว่าการพัฒนาหน้าที่บริหารจัดการของสมองทำได้โดยการฝึกหัดการรู้คิด การออกกำลังกาย การจัดการ ความเครียด การฝึกสติ (Mindfulness) และการนอนหลับ ให้เพียงพอ รวมทั้งการใช้โปรแกรมที่อยู่บนพื้นฐานของทฤษฎีทางจิตวิทยา 4 เช่น ทฤษฎีการยอมรับและพันธะสัญญา (Acceptance and Commitment Therapy: ACT) 5 และ ทฤษฎีที่บูรณาการศาสตร์ด้านประสาทวิทยาศาสตร์จิตวิทยาและการเรียนรู้ เช่น หลักการเรียนรู้ 12 ข้อของสมอง / จิตใจ (12Brain / mind learning principles) 6 ที่สามารถเสริมสร้าง หน้าที่บริหารจัดการของสมองได้เป็นอย่างดี 7, 8 ครูเป็นผู้มีบทบาทสำคัญในการพัฒนาหน้าที่บริหารจัดการของสมองในวัยรุ่น ซึ่งจะช่วยให้วัยรุ่นมีสติยังคิดควบคุมอารมณ์และมีวินัยในตนเอง รวมทั้งมีความสามารถในการคิดแก้ปัญหา ให้เหตุผลตัดสินใจสร้างเป้าหมายวางแผนมุ่งมั่นในการทำงานที่ซับซ้อนให้สำเร็จ ตลอดจนมีจริยธรรมและคุณธรรม

ณัชชา ธนสมบูรณ์ (2561) กล่าวว่าสังคมในศตวรรษที่ 21 มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ซับซ้อนและรุนแรง ผู้คนส่วนใหญ่ใช้ชีวิตผ่านการสื่อสารบนมือถือ ชีวิตเร่งรีบ และเต็มไปด้วยการแข่งขันกัน คนเครียดง่ายขึ้นโลกที่เปิดกว้างขึ้น ความรู้ต่าง ๆ หาง่ายขึ้น คนจากหลากหลายประเทศและวัฒนธรรมมาเจอกัน นักเรียนจำเป็นต้องมีทักษะการคิดเพื่อชีวิตที่สำเร็จเพื่อที่จะเผชิญหน้ากับความไม่แน่นอน ชีวิตที่คาดคะเนได้ยาก ความท้าทายต่าง ๆ โดยที่ทักษะการคิดเพื่อชีวิตที่สำเร็จ (EF) จะช่วยให้นักเรียนสามารถรับมือกับสถานการณ์ใหม่ ๆ หรือสถานการณ์คับขันได้และช่วยให้นักเรียนสามารถยับยั้งอารมณ์ รวมไปถึงการอดทนต่อสิ่งยั่วเยวต่าง ๆ ได้ (ประเสริฐ ผลิตผลการพิมพ์, 2561) ซึ่งทักษะการคิดเพื่อชีวิตที่สำเร็จ (EF) สามารถพัฒนาได้ดีที่สุดในช่วงอายุ 3 - 6 ปี(ปฐมวัย) หลังจากนั้นการพัฒนาจะเริ่มลดลง

ดังนั้นในช่วงปฐมวัยจึงเป็นช่วงอายุที่โรงเรียนควรใส่ใจและให้ความสำคัญในการฝึกฝน เพื่อเสริมสร้างทักษะการคิดเพื่อชีวิตที่สำเร็จ (EF) เพื่อให้ได้มาซึ่งการสร้างทรัพยากรมนุษย์ที่มีคุณภาพต่อสังคมต่อไป (Center on the Developing Child at Harvard University, 2011) ดังนั้น การบริหารวิชาการของโรงเรียนปฐมวัยต้องจัดหลักสูตรสถานศึกษาที่มุ่งเน้นการพัฒนาให้ นักเรียนได้รับการฝึกฝน และส่งเสริมทักษะการคิดเพื่อชีวิตที่สำเร็จโดยเน้นด้านการจัดประสบการณ์ให้นักเรียนได้เผชิญหน้า ลงมือทำ และแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ด้วยตัวเอง การจัดสภาพแวดล้อม สื่อและแหล่งเรียนรู้ที่พร้อม และส่งเสริมในการจัดประสบการณ์ต่าง ๆ ของนักเรียนโดยคำนึงถึงความแตกต่างของนักเรียนในลักษณะปัจเจกบุคคลได้ รวมไปถึงการประเมินพัฒนาการของนักเรียนอย่างสม่ำเสมอ เพื่อนำผลการประเมิน มาปรับปรุงการจัดประสบการณ์ให้เหมาะสมกับนักเรียนในแต่ละบุคคล (กระทรวงศึกษาธิการ, 2560)

จุฬินทิมา นพคุณ (2561) อธิบายความสำคัญของทักษะการบริหารจัดการสมอง คือ ทักษะสมองเพื่อชีวิตที่สำเร็จ หรือ Executive Functions (EF) เป็นทักษะสำคัญที่ควรปลูกฝังให้กับเด็กปฐมวัยตั้งแต่ 3 – 6 ปี ผ่านการจัดประสบการณ์ที่หลากหลาย และมีกิจกรรมที่เปิดโอกาสให้เด็กได้ลงมือทำด้วยตนเอง หากเด็กมีทักษะสมอง EF ที่ดีเด็กจะมีความจำที่ดี มีสมาธิมีความมุ่งมั่นพากเพียร เข้าใจอารมณ์ตนเองและผู้อื่นทำให้มีภูมิคุ้มกันที่ดีและสามารถดำรงตนอยู่ในโลกแห่งการเปลี่ยนแปลงในศตวรรษที่ 21 ได้อย่างมีความสุข การสอนแบบมอนเตสซอรี ช่วยส่งเสริมให้เด็กได้เรียนรู้ผ่านการลงมือปฏิบัติจริงผ่านอุปกรณ์ที่ครูจัดเตรียมไว้ให้โดยมี “มือ” เป็นเครื่องมือสำคัญในการเรียนรู้ซึ่งจะช่วยส่งเสริมพัฒนาการทั้ง 4 ด้าน ทำให้เด็กเกิดทักษะต่าง ๆ และมีคุณธรรมจริยธรรมที่พึงประสงค์จากลักษณะของหลักสูตรการสอนแบบมอนเตสซอรีกระบวนการสอนแบบ มอนเตสซอรีที่ให้อิสระกับเด็ก การเปิดโอกาสให้เด็กได้ลงมือปฏิบัติจริงผ่านอุปกรณ์มอนเตสซอรีและสภาพแวดล้อมที่การสอนแบบมอนเตสซอรี ช่วยให้เด็กได้พัฒนาทักษะสมอง EF ได้ครบทั้ง 3 กลุ่มได้แก่ กลุ่มทักษะพื้นฐาน กลุ่มทักษะกำกับตนเอง และกลุ่มทักษะปฏิบัติ ซึ่งประกอบด้วยทักษะสมอง EF ทั้ง 9 ด้าน ได้แก่ ด้านการจำเพื่อใช้งาน ด้านการยับยั้งคิดไตร่ตรอง ด้านการยืดหยุ่นความคิด ด้านการจดจ่อใส่ใจ ด้านการ ควบคุมอารมณ์ ด้านการติดตามประเมินผล ด้านการริเริ่มและลงมือทำ ด้านการวางแผน จัดระบบดำเนินการ และด้านการมุ่งเป้าหมาย

1.3 องค์ประกอบของการบริหารจัดการสมอง

สุภาวดี หาญเมธี (2561) กล่าวถึงองค์ประกอบของการบริหารจัดการสมอง มี 9 ด้าน คือ

1. ความจำที่นำมาใช้งาน (Working Memory) คือ ความสามารถของในการบันทึกข้อมูลหรือสิ่งที่นักเรียนได้เรียนรู้มาไว้ในสมองเชื่อมโยงกับประสบการณ์เดิมที่ตนเองมี และนำมาใช้ในสถานการณ์ที่เหมาะสมได้ เช่น จดจำได้ว่าคุณครูสั่งอะไรไว้และทำตามคำสั่งได้
2. การยับยั้งคิด ไตร่ตรอง (Inhibitory Control) คือ ความสามารถของนักเรียนในการควบคุมและยับยั้งตนเองให้จดจ่อกับสิ่งที่สำคัญและจำเป็นยอมทำสิ่งที่ไม่ชอบแต่จำเป็นได้ และยอมถอนตัวออกจากสิ่งที่ไม่ชอบเมื่อถึงเวลาที่จำเป็นได้ เช่น ยับยั้งตนเองไม่ให้หนีเรียน เพราะรู้ว่าจะไม่โดนตัดคะแนน,

ทนต่อสิ่งเร้าที่เข้ามาขัดจังหวะไม่วอกแวกจากเป้าหมายที่วางไว้ เช่น อยากรดตะโกนเสียงดังในเวลาครูสอน แต่คิดได้ว่าเป็นสิ่งไม่เหมาะสม

3. การยืดหยุ่นทางความคิด (Shift/Cognitive Flexibility) คือ ความสามารถในการปรับเปลี่ยนความคิด ยืดหยุ่น ปรับตัวไปตามสถานการณ์ที่เปลี่ยนแปลงไป และยังสามารถแก้ไขปัญหาด้วยวิธีการที่หลากหลายเมื่อพบเจอกับสิ่งที่ไม่เป็นไปตามแผนที่วางไว้

4. การควบคุมอารมณ์ (Emotional Control) คือ ความสามารถในการรับรู้ บอกรอารมณ์ของตนเอง รวมถึงควบคุมการแสดงออกทางอารมณ์ให้ออกมาอย่างเหมาะสมกับสถานการณ์ เช่น เมื่อโดนเพื่อนล้อเลียนปมด้อยแทนที่จะทำร้ายร่างกายเพื่อนแต่ก็ไม่ทำสามารถหยุดอารมณ์นี้ได้

5. การจดจ่อใส่ใจ (Focus / Attention) คือ ความสามารถในการจดจ่อกับสิ่งที่กำลังทำ ไม่วอกแวกไปตามสิ่งเร้าที่เข้ามาจดจ่อกับการทำกิจกรรมใดกิจกรรมหนึ่งได้ในชั่วระยะเวลาหนึ่ง เช่น ในขณะที่กำลังนั่งทำรายงานตามที่ครูสั่งเพื่อนชวนไปเที่ยวแต่นักเรียนปฏิเสธและตั้งใจทำงานจนเสร็จตามที่วางแผนไว้

6. การติดตาม ประเมินตนเอง (Self - Monitoring) คือ ความสามารถในการทบทวนตนเอง หรือสิ่งที่ตนเองทำ รู้ข้อดี ข้อด้อยของตนเอง และปรับปรุงข้อดีข้อด้อยนั้น ๆ สามารถประเมินผลงาน การบ้าน หรือสิ่งที่ตนเองทำว่าควรปรับปรุงแก้ไขที่ใด เช่น ครูให้ส่งการบ้านแต่เมื่อครูตรวจแล้วก็สามารถตอบตัวเองและตอบครูได้ว่าตนเองทำผิดพลาดในส่วนใดไป

7. การริเริ่มและลงมือทำ (Initiating) คือ ความสามารถในการ “คิด” ที่จะทำสิ่งใหม่ที่ตนเองไม่เคยทำ หรือยังทำไม่สำเร็จ และ “ลงมือทำ” สิ่งนั้นให้สำเร็จด้วยตนเอง เช่น ไม่เคยพูดคำพูดที่ไพเราะกับเพื่อน ก็ลองเปลี่ยนเป็นใช้คำพูดไพเราะแทนเพื่อให้เพื่อนประหลาดใจและยอมรับตนเองมากขึ้น

8. การวางแผนและจัดระบบดำเนินการ (Planning & Organizing) ความสามารถในการรู้จักวางแผนให้รอบคอบก่อนลงมือทำ จัดลำดับความสำคัญ จัดหมวดหมู่สิ่งต่าง ๆ ได้ดี และวางแผนอย่างเป็นระบบได้ เช่น วางแผนการทำงานบ้านไว้ 10 ข้อ ในเวลา 1 ชั่วโมง ก็สามารถทำได้ตามที่วางแผนไว้

9. การพากเพียร มุ่งสู่เป้าหมาย (Goal-directed Persistence) ความสามารถในการไม่ล้มเลิกเมื่อเจออุปสรรค แต่จะพยายามเรียนรู้และปรับปรุงวิธีทำงานให้ผ่านพ้นปัญหาไปได้ เช่น ตั้งใจจะทำคะแนนสอบให้ได้ 15 คะแนน แต่ก็ทำได้เพียง 10 คะแนน แต่ไม่ย่อท้อตั้งใจทำครั้งต่อไปให้ดีขึ้น

2. วรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับชุดฝึกอบรมทางจิตวิทยา

ในงานวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยเลือกใช้ตัวแปรต้นเพื่อพัฒนาทักษะการบริหารจัดการสมองของนักเรียนที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวในระดับมัธยมศึกษา ด้วยชุดฝึกอบรมทางจิตวิทยาเพื่อพัฒนาหน้าหน้าที่การบริการจัดการสมอง ซึ่งองค์ประกอบของการสร้างชุดฝึกอบรมทางจิตวิทยาเพื่อพัฒนาหน้าที่การบริการจัดการสมองได้มีการบูรณาการเทคนิคจากทฤษฎีการให้การปรึกษาเชิงจิตวิทยากับเทคนิคอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง

เพื่อสร้างชุดกิจกรรมชุดฝึกอบรมทางจิตวิทยาเพื่อพัฒนาหน้าที่การบริการจัดการสมอง โดยใช้เทคนิคและวิธีการดังนี้

2.1 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับชุดทฤษฎีทางจิตวิทยา

ความหมายเกี่ยวกับทฤษฎีและแนวปฏิบัติในการให้การปรึกษา แบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม (REBT)

ลัดดาวรรณ ณ ระนอง และ คณะ (2561) ให้ความหมายของทฤษฎีการให้การปรึกษา แบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม คือ ทฤษฎีการให้การปรึกษา แบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม มาจากชื่อในภาษาอังกฤษว่า Rational-Emotive Therapy และต่อมาได้ชื่อใหม่ว่า Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) ผู้นำของทฤษฎีการให้การปรึกษา แบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม คือ อัลเบิร์ต เอลลิสเอลลิสได้ผลิตผลงานเขียนเป็นจำนวนมาก ทั้งที่เป็นบทความและหนังสือ ให้แก่องค์กรทางวิชาชีพ เขาเป็นสมาชิกของสมาคมจิตวิทยาอเมริกันในหลาย ๆ แผนก (American Psychological Association เรียกว่า APA) พัฒนาการของทฤษฎีการให้การปรึกษา แบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรมการทำงานในวิชาชีพในระยะแรก ๆ เอลลิสใช้แนวทางการให้การบำบัดแบบจิตวิเคราะห์ (Psycho analysis Therapy) เพื่อช่วยเหลือผู้รับบริการ ตั้งแต่ ค.ศ. 1950 เป็นต้นมา ความศรัทธาที่เอลลิสมีต่อการบำบัดแบบจิตวิเคราะห์เริ่มลดลงเรื่อย ๆ เอลลิสมีความเห็นว่า วิธีการบำบัดแบบจิตวิเคราะห์ไม่เป็นวิทยาศาสตร์ แก้ปัญหาได้ในระดับผิวเผิน และชักช้า เขาจึงได้แย้งว่า การใช้ทฤษฎีจิตวิเคราะห์ในการช่วยเหลือไม่ค่อยมีประสิทธิภาพ เอลลิสจึงเริ่มให้การช่วยเหลือแก่ผู้รับบริการด้วยวิธีการแบบผสมผสาน คล่องแคล่ว และนำทางค่อนข้างมาก รวมทั้งได้ชี้ชวนและส่งเสริมให้ผู้รับบริการทำในสิ่งที่ผู้รับบริการกลัวที่จะทำมากที่สุดในช่วง ค.ศ. 1950 เอลลิสได้พัฒนาทฤษฎีและแนวทางการช่วยเหลือ โดยเรียกว่า การบำบัดด้วยเหตุผล (Rational Therapy) ต่อมาใน ค.ศ. 1955 เขาจึงผสมผสานวิธีการช่วยเหลือตามแนวความคิดของจิตวิทยากลุ่มมนุษยนิยม กลุ่มปรัชญานิยม และกลุ่มพฤติกรรมนิยมเข้าด้วยกัน แล้วพัฒนาเป็นทฤษฎีและแนวทางการให้การบำบัดและการปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผล และอารมณ์ (Rational Emotive Therapy หรือเรียกว่า RET) ค.ศ. 1993 เอลลิสได้ให้ชื่อใหม่ว่า ทฤษฎีและแนวทางการให้การบำบัดและ / หรือการปรึกษา แบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม (Rational Emotive Behavior Therapy หรือเรียกว่า REBT)

แนวคิดที่สำคัญ

1. ทรรศนะเกี่ยวกับธรรมชาติมนุษย์

1.1 มนุษย์ต่างจากสัตว์โลกทั้งหลาย เพราะมนุษย์มีค่านิยมมนุษย์สามารถที่จะคิด สามารถพัฒนาโครงสร้างการรู้คิดของตนได้ สามารถประเมินค่านิยมที่ตนยึดถือ สามารถตัดสินใจและปรับเปลี่ยนค่านิยมของตนเพื่อการมีพฤติกรรมใหม่ที่เหมาะสมยิ่งขึ้นได้

1.2 มนุษย์เกิดมาพร้อมกับมีศักยภาพที่จะเป็นผู้ที่มีเหตุผล

- 1.3 มนุษย์เป็นผู้ที่มีเหตุผลและไร้เหตุผล
- 1.4 มนุษย์มีความต้องการสิ่งที่ดีงามสำหรับชีวิต
- 1.5 ความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมของมนุษย์มีความสัมพันธ์กันอย่างใกล้ชิด
2. ลักษณะความคิด ความเชื่อ
 - 2.1 ความชอบ (Preferences) กับความคิดว่าต้องเป็นเช่นนั้น (Musts)
 - 2.2 ความคิดว่าไม่ใช่เรื่องเลวร้าย (Anti - awfulizing) กับความคิดว่าเป็นเรื่องเลวร้าย (Awfulizing)
 - 2.3 ความอดทนสูงต่อความคับข้องใจ (High Frustration Tolerance) กับความอดทนต่ำต่อความคับข้องใจ (Low Frustration Tolerance)
 - 2.4 การยอมรับตนเองและผู้อื่น (Self/Other Acceptance) กับการดูถูกตนเองและ / หรือผู้อื่น (Self / Other Downing)
3. ลักษณะอารมณ์
 - 3.1 อารมณ์ที่เหมาะสม
 - 3.1.1 อารมณ์ที่เหมาะสมเชิงบวก
 - 3.1.2 อารมณ์ที่เหมาะสมเชิงลบ
 - 3.1.3 อารมณ์ที่ไม่เหมาะสม
4. ทฤษฎีบุคลิกภาพ A – B – C

REBT มีแนวคิดสำคัญว่า อารมณ์ความรู้สึก และพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมของบุคคลมีสาเหตุมาจากความคิด ความเชื่อที่ไร้เหตุผลซึ่งบุคคลเฝ้าบอกตนเองอยู่เสมอ ๆ บุคคลจึงควรได้รับความช่วยเหลือโดยการสอนให้เขารู้จักปรับเปลี่ยนวิธีคิดอย่างมีเหตุผล จัดความคิดความเชื่อที่ไร้เหตุผลออกไป ซึ่งจะมีผลให้บุคคลมีอารมณ์ และพฤติกรรมที่เหมาะสมขึ้น

ความหมายเกี่ยวกับทฤษฎีพฤติกรรมนิยม

ลัดดาวรรณ ณ ระนอง และ คณะ (2561) ให้ความหมายของทฤษฎีการให้การปรึกษาแบบพฤติกรรมนิยม ดังนี้

ระยะที่ 1 ทฤษฎีการวางเงื่อนไขคลาสสิก เป็นแนวคิดของพาฟลอฟ

ความเป็นมาของแนวคิด ไอแวน เพโทรวิช พาฟลอฟ เป็นนักสรีรศาสตร์ชาวรัสเซีย และเรื่องที่น่าสนใจศึกษา คือ สรีรวิทยาของระบบการย่อยอาหาร ซึ่งวิธีการศึกษาจะต้องทดลองกับสุนัข ในการทดลองครั้งแรก ๆ นั้น มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาเกี่ยวกับระบบประสาทที่ทำหน้าที่ในการหลั่งน้ำลาย เมื่อมีอาหารมาอยู่ในปาก แต่พาฟลอฟพบว่า สุนัขที่ผ่านการทดลองมาแล้วหลาย ๆ ครั้ง ไม่ต้องรอให้อาหารเข้าปากสุนัขก็จะหลั่งน้ำลายแล้ว โดยสุนัขจะหลั่งน้ำลายทันทีที่เห็นอาหารทำให้การทดลองสรุปไม่ได้แน่ชัดว่าน้ำลายส่วนใดเป็นผลมาจากอาหารที่เข้าไปอยู่ในปาก เนื่องจากมีน้ำลายบางส่วนไหลออกมาก่อนได้

อาหาร ทำให้พาพลอฟต้องคัดเลือกสุนัขที่ไม่เคยผ่านการทดลองมาก่อนเพื่อไม่ให้มีการหลั่งน้ำลายก่อนได้รับอาหาร

แนวคิดของพาพลอฟ เกี่ยวกับการเรียนรู้จากเงื่อนไขสิ่งเร้า พาพลอฟมีแนวคิดที่ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นต้องมีสาเหตุและเรียกสาเหตุนี้ว่า เงื่อนไข (Condition) ซึ่งหมายถึงการเกิดสิ่งใดสิ่งหนึ่งขึ้นจะต้องมีสิ่งนี้จึงจะทำให้เกิด หากไม่มีสิ่งนี้จะไม่ทำให้เกิดพฤติกรรมมนุษย์ก็เช่นเดียวกัน พฤติกรรมจะเกิดหรือยุติลงจะต้องมีเงื่อนไข และนักจิตวิทยาต่างพยายามหาว่ามีเงื่อนไขอะไรที่ทำให้มนุษย์ทำเช่นนั้น ๆ ในแนวคิดของพาพลอฟอธิบายว่า เงื่อนไขที่ทำให้เกิดพฤติกรรมคือ เงื่อนไขสิ่งเร้า พาพลอฟเชื่อว่าในสภาพแวดล้อมทั่วไปไม่มีสิ่งเร้า (Stimulus) มากมายที่สามารถกระตุ้นให้บุคคลเกิดการตอบสนอง (Response) ได้ หากเขียนความสัมพันธ์ระหว่างสิ่งเร้ากับการตอบสนอง

ระยะที่ 2 ทฤษฎีการวางเงื่อนไขการกระทำ เป็นแนวคิดของสกินเนอร์

สกินเนอร์ มีแนวคิดว่าการกระทำของคนเราทำให้เกิดผลของการกระทำเสมอไม่ว่าการกระทำนั้นจะทำไปอย่างตั้งใจหรือไม่ตั้งใจก็ตาม ทำไปโดยรู้ตัวหรือไม่รู้ตัวก็ตาม และสกินเนอร์เรียกพฤติกรรมที่ทำของเราแล้วเกิดผลอย่างใดอย่างหนึ่งตามมานี้ว่า Operant ซึ่งในที่นี้จะเรียกว่า พฤติกรรมที่เกิดจากการเรียนรู้และเรียกผลที่เกิดจากการกระทำนี้ว่า Consequence หรือ “ผลที่เกิดจากการกระทำหรือผลกรรม” จากแนวคิดนี้ การกระทำทุกครั้งของมนุษย์จะมีผลที่เกิดจากการกระทำทุกครั้ง เพียงแต่ผลที่เกิดขึ้นนั้นเรารู้ตัวหรือไม่รู้ตัวเกิดขึ้นทันทีหรือไม่ทันทีเท่านั้น

ทฤษฎีของสกินเนอร์มีชื่อเรียกอย่างน้อย 3 ชื่อ ได้แก่ ทฤษฎีการเรียนรู้เงื่อนไขการกระทำ (Operant Conditioning) ทฤษฎีการเรียนรู้เงื่อนไขเครื่องมือ (Instrument Conditioning) ทฤษฎีการเรียนรู้เงื่อนไขผลจากการกระทำ การทดสอบแนวคิดของสกินเนอร์ สกินเนอร์ได้ทดสอบแนวคิดด้วยการทดลองในห้องทดลองกับหนูขาว ต่อจากนั้นจึงทดลองกับมนุษย์จากแนวคิดของสกินเนอร์ สรุปว่าพฤติกรรมเกิดจากการเรียนรู้ความสัมพันธ์ระหว่างการกระทำกับผลที่เกิดจากการกระทำ หากผลที่เกิดจากการกระทำเป็นสิ่งที่พึงพอใจจะทำให้เกิดพฤติกรรมนั้นบ่อยขึ้น หากผลที่เกิดจากการกระทำเป็นสิ่งที่ไม่พอใจจะทำให้พฤติกรรมนั้นเกิดลดน้อยลง ได้นำมาเป็นแนวปฏิบัติในการให้การปรึกษาแบบพฤติกรรมนิยม

ระยะที่ 3 ทฤษฎีปัญญาสังคม เป็นแนวคิดของแบนดูรา

เป็นระยะที่มีแนวคิดที่ว่า พฤติกรรมเกิดจากการเรียนรู้จากการสังเกตซึ่งค้นพบทฤษฎีโดยแบนดูราแบนดูรา มีแนวคิดที่มนุษย์เรียนรู้จากการสังเกต (Observation Learning) ได้แก่ เห็นตัวแบบ (Modeling) ผู้สังเกตจะดูว่า ตัวแบบทำอะไรแล้วได้รับจากการกระทำอะไรในวันข้างหน้า ผู้สังเกตจะระลึกแบบแผนพฤติกรรมและทำตามตัวแบบนั้นแบนดูราได้อธิบายว่าพฤติกรรมของมนุษย์เกิดจากมีสิ่งเร้ามากระตุ้นให้ทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งที่เรียกว่า เงื่อนไขสิ่งเร้า ตามแนวคิดของพาพลอฟ และพฤติกรรมของมนุษย์เกิดจากผลของการกระทำ หากทำแล้วได้สิ่งที่พึงพอใจ มนุษย์จะทำสิ่งนั้นอีก ผลของการกระทำที่ควบคุมให้มนุษย์ต้องทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งนี้ เรียกว่า เงื่อนไขที่เกิดจากการกระทำตามแนวคิดของสกินเนอร์ แต่แบนดูรา

อธิบายว่ามนุษย์มีความคิด (Thinking) ได้แก่ การสังเกต ความจำ จินตนาการ และมนุษย์มีความรู้สึก (Feeling) ซึ่งความคิด ความรู้สึกของมนุษย์ เป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้มนุษย์ตัดสินใจทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งด้วย ดังนั้น ความคิด หรือเรียกว่า “ปัญญา” จึงเป็นปัจจัยสำคัญร่วมกับเงื่อนไขที่เกิดจากสังคม ดังนั้นจึงเรียกทฤษฎีนี้ว่า ทฤษฎีปัญญาสังคม

แนวคิดที่สำคัญ

1.1 มนุษย์เกิดมาไม่ดีหรือไม่เลว แต่จะเริ่มต้นชีวิตในลักษณะว่างเปล่า
 1.2 มนุษย์เป็นสิ่งมีชีวิตที่สามารถตอบสนองสิ่งเร้าต่าง ๆ ในสิ่งแวดล้อมแบบแผนพฤติกรรมมนุษย์ จะเรียนรู้จากการมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม หรือจากปฏิสัมพันธ์ระหว่างพันธุกรรมและสิ่งแวดล้อม

1.3 พฤติกรรมของมนุษย์เกิดจากการเรียนรู้ และจากการมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม การเรียนรู้ทำให้เกิดขึ้นได้โดยการจัดสิ่งแวดล้อมภายใต้เงื่อนไขต่าง ๆ ส่วนการเรียนรู้เดิมสามารถทำให้หมดไปได้และทำนองเดียวกันสามารถทำให้เกิดการเรียนรู้ใหม่ได้

1.4 มนุษย์สามารถควบคุมและปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของตนเองได้ แม้ว่าจะตกอยู่ภายใต้อิทธิพลของสิ่งแวดล้อมก็ตาม

หลักการของทฤษฎีการศึกษาแบบพฤติกรรมนิยม มีสาระสำคัญ 3 ประการ ในการให้การปรึกษา ได้แก่ (1) วัตถุประสงค์ของการให้การปรึกษาอยู่ที่พฤติกรรมที่สังเกตได้ (2) วิธีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมทำได้ด้วยการให้ผู้รับปรึกษาเกิดการเรียนรู้ และ (3) วิธีการประเมินผลการปรึกษา ประเมินจากพฤติกรรมที่เปลี่ยนไป

ความหมายเกี่ยวกับทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบทฤษฎีโซลูชัน - โฟกัส (SFBT)

ศาสตราจารย์ (2559) ให้ความหมายของการให้คำปรึกษาแบบทฤษฎีโซลูชัน - โฟกัส หรือ SFBT คือการบำบัดที่มีแนวคิดมุ่งถึงอนาคต มีเป้าหมายที่ชัดเจน และใช้ระยะเวลาสั้น ถูกพัฒนาเป็นครั้งแรกในปี 1980 โดย Steve de Shazer และ Insoo Kim Berg ณ สถาบันบำบัดครอบครัวระยะสั้นในมิวออคกี SFBT เน้นในเรื่องพลังและความยืดหยุ่นของแต่ละบุคคล โดยมุ่งประเด็นไปที่เรื่อง “ข้อยกเว้น” ของปัญหาและการคิดหาคำตอบให้กับปัญหาด้วยการให้ความช่วยเหลืออย่างต่อเนื่อง ผู้ให้การบำบัดจะกระตุ้นให้ผู้รับการบำบัดมีพฤติกรรมดังกล่าว (exception and solution) เพิ่มขึ้น หลังจากที่ได้เคยทำสำเร็จมาก่อนหน้านี้ (de Shazer & Dolan, 2007) SFBT หรือบางครั้งเรียกว่า Solution - focused counseling มีหลักการอยู่บนสมมติฐานของการมองโลกในแง่ดีที่ว่ามนุษย์เต็มไปด้วยพลังและศักยภาพและความสามารถที่จะค้นหาทางออก, คำตอบ หรือวิธีการ (solution) ที่จะเปลี่ยนแปลงชีวิตของพวกเขา บทบาทของผู้ให้คำปรึกษาคือการช่วยให้ผู้รับบริการรู้จักพลังและศักยภาพที่อยู่ในตัวเขา เช่น ความยืดหยุ่น ความกล้าหาญ และความมีปัญญาที่จะแก้ไขปัญหาค้นหาด้วยการสนทนา ผู้รับบริการเห็นภาพของตนเองที่กำลังทำอะไรอยู่ในชีวิต ความเป็นไปในอนาคต และอะไรที่จะนำพาเขาไปสู่ความสำเร็จการให้คำปรึกษาที่เต็มไปด้วย

ด้วยความเคารพและความหวัง ถูกสร้างอยู่บนพื้นฐานมิติเชิงบวก เช่น พลังในตัวบุคคล และวิธีการหาคำตอบให้กับปัญหาซึ่งได้รับแนวทางมาบ้างแล้วจากสถานการณ์อื่น ๆ การให้คำปรึกษาแบบทฤษฎีโซลูชัน - โฟกัสมีฐานคิดเช่นเดียวกับจิตวิทยาเชิงบวก ซึ่งเน้นสิ่งที่ถูกต้องและกำลังขับเคลื่อนอยู่ในตัวบุคคลมากกว่าที่จะเน้นจุดด้อย ความอ่อนแอ และปัญหาของเขา (Murphy, 2008) ด้วยการตั้งเอามิติเชิงบวกมาเป็นจุดเด่น ซึ่งเป็นหนึ่งในแนวคิดของการเสริมสร้างพลังอำนาจ ผู้รับบริการสามารถจัดการกับปัญหาของตนเองได้อย่างรวดเร็วเป้าหมายหนึ่งของ SFBT คือการปรับเปลี่ยนมุมมองของผู้รับบริการโดยใช้การจัดการรอบความคิดใหม่ (reframing) ที่ White และ Epston (1990) ได้อธิบายไว้ว่า จากเรื่องราวชีวิตของผู้รับบริการที่เต็มไปด้วยปัญหารุมเร้า ผ่านกระบวนการใช้ภาษาอย่างชำนาญและมีทักษะของผู้ให้คำปรึกษา ผู้รับบริการก็สามารถปรับเปลี่ยนความคิดและมุมมองของตนเองได้ ผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับบริการช่วยกันสร้างแนวทางแก้ไขหรือทางออกให้กับปัญหา โดยที่ผู้ให้คำปรึกษาจะกระตุ้นให้ผู้รับบริการเขียนบันทึกเรื่องราวที่แตกต่างไปจากเดิมพร้อมภาคจบที่เป็นบทใหม่ (O'Hanlon, cited in Bubbenzen & West, 1993) ผู้ให้คำปรึกษาแบบทฤษฎีโซลูชัน - โฟกัสสามารถที่จะทำตัวเป็นเครื่องมือช่วยเหลือมนุษย์ให้หลุดพ้นจากปัญหาที่นอนนิ่งทับถมตัวเขาอยู่ ทะยานสู่โลกใหม่ของความเป็นไปได้ที่นำไปสู่วิธีแก้ปัญหาย่างสร้างสรรค์เน้นที่คำตอบของปัญหา ไม่ใช่ที่ตัวปัญหา (Focus on solutions, not problems) SFBT ให้ความสำคัญกับปัจจุบันและอนาคต ผู้ให้คำปรึกษาสนใจกับสิ่งที่เป็นไปได้ในการหาคำตอบให้กับปัญหา มากกว่าความสนใจในตัวปัญหาและการสำรวจเรื่องราวในอดีต de Shazer (1988, 1991) ให้คำแนะนำว่า ไม่จำเป็นต้องรู้ถึงสาเหตุของปัญหาเพื่อที่จะหาวิธีการแก้ปัญห และไม่ต้องมีการเชื่อมโยงกันระหว่างตัวปัญหากับวิธีการแก้ปัญห ไม่จำเป็นต้องรวบรวมข้อมูลรายละเอียดของปัญหาเพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลง อย่างไรก็ตาม Sharry (2001) เสนอให้แบ่งระยะเวลาออกเป็น 80% สำหรับการพูดคุยหาทางออกให้กับปัญหา (solution talk) และอีก 20% เป็นการพูดคุยเกี่ยวกับปัญหา (problem talk) โดยให้เหตุผลว่าหากพูดคุยแต่เรื่องของปัญหาอย่างเดียว ก็จะเกิดความหมดหวัง ความขัดแย้ง และการต่อต้านในตัวของผู้รับบริการ หรือหากพูดคุยแต่เรื่องทางออกให้กับปัญหาอย่างเดียวก็จะดูเกินความเป็นจริง ทำให้กลุ่มอยู่ในโลกของความคิดเท่านั้น และสุดท้ายจะเป็นการหาคำตอบให้กับปัญหาแบบบังคับให้ทำ (Nylund & Corsiglia, 1994)

ความหมายเกี่ยวกับทฤษฎีการให้การปรึกษาแบบเผชิญความจริง (Reality Therapy)

ลัดดาวรรณ ณ ระนอง และ คณะ (2561) ให้ความหมายของทฤษฎีการให้การปรึกษาแบบเผชิญความจริง คือ วิลเลียม กลาสเซอร์ (William Glasser) จิตแพทย์ชาวอเมริกันเป็นผู้ริเริ่มวิธีการให้การปรึกษาแบบเผชิญความจริง (Reality Approach to Counseling) กลาสเซอร์เกิดเมื่อ ค.ศ. 1925 ในสหรัฐอเมริกา จบปริญญาตรีทางวิศวกรรมเคมี และได้รับปริญญาแพทยศาสตรบัณฑิต เขามีประสบการณ์ในการทำงานด้านจิตเวชที่โรงพยาบาลแห่งหนึ่งในสหรัฐอเมริกา ซึ่งขณะนั้นนิยมใช้วิธีการทางจิตวิเคราะห์ในการบำบัดรักษาคนไข้ กลาสเซอร์พิจารณาว่าประสิทธิภาพของวิธีการแบบดั้งเดิมที่นิยมใช้

รักษาคนไข้กันอยู่นั้นยังไม่มีประสิทธิภาพพอ จึงเริ่มคิดหาทางพัฒนาวิธีการบำบัดรักษาแบบใหม่ขึ้น เขาได้ไปช่วยวางโครงการบำบัดแบบเผชิญความจริงให้แก่โรงพยาบาลจิตเวชที่เขาเคยทำงานอยู่ ซึ่งได้ผลดีและอัตราการหวนกลับมาโรงพยาบาลอีกของคนไข้ลดลงมากการให้การปรึกษาแบบเผชิญความจริงเปรียบเหมือนเป็นก้าวใหม่ของการผสมผสานแนวคิดของเอลลิส (Ellis) ในเรื่องของการให้การปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม และแนวคิดของ โรเจอร์ส (Rogers) ในเรื่องของการให้การปรึกษาเป็นศูนย์กลางได้เป็นอย่างดี น่าสนใจ และมีชีวิตชีวา

คำพูดที่ว่า “จงรับผิดชอบและควบคุมวิถีชีวิตของท่าน และเผชิญกับสิ่งที่เกิดขึ้นจากการกระทำของท่าน” คำพูดนี้เป็นตัวแทนของการให้การปรึกษาแบบเผชิญความจริง

แนวคิดที่สำคัญ

1. การพิจารณามนุษย์ตามทฤษฎีการให้การปรึกษาแบบเผชิญความจริง

1.1 พฤติกรรมมนุษย์มีเป้าหมาย คือ การสนองความต้องการและการควบคุมวิถีชีวิตของตน ความต้องการหลักของมนุษย์ คือ ความต้องการเป็นส่วนหนึ่ง (Belongingness) ความต้องการอำนาจ (Power) ความต้องการเป็นอิสระ ความต้องการความสนุกสนาน (Fun) และความต้องการอยู่รอด (Survival) สมอของมนุษย์ทำหน้าที่เป็นระบบควบคุม (Control System) เพื่อให้ได้สิ่งที่ต้องการ เมื่อเราไม่ได้สิ่งที่ต้องการเราจะรู้สึกเจ็บปวด เมื่อเราสนองความต้องการได้ เราจะเกิดความภาคภูมิใจในตนเอง (Self Esteem) และรู้สึกในทางที่ดีกับตนเอง

1.2 การควบคุมพฤติกรรมมนุษย์ มีพื้นฐานมาจากการที่มนุษย์เป็นผู้สร้างโลกส่วนตัว เราสามารถควบคุมชีวิตของตนได้ และเราสามารถป้องกันปัญหาของตนได้ ทฤษฎีการให้การปรึกษาแบบเผชิญความจริงเน้นการกระทำในปัจจุบันและความคิดในปัจจุบันมากกว่าประสบการณ์ที่ผ่านไปแล้ว หรือการจูงใจโดยไม่รู้ตัว (Unconscious Motive) มนุษย์เราสามารถปรับปรุงคุณภาพชีวิตของตนเองได้ด้วยการประเมินตนเองตามที่เป็นจริง อะไรที่ดีแล้วก็เก็บไว้เป็นความภูมิใจ อะไรที่ยังไม่ดีก็วางแผนเปลี่ยนแปลง และมุ่งมั่นในการเปลี่ยนแปลงนั้น

1.3 มนุษย์มีความสามารถในการตัดสินใจแก้ปัญหาและใช้วิจารณ์ญาณเกี่ยวกับเรื่องต่าง ๆ

1.4 มนุษย์รู้สึกว่าตนมีความสามารถที่จะทำสิ่งต่าง ๆ ได้

1.5 การได้รับความรักและมีโอกาสให้ความรักแก่ผู้อื่น

1.6 ปัญหาในการปรับตัวหลายประการเกิดจากการไร้ความสามารถในการสนองความต้องการ

1.7 แม้ว่าอารมณ์จะเป็นสิ่งที่หลีกเลี่ยงไม่พ้น แต่เหตุผลเป็นสิ่งสำคัญ

1.8 คนที่มีเอกลักษณ์แห่งความสำเร็จ (Success Identity) คือ คนที่ได้รับการยอมรับทำให้เกิดความรู้สึกที่มีความไว้วางใจ รู้สึกว่าตนมีความสำคัญต่อผู้อื่น ตนมีค่า ตนมีความเข้มแข็ง มี

ความคิดที่มีเหตุผล และแก้ปัญหาโดยใช้เหตุผลทำสิ่งต่าง ๆ เพื่อสุขภาพอันดี เช่น รับประทานอาหารและออกกำลังกาย เพื่อสุขภาพที่ดีเป็นบุคคลที่รู้สึกเป็นอิสระ รู้สึกรักผู้อื่น และรู้สึกว่าผู้อื่นรักตน มีความรู้สึกว่าคุณค่า

1.9 คนที่มีเอกลักษณ์แห่งความล้มเหลว (Failure Identity) คือ บุคคลที่ยอมแพ้ต่อความรับผิดชอบที่จะมีพฤติกรรมตามที่คาดหวัง เนื่องจากความล้มเหลวทั้งหลายทำให้เขาเกิดอารมณ์หงุดหงิด ความรู้สึกอ้างว้าง มีความรู้สึกตำหนิตนเอง ไม่มีเหตุผล ไม่มีความสุข ไม่มีควมรับผิดชอบ ไม่ยึดหยุ่น ปฏิเสธความเป็นจริง

2. หลักการของทฤษฎีการให้การปรึกษาแบบเผชิญความจริง

2.1 ความอบอุ่นและบรรยากาศที่ยอมรับผู้รับบริการ

2.2 การให้บริการปรึกษาเป็นกระบวนการเรียนรู้

2.3 เราเลือกพฤติกรรมของเราเอง ดังนั้น เราต้องรับผิดชอบต่อทางเลือกนั้น

2.4 การเผชิญสภาพความเป็นจริง (Reality) คือ การที่บุคคลจะสามารถแก้ปัญหาของตนได้ ถ้าเขาเผชิญสภาพความเป็นจริง พิจารณาสีต่าง ๆ ตามที่เป็นจริง และตระหนักถึงความเป็นจริงว่าเขามีหน้าที่ต้องการหาทางสนองความต้องการของเขาเอง โดยไม่กระทบกระเทือนสิทธิของผู้อื่น แม้ว่าหนทางที่จะสนองความต้องการนั้นจะมีอุปสรรคขวางอยู่ก็ตาม

2.5 การประเมินความถูกต้องความผิดของพฤติกรรม (Right and Wrong)

2.6 ทฤษฎีการให้การปรึกษาแบบเผชิญความจริง ก็คือ ผู้ให้บริการปรึกษาคควรนำวิธีการของทฤษฎีนี้ไปปฏิบัติอย่างยึดหยุ่น โดยพิจารณาให้เหมาะสมกับความต้องการและสภาพของผู้รับบริการแต่ละราย

3. การอธิบายของพัฒนาการด้านบุคลิกภาพตามแนวคิดทฤษฎีการให้การปรึกษาแบบเผชิญความจริง

กลาสเซอร์ให้ความสำคัญแก่ช่วง 10 ปีแรกของชีวิตว่า มีอิทธิพลในการหล่อหลอมบุคลิกภาพเพราะเป็นช่วงที่เด็กเริ่มเข้าสู่โครงสร้างของสังคมคือ บ้าน และโรงเรียนกลาสเซอร์ เชื่อว่าการอบรมเด็กอย่างถูกวิธีและเด็กมีโอกาสได้อยู่ในสิ่งแวดล้อมอันเหมาะสมจะสามารถป้องกันปัญหาได้ แต่ถ้าสภาพการณ์ไม่เอื้ออำนวยมาตั้งแต่ต้น การใช้กลวิธีการให้การปรึกษาแบบเผชิญความจริงจะช่วยให้

4. เป้าหมายของทฤษฎีการให้การปรึกษาแบบเผชิญความจริง

เพื่อช่วยให้ผู้รับบริการได้เผชิญสภาพความเป็นจริง สนับสนุนให้บุคคลได้รู้จักตนเอง (Identity) มีความรับผิดชอบ (Responsibility) พิจารณาสีต่าง ๆ ตามสภาพความเป็นจริง (Reality) และรู้จักประเมินสิ่งถูกสิ่งผิด (Right and Wrong) ซึ่งจะนำไปสู่การมีความรู้สึกว่าคุณค่า (Self Respect) นำไปสู่พฤติกรรมที่พึงปรารถนา

5 ลักษณะและบทบาทของผู้ให้การปรึกษาตามทฤษฎีการให้การปรึกษาแบบเผชิญความจริง คือ จะต้องสร้างสัมพันธ์อันใกล้ชิดกับผู้รับบริการสนใจผู้รับบริการ เป็นผู้มีความเชื่อว่าการช่วยบุคคลเผชิญความจริงเป็นวิธีการช่วยให้บุคคลเรียนรู้วิธีแก้ปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพ เป็นผู้เต็มใจจะเปิดเผยและอภิปรายเรื่องต่าง ๆ กับผู้รับบริการ ตลอดจนให้ความอบอุ่นเป็นมิตร เปิดเผย มีความจริงใจ และมองโลกในแง่ดี จะต้องเป็นตัวอย่างของคนที่มีความรับผิดชอบในการสนองความต้องการของตน โดยไม่ละเมิดสิทธิของบุคคลอื่น และจะสอนวิธีที่ควรประพฤติปฏิบัติแก่ผู้รับบริการด้วยการสอนโดยตรง ทั้งจะช่วยกันกับผู้รับบริการวางโครงการเพื่อก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม และสนับสนุนให้ผู้รับบริการมีความมุ่งมั่นที่จะปฏิบัติตามโครงการที่วางไว้ โดยไม่มีข้อแก้ตัวใด ๆ ทั้งสิ้น ผู้ให้การปรึกษานับถือศักยภาพและความเข้มแข็งของผู้รับบริการในการนำไปสู่เอกลักษณ์แห่งความสำเร็จ

ความหมายเกี่ยวกับทฤษฎีการให้การปรึกษาแบบผู้รับบริการเป็นศูนย์กลาง

ลัดดาวรรณ ณ ระนอง และ คณะ (2561) ให้ความหมายของทฤษฎีการให้การปรึกษาแบบทรนสนะเกี่ยวกับธรรมชาติและการเกิดปัญหาของมนุษย์จะมองมนุษย์ในด้านบวก จึงมีพื้นฐานความรู้สึกรู้สึกไว้วางใจในความสามารถของผู้รับบริการปรึกษาว่าทุกคนมีความสามารถในการคิด สามารถเข้าใจตนเอง และนำตนเองได้ ผู้รับบริการปรึกษามีศักยภาพที่จะตระหนักรู้ถึงปัญหาและวิธีการที่จะแก้ไขสุขภาพจิตที่ดี เป็นความสอดคล้องระหว่างตัวตนการรับรู้ของตนเอง และตัวตนตามประสบการณ์จริงการปรับตัวไม่ได้ เกิดขึ้นจากความขัดแย้งระหว่างสิ่งที่ต้องการจะเป็นกับสิ่งที่เป็นอย่างจริง หลักการของทฤษฎีการให้การปรึกษาแบบผู้รับบริการปรึกษาเป็นศูนย์กลางคือ การมองว่าปัญหาของผู้รับบริการปรึกษาเกิดขึ้นจากความไม่สอดคล้องกันระหว่างตัวตน ความอุดมคติและตัวตนที่เป็นจริง ทำให้ปรับตัวไม่ได้ กลวิธีสำคัญ คือ การสร้างสัมพันธ์ภาพระหว่างผู้ให้และผู้รับบริการปรึกษา และปัจจัยสำคัญที่สามารถช่วยให้ผู้ให้ปรึกษาสร้างสัมพันธ์ภาพกับผู้รับบริการปรึกษา ซึ่งเป็นหัวใจสำคัญของการบำบัดนี้ คือ ความสอดคล้อง หรือความจริงใจ การมองทางบวกอย่างไม่มีเงื่อนไขและการยอมรับ และการเข้าใจอย่างถูกต้องในลักษณะเอาใจเขามาใส่ใจเรา

เป้าหมายของทฤษฎีการให้การปรึกษาแบบผู้รับบริการปรึกษาเป็นศูนย์กลางคือ การช่วยให้ผู้รับบริการปรึกษานำตนเองได้ กำหนดเกณฑ์ของตนเองที่เคยปฏิเสธหรือปิดเป็นมาก่อน ผู้รับบริการปรึกษาเข้าใจตนเองตามความเป็นจริง รับผิดชอบตนเองสามารถปฏิบัติภารกิจได้เต็มประสิทธิภาพ (Fully Functioning Person) เน้นความสำคัญที่ตัวบุคคลไม่ใช่ปัญหาของเขา ไม่ใช่เฉพาะการช่วยให้ผู้รับบริการปรึกษาแก้ปัญหาได้ด้วยตนเองเท่านั้น แต่ยังมีมุ่งช่วยผู้รับบริการปรึกษาให้เกิดความองกวมสามารถจัดการกับปัญหาที่เผชิญอยู่ในปัจจุบัน หรือปัญหาที่อาจเกิดขึ้นในอนาคตได้ดียิ่งขึ้น หลังจากที่ได้รับบริการปรึกษาได้รู้จักตนเองอย่างถ่องแท้ เมื่อสิ่งอำพรางหรือการปิดเป็น สิ้นสุดถูกขจัดออกไปแล้ว ผู้รับบริการปรึกษาจะมีการเปิดประสบการณ์ เกิดความไว้วางใจตนเอง ประเมินตนเอง และพร้อมที่จะพัฒนาตนเองตลอดเวลา ซึ่งคุณลักษณะทั้ง 4 ประการดังกล่าว แสดงว่าบุคคลมีการรู้จักตนเองอย่างถ่องแท้แล้ว

บทบาทของผู้ให้การปรึกษาตามทฤษฎีการให้การปรึกษาแบบผู้รับการปรึกษาเป็นศูนย์กลาง คือ การใช้ความไวในการรับสัมผัสตอบสนองของผู้รับการปรึกษาได้จำแนกประเภทของการตอบสนองในการให้การปรึกษาออกเป็น 5 แบบ ดังนี้

1. การตัดสินประเมินค่า (Evaluation)
2. การวิเคราะห์ตีความ (Interpretation)
3. การสนับสนุนเห็นด้วยความสงสาร (Support)
4. การตรวจสอบ (Probing)
5. ความเข้าใจ (Understanding)

ใช้การยอมรับผู้รับการปรึกษาโดยปราศจากเงื่อนไข ผู้ให้การปรึกษาต้องยอมรับผู้รับการปรึกษาอย่างที่เขาเป็นอยู่ ยอมรับในความเป็นปัจเจกบุคคลของผู้รับการปรึกษา ผู้ให้การปรึกษาตามแนวทฤษฎีการให้การปรึกษาแบบผู้รับการปรึกษาเป็นศูนย์กลางไม่มีสิทธิ์ปฏิเสธ และแสดงการไม่ยอมรับผู้รับการปรึกษาที่อาจแสดงพฤติกรรมไม่เหมาะสมในการพบกันครั้งแรก

1. การสื่อสารด้วยความตั้งใจจริงของผู้ให้การปรึกษา การสื่อสารด้วยความตั้งใจจริงของผู้ให้การปรึกษาเป็นพฤติกรรมเสริมแรงของผู้ให้การปรึกษา อันสามารถส่งเสริมความสัมพันธ์อันดีระหว่างผู้ให้และผู้รับการปรึกษาได้

2. การสร้างอ้อมโนทัศน์ทางบวกให้เกิดขึ้นกับผู้รับการปรึกษา ผู้มีปัญหาบางคนรู้สึกหมดหวังและท้อใจที่ไม่สามารถจะตอบสนองความคาดหวังของบุคคลที่ใกล้ชิดได้ไม่ว่าจะเป็นพ่อแม่ ครูหรือเพื่อน ทำให้รู้สึกไม่เห็นคุณค่าหรือเชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง เขาต้องทนทุกข์และเผชิญกับปัญหาจากการชี้แนะและการบงการของผู้อื่น ผู้ที่มีปัญหาในลักษณะนี้จะพยายามหาผู้ให้การปรึกษาที่สามารถบอกเขาได้ว่า เขาควรจะทำอย่างไร ผู้ให้การปรึกษาตามแนวทางของผู้รับการปรึกษาเป็นศูนย์กลางจะต้องศึกษาให้เข้าใจเสียก่อนว่าปัญหาการท้อหมดหวังที่เกิดขึ้นของผู้รับการปรึกษามีสาเหตุมาจากสิ่งใด ผู้ให้การปรึกษาจะต้องไม่หลงทางในการเป็นผู้ชี้แนะหรือระบุว่าผู้ปัญหาจะต้องทำอะไรหรืออย่างไร เพราะจะเป็นการขัดกับแนวความคิดหรือทฤษฎีของทฤษฎีการให้การปรึกษาสามารถหาแนวทางในการแก้ปัญหาได้ด้วยตัวเอง (The Client can be trusted to find his own forward) โดยผู้ให้การปรึกษาจะต้องสร้างเสริมบรรยากาศที่ผู้รับการปรึกษารู้สึกปลอดภัยและเกิดการยอมรับตนเองได้ ผู้ให้การปรึกษาจะต้องไม่ทำตัวเป็นผู้เชี่ยวชาญที่จะเข้าไปทำหน้าที่ตัดสินชีวิตของผู้รับการปรึกษาเสียเอง มิฉะนั้นผู้ให้การปรึกษาจะเป็นผู้สร้างปัญหาเสียเอง ผู้ให้การปรึกษาที่มีความสามารถจะต้องช่วยให้ผู้รับการปรึกษาพัฒนาอ้อมโนทัศน์ในทางบวกให้ได้ ผู้ให้การปรึกษาจะต้องแสดงบทบาทของความเป็นเพื่อนที่ไว้วางใจได้ระหว่างดำเนินการให้การปรึกษา

2.2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเทคนิคทางจิตวิทยา

ความหมายเกี่ยวกับการใช้กิจกรรมสันทนาการ (Recreation)

สำนักงานพัฒนาการกีฬา และนันทนาการ (2562, สืบค้นจาก www.dpe.go.th.) กล่าวว่า นันทนาการ หมายถึง การทำให้ชีวิตสดชื่น โดยการเสริมสร้างพลังงานขึ้นใหม่ หลังจากที่ร่างกายใช้พลังงานแล้วเกิดเป็นความเหนื่อยเมื่อยล้าทางร่างกาย จิตใจและทางสมอง เมื่อบุคคลเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ จะช่วยขจัด หรือผ่อนคลายความเหนื่อยเมื่อยล้าทางด้านร่างกายและจิตใจ ในความหมายนี้ นันทนาการ จึงเป็นการตอบสนองความต้องการทางกายและจิตใจของบุคคลได้อย่างแท้จริง

จุดมุ่งหมายของกิจกรรมนันทนาการ

1. เพื่อพัฒนาอารมณ์กิจกรรมนันทนาการเป็นกระบวนการเสริมสร้าง และพัฒนา อารมณ์ของบุคคลและชุมชน โดยอาศัยกิจกรรมต่าง ๆ เป็นสื่อกลางในช่วงเวลาว่าง หรือเวลาอิสระ การเข้าร่วมกิจกรรมต้องเป็นไปด้วยความสมัครใจ และกิจกรรมนั้นจะต้องเป็นกิจกรรมที่สังคมยอมรับ สามารถ ก่อให้เกิดความสุข สนุกสนาน เพลิดเพลิน
2. เพื่อเสริมสร้างประสบการณ์ใหม่กิจกรรมนันทนาการ ช่วยสร้างประสบการณ์ใหม่ ให้แก่ผู้ร่วมกิจกรรม ทั้งนี้เพราะความหลากหลายกิจกรรม เช่น การท่องเที่ยว ทักษะศึกษา การเสริมสร้าง ประสบการณ์ใหม่ในสถานที่และทรัพยากรท่องเที่ยว ขึ้นอยู่กับประสบการณ์ และพื้นฐานเดิมของบุคคลหรือ ชุมชน
3. เพื่อเพิ่มพูนประสบการณ์กิจกรรมสร้างเสริมประสบการณ์ หรือกิจกรรมบางอย่างที่ เคยเข้าร่วมมาแล้ว แต่ผู้เข้าร่วมอยากสร้างความประทับใจ หรือความทรงจำเดิม ก็จะเป็นการเพิ่มพูน ประสบการณ์ทั้งสิ้น
4. เพื่อส่งเสริมการมีส่วนร่วมกิจกรรมนันทนาการ จะส่งเสริมการมีส่วนร่วมของบุคคล และชุมชน ฝึกให้มีโอกาสเข้าร่วมกิจกรรมของชุมชนด้วยความสนใจและสมัครใจ ส่งเสริมการทำงานร่วมกัน เป็นทีม เป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม รู้จักสิทธิและหน้าที่ ตลอดจนความรับผิดชอบต่อตนเองและผู้อื่นในฐานะ องค์กรของสังคม
5. เพื่อส่งเสริมการแสดงออกกิจกรรมนันทนาการหลายประเภท เป็นการส่งเสริมให้ บุคคลได้แสดงออกทางด้านความรู้สึกนึกคิด สร้างสรรค์ การระบายอารมณ์ การเลียนแบบสถานการณ์ หรือ พฤติกรรมต่าง ๆ ทำให้สามารถเรียนรู้และรู้จักตนเองมากขึ้น สร้างความมั่นใจ ความเข้าใจและการควบคุม ตนเอง
6. เพื่อส่งเสริมคุณภาพชีวิตกิจกรรมนันทนาการเป็นกิจกรรมที่ช่วยพัฒนาอารมณ์ ความสุข ความสามารถของบุคคล สุขภาพและสมรรถภาพทางกายและจิตใจ ความสมดุลทางกาย และจิต สิ่งเหล่านี้จะช่วยพัฒนาคุณภาพชีวิต ของสังคมทุกเพศและวัย นอกจากนี้ ยังช่วยพัฒนาคุณภาพชีวิตของ กลุ่มประชากรทุกกลุ่มด้วย
7. เพื่อส่งเสริมความเป็นมนุษยชาติกิจกรรมนันทนาการจะช่วยส่งเสริมพฤติกรรม และ พัฒนาความเจริญงอกงามของบุคคลทั้งทางกาย อารมณ์ สังคม สติปัญญา และจิตใจของคนทุกคน ทุกเพศ

ทุกวัย ตามความสนใจและความต้องการของบุคคล เช่น การจัดกิจกรรมนันทนาการนานาชาติ คือ มหกรรมกีฬาโอลิมปิก ซึ่งจะช่วยส่งเสริมความเข้าใจอันดีและมิตรภาพของมวลมนุษยชาติ

8. เพื่อส่งเสริมความเป็นพลเมืองดีกิจกรรมนันทนาการเป็นการให้การศึกษแก่เยาวชนในด้านการช่วยเหลือตนเอง รู้จักสิทธิ หน้าที่ ความรับผิดชอบ ระเบียบวินัย และการปรับตัวให้เข้ากับกลุ่มและสังคมได้เป็นอย่างดี เป็นการพัฒนาบทบาทของการเป็นพลเมืองดี ไม่เห็นแก่ตัว ช่วยเหลือสังคมส่วนรวมเป็นสำคัญ ส่งผลให้สังคมอบอุ่น และเพิ่มพูนคุณภาพชีวิต

ขั้นตอนของกิจกรรมนันทนาการ

ความหมายเกี่ยวกับการแสดงบทบาทสมมติ (Role Playing)

ชลิตา ไชเอียด (2554) ให้ความหมายของการแสดงบทบาทสมมติ คือ วิธีสอนโดยใช้การแสดงบทบาทสมมติ คือ กระบวนการที่ผู้สอนใช้ในการช่วยให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้อัตโนมัติตามวัตถุประสงค์ที่กำหนด โดยการให้ผู้เรียนสวมบทบาทในสถานการณ์ซึ่งมีความใกล้เคียงกับความเป็นจริง และแสดงออกมาตามความรู้สึกนึกคิดของตน และนำเอาการแสดงออกของผู้แสดง ทั้งทางด้านความรู้ ความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่สังเกตพบว่าเป็นข้อมูลในการอภิปราย เพื่อให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้อัตโนมัติตามวัตถุประสงค์

จุดมุ่งหมายของการสอนโดยการแสดงบทบาทสมมติ

วิธีสอนโดยใช้การแสดงบทบาทสมมติ เป็นวิธีการที่มุ่งช่วยให้ผู้เรียนได้เรียนรู้การเอาใจเขามาใส่ใจเรา เกิดความเข้าใจในความรู้สึกและพฤติกรรมทั้งของตนเองและผู้อื่นหรือเกิดความเข้าใจในเรื่องต่าง ๆ เกี่ยวกับบทบาทสมมติที่ตนแสดง

ลักษณะสำคัญของการสอนโดยการแสดงบทบาทสมมติ

บทบาทสมมติที่ผู้เรียนแสดงออกแบ่งได้เป็น 2 ลักษณะ คือ

1. การแสดงบทบาทสมมติแบบละคร เป็นการแสดงบทบาทตามเรื่องราวที่มีอยู่แล้ว ผู้แสดงจะได้ทราบเรื่องราวทั้งหมด แต่จะไม่ได้รับบทที่กำหนดให้แสดงตามอย่างละเอียด ผู้แสดงจะต้องแสดงออกตามความคิดของตน และดำเนินเรื่องไปตามท้องเรื่องที่กำหนดไว้แล้วซึ่งมีลักษณะเหมือนละคร

2. การแสดงบทบาทสมมติแบบแก้ปัญหา เป็นการแสดงบทบาทสมมติที่ผู้เรียนได้รับทราบสถานการณ์หรือเรื่องราวแต่เพียงเล็กน้อยเท่าที่จำเป็น ซึ่งมักเป็นสถานการณ์ที่เป็นปัญหาหรือมีความขัดแย้งแฝงอยู่ ผู้แสดงบทบาทจะใช้ความคิดของตนในการแสดงออกและแก้ปัญหาต่าง ๆ อย่างเสรี

ประเภทของการสอนโดยใช้การแสดงบทบาทสมมติ

การสอนแบบบทบาทสมมติ แบ่งออกเป็น 2 ประเภท คือ

1. ผู้แสดงจะต้องแสดงบทบาทของผู้อื่นตามที่กำหนด โดยละทิ้งแบบแผนพฤติกรรมของตนเอง เช่น แสดงบทบาทของผู้มีชื่อเสียงในประวัติศาสตร์ หรือบุคคลอื่น ๆ ที่ลักษณะเป็นเอกลักษณ์ของตัวเองเป็นบุคคลสมมติ เช่น สมมติว่าเป็นชวาเนา เป็นครู เป็นนายอำเภอ เป็นพ่อค้า ฯลฯ ผู้แสดงจะต้องพูด คิด ประพฤติ มีความรู้สึกเหมือนกับบุคคลที่สวมบทบาทนั้น ๆ

2. ผู้แสดงจะยังคงรักษาบทบาทและแบบแผนพฤติกรรมของตนเอง แต่กำหนดสถานการณ์ที่อาจพบในอนาคต เช่น การสมัครงาน การสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่าง การเป็นผู้แนะนำให้คำปรึกษาแก่ผู้เรียน ฯลฯ บทบาทสมมติประเภทนี้เป็นประโยชน์ต่อการฝึกฝนทักษะเฉพาะอย่าง เช่น การแนะนำ การสัมภาษณ์ การสอน การจูงใจ

องค์ประกอบของการสอนแบบบทบาทสมมติ

องค์ประกอบสำคัญ (ที่ขาดไม่ได้) ของวิธีสอนแบบบทบาทสมมติ ไว้ดังนี้

1. มีผู้สอนและผู้เรียน
2. มีสถานการณ์สมมติและบทบาทสมมติ
3. มีการแสดงบทบาทสมมติ
4. มีการอภิปรายเกี่ยวกับความรู้ ความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่แสดงออกของผู้แสดง และสรุปการเรียนรู้ที่ได้รับ

5. มีผลการเรียนรู้ของผู้เรียน

ความหมายเกี่ยวกับเทคนิค Think pair Share

กมลลักษณ์ บุญจันทร์ และคณะ (2554) กล่าวว่าเทคนิคการเรียนรู้แบบเพื่อนคู่คิด (Think pair Share) ประกอบด้วย 3 ส่วน

1. Think เป็นขั้นตอนที่กระตุ้นให้ผู้เรียนได้คิดในประเด็นปัญหาต่าง ๆ การกล่าวนำถึงสาระสำคัญของบทเรียนรวมทั้งการแนะนำให้ผู้เรียนได้คิดถึงเรื่องที่จะต้องศึกษาในขั้นตอนต่อไป ในขั้นตอนนี้จะต้องดำเนินการทั้งชั้นเรียน เพื่อให้ผู้เรียนทั้งหมดเกิดความคิดร่วมและประสานความคิดให้เป็นไปในทิศทางเดียวกัน

2. Pair เป็นขั้นตอนที่จัดให้ผู้เรียนจับกันเป็นคู่ ๆ เพื่อให้แต่ละกลุ่มร่วมกันศึกษาบทเรียนแลกเปลี่ยนความคิดเห็นและสร้างสรรค์กิจกรรมการเรียนรู้ร่วมกันให้สามารถศึกษาบทเรียนได้สำเร็จจุลวงและสามารถค้นหาคำตอบของประเด็นปัญหาที่ต้องการได้ การเรียนรู้ในขั้นตอนนี้เกี่ยวข้องกับ การเรียนรู้ของผู้เรียนที่ประกอบด้วย ๔ ขั้นตอนย่อย ๆ ดังนี้

2.1 Motivation ขั้นตอนการนำเข้าสู่บทเรียน

2.2 Information ขั้นตอนการศึกษาเนื้อหาบทเรียน โดยใช้บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนที่พัฒนาขึ้น หรือจากใบความรู้

2.3 Application ขั้นการทดสอบความสำเร็จในการเรียนรู้

2.4 Progress ขั้นตอนการประเมินผลความสำเร็จทางการเรียนของผู้เรียน

3. Share เป็นขั้นตอนสุดท้าย หลังจากการศึกษาบทเรียนแล้ว โดยการทำการสลายกลุ่มผู้เรียนที่จับกันเป็นคู่แล้วสรุปผลการค้นหาคำตอบร่วมกันทั้งชั้นอีกครั้งหนึ่งเพื่อแลกเปลี่ยนความรู้ สรุปผล

และอภิปรายผลการค้นพบจากการศึกษาบทเรียนในขั้นตอนที่ผ่านมารวมทั้งให้ข้อสรุปหรือเสนอแนะใด ๆ ต่อผู้สอนได้

ความหมายเกี่ยวกับเทคนิคการใช้เกม

ทิสนา เขมมณี (2550) ให้ความหมายและวิธีการสร้างเกม คือ วิธีสอนโดยใช้เกม คือ กระบวนการที่ผู้สอนใช้ในการช่วยให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ตามวัตถุประสงค์ที่กำหนด โดยการให้ผู้เรียนเล่นเกมตามกติกา และนำเนื้อหาและข้อมูลของเกม พฤติกรรมการเล่น วิธีการเล่น และผลการเล่นเกมของผู้เรียนมาใช้ในการอภิปรายเพื่อสรุปการเรียนรู้

ทิสนา เขมมณี (2550) เทคนิคและข้อเสนอแนะต่าง ๆ ในการใช้วิธีสอนโดยใช้เกมให้มีประสิทธิภาพ

1. การเลือกและนำเสนอเกม เกมที่นำมาใช้ในการสอนส่วนใหญ่จะเป็นเกมที่เรียกว่า “เกมการศึกษา” คือเป็นเกมที่มีวัตถุประสงค์ มุ่งให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ตามวัตถุประสงค์ มิใช่เล่นเพียงเพื่อความสนุกสนานเท่านั้น อย่างไรก็ตาม ผู้สอนอาจมีการนำเกมที่เล่นกันเพื่อความบันเทิงเป็นสิ่งสำคัญ มาใช้ในการสอน โดยนำมาเพิ่มขั้นตอนสำคัญคือการวิเคราะห์หรืออภิปรายเพื่อการเรียนรู้ เกมที่ได้รับการออกแบบให้เป็นเกมการศึกษาโดยตรงมีอยู่ด้วยกัน 3 ประเภทคือ 1) เกมแบบไม่มีการแข่งขัน เช่น เกมการสื่อสาร เกมการตอบคำถาม เป็นต้น 2) เกมแบบแข่งขัน มีผู้แพ้ ผู้ชนะ เกมส่วนใหญ่จะเป็นเกมแบบนี้ เพราะการแข่งขันช่วยให้การเล่นเพิ่มความสนุกสนานมากขึ้น และ 3) เกมจำลองสถานการณ์ (simulation game) เป็นเกมที่จำลองความเป็นจริง สถานการณ์จริง ซึ่งผู้เล่นจะต้องคิดตัดสินใจจากข้อมูลที่มี และได้รับผลของการตัดสินใจ เหมือนกับที่ควรจะได้รับในความเป็นจริงเกมแบบนี้มีอยู่ 2 ลักษณะคือ ลักษณะแรกเป็นการจำลองความเป็นจริง ลงมาเล่นในกระดานหรือบอร์ด เรียกว่าบอร์ดเกม (board game) เช่น เกมเศรษฐี เกมมลภาวะเป็นพิษ (pollution) เกมแก้ปัญหาความขัดแย้ง (conflict resolution) อีกลักษณะหนึ่งเป็นเกมสถานการณ์ที่จำลองสถานการณ์และบทบาทขึ้นให้เหมือนความเป็นจริง และผู้เล่นจะต้องลงไปเล่นจริง ๆ โดยสวมบทบาทเป็นคนใดคนหนึ่ง สถานการณ์นั้น เกมแบบนี้อาจใช้เวลาเล่นเพียง 2 - 3 ชั่วโมง หรือใช้เวลาเป็นวันหรือหลาย ๆ วันติดต่อกัน หรือแม้กระทั่งเล่นกันตลอดภาคเรียน เป็นการเรียนรู้ทั้งรายวิชาเลยก็มีในยุคปัจจุบันที่เทคโนโลยีขั้นสูงได้พัฒนาก้าวหน้าไปมากจึงเกิดเกมจำลองสถานการณ์ในรูปแบบใหม่ ๆ ขึ้นคือ คอมพิวเตอร์เกม (computer game) ซึ่งเป็นเกมจำลองสถานการณ์ที่ผู้เล่นสามารถควบคุมการเล่นผ่านทางจอคอมพิวเตอร์ได้ ปัจจุบันเกมแบบนี้ได้รับความนิยมสูงมาก

การเลือกเกมเพื่อนำมาใช้สอนทำได้หลายวิธี ผู้สอนอาจเป็นผู้สร้างเกมขึ้นให้เหมาะกับวัตถุประสงค์ของการสอนของตนก็ได้หรืออาจนำเกมที่มีผู้สร้างขึ้นแล้วมาปรับดัดแปลงให้เหมาะกับวัตถุประสงค์ตรงกับความต้องการของตน หากผู้สอนต้องการสร้างเกมขึ้นใช้เอง ผู้สอนจำเป็นต้องมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับวิธีสร้างและจะต้องทดลองใช้เกมที่สร้างหลาย ๆ ครั้ง จนกระทั่งแน่ใจว่า สามารถใช้ได้ผลดีตามวัตถุประสงค์ หากเป็นการดัดแปลง ผู้สอนจำเป็นต้องศึกษาเกมนั้นให้เข้าใจก่อน แล้วจึงดัดแปลง

และทดลองใช้ก่อนเช่นกัน สำหรับการนำเกมการศึกษามาใช้เล่นนั้น ผู้สอนจำเป็นต้องศึกษาเกมนั้นให้เข้าใจ และลองเล่นเกมก่อน เพื่อจะได้เห็นประเด็นและข้อขัดข้องต่างๆ อันจะช่วยให้ผู้สอนมีการเตรียมการ ป้องกันหรือแก้ไขไว้ล่วงหน้า ช่วยให้การเรียนจริงของผู้เรียนเป็นไปอย่างราบรื่นส่วนคอมพิวเตอร์เกมนั้น ผู้สอนจำเป็นต้องมีทั้งซอฟต์แวร์ (software) และฮาร์ดแวร์ (hardware) คือตัวเกมและเครื่องคอมพิวเตอร์ สำหรับผู้เรียน จึงจะสามารถเล่นได้

ในกรณีที่ผู้สอนต้องการเลือกเกมที่มีผู้จัดทำและเผยแพร่แล้ว (published game) มาใช้ ผู้สอนจำเป็นต้องแสวงหาแหล่งข้อมูลว่า มีใครทำอะไรไว้บ้างแล้ว ซึ่งในปัจจุบันเกมประเภทนี้มีเผยแพร่ และวางจำหน่ายในท้องตลาดจำนวนมาก ซึ่งส่วนใหญ่แล้ว เป็นผลงานที่จัดทำขึ้นในต่างประเทศ สิ่งสำคัญ ซึ่งผู้สอนถึงตระหนักในการเลือกเล่นเกมจำลองสถานการณ์ก็คือ เกมจำลองสถานการณ์ที่จัดทำขึ้น ในต่างประเทศ ย่อมจำลองความเป็นจริงของสถานการณ์ในประเทศนั้น ซึ่งจะมีความแตกต่างไปจาก สถานการณ์ในประเทศไทย ดังนั้นผู้สอนจึงควรชี้แจงให้ผู้เรียนเข้าใจ หรือไม่ก็จำเป็นต้องดัดแปลงหรือตัด ทอนส่วนที่แตกต่างออกไป หากสามารถทำได้

2. การชี้แจงวิธีการเล่น และกติกาการเล่น เนื่องจากเกมแต่ละเกมมีวิธีการเล่น และ กติกาการเล่นที่มีความยุ่งยากซับซ้อนมากน้อยแตกต่างกัน ในกรณีที่เกมนั้นเป็นเกมง่าย ๆ มีวิธีเล่นและ กติกาไม่ซับซ้อน การชี้แจงก็ย่อมทำได้ง่าย แต่ถ้าเกมนั้นมีความซับซ้อนมาก การชี้แจงก็จะทำได้ยากขึ้น ผู้สอนควรจัดลำดับขั้นตอนและให้รายละเอียดที่ชัดเจนโดยอาจต้องใช้สื่อเข้าช่วย หรืออาจให้ผู้เรียน ซ้อมเล่นก่อนการเล่นจริง

กติกาการเล่น เป็นสิ่งที่สำคัญมากในการเล่น เพราะกติกานั้นจะตั้งขึ้นเพื่อควบคุม ให้การเล่นเป็นไปตามวัตถุประสงค์ ผู้สอนควรศึกษากติกาการเล่น และวิเคราะห์ (หากเกมไม่ได้ให้ รายละเอียดไว้) กติกาว่า กติกาแต่ละข้อมีขึ้นด้วยวัตถุประสงค์อะไร และควรดูแลให้ผู้เล่นปฏิบัติตามกติกา ของการเล่นอย่างเคร่งครัด

3. การเล่นเกม ก่อนการเล่น ผู้สอนควรจัดสถานที่ของการเล่นให้อยู่ในสภาพที่เอื้อต่อ การเล่น ไม่เช่นนั้นอาจจะทำให้การเล่นเป็นไปอย่างติดขัดและเสียเวลา เสียอารมณ์ ของผู้เล่นด้วย การเล่น ควรเป็นไปตามลำดับขั้นตอน และในบางกรณีต้องควบคุมเวลาในการเล่นด้วย ในขณะที่ผู้เรียนกำลังเล่นเกม ผู้สอนควรติดตามสังเกตพฤติกรรมการเล่นของผู้เรียนอย่างใกล้ชิด และควรบันทึกข้อมูลที่จะเป็นประโยชน์ ต่อการเรียนรู้ของผู้เรียนไว้ เพื่อนำไปใช้ในการอภิปรายหลังการเล่น หากเป็นไปได้ผู้สอนควรมอบหมาย ผู้เรียนบางคนให้ทำหน้าที่สังเกตการณ์การเล่น และควบคุมกติกาการเล่นด้วย

4. การอภิปรายหลังการเล่น ขั้นตอนนี้เป็นขั้นที่สำคัญมาก หากขาดขั้นตอนนี้ การเล่นเกมก็คงไม่ใช่วิธีสอน แต่เป็นเพียงการเล่นเกมธรรมดา ๆ จุดเน้นของเกมอยู่ที่การเรียนรู้วิธีต่าง ๆ ที่จะ เอาชนะอุปสรรค เพื่อจะไปให้ถึงเป้าหมาย ผู้สอนจำเป็นต้องเข้าใจว่าจุดเน้นของการใช้เกมในการสอนนั้น ก็เพื่อให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ตามวัตถุประสงค์ การใช้เกมในการสอนโดยทั่ว ๆ ไป มีวัตถุประสงค์

เพื่อ 1) ฝึกฝนเทคนิคหรือทักษะต่าง ๆ ที่ต้องการ (ใช้ยุทธวิธีการเล่นที่สนุก และการแข่งขันมาเป็นเครื่องมือในการให้ผู้เรียนฝึกฝนทักษะต่าง ๆ) 2) เรียนรู้เนื้อหาสาระจากเกมนั้น (ในกรณีที่เกมนั้นเป็นเกมการศึกษา) และ 3) เรียนรู้ความเป็นจริงของสถานการณ์ต่าง ๆ (ในกรณีที่เกมนั้นเป็นเกมการศึกษา) ดังนั้นการอภิปรายจึงควรมุ่งประเด็นไปตามวัตถุประสงค์ของการสอนนั้น ๆ กล่าวคือ ถ้าการใช้เกมนั้นมุ่งเพียงเป็นเครื่องมือฝึกทักษะให้ผู้เรียน การอภิปรายก็ควรมุ่งไปที่ทักษะนั้น ๆ ว่าผู้เรียนได้พัฒนาทักษะนั้นเพียงใด ประสบความสำเร็จตามต้องการหรือไม่ และจะมีวิธีใดที่จะช่วยให้ประสบความสำเร็จมากขึ้น แต่ถ้ามุ่งเนื้อหาสาระจากเกม ก็ควรอภิปรายในประเด็นที่ว่าผู้เรียนได้เรียนรู้เนื้อหาสาระอะไรจากเกมบ้าง รู้ได้อย่างไร ด้วยวิธีใด มีความเข้าใจในเนื้อหาสาระนั้นอย่างไร ได้ความเข้าใจนั้นมาจากการเล่นเกมตรงส่วนใด เป็นต้น ถ้ามุ่งการเรียนรู้ความเป็นจริงของสถานการณ์ ก็ควรอภิปรายในประเด็นที่ว่า ผู้เรียนได้เรียนรู้ความจริงอะไรบ้าง การเรียนรู้นั้นได้มาจากไหน และอย่างไร ผู้เรียนได้มาจากไหน และอย่างไร ผู้เรียนได้ตัดสินใจอะไรบ้าง ทำไมจึงตัดสินใจเช่นนั้น และการตัดสินใจให้ผลอย่างไร ผลนั้นบอกความจริงอะไร ผู้เรียนมีข้อสรุปอย่างไร เพราะอะไรจึงสรุปอย่างนั้น เป็นต้น

กล่าวโดยสรุป ชุดฝึกอบรมทางจิตวิทยาเพื่อพัฒนาทักษะหน้าที่การบริหารจัดการสมองของนักเรียนที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวคือ ชุดกิจกรรมแนะแนวทางจิตวิทยาที่นำทฤษฎีการให้คำปรึกษาทางจิตวิทยา คือ ทฤษฎีการปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม (REBT), ทฤษฎีพฤติกรรมนิยม (Behaviorism), ทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบ solution focused, ทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง (Reality Therapy), ทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบผู้รับบริการเป็นศูนย์กลาง และเทคนิคอื่น ๆ ทางจิตวิทยา คือ เทคนิคการใช้กิจกรรมสันทนาการ (Recreation) เทคนิคการใช้กิจกรรมการแสดงบทบาทสมมติ (Role Playing) เทคนิคการใช้กิจกรรมกลุ่ม think pair share และเทคนิคเกม สร้างขึ้นเป็นชุดฝึกอบรมทางจิตวิทยาเพื่อพัฒนาทักษะหน้าที่การบริหารจัดการสมอง จำนวน 11 กิจกรรม ใช้เวลากิจกรรมละ 60 - 70 นาที

3. วรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมก้าวร้าว

3.1 ความหมายของพฤติกรรมก้าวร้าว

โกรสสิทซ์ นฤชตพิชัย (2562) ให้ความหมายของพฤติกรรมก้าวร้าว หมายถึง พฤติกรรมก้าวร้าวเป็นได้ทั้งที่กระทำโดยการใช้กำลังทำลายข้าวของ ทำร้ายผู้อื่น หรือการกระทำ โดยวาจา ต่ำว่า หยาดคาย เสียดสี กระทบกระเทียบ ทำร้ายจิตใจความรู้สึกของผู้อื่น ซึ่งทั้งหมดนี้ ส่งผลต่อความรู้สึกความสัมพันธ์กับผู้อื่นทั้งสิ้นโดยทั่วไปพฤติกรรมก้าวร้าวจะถือว่าเป็นปัญหาที่ต่อเนื่องเกิดขึ้นบ่อย และมีความรุนแรง กระทบต่อการดำเนินชีวิตของเด็ก ต่อความสัมพันธ์กับคนรอบข้าง ไม่ว่าจะเป็นบุคคลในครอบครัว เพื่อนหรือครู ซึ่งปัญหาพฤติกรรมก้าวร้าวนี้ หากไม่ได้รับการดูแลแก้ไขที่เหมาะสม ก็จะเป็นอุปนิสัย

ติดตัวจนถึง วัยผู้ใหญ่ กลายเป็นอุปสรรคต่อการดำเนินชีวิต ทั้งชีวิตการทำงานและชีวิตครอบครัว ทำให้ไม่ประสบความสำเร็จเท่าที่ควร นอกจากนี้ถ้าหากจะต้องเป็นพ่อแม่คนและใช้พฤติกรรมก้าวร้าวในการแก้ปัญหา ก็จะกลายเป็นแบบอย่างให้เด็กรุ่นลูกดำเนินตาม สร้างปัญหาให้กับคนในรุ่นต่อ ๆ ไปไม่จบสิ้น

สถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์ กรมสุขภาพจิตกระทรวงสาธารณสุข (2556, น. 09) ให้ความหมายของความก้าวร้าว (Aggression) หมายถึง ความคิดความรู้สึกที่ต้องการใช้ความรุนแรงจากภายในตนเองต่อผู้อื่น ที่อาจแสดงออกมาภายนอกเป็นเพียงความรู้สึก ความคิด หรือท่าทาง คำพูด จนกระทั่งพฤติกรรมรุนแรงต่อผู้อื่น ตนเองสิ่งมีชีวิต หรือสิ่งของ และยังจำแนกพฤติกรรมก้าวร้าวในวัยรุ่น เป็น 2 ลักษณะ คือ 1) ความก้าวร้าวที่มีลักษณะจงใจทำร้ายผู้อื่น มีการวางแผนหวังผลประโยชน์ชัดเจน (predatory aggression) 2) พฤติกรรมก้าวร้าวที่เกิดขึ้นซ้ำจากการควบคุมตนเองไม่ได้ หุนหันพลันแล่น ไม่ได้คาดหวังผลประโยชน์อะไร (affective aggression) นอกจากนี้ก็ยังมีพฤติกรรมก้าวร้าวในรูปแบบอื่นอีก เช่น วัยรุ่นที่แสดงพฤติกรรมก้าวร้าวเฉพาะในขณะที่อยู่ในกลุ่มเพื่อนที่กำลังมีพฤติกรรมก้าวร้าว หรือวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมส่วนใหญ่เป็นที่ยอมรับของสังคมแต่พื้นฐานจิตใจบกพร่องบางด้านก็อาจแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรงในบางสถานการณ์ได้

กานต์ จำรูญโรจน์ (2561) ให้ความหมายในบทความเรื่อง พฤติกรรมความรุนแรงเป็นอาการทางจิตเวชหรือไม่ กล่าวถึง พฤติกรรมก้าวร้าว คือพฤติกรรมความรุนแรง ไม่ว่าจะด้วยการกระทำหรือวาจา การทำร้ายร่างกาย การด่าทอเสียดสี ถ้วนนำมาซึ่งผลเสียหลายอย่าง ทั้งต่อตนเองและผู้อื่น พฤติกรรมความรุนแรงยังก่อให้เกิดความอันตรายต่อชีวิตและทรัพย์สินได้อีกด้วย หลายคนยังสงสัยอยู่ว่าพฤติกรรมนี้เรียกว่าอาการป่วยทางจิตเวชหรือไม่ สามารถรักษาได้หรือไม่ได้อย่างไร คือที่มาของการนำเสนอข้อมูลจากแพทย์ผู้เชี่ยวชาญทางจิตเวชโดยเฉพาะพฤติกรรมความรุนแรง แสดงออกถึงความก้าวร้าว เช่น ด่าทอเสียดสี ทำร้ายร่างกาย รวมไปถึงการก่ออาชญากรรม อาจไม่ใช่อาการทางจิตเวชเสมอไป ขึ้นอยู่กับระดับความรุนแรงของพฤติกรรมส่วนบุคคล ต้องพิจารณาหลายด้านประกอบกัน แต่ทั้งนี้ทั้งนั้นพฤติกรรมความรุนแรงบางประเภทก็มีสาเหตุมาจากอาการทางจิตเวชได้การใช้วาจาที่รุนแรง หยาดคาย ด่าทอ เสียดสี รวมถึงการเขียนแสดงความคิดเห็นบนโซเชียลเน็ตเวิร์คด้วยถ้อยคำที่ไม่เหมาะสม เพื่อให้อีกฝ่ายเกิดความทุกข์ใจการใช้อำนาจบังคับขู่เข็ญหรือกดดัน ทำให้อีกฝ่ายรู้สึกกดดันทางจิตใจ, การใช้กำลังประทุษร้ายผู้อื่น ทำให้ผู้อื่นบาดเจ็บหรือเกิดอันตรายถึงชีวิต

พนม เกตุมาน (2546) กล่าวถึงพฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรงในวัยรุ่น เป็นพฤติกรรมที่พบได้บ่อยทำให้เกิดความสูญเสียได้มาก พฤติกรรมที่วัยรุ่นแสดงออกมาอาจเป็นความรุนแรงกับตนเอง เช่น ทำร้ายตัวเองหรือฆ่าตัวตาย หรือความรุนแรงต่อผู้อื่น เช่น การทะเลาะวิวาท ทำร้ายร่างกาย ข่มขืนกระทำชำเรา หรือฆาตกรรม สถิติความรุนแรงในวัยรุ่นมีมากขึ้น เนื่องจากสภาพครอบครัวและสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไปจากเดิม การเลี้ยงดูที่ไม่ถูกต้อง ทำให้วัยรุ่นปรับตัวกับความผิดหวังไม่ได้ ขาดการยับยั้งชั่งใจตนเอง

ใช้ความรุนแรง เข้าแก้ปัญหา การเลี้ยงดูที่ถูกต้อง จึงมีส่วนอย่างมากในการป้องกันปัญหาความรุนแรงในวัยรุ่น

ขจรวรรณ เขาวนกระแสนินธุ์ (2550) ให้ความหมายของพฤติกรรมก้าวร้าว คือ พฤติกรรมก้าวร้าว หมายถึง พฤติกรรมของบุคคลที่แสดงออกทางวาจา หรือการกระทำ เช่น การตะโกนเสียงดัง การข่มขู่ การทำลายข้าวของ การทำร้ายตัวเอง เช่น หยิกข่วนตัวเอง เอาศีรษะโขก หากมีพฤติกรรมที่รุนแรง อาจก่อให้เกิดการทำร้ายตนเองหรือผู้อื่นได้ ผู้ที่มีอาการก้าวร้าว อาจเกิดขึ้นได้ทั้งจากสาเหตุทั้งจากความเจ็บป่วยจากทางร่างกายหรือความเจ็บป่วยจากโรคทางจิตเวช

กล่าวโดยสรุปการทบทวนแนวความคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมก้าวร้าวจากผู้เชี่ยวชาญหลายท่านสรุปได้ว่า พฤติกรรมก้าวร้าว คือ พฤติกรรมอันก่อให้เกิดอันตรายต่อร่างกาย และ ทรัพย์สินของตนเองและคนรอบข้าง การแสดงออกของลักษณะ อาการใช้คำพูดหยาบคาย, หนีเรียน, ไม่ส่งการบ้านตามที่ครูประจำวิชามอบหมายให้ทำ, ทะเลาะวิวาทกับเพื่อนในชั้นเรียน, ขัดคำสั่งของครูในโรงเรียน, เทียบเทรากลางคืน, มีพฤติกรรมยุ่งเกี่ยวกับสารเสพติด, พฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ฝ่าฝืนกฎระเบียบของโรงเรียน หรือถึงขั้นพบกับเจ้าหน้าที่ตำรวจ และ มีการบันทึกคดีความต่างๆตามรัฐธรรมนูญใด ๆ กับสถานีตำรวจ และ ศาล หรือ รวมไปถึงพฤติกรรมต่าง ๆ ที่ฝ่าฝืนวัฒนธรรมขององค์กร

4. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

4.1 งานวิจัยในประเทศ

เกติษฐ์ จันทร์ขจร (2562) ศึกษาการบริหารจัดการของสมองชั้นสูง แนวคิดและแนวทางประยุกต์เพื่อพัฒนาการเรียนรู้ของผู้เรียน กล่าวว่า ทักษะที่สำคัญของ EF11 ทักษะเปรียบเสมือนแว่นขยายประสิทธิภาพสูงที่ช่วยให้ครูสามารถค้นหาข้อบกพร่องของ เด็กด้านการเรียน อารมณ์ และการเข้าสังคม โดยมองผ่านแว่นขยายไปที่การปฏิบัติของเด็กเมื่อต้องเผชิญกับสถานการณ์ ปัญหา การที่เด็กได้เรียนรู้วิธีการหรือกลยุทธ์ในการแก้ปัญหาโดยอาศัยทักษะของ EF จะช่วยให้พวกเขาเติบโตเป็นพลเมืองโลกที่มีคุณภาพ การจัดการเรียนการสอนเพื่อพัฒนา EF สามารถบูรณาการเข้ากับงานที่ครูปฏิบัติอยู่เป็นประจำ โดยเริ่มจากการ สังเกตพฤติกรรมเด็กโดยอาศัยหลักการสี่ข้อที่กล่าวมา ควบคู่กับการประเมินตนเองของเด็ก โดยใช้แบบวัด EF เป็นการ คัดกรองให้ทราบว่าเด็กคนใดมีปัญหาในทักษะใดของ EF เพื่อเป็นสารสนเทศสำหรับครูในการออกแบบการจัดการเรียนรู้ให้ สอดคล้องกับกิจกรรมการเรียนการสอนที่ครูได้ปฏิบัติอยู่ เช่น การพัฒนาทักษะในมิติทางปัญญา ผ่านการมอบหมาย การบ้าน หรือการพัฒนาทักษะในมิติทางปัญญา และมิติด้านพฤติกรรม ผ่านการท ำโครงการ หรือกิจกรรมอื่น ๆ ในชั้นเรียน เป็นต้น ครูเพียงลงรายละเอียดของกระบวนการปฏิบัติงานที่เกี่ยวข้องกับการสอนให้เด็กใช้ทักษะหรือยุทธวิธีในการปฏิบัติ โดยยึดหลัก

เบื้องต้นในการเรียนการสอนทักษะของ EF ทั้งสี่ข้อ เพื่อให้เด็กเกิดการยอมรับและเรียนรู้ในทักษะหรือยุทธวิธี ในการท างานในแต่ละขั้นตอนโดยมีเป้าหมายเพื่อไปสู่ความสำเร็จของงาน

พัชรินทร์ พาหิรัญ (2561) ศึกษาผลของโปรแกรมสมองจิตใจและการเรียนรู้ต่อหน้าที่การบริหารจัดการของสมองในนักเรียนชั้นประถมศึกษา ผลของการทดลองพบว่านักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับชุดกิจกรรมโปรแกรมสมองจิตใจและการเรียนรู้ต่อหน้าที่การบริหารจัดการสมอง โดยใช้แบบวัด WCST – 64 มีหน้าที่การบริหารจัดการสมองที่สมบูรณ์ขึ้นเมื่อเปรียบเทียบกับนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ได้รับการดูแลแบบปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.5

จุฑามาศ แหนจอน (2560) ศึกษาการพัฒนาหน้าที่การบริหารจัดการของสมองสำหรับวัยรุ่น โดยหลักสูตรการเรียนรู้แบบบูรณาการ ผลการวิจัยพบว่า มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองและระยะเวลาการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .05$) วัยรุ่นที่ได้รับหลักสูตร EEFs - Ado มีคะแนนเฉลี่ยความบกพร่องของหน้าที่การบริหารจัดการของสมองน้อยกว่า กลุ่มควบคุมทั้งในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .05$) วัยรุ่นที่ได้รับหลักสูตร EEFs - Ado มีคะแนนเฉลี่ยความบกพร่องของหน้าที่การบริหารจัดการของสมองในระยะหลังการทดลองและระยะติดตาม ผลน้อยกว่าก่อนทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .05$)

องอาจ นัยวัฒน์ และคณะ (2560) ศึกษาการสร้างแบบวัดการบริหารจัดการของสมองขั้นสูง (ฉบับประเมินตนเอง) สำหรับนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา กรุงเทพมหานคร มีวัตถุประสงค์ เพื่อสร้างแบบวัดการบริหารจัดการของสมองขั้นสูง สำหรับนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา กรุงเทพมหานคร ตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้าง และสร้างปกติวิสัยของมาตรวัดกลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลายที่กำลังศึกษาในโรงเรียนสังกัด สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2559 จำนวน 2,376 คน ได้มาโดยวิธีการสุ่มแบบหลาย ขั้นตอน เครื่องมือที่ใช้เป็นแบบวัดมาตรฐานค่า 4 ระดับ วิเคราะห์ด้วยค่าสถิติพื้นฐาน และตรวจสอบความ เที่ยงตรงเชิงโครงสร้างของแบบวัดด้วยวิธีการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันอันดับสอง ผลการวิจัยพบว่า สำหรับนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย สังกัดสำนักงานเขต พื้นที่การศึกษามัธยมศึกษากรุงเทพมหานคร ที่สร้างขึ้นเป็นแบบวัดมาตรฐานค่า 4 ระดับจำนวน 40 ข้อ ประกอบด้วย 2 มิติ และ 11 องค์ประกอบย่อย คือ 1) มิติด้านปัญญา ประกอบด้วยองค์ประกอบย่อย 5 องค์ประกอบ ได้แก่ การรู้คิด การวางแผน / การจัดลำดับความสำคัญ การจัดการอย่างเป็นระบบการบริหารจัดการเวลา และความจำในการปฏิบัติงาน และ 2) มิติด้านพฤติกรรม ประกอบด้วยองค์ประกอบย่อย 6 องค์ประกอบ ได้แก่ การยับยั้งต่อการตอบสนอง การควบคุมอารมณ์ การมีสมาธิจดจ่อ กระบวนการเริ่มต้นงาน การยืดหยุ่นทางความคิด และความคงอยู่ ของพฤติกรรมการไปสู่เป้าหมาย แบบวัดทั้งฉบับมีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .92

อนุรักษ์ ทองขาว (2561) ศึกษาเรื่องกิจกรรมสำหรับการพัฒนาหน้าที่การบริหารจัดการสมองด้านการยั้งคิด ผลการวิจัยพบว่า กิจกรรมการพัฒนาหน้าที่การบริหารจัดการสมองด้านการยั้งคิดสำหรับผู้มีภาวะบกพร่องและผู้ไม่มีภาวะบกพร่องในหน้าที่การบริหารจัดการสมอง แบ่งได้ 3 ประเภท คือ 1) กิจกรรมในสถาบัน 2) กิจกรรมที่ใช้เทคโนโลยีสารสนเทศ และ 3) กิจกรรมที่ใช้เครื่องมือทางวิทยาการปัญญา โดยกิจกรรมในสถาบันมีค่าใช้จ่ายน้อยที่สุด ส่วนใหญ่แล้วใช้พัฒนาการยั้งคิดในเด็กอนุบาล กิจกรรมที่ใช้เทคโนโลยีสารสนเทศ ส่วนใหญ่ใช้พัฒนาการยั้งคิดผู้ที่มีภาวะบกพร่อง ในหน้าที่การบริหารจัดการสมองในวัยรุ่น ผู้ใหญ่ และผู้สูงอายุ สำหรับของกิจกรรมที่ใช้เครื่องมือทางวิทยาการปัญญาใช้เวลาในการดำเนินกิจกรรมน้อยสุด มีค่าใช้จ่ายสูงที่สุด และเห็นผลชัดเจนมากสุดในการพัฒนาการยั้งคิด ในวัยรุ่น ผู้ใหญ่ และผู้สูงอายุ

คันธรส ภาผล (2563) ศึกษาเรื่องผลการจัดกิจกรรมนิทานหุ่นเงาที่ส่งผลต่อส่งเสริมการคิดเชิงบริหารสมองสำหรับเด็กปฐมวัย ผลการวิจัย พบว่า การคิดเชิงบริหารสมองของเด็กปฐมวัยมีค่าเฉลี่ยสูงสุดในด้านการใส่ใจจดจ่อ รองลงมา คือ ด้านการควบคุมอารมณ์ตามลำดับ ซึ่งหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.5

รักชนาวรรณ เสาทอง (2556) ศึกษาเรื่อง ปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 สังกัดเขตพื้นที่การประถมศึกษาราชบุรี เขต 2 อำเภอโพธาราม จังหวัดราชบุรี ให้ความหมายของพฤติกรรมก้าวร้าว คือ พฤติกรรมที่นักเรียนทำให้ผู้อื่นได้รับบาดเจ็บทางร่างกาย หรือเป็นการกระทำทางกายที่ทำให้ผู้อื่นได้รับความอับอาย ใช้กำลัง หรือ วาจาในการประทุษร้ายผู้อื่น หรือสิ่งครอบข้าง โดยมีวัตถุประสงค์ในการทำวิจัยครั้งนี้เพื่อศึกษาระดับพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียน การใช้ความรุนแรงในครอบครัว อิทธิพลจากเพื่อน การเลียนแบบสื่อ และ อิทธิพลจากครู ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 สังกัดเขตพื้นที่การประถมศึกษาราชบุรี เขต 2 อำเภอโพธาราม จังหวัดราชบุรี และ เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 สังกัดเขตพื้นที่การประถมศึกษาราชบุรี เขต 2 อำเภอโพธาราม จังหวัดราชบุรี จำแนกตามข้อมูลส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ จำนวนพี่น้อง สภาพการพักอาศัยของนักเรียน ผู้ที่ดูแลนักเรียนอย่างใกล้ชิดมากที่สุด ประสบการณ์การถูกลงโทษทางกายจากบุคคลในครอบครัว ประสบการณ์การถูกลงโทษทางวาจาจากบุคคลในครอบครัว ประสบการณ์การถูกลงโทษจากโรงเรียนทางวาจา จากเพื่อน และ ครู

จักรพงษ์ อารินวงศ์ (2555) ศึกษาเรื่องการศึกษาพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักศึกษาคณะบริหารธุรกิจ สาขาพาณิชยกรรม ระดับชั้น ปวช.1 ห้อง CD101 วิทยาลัยเทคโนโลยีพายัพและบริหารธุรกิจ ให้ความหมายของพฤติกรรมก้าวร้าว หมายถึง พฤติกรรมที่บุคคลแสดงการกระทำในลักษณะที่รุนแรง ผิดปกติ เพื่อตอบสนองหรือปลดปล่อยความเครียด ความคับข้องใจ ความโกรธ และความรู้สึกที่ไม่ดีต่าง ๆ โดยเป็นการกระทำทางกายและวาจาที่รุนแรงผิดไปจากปกติ เป็นการกระทำที่ทำให้ผู้อื่นเจ็บปวด เสียหาย หรือมุ่งทำร้ายให้ผู้อื่นเดือดร้อน ทั้งที่มีเจตนาและไม่มีเจตนาโดยตรง โดยมีวัตถุประสงค์

ของงานวิจัย คือ เพื่อศึกษาพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักศึกษาคณะบริหารธุรกิจ สาขาพาณิชยกรรม ระดับชั้น ปวช.1 ห้อง CD101 วิทยาลัยเทคโนโลยีพายัพและบริหารธุรกิจ และ เพื่อนำไปปรับปรุงพฤติกรรมของของนักศึกษาคณะบริหารธุรกิจ สาขาพาณิชยกรรม ระดับชั้น ปวช.1 ห้อง CD101 วิทยาลัยเทคโนโลยีพายัพและบริหารธุรกิจ

สุมนทนา หีมทอง (2559) ศึกษาเรื่องการสำรวจพฤติกรรมก้าวร้าวและการจัดการพฤติกรรมก้าวร้าวในเด็กปฐมวัยโดยผู้ดูแลของศูนย์พัฒนาเด็กเล็กสังกัดองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น. ให้ความหมายของพฤติกรรมก้าวร้าว หมายถึง พฤติกรรมก้าวร้าวในเด็กปฐมวัย คือ การแสดงออกที่รุนแรงโดยใช้อวัยวะของร่างกายหรือใช้วาจาที่ก้าวร้าวต่อผู้อื่นหรือต่อสิ่งของเมื่อไม่พอใจของเด็กอายุ 3 - 5 ปี ที่ผู้ดูแลพบเห็นขณะอยู่ในความดูแล ทำให้ผู้อื่นได้รับบาดเจ็บหรือเดือดร้อนหรือข้าวของได้รับความเสียหาย แยกเป็นพฤติกรรมก้าวร้าวทางกายและพฤติกรรมก้าวร้าวทางวาจา โดยมีวัตถุประสงค์ในการวิจัย คือ เพื่อศึกษาการพบเห็นพฤติกรรมก้าวร้าวในเด็กปฐมวัยโดยผู้ดูแลของศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก สังกัดองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น และ เพื่อศึกษาการจัดการพฤติกรรมก้าวร้าวในเด็กปฐมวัยโดยผู้ดูแลของศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก สังกัดองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น

วลัยกรณ์ แพร่กิจธรรมชัย (2555) ศึกษาเรื่องผลของการปรับพฤติกรรมเพื่อลดความก้าวร้าวของวัยรุ่นกลุ่มเสี่ยง ให้ความหมายของพฤติกรรมก้าวร้าว หมายถึงพฤติกรรมที่แสดงออกมาทั้งในรูปแบบของการกระทำและคำพูด แล้วทำให้ผู้อื่นเจ็บปวดทางใจ หรือร่างกาย เพื่อขจัดความคับข้องใจ ความไม่พอใจ และ ความไม่สมหวังขึ้น จากผลการวิจัยพบว่า วัยรุ่นกลุ่มเสี่ยงมีพฤติกรรมก้าวร้าวอยู่ในระดับปานกลาง วัยรุ่นกลุ่มเสี่ยงมีบุคลิกภาพและมีสัมพันธภาพในครอบครัวแตกต่างกัน จะมีพฤติกรรมก้าวร้าวแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนวัยรุ่นกลุ่มเสี่ยงที่มีสัมพันธภาพกับเพื่อน และมีสัมพันธภาพกับเพื่อนและมีอิทธิพลของตัวแบบทางสังคมแตกต่างกันจะมีพฤติกรรมก้าวร้าวแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และ วัยรุ่นกลุ่มเสี่ยงเข้าร่วมโปรแกรมการปรับพฤติกรรมเพื่อลดความก้าวร้าว หลังการทดลองมีพฤติกรรมก้าวร้าวลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ชนาธิป สุนทรภักดี (2559) ศึกษาเรื่องผลของการปรึกษากลุ่มโดยใช้ดนตรีบำบัดต่อเจตคติและพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนมีวัตถุประสงค์การวิจัย คือ เพื่อศึกษาผลของการปรึกษากลุ่มโดยใช้ดนตรีบำบัดต่อเจตคติและพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียน ให้ความหมายของพฤติกรรมก้าวร้าว หมายถึง พฤติกรรมก้าวร้าวเป็นพฤติกรรมที่สนองต่อความต้องการของตนเองอย่างฉับพลัน โดยไม่คำนึงถึงบุคคลอื่น ทำให้บุคคลที่เป็นเป้าหมายของพฤติกรรมก้าวร้าว นั้นเกิดความเสียหายต่อร่างกายและจิตใจ

พงษ์เกษท สิงห์รุ่งเรือง (2559) ศึกษาเรื่องการพัฒนาโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการแนวความคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญามีวัตถุประสงค์ของการวิจัย คือ เพื่อพัฒนาโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการโดยบูรณาการแนวความคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษา และ เพื่อศึกษาผลของการใช้

โปรแกรมกิจกรรมเน้นหนทางการโดยบูรณาการแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาเพื่อลดพฤติกรรม ความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษา และ เพื่อเปรียบเทียบผลของโปรแกรมเน้นหนทางการโดยบูรณาการ แนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาเพื่อลดความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาก่อนการทดลอง ระหว่าง การทดลอง หลังการทดลอง และ ระยะติดตามผล ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ให้ความหมายของ พฤติกรรมก้าวร้าว หมายถึง การกระทำหรือการแสดงออกเพื่อต้องการให้ผู้อื่นเข้าใจหรือยอมรับความรู้สึก และความคิดของตนเอง กับ ความก้าวร้าวที่เกิดจากการแก้ไขปัญหาที่เกิดจากความคับข้องใจ จึงแสดง พฤติกรรมที่รุนแรงออกมาทั้งทางกายและทางวาจาเพื่อขจัดปัญหาที่เกิดขึ้นให้ตนเองและบุคคลอื่นโดยขาด ความยับยั้งชั่งใจ ได้แก่ พฤติกรรมการแสดงออกทางกาย ประกอบด้วย การทุบตี การเตะ การถีบ การต่อย การผลัก การกัด การดิงผม การหยิก การชกต่อย การขว้างปาสิ่งของ การเลียนแบบท่าทางความผิดปกติ หรือ ข้อบกพร่องทางกายของผู้อื่น การกระชากเสื้อผ้า การขัดขาให้ล้ม การผลักโต๊ะ เก้าอี้ให้ล้ม และ พฤติกรรมการแสดงออกทางวาจา ประกอบด้วย การพูดส่อเสียด การพูดคำที่ไม่เป็นมิตร การพูดเสียงดัง เอะอะไว้วาย การพูดจาไม่สุภาพ การพูดจาเยาะเย้ย การล้อชื่อพ่อแม่ผู้อื่น การพูดคำหยาบ การพูดตวาด การพูดตะคอก การพูดจาข่มขู่ การพูดจาตู่ตัก การพูดจาเสียดสี การพูดจายั่วให้หมู่คณะแตกร้าง

ติชิตา แสดงแก้ว (2559) ศึกษาเรื่องผลของโปรแกรมการจัดการพฤติกรรมตามแนวคิด ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของเด็กชายสมาธิสั้น มีวัตถุประสงค์การวิจัย คือ เพื่อศึกษา ผลของโปรแกรมการจัดการพฤติกรรมตามแนวคิดทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของ เด็กชายสมาธิสั้น สรุปความหมายของความก้าวร้าว หมายถึง การแสดงออกอย่างรุนแรงทั้งต่อบุคคลอื่น ตนเอง และ สิ่งของ ในรูปแบบของสีหน้า ท่าทาง คำพูด การกระทำอย่างรุนแรง เพื่อลดความโกรธความกลัว ที่มีในใจของตนเอง หรือปลดปล่อยสิ่งที่ไม่ดีต่าง ๆ ในใจออกมา โดยขาดความยับยั้งชั่งใจและไม่สามารถ ควบคุมตนเองได้ ซึ่งพฤติกรรมที่แสดงออกอาจจะก่อให้เกิดความเดือดร้อน เสียหาย ทั้งต่อตนเอง และ ผู้อื่นได้ ประเภทพฤติกรรมก้าวร้าว ลักษณะการแสดงออกของพฤติกรรมก้าวร้าวมี 2 ลักษณะ คือ

1. พฤติกรรมก้าวร้าวที่แสดงออกทางวาจา
2. พฤติกรรมก้าวร้าวที่แสดงออกทางกาย

ส่วนลักษณะการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าว คือ พฤติกรรมก้าวร้าวที่เป็นเครื่องมือไปสู่ เป้าหมายและพฤติกรรมก้าวร้าวที่เกิดจากสภาวะอารมณ์

ชาอิตะห์ เกศา (2557) ศึกษาเรื่องวัยรุ่นกับความรุนแรงเชิงวัฒนธรรมในอำเภอเมือง จังหวัดสตูล ผลการศึกษาพบว่า รูปแบบความรุนแรงในวัยรุ่น พบว่า ความรุนแรงในวัยรุ่นมีหลายลักษณะ วัยรุ่นในฐานะเหยื่อจากการกระทำ ความรุนแรง วัยรุ่นในฐานะผู้กระทำความรุนแรง และ วัยรุ่นในฐานะเหยื่อ และผู้ถูกกระทำความรุนแรง พฤติกรรมความรุนแรงในวัยรุ่นจะซึมซับผ่านครอบครัว โรงเรียน เพื่อน และ ชุมชน รูปแบบความรุนแรงจากเดิมใช้การข่มขู่ นำไปสู่การใช้กำลังชกต่อย ไข่มุ่ ใช้อาวุธต่าง ๆ รุนแรง ไปถึงการเอาชีวิต ปัจจุบันมีการทำร้ายร่างกายด้วยอาวุธปืน โดยวิธีที่ใช้ในการจัดการต่อความรุนแรงของ

วัยรุ่นมีหลายวิธี เช่น การให้วัยรุ่นที่เป็นรุ่นพี่ที่มีอำนาจมาพูดคุยไกล่เกลี่ย จึงก่อให้เกิดการยอมรับอำนาจ ความรุนแรงจึงถูกกดทับ และเมื่อระบบวัฒนธรรมของอำนาจไม่เป็นที่ยอมรับของอีกฝ่าย ความรุนแรงก็จะเกิดขึ้นต่อไป ประการต่อมา คือ โดยการจัดการของผู้มีอำนาจตั้งแต่ผู้บริหารระดับจังหวัดตลอดจนผู้นำในชุมชน แต่ความรุนแรงในวัยรุ่นก็ยังเกิดขึ้นเรื่อย ๆ

ประเสริฐศรี เอื้อครินทร์ (2542) ศึกษาเรื่องการทดลองใช้เทคนิค“แม่แบบ” เพื่อพัฒนาจริยธรรมด้านความซื่อสัตย์ผลการทดลองพบว่า กลุ่มทดลอง ซึ่งได้รับแม่แบบจริยธรรมด้านความ ซื่อสัตย์ สูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

พระสรวินธุ์ อภิปัญญา และ คณะ (2553) ศึกษาเรื่องการสร้างและพัฒนารูปแบบการลดพฤติกรรมความรุนแรงของวัยรุ่น3ตามแนวทางพระพุทธศาสนา ผลการวิจัยพบว่า การศึกษาเปรียบเทียบทัศนคติการลดพฤติกรรมความรุนแรงของวัยรุ่นก่อนและหลังการสร้างและการพัฒนารูปแบบการลดพฤติกรรมความรุนแรงตามแนวพระพุทธศาสนา พบว่า แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ๔ ด้าน คือ ด้านพฤติกรรมการเป็นลูกศิษย์ที่ดี ด้านพฤติกรรมการเป็นเพื่อนที่ดี ด้านพฤติกรรมการเป็นพลเมืองที่ดี ด้านทักษะการควบคุมพฤติกรรมความรุนแรง และ แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ๒ ด้าน คือ ด้านพฤติกรรมการเป็นลูกที่ดีด้านพฤติกรรมการเป็นพุทธศาสนิกที่ดี

สุรพงษ์ ชูเดช (2553) ได้ศึกษาผลของการฝึกอบรมตามแนวทางไตรสิกขาที่มีต่อการพัฒนาวินัยในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕ พบว่า นักเรียนที่ได้รับการฝึกอบรมตามแนวทางไตรสิกขา เมื่อสิ้นสุดการฝึกอบรม และเมื่อสิ้นสุดการฝึกอบรมแล้ว ๑ เดือน มีวินัยในตนเองสูงกว่านักเรียนที่ได้รับ การฝึกอบรมตามวิธีปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติผลดังกล่าวนี้พบในองค์ประกอบย่อยของวินัยในตนเองทั้ง ๔ ด้าน คือ ความรับผิดชอบ ความเชื่อมั่นในตนเอง ความอดทน และความซื่อสัตย์

ชุนารักษ์ หมั่นศรีจุม และ คณะ (2552) ทำการศึกษาแนวทางการลดความรุนแรงของวัยรุ่นในสถานศึกษา โดยใช้วิธีการเจรจาไกล่เกลี่ยคนกลาง : กรณีศึกษาโรงเรียนคำ แคนวิทยาคมสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 25 ผลจากการศึกษาแนวทางการดำเนินการลดความรุนแรงของวัยรุ่นในสถานศึกษา โดยใช้วิธีการเจรจาไกล่เกลี่ยคนกลางโรงเรียนคำแคนวิทยาคม มี5 ขั้นตอน คือ

1. ขั้นเตรียมความพร้อม การรับสมัครนักเรียนผู้มีจิตอาสา
2. ขั้นให้ความรู้โดยการฝึกอบรม การสร้างความตระหนักให้ครูและนักเรียนเกี่ยวกับปัญหาความรุนแรงของวัยรุ่น
3. ขั้นศึกษาดูงาน กลุ่มเป้าหมายไปศึกษาดูงานการเจรจาไกล่เกลี่ยคนกลาง ณ สำนักงานยุติธรรมจังหวัดขอนแก่น
4. ขั้นการฝึกปฏิบัตินักเรียนกลุ่มเป้าหมายดำเนินการตามเทคนิคกระบวนการที่ได้เรียนรู้ฝึกปฏิบัติจริง โดยแบ่งเป็น 3 ทีม ยึดหลักความสมัครใจของนักเรียน ดังนี้ 1. ทีมไกล่เกลี่ยคนกลาง 2. ทีมสืบค้นข้อมูล 3. ทีมผู้ควบคุมประพฤติ

5. ขึ้นติดตามประเมินผล นำข้อมูลที่ได้มาทำ ความเข้าใจร่วมกันเพื่อหาข้อสรุปแนวทางในการแก้ปัญหาที่เกิดขึ้น หลังจากการดำเนินการตามขั้นตอนแล้วพบว่า นักเรียนกลุ่มเป้าหมายมีทักษะกระบวนการเจรจาไกล่เกลี่ยคนกลางที่ชัดเจนสามารถนำไปปฏิบัติประสบผลสำเร็จในการเจรจาไกล่เกลี่ยทำให้นักเรียนไม่กลับมาทะเลาะวิวาทกันอีกโดยลงลายมือชื่อไว้เป็นลายลักษณ์อักษร ส่งผลให้ความรุนแรงด้านต่าง ๆ ลดลงไป

ศศิธร จารย์คุณ และ คณะ (2558) ทำการศึกษาการป้องกันและแก้ไขปัญหาการตั้งครุภรณ์ในวัยรุ่นโดยการมีส่วนร่วมของภาคีเครือข่ายตำบลคูเมือง อำเภอคูเมือง จังหวัดบุรีรัมย์ ผลการวิจัยพบว่าวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมเสี่ยงยังคงมีพฤติกรรมเสี่ยงเหมือนเดิม แต่ความถี่ของพฤติกรรมการเข้าไปยุ่งเกี่ยวกับกิจกรรมทางเพศก่อนวัยอันควร และการเปลี่ยนคู่ลดลง วัยรุ่นส่วนใหญ่มีความรู้ ในการป้องกันตนเองและเกิดทักษะในการปฏิเสธ มีวัยรุ่นหญิงจำนวน 1 คน เกิดการตั้งครุภรณ์

นิภาพร ละครวงศ์ (2551) การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม การฝึกสมาธิ และการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มร่วมกับการฝึกสมาธิต่อสุขภาพจิตของนักศึกษาพยาบาล เพื่อลดความเครียด ผลการศึกษาพบว่าหลังได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม 1 สัปดาห์นักศึกษาสามารถจัดการด้าน ความเครียด ความวิตกกังวล และการปรับตัว ดีขึ้นกว่าก่อนได้รับ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และหลังการทดลอง 4 สัปดาห์ นักศึกษาสามารถจัดการด้านการแก้ปัญหาดีขึ้นกว่าหลังการ ทดลอง 1 สัปดาห์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 หลังได้รับการฝึกสมาธิ 1 สัปดาห์นักศึกษา สามารถจัดการความเครียดดีกว่าก่อนได้รับ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ขณะเดียวกันหลัง ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มกับการฝึกสมาธิ 1 สัปดาห์นักศึกษาสามารถจัดการความเครียด ความวิตกกังวล การปรับตัวและการแก้ปัญหา ดีขึ้นกว่าก่อนได้รับอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05 และหลังการทดลอง 4 สัปดาห์นักศึกษาสามารถจัดการความเครียด ความวิตกกังวล การปรับตัวและ การแก้ปัญหา ดีขึ้นกว่าหลังการทดลอง 1 สัปดาห์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ขณะเดียวกัน ยังพบว่านักศึกษาที่ได้รับวิธีส่งเสริมสุขภาพจิต ทั้ง 3 วิธีมีสุขภาพจิต แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทาง สถิติที่ระดับ .05 ดังนี้ (2.1) หลังการทดลอง 1 สัปดาห์นักศึกษาที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มร่วมกับการฝึก สมาธิมีสุขภาพจิตโดยรวมดีกว่า นักศึกษาที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม และนักศึกษาที่ได้รับการ ฝึกสมาธิอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05 โดยสามารถจัดการกับการปรับตัวและการแก้ปัญหา ดีกว่าอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05 (2.2) หลังการทดลอง 4 สัปดาห์นักศึกษาที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มร่วมกับการฝึก สมาธิมีสุขภาพจิต ดีกว่า นักศึกษาที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม และนักศึกษาที่ได้รับการฝึกสมาธิ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยสามารถจัดการกับความเครียด ความวิตกกังวล การปรับตัว และ การแก้ปัญหอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยสามารถจัดการกับความวิตกกังวลดีกว่า อย่างมี นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

อรัญติดา ศรีบุญเรือง (2561) แนวทางการดำเนินงานป้องกันและแก้ไขพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ของนักเรียนในโรงเรียนขยายโอกาส สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุดรธานี เขต 4 พบว่า

1. โรงเรียนเฝ้าระวัง ติดตามนักเรียนที่มีพฤติกรรมเสี่ยงอย่างต่อเนื่องโดยใช้ระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียน
2. จัดอบรมคุณธรรม จริยธรรม
3. ครูปฏิบัติตนเป็นแบบอย่างที่ดี
4. นำนักเรียนทัศนศึกษาสถานที่ เช่น เรือนจำ สถานบำบัด ผู้ติดยาเสพติด
5. จัดกิจกรรมส่งเสริมให้นักเรียนเห็นคุณค่าในตัวเอง
6. เปิดโอกาสให้นักเรียนแสดง ความสามารถในกิจกรรมต่าง ๆ
7. จัดการเรียนรู้ที่หลากหลายโดยคำนึงถึงความแตกต่างระหว่างบุคคล ของนักเรียน
8. การสร้างเครือข่ายความร่วมมือกับผู้ปกครอง ชุมชน องค์กรทางศาสนา และองค์กรอื่น ๆ
9. ส่งเสริมการมีส่วนร่วมของผู้ปกครองกับโรงเรียน
10. หลีกเลี่ยงคำ พูดที่ทำให้เกิดนักเรียนเกิดปมด้อย
11. ส่งเสริมให้นักเรียนทดลองทำ สิ่งใหม่ในขอบเขตที่เหมาะสม

ผลการประเมินแนวทางป้องกันและแก้ไขพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ของนักเรียนในโรงเรียนขยาย โอกาสสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุดรธานี เขต 4 โดยผู้ทรงคุณวุฒิ พบว่ามีความเหมาะสมและเป็นไปได้อยู่ในระดับมากที่สุด

พัชชา รุ่งเรือง (2560) การลดพฤติกรรมก้าวร้าวของเด็กอนุบาลชั้นปีที่ 1/3 ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กโรงเรียนวัดไผ่โรงวัว โดยใช้กิจกรรมการเล่นนิทานลดพฤติกรรมก้าวร้าว ผลจากการใช้กิจกรรมเล่นนิทานเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าว ปรากฏว่า เด็กปฐมวัยชั้นอนุบาลปีที่ 1/3 ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กโรงเรียนวัดไผ่โรงวัว ตำบลบางตาเถร อำเภอสองพี่น้อง จังหวัดสุพรรณบุรี มีพฤติกรรมก้าวร้าว ลดลง ทั้งนี้เป็นผลมาจากมีกระบวนการพัฒนาและการดำเนินงานอย่างเป็นระบบ กล่าวคือ เริ่มตั้งแต่การวิเคราะห์ พัฒนาการและคุณลักษณะตามวัย การวิเคราะห์สาเหตุของปัญหาการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง การกำหนดแนวทางในการวิจัย กำหนดขอบเขตการดำเนินงาน การเตรียมงานโดยการพัฒนาเครื่องมืออย่างเป็นระบบนำไป ทดลองใช้เพื่อหาประสิทธิภาพและมีการวางแผนและเตรียมงาน เพื่อการนำไปใช้อย่างมีประสิทธิภาพ

ปัญญา แก้วเขียว (2557) การปรับพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียน ระดับชั้น ปวช. 1/1 อันมีผลต่อการเรียนการสอน โดย การฟังและการอ่านนิทานธรรมะ วัตถุประสงค์ของการวิจัย1) เพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวได้แก่การพูดไม่สุภาพ ได้แก่การพูดไม่สุภาพกับเพื่อนตะโกนเสียงดังในห้องเรียน 2) เพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวได้แก่แสดงกริยาไม่สุภาพกับอาจารย์ทำให้เพื่อนเดือดร้อนรำคาญ โดยมีวิธีดำเนินการ

กับกลุ่มเป้าหมาย เพื่อการใช้นิทานธรรมะคือ นักเรียนระดับชั้น ปวช. 1/1 วิทยาลัยอาชีวศึกษาจันทร์วี อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ ผู้วิจัยเลือกกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 4 คน จาก ประชากรจำนวน 21 คน เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาได้แก่ 1) นิทานธรรมะ 2) แบบสังเกตพฤติกรรม 3) แบบประเมิน ความพึงพอใจ วิเคราะห์ข้อมูล โดยใช้มาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับ หาค่าเฉลี่ย (Mean) และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) การวิจัยครั้งนี้พบว่า จากการสังเกตของอาจารย์ประจำวิชาที่มีต่อการปรับพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียน ระดับชั้น ปวช. 1/1 อันมีผลต่อการเรียนการสอนโดยการฟังและการอ่านนิทานธรรมะก่อนการวิจัย นักเรียนมีพฤติกรรมอยู่ในระดับ พอใช้ จำนวน 4 คน และหลังการวิจัย นักเรียนมีพฤติกรรมอยู่ในระดับระดับดี จำนวน 4 คน คิดเป็นร้อยละ 100 ผลการประเมินความพึงพอใจของอาจารย์ประจำรายวิชาที่มีต่อการปรับพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียน ระดับชั้น ปวช. 1/1 อันมีผลต่อการเรียนการสอนโดยการฟังและการอ่านนิทานธรรมะ โดยรวมอยู่ในระดับมาก มีค่า \bar{X} เท่ากับ 3.81 มีค่า S.D. เท่ากับ 0.43 โดยดูในรายละเอียด พบว่าอันดับ 1 รายข้อที่ 2.1 แสดงกริยาไม่สุภาพกับอาจารย์มีความพึงพอใจสูงสุด มีค่า \bar{X} เท่ากับ 4.75 มีค่า S.D. เท่ากับ 0.50 อันดับ 2 รายข้อที่ 1.1 การพูดไม่สุภาพกับเพื่อน มีค่า \bar{X} เท่ากับ 3.75 มีค่า S.D. เท่ากับ 0.50 และอันดับ 3 รายข้อที่ 1.2 ตะโกนเสียงดังในห้องเรียน มีค่า \bar{X} เท่ากับ 3.50 มีค่า S.D. เท่ากับ 0.58

มนตรีพิชัย เลาหิชัยเจริญ (2557) การแก้ไขปัญหาพฤติกรรมเด็กดื้อ และการชอบรังแกเพื่อนของนักเรียนโดยการเล่านิทาน ในระดับชั้นอนุบาล 1/5 การวิจัยในครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อแก้ไข ปัญหาพฤติกรรมเด็กดื้อ และการชอบรังแกเพื่อนของ นักเรียนโดยการเล่านิทาน ของนักเรียนระดับชั้นอนุบาล 1/5 โรงเรียนอัสสัมชัญศรีราชา กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง จำนวน 1 คน จากกลุ่มประชากรทั้งหมดของนักเรียนระดับชั้นอนุบาล 1/5 จำนวน 35 คน เครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินการวิจัยมี 3 ส่วนประกอบด้วย แบบสังเกตพฤติกรรมก่อนการวิจัย นิทานเพื่อส่งเสริม พฤติกรรมทางสังคม และแบบสังเกตพฤติกรรมหลังการวิจัย การวิเคราะห์ข้อมูลในการวิจัยใช้การเปรียบเทียบความถี่ของพฤติกรรมที่แสดงออกหลังจากการเล่านิทานส่งเสริมทางสังคม

วลัยภรณ์ แพร่กิจธรรมชัย (2562) ผลของการปรับพฤติกรรมเพื่อลดความก้าวร้าวของวัยรุ่นกลุ่มเสี่ยง ผลจากการวิจัยพบว่า

1. วัยรุ่นกลุ่มเสี่ยงที่เข้าร่วมโครงการในศูนย์ค้นหาสมรรถนะการคิด สำนักงานอาสาสมัครกาชาด สภากาชาดไทย มีพฤติกรรมก้าวร้าวอยู่ในระดับปานกลาง

2. การเปรียบเทียบระดับพฤติกรรมก้าวร้าว ของวัยรุ่นกลุ่มเสี่ยง จำแนกตามบุคลิกภาพสัมพันธภาพ ในครอบครัว สัมพันธภาพกับเพื่อน และอิทธิพลของ ตัวแบบทางสังคม พบว่าวัยรุ่นกลุ่มเสี่ยงที่มีบุคลิกภาพ และสัมพันธภาพในครอบครัวแตกต่างกันจะมีพฤติกรรมก้าวร้าวแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 วัยรุ่นกลุ่มเสี่ยงที่มีสัมพันธภาพกับเพื่อน และอิทธิพลของตัวแบบทางสังคมแตกต่างกันจะมีพฤติกรรมก้าวร้าวแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทาง สถิติที่ระดับ .01

3. วัยรุ่นกลุ่มเสี่ยงที่เข้าร่วมโปรแกรมการ ปรับพฤติกรรมเพื่อลดความก้าวร้าว หลังการทดลองมีพฤติกรรมก้าวร้าวลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ ระดับ .01

ติชิตา แสงแดงแก้ว (2559) ผลของโปรแกรมการจัดการพฤติกรรมตามแนวคิดทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของเด็กชายสมาธิสั้น มีวัตถุประสงค์การวิจัย คือ เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการจัดการพฤติกรรมตามแนวคิดทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของเด็กชายสมาธิสั้น ผลของการวิจัยพบว่า คะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมก้าวร้าวของกลุ่มทดลองหลังได้รับโปรแกรมการจัดการพฤติกรรมก้าวร้าวในเด็กสมาธิสั้นน้อยกว่าก่อนได้รับโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($M = 3.10, S.D. = 2.84$ vs $M = 6.27, S.D. = 3.23, p < 0.01$) และ คะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมก้าวร้าวของกลุ่มทดลองหลังจากได้รับโปรแกรมการจัดการพฤติกรรมก้าวร้าวในเด็กสมาธิสั้น น้อยกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($M = 3.10, S.D. = 2.84$ vs $M = 6.27, S.D. = 3.29, p < 0.01$)

ภัทธิตยา กฤษณะพันธ์ (2540) ผลของการใช้กิจกรรมส่งเสริมคุณธรรมที่มีต่อการลดพฤติกรรม ก้าวร้าวของเด็กปฐมวัย มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการ ใช้กิจกรรมส่งเสริมคุณธรรมที่มีต่อการลดพฤติกรรมก้าวร้าว ของเด็กปฐมวัย โดยการนำคุณธรรม 4 ประการ คือ ความมีระเบียบวินัย ความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ความขยันหมั่นเพียร และการประหยัด มาจัดเป็นกิจกรรมเสริมแนวการจัดประสบการณ์ประจำวันในการวิจัยใช้การวิจัยเชิงทดลองแบบ "กลุ่มเปรียบเทียบ การสังเกตก่อน - หลังการทดลองและติดตามผล" กลุ่มตัวอย่าง เป็นเด็กปฐมวัยอายุระหว่าง 4 - 5 ปี จำนวน 10 คน ที่ศึกษาอยู่ในชั้นอนุบาลปีที่ 2 การคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างใช้วิธีสังเกตพฤติกรรมก้าวร้าวที่เด็กแสดงออกด้วยการใช้แบบสังเกตได้มา 2 ห้องเรียน ๆ ละ 5 คน แล้วสุ่มอีกครั้งด้วยวิธีการจับสลากเพื่อกำหนดเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง ได้แก่ กิจกรรมส่งเสริมคุณธรรม เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล ได้แก่ แบบสังเกตพฤติกรรมก้าวร้าวของเด็กปฐมวัยที่ใช้วัดด้วยช่วงเวลาในการดำเนินการวิจัยนี้ กลุ่มทดลองได้รับการจัดกิจกรรม ส่งเสริมคุณธรรมเสริมแผนการจัดประสบการณ์ปกติ เป็นเวลา 8 สัปดาห์ ส่วนกลุ่มควบคุมได้รับการจัดประสบการณ์ตามแผนการจัด ประสบการณ์ปกติเท่านั้น การวิเคราะห์ข้อมูลคำนวณโดยการหาค่าร้อยละและค่ามัธยฐานเลขคณิตของความถี่ของการเกิดพฤติกรรม ก้าวร้าวของเด็กปฐมวัยที่ได้จากการสังเกตพฤติกรรมของเด็กขณะทำกิจกรรมเสรี (การเล่นตามมุม) และกิจกรรมการเล่นกลางแจ้ง ในช่วงเวลา 3 ระยะ คือ ระยะเส้ันฐาน ระยะทดลอง และระยะติดตามผล ผลการวิจัยพบว่า เด็กปฐมวัยที่ได้รับการจัดกิจกรรม ส่งเสริมคุณธรรมเสริมแผนการจัดประสบการณ์ปกติมีพฤติกรรม ก้าวร้าวลดลง เมื่อเปรียบเทียบกับก่อนได้รับกิจกรรมส่งเสริม คุณธรรม อีกทั้งเมื่อสิ้นสุดการทดลองแล้วพฤติกรรมก้าวร้าว นั้นยังลดอยู่

พิพัฒน์ พันเสียว (2559) ทำการศึกษาผลของโปรแกรมบำบัดการปรับเปลี่ยนความคิด และพฤติกรรมต่อพฤติกรรมก้าวร้าวในผู้ป่วยติดสารแอมเฟตามีน ผลการการศึกษาคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรม ก้าวร้าวของผู้ป่วยติดสารแอมเฟตามีนในกลุ่มทดลอง หลังได้รับโปรแกรมบำบัดการปรับเปลี่ยนความคิด และพฤติกรรม ($M = 3.23, S.D. = .67$) ต่ำกว่าคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมก้าวร้าวก่อนทดลอง ($M = .23,$

S.D. = .56) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .001$, $t = 20.457$) และคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมก้าวร้าวของผู้ป่วยติดสารแอมเฟตามีนในกลุ่มทดลอง หลังได้รับโปรแกรมบำบัดการปรับเปลี่ยนความคิดและพฤติกรรม มีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมก้าวร้าว ($M = .23$, S.D. = .56) ต่ำกว่ากลุ่มควบคุม ($M = 3.23$, S.D. = .50) ที่ได้รับการพยาบาลตามปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .001$, $t = 22.295$)

วิจิตรา สายอ่อง (2562) ทำการศึกษาเรื่องสร้างโปรแกรมการให้การปรึกษารอบครอบครัวลดพฤติกรรมก้าวร้าวของเด็กนักเรียนอนุบาล ด้วยกระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการ โดยใช้ทฤษฎีการให้การปรึกษารอบครอบครัว ของชะเทียร์ มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ค้นหาแบบแผนการอบรมเลี้ยงดูบุตรและการสื่อสารในครอบครัว และ 2) สร้างโปรแกรมการให้การปรึกษารอบครอบครัวลดพฤติกรรมก้าวร้าวของเด็กนักเรียนอนุบาล ด้วยกระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการ โดยใช้ทฤษฎีการให้การปรึกษารอบครอบครัวของชะเทียร์ การออกแบบวิจัยเป็นแบบผสมผสาน มีการประเมินประสิทธิผลของโปรแกรมทั้งเชิงคุณภาพ และเชิงปริมาณ กลุ่มตัวอย่างในการวิจัย คือ ครอบครัวที่บุตรอยู่ชั้นอนุบาล ช่วงอายุ 4 - 5 ปี ในจังหวัดยะลา และจังหวัดปัตตานี ที่มีพฤติกรรมก้าวร้าว เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ มาตรฐานลักษณะครอบครัว มาตรฐานการอบรมเลี้ยงดูบุตร มาตรฐานพฤติกรรมก้าวร้าวบุตร มาตรฐานพฤติกรรมก้าวร้าวนักเรียน และมาตรฐานความพึงพอใจต่อการเข้ารับการปรึกษารอบครอบครัวผลการศึกษา พบว่า 1) บิดามารดาที่มีบุตรก้าวร้าว ส่วนใหญ่อบรมเลี้ยงดูบุตรแบบควบคุม และมีการสื่อสารในครอบครัวที่ไม่เหมาะสมทั้งด้วยภาษาถ้อยคำ และภาษาท่าทาง เช่น ดุด่า ทูตตี หรือหยิก 2) โปรแกรมที่สร้างขึ้น เป็นการบูรณาการระหว่างแบบแผนการอบรมเลี้ยงดูบุตรและการสื่อสารในครอบครัว เข้ากับกระบวนการให้การปรึกษารอบครอบครัวตามทฤษฎีของชะเทียร์ และ 3) ประสิทธิภาพของ โปรแกรมในเชิงคุณภาพ ครอบครัวกรณีศึกษาสะท้อนว่า “พฤติกรรมก้าวร้าวของบุตรทางร่างกาย และวาจาเปลี่ยนแปลงไปในทางเหมาะสมขึ้น” และเชิงปริมาณ พบว่าการแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวทางร่างกาย และวาจาของบุตร หลังการให้การปรึกษารอบครอบครัวลดลง (ก่อนการทดลอง = 1.58, S.D. = .07 และหลังการทดลอง = 1.42, S.D. = .14) ผลการศึกษาแสดงให้เห็นว่าทฤษฎีการให้การปรึกษารอบครอบครัวของ ชะเทียร์ ใช้ได้ผลต่อการลดพฤติกรรมก้าวร้าวของเด็กนักเรียนอนุบาล และโปรแกรมที่พัฒนาขึ้นนำไปใช้ในการแก้ไขพฤติกรรมก้าวร้าวของเด็กนักเรียนอนุบาลได้ โดยครอบครัวมีส่วนสำคัญในการแก้ไขและพัฒนาพฤติกรรมของบุตร ทั้งนี้ผู้ให้การศึกษาในสถานศึกษาหรือหน่วยงานอื่น ๆ สามารถนำโปรแกรมไปประยุกต์ใช้ตามบริบทของวัฒนธรรมที่แตกต่างกันไปหรือ เป็นรายกรณี

พงษ์เกษม สิงห์รุ่งเรือง (2559) ศึกษาเรื่องการพัฒนาโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษา โดยบูรณาการแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา โดยมีวัตถุประสงค์ คือ 1) เพื่อพัฒนาโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา 2) ศึกษาผลของการใช้โปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการแนวคิดการปรับพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา

3) เพื่อเปรียบเทียบผลของโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษา ก่อนและหลังการทดลอง ผลการวิจัยพบว่า 1) ได้โปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการแนวความคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาที่มีคุณภาพ มีค่าดัชนีความสอดคล้องเท่ากับ 0.98 ประกอบด้วยเทคนิคการพูดกับตนเองในทางที่ดี เทคนิคการหยุดความคิด เทคนิคการตั้งเป้าหมาย เทคนิคการคิดไปข้างหน้า เทคนิคการหายใจ การนับในใจ และเทคนิคการเสริมแรงทางบวก 2) ผลการทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษา ก่อนการทดลองและหลังการทดลอง และ ระยะติดตามผล ของกลุ่มทดลองมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยหลังการทดลองมีพฤติกรรมความก้าวร่วมน้อยลงมากกว่าก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล และระหว่างการทดลองมีพฤติกรรมความก้าวร้าวมากกว่าหลังการทดลอง 3) หลังการทดลองใช้โปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการแนวความคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา พบว่ากลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมความก้าวร่วมน้อยกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงให้เห็นว่าโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการโดยบูรณาการแนวความคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาสามารถลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษา

อรอนงค์ รอดพันธ์ (2559) ศึกษาเรื่องการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมเพื่อลดพฤติกรรมไม่เหมาะสมของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนแห่งหนึ่งในเขตกรุงเทพมหานคร ผลการศึกษาโดยศึกษาผลการให้การปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมต่อพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนแห่งหนึ่งในเขตกรุงเทพมหานคร มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาเพื่อศึกษาพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมของ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 และเปรียบเทียบพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมของนักเรียนระดับชั้น มัธยมศึกษาปีที่ 1 ก่อนและหลังการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่มีพฤติกรรมไม่เหมาะสม จำนวน 10 คน จากการศึกษาพบว่าหลังการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมนักเรียนมีพฤติกรรมไม่เหมาะสมลดลงซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 หลังการเข้ารับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 มีคะแนนพฤติกรรมไม่เหมาะสมลดลง อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 ทั้งนี้เนื่องมาจากการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมที่ผู้ศึกษาวิจัยได้นำมาใช้เป็นกระบวนการเพื่อกระตุ้นให้นักเรียนรู้จักคิดวิเคราะห์สถานการณ์ต่าง ๆ มีการปรับตนเพื่อให้เข้ากับผู้อื่นและสังครอบด้าน มี 6 สัมพันธภาพที่ดีต่อกัน มีการร่วมมือกันเพื่อหาแนวทางการปรับตนให้ความช่วยเหลือซึ่งกันและกันทำให้นักเรียนได้รู้จักตนเอง มองตนเองอย่างลึกซึ้งมากยิ่งขึ้น โดยมีผู้ให้คำปรึกษาซึ่งมีความรู้ทางด้านทฤษฎีและทักษะการให้คำปรึกษาร่วมให้ความช่วยเหลือให้คำปรึกษา จากกระบวนการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มดังกล่าว จึงทำให้นักเรียนสามารถลดพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมของตนเองลงได้อย่างมีประสิทธิภาพ

จวีวรรณ ชัยอารีย์เลิศ และคณะ (2557) ศึกษาเรื่องผลของกลุ่มการปรึกษาทางจิตวิทยาแบบร่วมรู้สึกต่อความเอื้ออาทรผู้อื่นของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาผลของกลุ่มการปรึกษาทางจิตวิทยาแบบร่วมรู้สึกต่อความเอื้ออาทรผู้อื่นของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โดยการเก็บข้อมูลก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และติดตามผล หลังเสร็จสิ้นการทดลอง 3 สัปดาห์ กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาคือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 20 คน โดยแบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 10 คน และกลุ่มควบคุม 10 คน ผลการวิจัยพบว่านักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 มีความเอื้ออาทรหลังการทดลอง และติดตามผลหลังเสร็จสิ้นการทดลอง 3 สัปดาห์เพิ่มขึ้นกว่าระยะก่อนการทดลอง และกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่ได้รับกลุ่มการปรึกษาทางจิตวิทยาแบบร่วมรู้สึก มีคะแนนความเอื้ออาทรผู้อื่นในระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลไม่แตกต่างกัน

สมจิตร ไกรศรี (2554) ศึกษาเรื่องผลของโปรแกรมศิลปกรรมบำบัดแบบ c - e - s ที่มีผลต่อการลดพฤติกรรมก้าวร้าวของผู้บกพร่องทางพัฒนาการและสติปัญญาของช่วงวัย 15 - 25 ปี กลุ่มงานฟื้นฟูสมรรถภาพ สถาบันราชานุกูล โดยผลของการวิจัยพบว่า การใช้โปรแกรมศิลปกรรมบำบัดพฤติกรรมก้าวร้าวของผู้บกพร่องทางพัฒนาการสติปัญญา ที่เข้ารับการบำบัดอยู่ในระดับขั้นดีขึ้น และ ผู้บกพร่องด้านพัฒนาการและสติปัญญาที่มีพฤติกรรมก้าวร้าว ภายหลังจากเข้ารับการบำบัดโปรแกรมศิลปกรรมบำบัดต่ำกว่าก่อนการได้รับโปรแกรมศิลปบำบัด

4.2 งานวิจัยต่างประเทศ

สมาคมกุมารแพทย์ของสหรัฐอเมริกา (The American Academy of Pediatrics, 2011, pp. 1 - 10 อ้างถึงใน สิริภิญญา อินทรประเสริฐ, 2556) ได้เสนอแนะแนวคิดเกี่ยวกับแนวทางปฏิบัติในการใช้สื่อต่าง ๆ เพื่อให้เกิดประโยชน์ต่อเด็กและวัยรุ่นให้มากที่สุด สรุปสาระสำคัญได้ดังนี้

1. ผู้ปกครองควรเข้าไปมีส่วนร่วมในการเลือกสื่อที่เหมาะสม และใช้เวลาดูสื่อร่วมกับบุตรหลาน กำหนดระยะเวลาการดูโทรทัศน์ วิดีโอ 1 - 2 ชั่วโมง/วัน ใช้เครื่องมือป้องกันโปรแกรมที่ไม่เหมาะสม หลีกเลี่ยงวิดีโอหรือเกมส์ที่รุนแรง และไม่ควรมีโทรทัศน์หรือคอมพิวเตอร์อยู่ในห้องนอนของเด็ก ควรอยู่ในที่ที่พ่อแม่ผู้ปกครองสามารถสอดส่องดูแลได้ว่าบุตรหลานกำลังทำอะไรอยู่

2. รายการหนัง วิดีโอ และเกมส์ต่าง ๆ ที่จะให้เด็กดูหรือเล่น ควรจะเป็นเรื่องที่ไม่มีความรุนแรงเท่านั้น และควรมีโปรแกรมป้องกันคัดกรอง

3. สนับสนุนให้มีการผลิตสื่อที่สร้างสรรค์เกิดประโยชน์ต่อเด็กให้มากขึ้น ให้ความรู้แก่ผู้ผลิตสื่อ รวมทั้งตัวแทนจำหน่ายจะต้องเข้าใจและตระหนักถึงบทบาทและความสำคัญของสื่อต่าง ๆ ที่มีผลกระทบต่อเด็ก - หลีกเลี่ยงการนำเสนอการใช้อาวุธหรือการพกพาอาวุธ ในการแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ว่าเป็นเรื่องปกติหลีกเลี่ยงการนำเสนอความรุนแรงในรูปแบบการแสดงเรื่องเพศหรือในเรื่องอื่น ๆ ที่ออกมาในลักษณะสนุกสนาน เป็นเรื่องเล็กน้อยไม่สำคัญ - ถ้าต้องการนำเสนอเกี่ยวกับความรุนแรงจะต้องถือเป็นเรื่องสำคัญและบอกให้ ทราบถึงผลกระทบที่จะได้รับตามมาทั้งผู้กระทำและผู้ถูกกระทำซึ่งจะต้องมี

คำอธิบาย ที่เข้าใจได้ง่ายที่ พ่อแม่สามารถอ่านก่อนที่จะตัดสินใจซื้อ 25 - วิดีโอเกมส์ต่าง ๆ ไม่ควรใช้คน หรือสิ่งมีชีวิตเป็นเป้ายิงและได้คะแนนเพิ่มขึ้นเมื่อมีการฆ่าสำเร็จ ต้องนำเอาอายุเด็กมาเป็นข้อพิจารณา ความเหมาะสมในการเลือกเกมส์แต่ละชนิด สำหรับเด็ก รวมถึงการแจกจ่ายหรือนำเสนอแก่เด็กในช่วงอายุ ต่าง ๆ

ซูดท์ (Cueh, 2555 อ้างถึงใน พระสรวิชญ์ อภิปญโญ และคณะ, 2553, น. 37) ได้ใช้ บทบาทในการฝึกทักษะปฏิสัมพันธ์ทางสังคมเพื่อเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของ นักเรียนอนุบาล จำนวน ๗๕ คน พบว่า นักเรียนที่ได้รับการฝึกโดยใช้บทบาทสมมตินิสัยเอื้อเฟื้อมาก ขึ้นกว่ากลุ่มที่ไม่ได้รับการฝึกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

เบเกอร์, ลีและแคลร์ (Baker, Lee & Claire, 2004 อ้างถึงใน พิพัฒน์ พันเลียว, 2559, น. 33 - 34)ศึกษาเรื่อง brief cognitive behavioural interventions for regular amphetamine users โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการ ปรับเปลี่ยนความคิดและพฤติกรรมในผู้ป่วยติดสารแอมเฟตามีน โดยได้ ทำการศึกษาในผู้ใช้แอมเฟตา มีจำนวน 214 คน ในเมือง greater brisbane region of queensland and newcastle, new south wales, australia ผลการวิจัยพบว่าผู้ใช้แอมเฟตามีนที่ได้รับ CBT 2 ครั้งขึ้นไป ได้รับการ ปฏิบัติอย่างต่อเนื่องและสม่ำเสมอไม่มีประสิทธิภาพในการลดการใช้แอมเฟตามีน และผู้ใช้แอมเฟตา มีนที่ได้รับ CBT 4 ครั้งขึ้นไปอย่างต่อเนื่องจะได้รับผลที่ดีที่สุด สามารถลดการใช้แอมเฟตามีนได้

เบคและเฟอร์นันเดส (Beck & Fernandez, 1998) ศึกษาการสังเคราะห์ข้อมูลอย่างเป็นระบบ เรื่อง cognitive-behavioral therapy in the treatment of anger: a metaanalysis โดยพบว่าพฤติกรรม รุนแรงเป็นปัญหาของสังคม การถูกคุกคามจากครอบครัว เป็นปัญหา สัมพันธภาพของมนุษย์ แต่ยังไม่มีการ รักษาหรือโปรแกรมรักษาที่ดีที่สุด จากการศึกษาพบว่าการนำ CBT มาใช้ในการลดความโกรธรุนแรง โดยทำการทบทวนการศึกษา 50 เรื่อง มีกลุ่มตัวอย่าง 1,640 กลุ่มตัวอย่าง โดยสืบค้นจากฐานข้อมูล PSYCINFO and other databases ที่ southern methodist university, dallas, texas ผลพบว่าการ รักษาด้วย CBT ได้รับผลดีกว่าการไม่ได้การดูแลลดความ โกรธอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยการได้รับการ รักษาด้วย CBT ได้รับผลดีถึง 76% มีขนาด effect size .70

สมิท, ลีเจนและโมเลน (Smeets, Leeijen & Molen, 2014) ศึกษาการสังเคราะห์ ข้อมูล อย่างเป็น ระบบเรื่อง treatment cognitive behavior therapy to reduce aggressive behavior: a meta - analysis ศึกษาพฤติกรรมก้าวร้าวในเด็กที่มีปัญหาที่พบบ่อย และมักส่งผลกระทบต่อตนเอง และผู้อื่น เกิดการจัดการพฤติกรรมอย่างไม่เหมาะสม มีพฤติกรรมก้าวร้าว โดยศึกษางานวิจัย 25 การวิจัย กลุ่มตัวอย่างเด็ก 2,302 คน แบ่งเป็น 2 กลุ่ม ชาย 1,580 คน หญิง 722 คน Ref. code: 25595714030102PKE 34 คน ศึกษาการดูแลผู้มีพฤติกรรมก้าวร้าวโดยใช้ CBT เพื่อศึกษาประสิทธิภาพ โดยค้นหาจากฐานข้อมูล PubMed, PsycINFO และ EMBASE ผลการศึกษาพบว่าการปรับเปลี่ยนความคิด และพฤติกรรม สามารถลดพฤติกรรมก้าวร้าวได้

มันลินส์ (Mulins, 1993 อ้างถึงใน พดุงศักดิ์ คชสำโรง, 2542, น. 93, อ้างถึงใน สมจิตร ไกรศรี, 2554) ทำการวิจัยเรื่อง ศิลปะบำบัด เพื่อการแสดงออกและการบำบัดปัญหาทางอารมณ์และขัดแย้ง ในจิตใจ วัตถุประสงค์ของการศึกษา คือ เพื่อการใช้วิธีศิลปะบำบัดเข้าช่วยในการแสดงออกทางอารมณ์ของ บุคคลที่เป็นบุตรบุญธรรมและมีความขัดแย้งในตัวเองคิดว่าตัวเองไม่มีการปรับตัวอย่างเหมาะสม ในฐานะที่ ตัวเองเป็นบุตรบุญธรรมและสมมติฐานในการวิจัยคือ ศิลปะบำบัดสามารถช่วยเรื่องการแสดงออกทาง อารมณ์และภาวะความขัดแย้งทางจิตใจ ผลการวิจัยพบว่า ผลงานศิลปะของตัวเองและกระบวนการทำงานมี ลักษณะเป็นกระเจงกนาในการมองกลับเข้าหาตัวเอง ทำให้สามารถเข้าใจตัวเองมากขึ้น

โคโนเลย์ (Conoley, 2546 อ้างถึงใน พระสรวิชญ์ อภิปัญญา และคณะ, 2553, น. 38) ได้ศึกษาผลการใช้การแสดงบทบาทสมมติในการเรียนการสอนระดับประถมศึกษา เพื่อวัตถุประสงค์ของเด็ก เป็นการพยายามเปลี่ยนพฤติกรรมทางสังคมโดยการใช้การ แสดงละครเข้าช่วยในการสอนทดลองกับเด็กชั้น ประถมศึกษาปีที่ 3, 4 และ 5 จำนวน 142 คน แบ่งออกเป็น 3 กลุ่ม ผลการวิเคราะห์ข้อมูลพบว่า การใช้การ แสดงบทบาทสมมติเข้าเป็นองค์ประกอบใน การเรียน มีผลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของเด็กมากกว่า กลุ่มควบคุม ซึ่งมีความแตกต่างกันอย่าง มีนัยสำคัญทางสถิติทำให้เด็กมีสังคมที่ดีขึ้น และเปลี่ยนจากการ ยึดตนเองเป็นศูนย์กลางไปสู่บุคคลอื่น ๆ มากขึ้น



บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยเรื่อง “ผลการใช้ชุดฝึกอบรมทางจิตวิทยาเพื่อพัฒนาหน้าที่การบริหารจัดการสมองของนักเรียนที่มีพฤติกรรมก้าวร้าว ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในโรงเรียนแห่งหนึ่ง” มีวิธีดำเนินการวิจัยเกี่ยวกับ ประชากร กลุ่มตัวอย่าง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย วิธีการรวบรวมข้อมูล วิธีวิเคราะห์ข้อมูล และสถิติที่ใช้ในการวิจัย ดังต่อไปนี้

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1.1 ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย มีดังนี้

1.1.1 ประชากร คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ปีการศึกษา 2563 โรงเรียนมัธยมแห่งหนึ่ง จำนวน 209 คน

1.1.2 กลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ปีการศึกษา 2563 โรงเรียนมัธยมแห่งหนึ่ง ที่มีคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวในระดับมากที่สุดถึงระดับปานกลางจำนวน 16 คน จากนั้นจึงสุ่มตัวอย่างอย่างง่ายเพื่อแบ่งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 8 คน เท่ากัน

2. เครื่องมือวิจัยที่ใช้ในการวิจัย

2.1 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

2.1.1 แบบสังเกตพฤติกรรมก้าวร้าว จำนวน 20 ข้อ

2.1.2 แบบวัดหน้าที่การบริหารจัดการสมอง (EF) ฉบับภาษาไทย จำนวน 80 ข้อ ซึ่งได้รับลิขสิทธิ์จากบริษัทโดยบริษัท Brief – sr แปลเป็นภาษาไทยโดย ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. จุฑามาศ แหนจน

2.1.3 ชุดฝึกอบรมทางจิตวิทยาเพื่อพัฒนาหน้าที่การบริหารจัดการสมอง

2.2 วิธีการสร้างเครื่องมือ

ชุดฝึกอบรบทางจิตวิทยา ผู้วิจัยได้ดำเนินตามขั้นตอน ดังนี้

1. ศึกษาทฤษฎี แนวคิด เอกสาร และงานวิจัยต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการฝึกอบรบทางจิตวิทยาเพื่อพัฒนาหน้าที่การบริหารจัดการสมองของนักเรียนที่มีพฤติกรรมก้าวร้าว เพื่อเป็นแนวทางในการกำหนดเนื้อหาและกิจกรรมให้เหมาะสมกับจุดมุ่งหมายในการวิจัย

2. ศึกษาวิธีการสร้างชุดฝึกอบรบทางจิตวิทยาและหาคุณภาพของชุดฝึกอบรบจากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

3. ดำเนินการสร้างชุดฝึกอบรบทางจิตวิทยา โดยคำนึงถึงความถูกต้องของวัตถุประสงค์ วิธีการดำเนินการ สื่ออุปกรณ์ และการประเมินผล ซึ่งชุดฝึกอบรบทางจิตวิทยามีส่วนประกอบ ดังนี้

- 1) ชื่อกิจกรรม
- 2) วัตถุประสงค์
- 3) ระยะเวลา
- 4) สื่อ/อุปกรณ์
- 5) การดำเนินการฝึกอบรบ ซึ่งมี 3 ขั้นตอน คือ ขั้นนำ ขั้นดำเนินการกิจกรรม และขั้นสรุป
- 6) การประเมินผล

4. นำชุดฝึกอบรบทางจิตวิทยาที่สร้างขึ้นนำเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษา เพื่อตรวจสอบความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ ตรวจสอบความเหมาะสมของข้อความ การใช้ภาษา และความครอบคลุมของเนื้อหา แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไข

5. นำชุดฝึกอบรบทางจิตวิทยาที่ปรับปรุงแก้ไขแล้วส่งให้ผู้ทรงคุณวุฒิทางด้านจิตวิทยาให้การปรึกษา จำนวน 5 ท่าน เพื่อตรวจสอบคุณภาพโดยพิจารณาความสอดคล้อง ความเหมาะสมของนิยามศัพท์กับวัตถุประสงค์ ความเหมาะสมของสื่ออุปกรณ์ วิธีดำเนินการ เทคนิคและวิธีการฝึกอบรบพบว่าชุดฝึกอบรบทางจิตวิทยามีคุณภาพ

6. ปรับปรุงแก้ไขชุดฝึกอบรบทางจิตวิทยาตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิโดยมีค่าเฉลี่ยตั้งแต่ 3.40 – 5.00

7. นำชุดฝึกอบรบทางจิตวิทยาเพื่อพัฒนาหน้าที่การบริหารจัดการสมองของนักเรียนที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวที่ได้ทำการปรับปรุงแล้วไปทดลองใช้ (Try out) กับนักเรียนที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ภาคการศึกษาที่ 2 โรงเรียนมัธยมแห่งหนึ่งในอำเภอพระแสง จังหวัดสุราษฎร์ธานี ที่มีคะแนนของแบบสังเกตพฤติกรรมก้าวร้าวจากมากไปหาน้อยจำนวน 30 คน

8. นำชุดฝึกอบรบทางจิตวิทยาเพื่อพัฒนาหน้าที่การบริหารจัดการสมองของนักเรียนที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวที่ได้รับการปรับปรุงแล้วไปทำการทดลองกับกลุ่มทดลองจำนวน 8 คน โดยผู้วิจัยดำเนินการฝึกอบรบจำนวน 11 ครั้ง ๆ ละ 60 - 80 นาที รวมเป็นเวลา 2 สัปดาห์

ตารางที่ 3.1 ตัวอย่างชุดฝึกอบรมทางจิตวิทยาเพื่อพัฒนาหน้าที่การบริหารจัดการสมองของนักเรียนที่มีพฤติกรรมก้าวร้าว

	ชื่อชุดฝึกอบรม	จุดประสงค์
ครั้งที่ 1	ปฐมนิเทศสร้างสัมพันธ์ภาพ	1. เพื่อสร้างสัมพันธ์ภาพที่ดีระหว่าง ผู้นำการอบรม และผู้เข้ารับการอบรม และระหว่างผู้เข้ารับการอบรม เพื่อให้เกิดความไว้วางใจ อันจะนำไปสู่การเปิดเผยตัวเพื่อ 2. เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์ ข้อตกลง บทบาทหน้าที่และ จรรยาบรรณในการฝึกอบรม
ครั้งที่ 2	หน้าที่การบริหารจัดการสมอง: ด้านความจำที่นำมาใช้งาน	1. เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมสามารถบอกความสำคัญของความจำที่นำมาใช้งานเพื่อสร้าง 2. เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมระบุแนวทางในการ พัฒนาความจำที่นำมาใช้
ครั้งที่ 3	หน้าที่การบริหารจัดการสมอง : ด้านการยั้งคิด ไตร่ตรอง	1. เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมสามารถบอกความสำคัญของการยั้งคิดและไตร่ตรอง 2. เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรม ระบุความแนวทางในการ บริหารจัดการสมองด้านความยั้งคิดและไตร่ตรอง

2.2.1 แบบบันทึกพฤติกรรมก้าวร้าว

ขั้นตอนการสร้างแบบสังเกตพฤติกรรมก้าวร้าว

- 1) ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องในการพัฒนาหน้าที่ของการบริหารจัดการสมองและเทคนิควิธีการอื่น ๆ ที่ใช้ในการแก้ปัญหาพฤติกรรมก้าวร้าว
- 2) สร้างแบบสังเกตพฤติกรรมก้าวร้าว โดยมีข้อคำถามเป็นข้อความที่เกี่ยวข้องกับ ลักษณะการแสดงออกของพฤติกรรมก้าวร้าว จำนวน 20 ข้อและนำเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาเพื่อตรวจสอบความเหมาะสมของข้อความการใช้ภาษาและความครอบคลุมของเนื้อหา แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไข
- 3) นำแบบบันทึกการสังเกตพฤติกรรมก้าวร้าวที่ปรับปรุงแก้ไขแล้ว ส่งให้ผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 5 ท่าน ตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา ข้อความ และภาษาที่ใช้ให้สอดคล้องกับ นิยามปฏิบัติการ โดยเลือกข้อคำถามที่มีค่าดัชนีความสอดคล้องเท่ากับ .67 – 1.00 จำนวน 20 ข้อ
- 4) ปรับปรุงแก้ไขแบบสังเกตพฤติกรรมก้าวร้าวตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ

5) นำแบบบันทึกพฤติกรรมก้าวร้าวที่ปรับปรุงแล้วไปทดลองใช้ (Try out) กับกลุ่มตัวอย่าง ที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มทดลอง จำนวน 30 คน เพื่อหาค่าอำนาจจำแนกรายข้อและค่าความเที่ยง พบว่ามีค่าความเที่ยงเท่ากับ .05 และมีค่าอำนาจจำแนกรายข้ออยู่ระหว่าง .02 – .01

ตัวอย่าง แบบสังเกตพฤติกรรมก้าวร้าว

แบบสังเกตพฤติกรรมก้าวร้าว

ชื่อ - สกุลนักเรียน.....ห้องเรียน.....ระดับชั้นเรียน.....

ชื่อ - สกุลผู้ให้ข้อมูล..... ครูผู้สอน ครูที่ปรึกษา

ครูแนะแนว ฝ่ายกิจการนักเรียน (คุณครูทำเรื่องหมาย / ใน ให้ตรงกับตำแหน่ง)

คำชี้แจง ให้คุณครูทำเครื่องหมาย / ในช่อง ปฏิบัติ และ ไม่ปฏิบัติ จากการสังเกตพฤติกรรมก้าวร้าว

- | | | |
|---|----------------|---------------------------|
| 5 | คะแนน การแปลผล | ปฏิบัติพฤติกรรมมากที่สุด |
| 4 | คะแนน การแปลผล | ปฏิบัติพฤติกรรมมาก |
| 3 | คะแนน การแปลผล | ปฏิบัติพฤติกรรมปานกลาง |
| 2 | คะแนน การแปลผล | ปฏิบัติพฤติกรรมน้อย |
| 1 | คะแนน การแปลผล | ปฏิบัติพฤติกรรมน้อยที่สุด |

ลำดับ	พฤติกรรมก้าวร้าว	ระดับพฤติกรรม					ค่าเฉลี่ย
		1	2	3	4	5	
1	เมื่อมีใครทำให้นักเรียนโกรธ หรือไม่พอใจ นักเรียนมักจะใช้ถ้อยคำที่หยาบคาย น้ำเสียงที่ดุดัน แม้เพื่อนจะกล่าวคำขอโทษ นักเรียนก็ไม่สามารถควบคุมอารมณ์ตนเองได้						
2	นักเรียนทำลายทรัพย์สินของโรงเรียน และทรัพย์สินของครูที่เงินเกิดความเสียหาย						
3	นักเรียนใช้คำพูดล้อเลียนชื่อพ่อแม่ของเพื่อน การเหยียดหยามปมด้อยของผู้อื่น แม้ว่าผู้อื่นจะนั่งอยู่เฉย ๆ						

2.2.2 แบบวัดหน้าที่การบริหารจัดการสมองใช้ในนักเรียนที่มีช่วงอายุ 14 - 18 ปี

- 1) ผู้วิจัยทำการติดต่อกับทางบริษัท Brier – sr เพื่อขอใช้แบบวัดหน้าที่การบริหารจัดการสมองฉบับภาษาไทย
- 2) ผู้วิจัยทำหนังสือสัญญาขออนุญาตใช้แบบวัดหน้าที่การบริหารจัดการสมองฉบับภาษาไทยโดยได้รับลิขสิทธิ์การใช้แบบวัดหน้าที่การบริหารจัดการสมองของบริษัท Brier – sr แปลเป็นภาษาไทยโดย ผศ. ดร. จุฑามาศ แหนจอน
- 3) ผู้วิจัยทำหนังสือสัญญาขออนุญาตใช้เกณฑ์การให้คะแนนแบบวัดหน้าที่การบริหารจัดการสมองโดยได้รับลิขสิทธิ์การใช้แบบวัดหน้าที่การบริหารจัดการสมองของบริษัท Brier – sr
- 4) ผู้วิจัยได้รับการอนุญาตใช้แบบวัดหน้าที่การบริหารจัดการสมองฉบับภาษาไทยจากบริษัท Brier – sr ซึ่งเป็นฉบับภาษาไทยมีข้อคำถามจำนวน 80 ข้อ และ มีการให้คะแนนในระดับ 1, 2 และ 3
- 5) ผู้วิจัยได้รับการอนุญาตใช้เกณฑ์การแปลแบบวัดหน้าที่การบริหารจัดการสมองของบริษัท Brier – sr ซึ่งมีลักษณะการคะแนน ดังนี้
 - (1) ค่าคะแนน 1 หมายถึง พฤติกรรมนั้นไม่เคยเกิดขึ้น
 - (2) ค่าคะแนน 2 หมายถึง พฤติกรรมนั้นเกิดขึ้นบางครั้ง
 - (3) ค่าคะแนน 3 หมายถึง พฤติกรรมนั้นเกิดขึ้นบ่อยครั้ง

3. การเก็บรวบรวมข้อมูล

3.1 รูปแบบการวิจัย

รูปแบบการวิจัย เป็นการวิจัยเชิงทดลอง (Quasi-experimental Research) ศึกษาจากกลุ่มตัวอย่าง 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ทดสอบก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรม

3.2 การเก็บรวบรวมข้อมูล

3.2.1 นำแบบสังเกตพฤติกรรมก้าวร้าวให้ครูประจำชั้น ครูแนะแนว และ ครูฝ่ายกิจการนักเรียน เพื่อใช้ในการคัดเลือกนักเรียนกลุ่มตัวอย่าง

3.2.2 คัดเลือกนักเรียนที่มีค่าคะแนนของแบบสังเกตพฤติกรรมก้าวร้าวระดับปานกลางถึงระดับมากที่สุด จำนวน 16 คน จากนั้นทำการสุ่มอย่างง่ายเพื่อแบ่งนักเรียนเป็นกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 8 คนเท่ากัน

3.2.3 นำแบบวัดหน้าที่การบริหารจัดการสมองฉบับภาษาไทยจำนวน 80 ข้อ ให้นักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมตอบก่อนการทำการทดลอง

3.2.4 ขึ้นก่อนการทดลอง

1) ผู้วิจัยทำบันทึกข้อความเพื่อเสนอต่อผู้บริหารสถานศึกษา เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์การวิจัย รายละเอียดการเก็บรวบรวมข้อมูล และขอความร่วมมือในการจัดการฝึกอบรมทางจิตวิทยาตามแผนกิจกรรมการฝึกอบรม

2) ผู้วิจัยจัดเตรียมเครื่องมือและอุปกรณ์การทดลองตามรายละเอียดของแต่ละกิจกรรมอย่างครบถ้วน

3) เลือกสถานที่และจัดเตรียมสถานที่

4) กำหนดกลุ่มตัวอย่าง โดยแบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลอง และ กลุ่มควบคุม กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ คือ นักเรียนที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวโดยใช้แบบสังเกตพฤติกรรมก้าวร้าวที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยให้ครูประจำชั้น ครูแนะแนว และ ครูฝ่ายกิจการนักเรียนเป็นผู้สังเกต

3.2.5 ขั้นตอนการทดลอง

1) ผู้วิจัยดำเนินการฝึกอบรมทางจิตวิทยาตามแผนชุดฝึกอบรมทางจิตวิทยา เพื่อพัฒนาหน้าที่การบริหารจัดการสมองของกลุ่มทดลอง จำนวนเข้าร่วมรับการฝึกอบรมทั้งสิ้น 11 ครั้ง ๆ ละ 60 – 80 นาที สัปดาห์ละ 5 ครั้งเป็นเวลา 2 สัปดาห์ ส่วนกลุ่มควบคุมใช้ชีวิตประจำวันตามปกติ

3.2.6 ขั้นตอนหลังการทดลอง

1) เมื่อเสร็จสิ้นการใช้ชุดฝึกอบรมทางจิตวิทยา ผู้วิจัยให้กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมตอบแบบวัดหน้าที่การบริหารจัดการสมองฉบับเดียวกันกับก่อนการทดลอง เพื่อเป็นคะแนนหลังการทดลอง (Post - test)

4. การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยทำการวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป โดยมีรายละเอียดในการวิเคราะห์ข้อมูลดังนี้

4.1 การเปรียบเทียบคะแนนหน้าที่การบริหารจัดการสมองของนักเรียนกลุ่มทดลองก่อนและหลังการใช้ชุดฝึกอบรมทางจิตวิทยาเพื่อพัฒนาหน้าที่การบริหารจัดการสมอง

4.2 การเปรียบเทียบคะแนนหน้าที่การบริหารจัดการสมองของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ใช้ชุดฝึกอบรมทางจิตวิทยาเพื่อพัฒนาหน้าที่การบริหารจัดการสมอง และ กลุ่มควบคุมที่ใช้ชีวิตประจำวันตามปกติ

5. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

5.1 สถิติที่ใช้ในการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

5.1.1 ค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index of Item – Objective Congruence, IOC)

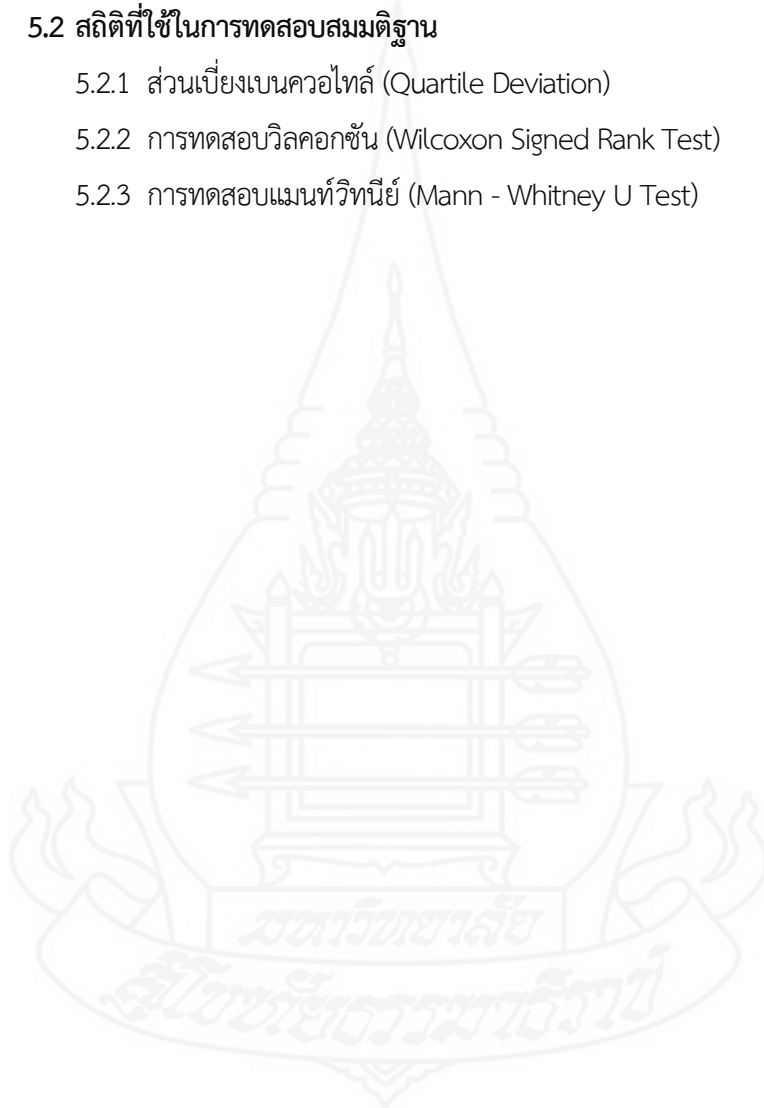
5.1.2 การหาค่าความเที่ยง

5.2 สถิติที่ใช้ในการทดสอบสมมติฐาน

5.2.1 ส่วนเบี่ยงเบนควอไทล์ (Quartile Deviation)

5.2.2 การทดสอบวิลคอกซัน (Wilcoxon Signed Rank Test)

5.2.3 การทดสอบแมนท์วิทนี (Mann - Whitney U Test)



บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยผลการใช้ชุดฝึกอบรมทางจิตวิทยาเพื่อพัฒนาหน้าที่การบริหารจัดการสมองของนักเรียนที่มีพฤติกรรมก้าวร้าว ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในโรงเรียนแห่งหนึ่ง เป็นการวิจัยเชิงทดลอง (Experimental research) มีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบหน้าที่การบริหารจัดการสมองของนักเรียนที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวกลุ่มทดลองก่อนและหลังการใช้ชุดฝึกอบรมทางจิตวิทยาเพื่อพัฒนาหน้าที่การบริหารจัดการสมอง และเพื่อเปรียบเทียบหน้าที่การบริหารจัดการสมองนักเรียนที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวกลุ่มทดลองที่ใช้ชุดฝึกอบรมทางจิตวิทยาเพื่อพัฒนาหน้าที่การบริหารจัดการสมองกับนักเรียนที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวกลุ่มควบคุมที่ได้ใช้ชีวิตตามปกติ ผู้วิจัยเก็บข้อมูลมาวิเคราะห์ โดยการนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลดังต่อไปนี้

1. สัญลักษณ์และอักษรย่อที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

n	แทน	จำนวนกลุ่มตัวอย่าง
Q.D.	แทน	ค่าสถิติสัมประสิทธิ์ส่วนเบี่ยงเบนควอไทล์
W	แทน	การทดสอบวิลคอกซัน (Wilcoxon Signed Rank Test)
U	แทน	การทดสอบแมนท์วิทนี (Mann-Whitney U Test)

2. การเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้ได้เสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

2.1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างโดยใช้ค่าร้อยละ (Percentage)

2.2 การเปรียบเทียบหน้าที่การบริหารจัดการสมองของนักเรียนที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวก่อนการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยการทดสอบแมนท์วิทนี

2.3 การเปรียบเทียบหน้าที่การบริหารจัดการสมองของนักเรียนที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวของกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังใช้ชุดฝึกอบรมทางจิตวิทยาเพื่อพัฒนาหน้าที่การบริหารจัดการสมอง ด้วยการทดสอบวิลคอกซัน

2.4 การเปรียบเทียบหน้าที่การบริหารจัดการสมองของนักเรียนที่มีพฤติกรรมก้าวร้าว ภายหลังจากทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยการทดสอบแมนวิทนี

3. ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

3.1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

ผู้วิจัยได้รวบรวมและแสดงผลการวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง ดังนี้

ตารางที่ 4.1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

ข้อมูลทั่วไป	กลุ่มทดลอง (n = 8)		กลุ่มควบคุม (n = 8)	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
เพศ				
ชาย	6	75	5	63
หญิง	2	25	3	37
รวม	8	100	8	100

3.2 การเปรียบเทียบหน้าที่การบริหารจัดการสมองนักเรียนที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมก่อนและหลังการใช้ชุดฝึกอบรมทางจิตวิทยา

ผู้วิจัยได้ทดสอบความแตกต่างของหน้าที่การบริหารจัดการสมองด้วยแบบวัด Execution Function โดยการทดสอบแมนวิทนี แสดงผลการวิเคราะห์ข้อมูลดังนี้

ตารางที่ 4.2 การเปรียบเทียบหน้าที่การบริหารจัดการสมองของนักเรียนที่มีพฤติกรรมก้าวร้าว ก่อนการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

กลุ่มตัวอย่าง	Mdn	Q.D.	U	P - value
กลุ่มทดลอง	177	5.7	.474**	.645
กลุ่มควบคุม	175	13.2		

จากตารางที่ 4.2 การเปรียบเทียบหน้าที่การบริหารจัดการสมองของนักเรียนที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวพบว่าหน้าที่การบริหารจัดการสมองก่อนการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ไม่แตกต่างกัน

3.3 การเปรียบเทียบหน้าที่การบริหารจัดการสมองของนักเรียนที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวกลุ่มทดลองก่อนและหลังการใช้ชุดฝึกอบรมทางจิตวิทยา ผู้วิจัยได้เปรียบเทียบโดยการทดสอบวิลคอกซ์ แสดงผลการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

ตารางที่ 4.3 การเปรียบเทียบหน้าที่การบริหารจัดการสมองของนักเรียนที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวกลุ่มทดลองก่อนและหลังการใช้ชุดฝึกอบรมทางจิตวิทยาเพื่อพัฒนาหน้าที่การบริหารจัดการสมอง (n = 8)

กลุ่มทดลอง	Mdn	Q.D.	W	p-value
ก่อนทดลอง	177	5.7	2.521**	.000
หลังทดลอง	157	16.0		

P < .05

จากตารางที่ 4.3 ผลการวิจัยพบว่าภายหลังการใช้ชุดฝึกอบรมทางจิตวิทยาเพื่อพัฒนาหน้าที่การบริหารจัดการสมองนักเรียนกลุ่มทดลองมีหน้าที่การบริหารจัดการสมองที่ดีขึ้นทางสถิติอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ.05

3.4 การเปรียบเทียบหน้าที่การบริหารจัดการสมองนักเรียนที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวภายหลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

ผู้วิจัยได้ทดสอบความแตกต่างของหน้าที่การบริหารจัดการสมองด้วยแบบวัด EF: Executive Functions โดยการทดสอบค่าสถิติแมนวิทนีย์ แสดงผลการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

ตารางที่ 4.4 การเปรียบเทียบหน้าที่การบริหารจัดการสมอง ภายหลังจากทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม (n = 8)

กลุ่มตัวอย่าง	Mdn	Q.D.	U	p-value
กลุ่มทดลอง	157	16.0	2.956**	.000
กลุ่มควบคุม	175	12.5		

จากตารางที่ 4.4 ผลการวิจัยพบว่าภายหลังจากใช้ชุดฝึกอบรมทางจิตวิทยาเพื่อพัฒนาหน้าที่การบริหารจัดการสมองของนักเรียนที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวกลุ่มทดลองมีหน้าที่การบริหารจัดการสมองที่ดีกว่านักเรียนที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวกลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05



บทที่ 5

สรุปการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่อง ผลการใช้ชุดฝึกอบรมทางจิตวิทยาเพื่อพัฒนาหน้าที่การบริหารจัดการสมองของนักเรียนที่มีพฤติกรรมก้าวร้าว ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ในโรงเรียนแห่งหนึ่ง ได้รวบรวมผลการศึกษามาสรุปอภิปรายผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ ดังนี้

1. สรุปการวิจัย

1.1 วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1.1.1 เพื่อเปรียบเทียบหน้าที่การบริหารจัดการสมองของนักเรียนที่มีพฤติกรรมก้าวร้าว กลุ่มทดลองก่อนและหลังการใช้ชุดฝึกอบรมทางจิตวิทยาเพื่อพัฒนาหน้าที่การบริหารจัดการสมอง

1.1.2 เพื่อเปรียบเทียบหน้าที่การบริหารจัดการสมองนักเรียนที่มีพฤติกรรมก้าวร้าว กลุ่มทดลองที่ใช้ชุดฝึกอบรมทางจิตวิทยาเพื่อพัฒนาหน้าที่การบริหารจัดการสมองกับนักเรียนกลุ่มควบคุมที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวที่ใช้ชีวิตตามปกติ

1.2 สมมุติฐานการวิจัย

1.2.1 ภายหลังจากใช้ชุดฝึกอบรมทางจิตวิทยาเพื่อพัฒนาหน้าที่การบริหารจัดการสมอง นักเรียนกลุ่มทดลองมีทักษะหน้าที่การบริหารจัดการสมองดีขึ้น

1.2.2 นักเรียนที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวกลุ่มทดลองที่ใช้ชุดฝึกอบรมทางจิตวิทยาเพื่อพัฒนาหน้าที่การบริหารจัดการสมอง มีทักษะการบริหารจัดการสมองดีกว่านักเรียนที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวกลุ่มควบคุมที่ดำเนินชีวิตตามปกติ

1.3 วิธีดำเนินการวิจัย

1.3.1 ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ คือ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ปีการศึกษาที่ 2 โรงเรียนมัธยมแห่งหนึ่งในอำเภอเวียงสระ จังหวัดสุราษฎร์ธานี จำนวน 209 คน

1.3.2 กลุ่มตัวอย่าง กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้คือ นักเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ปีการศึกษาที่ 2 โรงเรียนมัธยมแห่งหนึ่ง ที่มีคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าว ในระดับมากที่สุดถึงระดับปานกลางจำนวน 16 คน โดยใช้แบบสังเกตพฤติกรรมก้าวร้าว จากนั้นจึงสุ่มตัวอย่างอย่างง่าย เพื่อแบ่งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม 8 คน เท่ากัน

1.3.3 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

- 1) แบบบันทึกการสังเกตพฤติกรรมก้าวร้าวจำนวน 20 ข้อ
- 2) แบบวัดหน้าที่การบริหารจัดการสมอง (EF) ฉบับภาษาไทย แปลโดย ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. จุฑามาศ แหนจอน จำนวน 80 ข้อ ซึ่งได้รับลิขสิทธิ์จากบริษัทโดยบริษัท Brief – sr
- 3) ชุดฝึกอบรมทางจิตวิทยา

1.4 การเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูลผู้วิจัยได้ดำเนินการตามลำดับ ดังนี้

1.4.1 ระยะก่อนการทดลอง

- 1) ผู้วิจัยทำหนังสือขอความร่วมมือถึงผู้อำนวยการโรงเรียนมัธยมแห่งหนึ่ง อำเภอเวียงสระ จังหวัดสุราษฎร์ธานี โดยชี้แจงวัตถุประสงค์ในการวิจัย และรายละเอียดในการเก็บรวบรวมข้อมูล รวมทั้งขอความร่วมมือในการดำเนินกิจกรรมตามแผนกิจกรรมแนะแนว
- 2) ผู้วิจัยทำหนังสือขอใช้แบบวัดทักษะหน้าที่การบริหารจัดการสมอง ฉบับภาษาไทย แปลโดย ผ.ศ. จุฑามาศ แหนจอน จำนวน 80 ข้อ และ เสนอการแปลแบบวัดทักษะหน้าที่การบริหารจัดการสมองซึ่งเป็นลิขสิทธิ์ของบริษัท Brief – SR
- 3) ทำหนังสือขออนุญาตเพื่อดำเนินการทดลอง และดำเนินการเก็บข้อมูล จากมหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช ถึง โรงเรียนมัธยมแห่งหนึ่ง อำเภอเวียงสระ จังหวัดสุราษฎร์ธานี ในการทดลองใช้แบบวัดหน้าที่การบริหารจัดการสมอง และชุดฝึกอบรมทางจิตวิทยาเพื่อพัฒนาหน้าที่การบริหารจัดการสมองถึงโรงเรียนมัธยมแห่งหนึ่งในอำเภอเวียงสระ จังหวัดสุราษฎร์ธานี ในการดำเนินการเก็บข้อมูล จากการดำเนินกิจกรรมตามแผนกิจกรรมชุดฝึกอบรมทางจิตวิทยาเพื่อพัฒนาหน้าที่การบริหารจัดการสมอง
- 4) จัดเตรียมเครื่องมือและอุปกรณ์ในการดำเนินกิจกรรมตามแผนของชุดฝึกอบรมทางจิตวิทยาให้ครบถ้วนตามรายละเอียดของแต่ละกิจกรรม
- 5) จัดเตรียมสถานที่ในการดำเนินกิจกรรมตามแผนของชุดฝึกอบรมทางจิตวิทยา
- 6) กำหนดกลุ่มตัวอย่างโดยกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ ได้แก่ นักเรียนระดับมัธยมศึกษาปีการศึกษาที่ 2 โรงเรียนมัธยมแห่งหนึ่ง ที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวระดับปานกลางถึงระดับมากที่สุดจากแบบบันทึกการสังเกตพฤติกรรมก้าวร้าวจำนวน 16 คน ใช้การสุ่มอย่างง่ายเพื่อแบ่งเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลอง และ กลุ่มควบคุม จำนวนกลุ่มละ 8 คนเท่า ๆ กัน

1.4.2 ระยะดำเนินการทดลอง

- 1) ใช้แบบบันทึกการสังเกตพฤติกรรมก้าวร้าวโดยรวบรวมคะแนนจากคุณครูที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับนักเรียนกลุ่มตัวอย่าง และนำคะแนนความก้าวร้าวมารวมกันแบ่งออกเป็นค่าระดับความก้าวร้าวปานกลางถึงความก้าวร้าวมากที่สุด

2) ให้กลุ่มตัวอย่างทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมวัดทักษะหน้าที่การบริหารจัดการสมองเพื่อเป็นคะแนนก่อนการทดลอง (Pre-test) โดยใช้แบบวัดหน้าที่การบริหารจัดการสมอง

3) ดำเนินการทดลองกับกลุ่มทดลองโดยใช้ชุดฝึกอบรมทางจิตวิทยาเพื่อพัฒนาหน้าที่การบริหารจัดการสมอง จำนวน 11 กิจกรรม เป็นเวลา 2 สัปดาห์

1.4.3 ระยะเวลาหลังการทดลอง

ผู้วิจัยให้กลุ่มตัวอย่างในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมวัดทักษะหน้าที่การบริหารจัดการสมองเพื่อเป็นคะแนนหลังการทดลอง (Post - test) โดยใช้แบบวัดหน้าที่การบริหารจัดการสมองชุดเดียวกันกับที่ให้ทำก่อนการทดลอง

สำหรับในกลุ่มควบคุมเมื่อจบโครงการวิจัยแล้ว ผู้วิจัยดำเนินการให้คำแนะนำโดยใช้ชุดฝึกอบรมทางจิตวิทยาเพื่อพัฒนาหน้าที่การบริหารจัดการสมอง จำนวน 11 กิจกรรม เช่นเดียวกับที่ให้กับกลุ่มทดลอง โดยมอบให้คุณครูแนะนำผู้มีหน้าที่รับผิดชอบดำเนินการ

1.5 สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

5.1.1 สถิติที่ใช้ในการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

- 1) ค่าดัชนีความสอดคล้อง Index of Item – Objective Congruence (IOC)
- 2) การหาค่าความเที่ยง (Reliability)

5.1.2 สถิติที่ใช้ในการทดสอบสมมติฐาน

- 1) ส่วนเบี่ยงเบนควอไทล์ Quartile Deviation
- 2) การทดสอบวิลคอกซัน (Wilcoxon Signed Rank Test)
- 3) การทดสอบแมนท์วินี (Mann-Whitney U Test)

1.6 สรุปผลการวิจัย

ผลการวิจัยการใช้ชุดฝึกอบรมทางจิตวิทยาเพื่อพัฒนาหน้าที่การบริหารจัดการสมองนักเรียนที่มีพฤติกรรมก้าวร้าว ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ภาคการศึกษาที่ 2 โรงเรียนมัธยมศึกษาแห่งหนึ่งในอำเภอเวียงสระ จังหวัดสุราษฎร์ธานี มีสาระสำคัญสรุปได้ ดังนี้

1.6.1 นักเรียนที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวกลุ่มทดลอง ภายหลังจากใช้ชุดฝึกอบรมทางจิตวิทยาเพื่อพัฒนาหน้าที่การบริหารจัดการสมองมีทักษะหน้าที่การบริหารจัดการสมองในสูงกว่าก่อนใช้ชุดฝึกอบรมทางจิตวิทยา นักเรียนที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวกลุ่มทดลองมีทักษะหน้าที่การบริหารจัดการสมองสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

1.6.2 นักเรียนที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวกลุ่มทดลองที่ใช้ชุดฝึกอบรมทางจิตวิทยาเพื่อพัฒนาหน้าที่การบริหารจัดการสมองพบว่า มีทักษะหน้าที่การบริหารจัดการสมองที่ดีกว่านักเรียนที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวกลุ่มควบคุมที่ใช้ชีวิตตามปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2. อภิปรายผล

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาผลการวิจัยการใช้ฝึกรวมทางจิตวิทยาเพื่อพัฒนาหน้าที่การบริหารจัดการสมอง พบประเด็นสำคัญที่ควรนำมาอภิปราย ดังนี้

2.1 นักเรียนที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวกลุ่มทดลองมีทักษะหน้าที่การบริหารจัดการสมองภายหลังการใช้ชุดฝึกรวมทางจิตวิทยาสมบูรณ์ขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ซึ่งผลการวิจัยเป็นไปตามสมมติฐานข้อ 1 สามารถอธิบายได้ว่าชุดฝึกรวมทางจิตวิทยาเพื่อพัฒนาหน้าที่การบริหารจัดการสมองที่ผู้วิจัยได้สร้างขึ้นมาใช้ในการวิจัยครั้งนี้ สามารถทำให้หน้าที่การบริหารจัดการสมองของนักเรียนกลุ่มทดลองมีระดับที่ดีขึ้น ซึ่งมีความสัมพันธ์สอดคล้องกับมัทนา ชลานันต์ (2559) ที่กล่าวว่า ทักษะการบริหารจัดการสมอง (EF: Executive Functions) เป็นการส่งเสริมให้เด็กการคิดเป็น ทำเป็น เรียนรู้เป็น แก้ปัญหาเป็น และปรับตัวเพื่ออยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุขหน้า และ จุฑามาศ แหนจอน (2561) ศึกษางานวิจัยเรื่อง การพัฒนาหน้าที่การบริหารจัดการสมองสำหรับวัยรุ่นโดยหลักสูตรการเรียนรู้แบบบูรณาการ พบว่า การพัฒนาหน้าที่การบริหารจัดการของสมองทำได้โดยการฝึกหัดการรู้คิด การออกกำลังกาย การจัดการความเครียด การฝึกสติ (Mindfulness) และการนอนหลับ ให้เพียงพอ รวมทั้งการใช้โปรแกรมที่อยู่บนพื้นฐานของทฤษฎี ทางจิตวิทยา 4 เช่น ทฤษฎีการยอมรับและพันธะสัญญา (Acceptance and Commitment Therapy: ACT) 5 และ ทฤษฎีที่บูรณาการศาสตร์ด้านประสาทวิทยาศาสตร์จิตวิทยา และการเรียนรู้ เช่น หลักการเรียนรู้ 12 ข้อของสมอง/จิตใจ (12Brain/ mind learning principles) 6 ที่สามารถเสริมสร้างหน้าที่การบริหารจัดการของสมองได้เป็นอย่างดี 7, 8 ครูเป็นผู้มีบทบาทสำคัญในการพัฒนาหน้าที่การบริหารจัดการของสมองในวัยรุ่น ซึ่งจะช่วยให้วัยรุ่นมีสติยั้งคิดควบคุมอารมณ์และมีวินัยในตนเอง รวมทั้งมีความสามารถในการคิดแก้ปัญหา ให้เหตุผล ตัดสินใจสร้างเป้าหมายวางแผน มุ่งมั่นในการทำงานที่ซับซ้อนให้สำเร็จ ตลอดจนมีจริยธรรมและคุณธรรม

นอกจากนี้ผู้วิจัยสร้างชุดฝึกรวมทางจิตวิทยา ที่จัดทำในลักษณะของชุดฝึกรวมที่ผสมผสานระหว่างเทคนิคการให้คำปรึกษาทางด้านจิตวิทยา และ เทคนิคอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง ประกอบด้วย เนื้อหาสาระ กิจกรรมตามองค์ประกอบวิธีการดำเนินงาน การใช้เทคนิค และอุปกรณ์ที่มีความเหมาะสมสอดคล้องกับเนื้อหาของหน้าที่การบริหารจัดการสมอง ประกอบด้วย 11 กิจกรรม ได้แก่

กิจกรรมที่ 1 (ปฐมนิเทศสร้างความสัมพันธ์) เป็นการสร้างสัมพันธ์ภาพที่ดีระหว่างผู้วิจัยกับผู้เข้าร่วมกิจกรรม และระหว่างผู้ร่วมกิจกรรมด้วยกันเอง เป็นขั้นตอนแรกที่สำคัญอย่างยิ่ง ในการจัดกิจกรรมให้ประสบความสำเร็จ เนื่องจากเป็นขั้นตอนของการชี้แจงวัตถุประสงค์ ขั้นตอน และระยะเวลา ในการดำเนินกิจกรรม รวมทั้งบทบาทหน้าที่ของผู้เข้าร่วมกิจกรรมซึ่งจะนำไปสู่การมีส่วนร่วมและเกิดความไว้วางใจของผู้เข้าร่วมกิจกรรม ผู้วิจัยได้นำเทคนิคการให้คำปรึกษาทางจิตวิทยา มาปรับใช้กับรูปแบบ

กิจกรรม 3 เทคนิค 1) ทักษะการสร้างสัมพันธภาพ 2) กิจกรรมละลายสมอง 3) วิดีทัศน์ “หน้าที่การบริหารจัดการสมอง” และ การฝึกสมาธิ

กิจกรรมที่ 2 (หน้าที่การบริหารจัดการสมอง ด้านความจำที่นำมาใช้งาน) เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมสามารถบอกความสำคัญของความจำที่นำมาใช้งานและเพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมระบุแนวทางในการพัฒนาความจำที่นำมาใช้ ผู้วิจัยได้นำเทคนิคการให้การปรึกษาทางจิตวิทยา มาปรับใช้กับรูปแบบกิจกรรม 4 เทคนิค 1) ทฤษฎีปรึกษาแบบเกสตัลท์ โดยใช้ เทคนิคขณะนี้นี้ฉันตระหนักรู้ 2) กิจกรรมสำรวจ “ความต้องการของฉัน” 3) กิจกรรมเรียนรู้จากอดีต 4) เกม จับมือ ฝึกสมอง

กิจกรรมที่ 3 (หน้าที่การบริหารจัดการสมอง ด้านการยั้งคิดการไตร่ตรอง) เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมสามารถบอกความสำคัญของการยั้งคิดและไตร่ตรองและเพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรม ระบุความแนวทางในการบริหารจัดการสมองด้านความยั้งคิดและไตร่ตรอง ผู้วิจัยได้นำเทคนิคการให้การปรึกษาทางจิตวิทยา มาปรับใช้กับรูปแบบกิจกรรม 3 เทคนิค 1) ทฤษฎีการปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม เทคนิคการศึกษาเชิงจิตวิทยา และ ทฤษฎีบุคลิกภาพ A – B – C 2) บทบาทสมมติ 3) เกม “โป้งก้อย”

กิจกรรมที่ 4 (หน้าที่การบริหารจัดการสมอง ด้าน การยืดหยุ่นทางความคิด) เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมสามารถอธิบายความจำเป็นของการยืดหยุ่นทางความคิด และ เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมสามารถกำหนดแนวทางในการนำการยืดหยุ่นทางความคิดมาปรับใช้ในชีวิตประจำวัน โดยเฉพาะการแก้ไขปัญหาการเรียน ไตร่ตรอง ผู้วิจัยได้นำเทคนิคการให้การปรึกษาทางจิตวิทยา มาปรับใช้กับรูปแบบกิจกรรม 4 เทคนิค 1) ทฤษฎีการปรึกษาแบบสั้นที่มุ่งเน้นคำตอบ เทคนิคคำถามเผชิญ 2) ทฤษฎีการปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม คือเทคนิคการโต้แย้งกับความคิด และ เทคนิคการใช้ประโยชน์ที่มีพลัง 3) วิดีทัศน์ “ปัญหานั้นมีทางออก” 4) เกม บัวตูม

กิจกรรมที่ 5 (หน้าที่การบริหารจัดการสมอง ด้านการควบคุมอารมณ์) เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมสามารถระบุถึงข้อดีของการควบคุมอารมณ์และข้อเสียของการขาดการควบคุมอารมณ์และเพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมสามารถบอกแนวทางในการควบคุมอารมณ์ ผู้วิจัยได้นำเทคนิคการให้การปรึกษาทางจิตวิทยา มาปรับใช้กับรูปแบบกิจกรรม 4 เทคนิค 1) ทฤษฎีการปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม คือ เทคนิคการจินตนาการการใช้ และ เทคนิค เหตุผลและอารมณ์ของตนเอง 2) กิจกรรม “เปลี่ยนจินตนาการ เปลี่ยนพฤติกรรม” 3) เกม “หู จมูก” 4) แลกเปลี่ยนประสบการณ์

กิจกรรมที่ 6 (หน้าที่การบริหารจัดการสมอง ด้านการจดจ่อใส่ใจ) เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรม สามารถระบุถึงความสำคัญของการจดจ่อใส่ใจและเพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมกำหนดแนวทางในการเสริมสร้างความจดจ่อ และนำมาประยุกต์ใช้ในการเรียน ผู้วิจัยได้นำเทคนิคการให้การปรึกษาทางจิตวิทยา มาปรับใช้กับรูปแบบกิจกรรม 4 เทคนิค 1) ทฤษฎีปรึกษาแบบเกสตัลท์ คือ เทคนิคความรับผิดชอบต่อตนเอง 2) ทฤษฎีการปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม คือ เทคนิคการเสนอตัวแบบ 3) กรณีศึกษา 4) เกม จับหู

กิจกรรมที่ 7 (หน้าที่การบริหารจัดการสมอง ด้านการติดตามประเมินตนเอง) เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมสามารถบอกความสำคัญและข้อดีของการประเมินตนเองเพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรม สามารถระบุแนวทางในการประเมินตนเองทั้งด้านการเรียนและการใช้ในชีวิตประจำวัน ผู้วิจัยได้นำเทคนิคการให้การปรึกษาทางจิตวิทยา มาปรับใช้กับรูปแบบกิจกรรม 5 เทคนิค 1) ทฤษฎีการปรึกษาแบบสั้นที่มุ่งเน้นคำตอบ คือ เทคนิคคำถามระดับขั้น และ เทคนิคคำถาม 2) ทฤษฎีการปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และ พฤติกรรม คือ เทคนิคการเรียนรู้จากตัวแบบ 3) แลกเปลี่ยนประสบการณ์ 4) เกม 5) คลิปวีดิทัศน์ “คนดีที่อยากให้มี”

กิจกรรมที่ 8 (หน้าที่การบริหารจัดการสมอง ด้านการริเริ่มลงมือทำ) เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรม สามารถอธิบายถึงความสำคัญของการริเริ่มและลงมือทำในสิ่งใหม่ ๆ และเพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรม ระบุแนวทางในการบริหารจัดการสมองด้านการริเริ่มและลงมือทำ ผู้วิจัยได้นำเทคนิคการให้การปรึกษาทางจิตวิทยา มาปรับใช้กับรูปแบบกิจกรรม 3 เทคนิค 1) ทฤษฎีการปรึกษาแบบสั้นที่มุ่งเน้นคำตอบ คือ เทคนิคคำถามปฎิหาริย์ 2) ทฤษฎีการปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม คือ เทคนิคการฝึกสู้กับความอับอาย 3) การอภิปรายกลุ่ม

กิจกรรมที่ 9 (หน้าที่การบริหารจัดการสมอง ด้านการวางแผนและการจัดระบบ ดำเนินการ) เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมสามารถอธิบายถึงความสำคัญของการวางแผน และจัดลำดับความสำคัญ เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมสามารถระบุวิธีการวางแผนงานให้ประสบความสำเร็จและเพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรม ลงมือปฏิบัติตามแผนที่กำหนดไว้ ผู้วิจัยได้นำเทคนิคการให้การปรึกษาทางจิตวิทยา มาปรับใช้กับรูปแบบกิจกรรม 4 เทคนิค 1) ทฤษฎีการให้การปรึกษาแบบเผชิญความจริง คือ เทคนิค W D E P System และ เทคนิคการทำสัญญา 2) ทฤษฎีการปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม คือ เทคนิคการเสริมแรงและการปรับโทษ 3) กิจกรรม “แผนลดพฤติกรรมแย่ๆ ของฉัน” 4) เกม “ภาพถ่ายใบนั่น”

กิจกรรมที่ 10 (หน้าที่การบริหารจัดการสมอง ด้านการพากเพียรมุ่งสู่เป้าหมาย) เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมสามารถระบุความหมายและความสำคัญของความพากเพียรและการมุ่งสู่เป้าหมาย และเพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมกำหนดแนวทางในการบริหารสมองด้านความพากเพียร และมุ่งสู่เป้าหมาย ซึ่งนำไปสู่การลดพฤติกรรมก้าวร้าว ผู้วิจัยได้นำเทคนิคการให้การปรึกษาทางจิตวิทยา มาปรับใช้กับรูปแบบกิจกรรม 3 เทคนิค 1) ทฤษฎีการปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม คือ เทคนิคการโต้แย้งกับความคิดความเชื่อที่ไม่สมเหตุผล เทคนิคการใช้ประโยชน์ที่มีพลัง และ เทคนิคการเสนอตัวแบบ 2) เกม 3) คลิปวีดิทัศน์เพลง “ชัยชนะ

กิจกรรมที่ 11 (ปัจฉิมนิเทศ) กิจกรรมสุดท้ายเพื่อกระตุ้นให้ผู้เข้ารับการอบรม นำสิ่งที่ได้รับจากการอบรมไปปรับเปลี่ยนตนเอง เพื่อประเมินผลการอบรม และ เพื่อยุติการให้การอบรมและประเมินผลของกิจกรรมด้วยแบบวัดทักษะหน้าที่การบริหารจัดการสมองฉบับเดียวกับก่อนการทดลอง ซึ่งกิจกรรมดังกล่าวสามารถที่จะพัฒนาหน้าที่การบริหารจัดการสมองของนักเรียนที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวให้ดีขึ้น

ผู้วิจัยได้นำเทคนิคการให้การปรึกษาทางจิตวิทยา มาปรับใช้กับรูปแบบกิจกรรม 2 เทคนิค 1) ทักษะการยุติ คือ ทักษะสรุปความ และ ทักษะการให้กำลังใจ 2) เกม

จากผลการวิจัยพบว่าชุดกิจกรรมทางจิตวิทยาเพื่อพัฒนาหน้าที่การบริหารจัดการสมองของนักเรียนสามารถช่วยทำให้ทักษะการบริหารจัดการสมองของนักเรียนดีขึ้นโดยนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับชุดกิจกรรมมีทักษะการบริหารจัดการสมองที่ดีกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมซึ่งใช้ชีวิตประจำวันตามปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของการศึกษางานวิจัยของ พัชรินทร์ พาหิรัฐ (2561) ศึกษาผลของโปรแกรมสมองจิตใจและการเรียนรู้ต่อหน้าที่การบริหารจัดการของสมองในนักเรียนชั้นประถมศึกษา ผลของการทดลองพบว่านักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับชุดกิจกรรมโปรแกรมสมองจิตใจและการเรียนรู้ต่อหน้าที่การบริหารจัดการสมอง โดยใช้แบบวัด WCST - 64 มีหน้าที่การบริหารจัดการสมองที่สมบูรณ์ขึ้นเมื่อเปรียบเทียบกับนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ได้รับการดูแลแบบปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.5 และ สอดคล้องกับงานวิจัยของ จุฑามาศ แหนจอน (2560) ศึกษาการพัฒนาหน้าที่การบริหารจัดการของสมองสำหรับวัยรุ่น โดยหลักสูตรการเรียนรู้แบบบูรณาการ ผลการวิจัยพบว่า มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองและระยะเวลาการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .05$) วัยรุ่นที่ได้รับหลักสูตร EEFs - Ado มีคะแนนเฉลี่ยความบกพร่องของหน้าที่การบริหารจัดการของสมองน้อยกว่า กลุ่มควบคุมทั้งในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .05$) วัยรุ่นที่ได้รับหลักสูตร EEFs - Ado มีคะแนนเฉลี่ยความบกพร่องของหน้าที่การบริหารจัดการของสมองในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลน้อยกว่าก่อนทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .05$) และ สอดคล้องกับงานวิจัยของ อนุรักษ์ ทองขาว (2561) ศึกษาเรื่องกิจกรรมสำหรับการพัฒนาหน้าที่การบริหารจัดการสมองด้านการยั้งคิด ผลการวิจัยพบว่า กิจกรรมการพัฒนาหน้าที่การบริหารจัดการสมองด้านการยั้งคิดสำหรับผู้มีภาวะบกพร่องและผู้ไม่มีภาวะบกพร่องในหน้าที่การบริหารจัดการสมอง แบ่งได้ 3 ประเภท คือ 1) กิจกรรมในสถาบัน 2) กิจกรรมที่ใช้เทคโนโลยีสารสนเทศ และ 3) กิจกรรมที่ใช้เครื่องมือทางวิทยาการปัญญา โดยกิจกรรมในสถาบันมีค่าใช้จ่ายน้อยที่สุดส่วนใหญ่แล้วใช้พัฒนาการยั้งคิดในเด็กอนุบาล กิจกรรมที่ใช้เทคโนโลยีสารสนเทศ ส่วนใหญ่ใช้พัฒนาการยั้งคิดผู้ที่มีภาวะบกพร่อง ในหน้าที่การบริหารจัดการสมอง ในวัยรุ่น ผู้ใหญ่ และผู้สูงอายุ สำหรับของกิจกรรมที่ใช้เครื่องมือทางวิทยาการปัญญาใช้เวลาในการดำเนินกิจกรรมน้อยสุดมีค่าใช้จ่ายสูงที่สุด และเห็นผลชัดเจนมากสุดในการพัฒนาการยั้งคิด ในวัยรุ่น ผู้ใหญ่ และผู้สูงอายุ ซึ่งมีความสัมพันธ์กับการศึกษางานวิจัยของ คันธรส ภาผล (2563) ศึกษาเรื่องผลการจัดกิจกรรมนิทานหุ่นเงาที่ส่งผลต่อส่งเสริมการคิดเชิงบริหารสมองสำหรับเด็กปฐมวัย ผลการวิจัยพบว่าการคิดเชิงบริหารสมองของเด็กปฐมวัยมีค่าเฉลี่ยสูงสุดในด้านการใส่ใจจดจ่อ รองลงมา คือ ด้านการควบคุมอารมณ์ ตามลำดับ ซึ่งผลปรากฏว่าหลังการทดลองมีผลเฉลี่ยที่ออกมาสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมี นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.5

ดังนั้นจึงกล่าวได้ว่าทักษะการบริหารจัดการสมอง เป็นสิ่งสำคัญที่ต้องมีการให้ความรู้ต่อนักเรียนในช่วงวัยรุ่นเพื่อให้เขามีทักษะการบริหารจัดการสมองที่ดี ซึ่งจะส่งผลให้เขากลายเป็นมนุษย์ที่มี

ความสมบูรณ์ทั้งร่างกายและจิตใจสามารถอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุขและเป็นประโยชน์ต่อประเทศชาติ นอกจากนี้งานวิจัยทางด้านทักษะการบริหารจัดการสมองที่ผู้วิจัยกล่าวมายังมีนักวิจัยหลายท่านให้ความสำคัญต่อการสร้างพฤติกรรมที่ดีของเด็กในช่วงวัยรุ่นกล่าวถึงงานวิจัยของ สำนักงานวัฒนธรรมคน นายยก (2554, น. 50 - 52) ได้ศึกษาเรื่องการทดลองใช้เทคนิค “แม่แบบ” เพื่อพัฒนาจริยธรรมด้านความซื่อสัตย์ผลการทดลอง ในด้านของความมีคุณธรรมจริยธรรมและความซื่อสัตย์สุจริตนั้นสามารถเกิดได้หากทักษะการบริหารจัดการสมองในด้านที่ 1) ความจำที่นำมาใช้งาน ซึ่งกลุ่มตัวอย่างสามารถจดจำคำสอนของผู้ให้ความรู้ในเรื่องการมีคุณธรรมจริยธรรมและความซื่อสัตย์สุจริต และนำมาปฏิบัติกับการใช้ชีวิตของตนเอง จึงส่งผลให้ผลของการวิจัยพบว่า กลุ่มทดลอง ซึ่งได้รับแม่แบบจริยธรรมด้านความซื่อสัตย์สูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และ การศึกษาพระสรวิชัย อภิพลญ และ คณะ (2553, น. 04) การสร้างและพัฒนารูปแบบการลดพฤติกรรมความรุนแรงของวัยรุ่น 3 ตามแนวทางพระพุทธศาสนา ผลการวิจัยพบว่า การศึกษาเปรียบเทียบทัศนคติการลดพฤติกรรมความรุนแรงของวัยรุ่นก่อนและหลังการสร้างและพัฒนารูปแบบการลดพฤติกรรมความรุนแรงตามแนวพระพุทธศาสนา พบว่าแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ 4 ด้าน คือ ด้านพฤติกรรมการเป็นลูกศิษย์ที่ดี ด้านพฤติกรรมการเป็นเพื่อนที่ดี ด้านพฤติกรรมการเป็นพลเมืองที่ดีด้านทักษะการควบคุมพฤติกรรมความรุนแรง และ แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ 2 ด้าน คือ ด้านพฤติกรรมการเป็นลูกที่ดีด้านพฤติกรรมการเป็นพุทธศาสนิกที่ดี จากผลสรุปของงานวิจัยที่กล่าวมาสอดคล้องกับทักษะหน้าที่การบริหารจัดการสมอง ด้านที่ 4) การยืดหยุ่นทางความคิด ซึ่งกลุ่มตัวอย่างสามารถปรับเปลี่ยนความคิดของตนและสร้างพฤติกรรมที่ครอบคลุมการเป็นคนดี 4 ด้านตามวัตถุประสงค์ของงานวิจัย

นอกจากประเทศไทยจะให้ความสำคัญกับการบริหารจัดการสมองของนักเรียนในช่วงวัยรุ่น นักวิจัยต่างประเทศหลายท่านก็ได้ทำการศึกษาและพัฒนาทักษะการบริหารจัดการสมองของนักเรียนในช่วงวัยรุ่นเช่นกัน เช่น การศึกษาของ ชูตซ์ (2555) ได้ใช้บทบาทในการฝึกทักษะปฏิสัมพันธ์ทางสังคมเพื่อเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของ นักเรียนอนุบาล จำนวน ๗๕ คน พบว่า นักเรียนที่ได้รับการฝึกโดยใช้บทบาทสมมตินิสัยเอื้อเฟื้อมากขึ้นกว่ากลุ่มที่ไม่ได้รับการฝึกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 และ เบเกอร์, ลีและแคลร์ Baker, Lee & Claire (2004) อ้างถึงใน พิพัฒน์ พันเสียว (2559, น. 33-34) ศึกษาเรื่อง brief cognitive behavioural interventions for regular amphetamine users โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการปรับเปลี่ยนความคิดและพฤติกรรมในผู้ป่วยติดสารแอมเฟตามีน โดยได้ทำการศึกษาในผู้ใช้แอมเฟตามีนจำนวน 214 คน ในเมือง greater brisbane region of queensland and newcastle, new south wales, australia ผลการวิจัยพบว่าผู้ใช้แอมเฟตามีนที่ได้รับ CBT 2 ครั้งขึ้นไปได้รับการปฏิบัติอย่างต่อเนื่องและสม่ำเสมอไม่มีประสิทธิภาพในการลดการใช้แอมเฟตามีน และผู้ใช้แอมเฟตามีนที่ได้รับ CBT 4 ครั้งขึ้นไปอย่างต่อเนื่องจะได้รับผลที่ดีที่สุด สามารถลดการใช้แอมเฟตามีนได้

สำหรับนักเรียนที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวกลุ่มควบคุมที่ใช้ชีวิตแบบปกติซึ่งครูที่ปรึกษา และครูแนะแนวเป็นผู้ดูแลในแต่ละชั้นปีเป็นการดูแลอบรมสั่งสอนแบบปกติ พูดถึงภาพรวมประเด็นการติดตามผลการเรียน การส่งงานค้าง และ การปฏิบัติตามกฎระเบียบของโรงเรียน จึงเป็นผลทำให้นักเรียนที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวกลุ่มควบคุมขาดทักษะหน้าที่การบริหารจัดการสมองที่สมบูรณ์ขาดการทำความเข้าใจผลกระทบที่เกิดจากพฤติกรรมก้าวร้าวอันส่งผลจากหน้าที่การบริหารจัดการสมองที่ไม่สมบูรณ์และส่งผลเสียต่อตนเองรวมทั้งขัดต่อวัฒนธรรมขององค์กร ดังนั้นจึงทำให้นักเรียนที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวกลุ่มควบคุมที่ใช้ชีวิตตามปกติมีทักษะหน้าที่การบริหารจัดการสมองที่น้อยกว่านักเรียนที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวกลุ่มทดลองที่ใช้ชุดฝึกอบรมทางจิตวิทยาเพื่อพัฒนาหน้าที่การบริหารจัดการสมอง

3. ข้อเสนอแนะ

3.1 ข้อเสนอแนะ ในการนำผลการวิจัยไปใช้

การนำผลการวิจัยไปใช้ด้านวิชาการ และด้านวิชาชีพครู

3.1.1 การนำผลการใช้ฝึกอบรมทางจิตวิทยาเพื่อพัฒนาหน้าที่การบริหารจัดการสมองของนักเรียนในระดับมัธยมศึกษาตอนต้นสถานศึกษาอื่น ๆ หรือในกลุ่มของเยาวชนที่มีความต้องการพัฒนาทักษะหน้าที่การบริหารจัดการสมอง

3.1.2 การนำชุดฝึกอบรมทางจิตวิทยาเพื่อพัฒนาหน้าที่การบริหารจัดการสมองไปใช้ในการบริการให้คำปรึกษาทางการเรียนการสอนแก่สถานที่เปิดจัดการเรียนการสอนตามพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติรูปแบบต่าง ๆ เพื่อพัฒนาหน้าที่การบริหารจัดการสมองนักเรียนกลุ่มอื่น ๆ

3.2 ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

3.2.1 ควรมีการใช้ชุดฝึกอบรมทางจิตวิทยาเพื่อพัฒนาหน้าที่การบริหารจัดการสมองทดลองกับกลุ่มตัวอย่างประเภทอื่น ๆ เช่น เยาวชนผู้ติดสารเสพติด เยาวชนผู้มีคดียุติความผิดรูปแบบอื่น ๆ

3.2.2 ควรมีการวางแผนร่วมกับผู้เชี่ยวชาญด้านสมองเพิ่มเติม เพื่อพัฒนาต่อยอดชุดกิจกรรมให้มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น



บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

- กมลรัตน์ คชนองเดช และคณะ. (2563). ผลการจัดประสบการณ์โดยใช้สื่อและของเล่นที่มีต่อทักษะ EF ของเด็กปฐมวัยในโรงเรียนร่วมพัฒนาวิชาชีพครู เขตพื้นที่จังหวัดชายแดนใต้. (รายงานวิจัย คุรุศาสตรบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยราชภัฏยะลา, ยะลา.
- กมลลักษณ์ บุญพันธ์ และคณะ. (2554). กิจกรรมกลุ่มแบบ Think pair Share (การจัดการเรียนการสอนแบบเทคนิคการเรียนรู้แบบเพื่อนคู่คิด(Think pair Share) วิชาการประเมินผลการเรียนการสอนภาษาไทย (TT645). (วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยรามคำแหง, กรุงเทพฯ.
- กานต์ จำรูญโรจน์. (2561). ความหมายของพฤติกรรมก้าวร้าว (กรณีศึกษา). คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามธิบดี. สืบค้นจาก <https://www.rama.mahidol.ac.th/ramachannel/article/>.
- เกดิษฐ์ จันทร์ขจร. (2562). การบริหารจัดการของสมองชั้นสูง แนวคิดและแนวทางประยุกต์ เพื่อพัฒนาการเรียนรู้ของผู้เรียน. (ปริญญาานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ.
- ไกรสิทธิ์ นฤขัตพิชัย. (2562). ความหมายของพฤติกรรมก้าวร้าว (บทความวิชาการ). โรงพยาบาลมหารมย์. สืบค้นจาก https://www.manarom.com/blog/aggression_in_children.html.
- ขจรวรรณ เซวานกระแสนินทร์. (2550). พฤติกรรมก้าวร้าวและอาการแสดง. (บทความวิชาการ). สมาคมแพทย์สตรีแห่งประเทศไทยในพระบรมราชินูปถัมภ์. สืบค้นจาก <https://www.tmwa.or.th/new/view.php?topicid=624>.
- คันธรส ภาผล. (2563). ผลการจัดกิจกรรมนิทานหุ่นเงาที่ส่งผลต่อส่งเสริมการคิดเชิงบริหารสมอง สำหรับเด็กปฐมวัย. วารสารคุรุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์ ในพระบรมราชูปถัมภ์, 14(1), 100 - 113.
- จรีวรรณ ชัยอารีย์เลิศ และคณะ. (2557). ผลของกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบร่วมรู้สึกรับต่อความเอื้ออาทรผู้อื่นของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาผลของกลุ่ม การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบร่วมรู้สึกรับต่อความเอื้ออาทรผู้อื่นของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6. วารสาร มจร. วิชาการ มหาวิทยาลัยบูรพา, 19(37), 129 - 140.
- จักรพงษ์ อารินวงศ์. (2555). การศึกษาพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักศึกษาคณะ บริหารธุรกิจ สาขาพาณิชยกรรม ระดับชั้น ปวช.1 (โครงงานวิจัย แผนกสามัญ). วิทยาลัยเทคโนโลยีพายัพและบริหารธุรกิจ. สืบค้นจาก <http://www.payaptechno.ac.th/app/images/payap/qa/innovation/teacher/>.

- จุฑามาศ แหนจอน. (2560). การพัฒนาหน้าที่บริหารจัดการของสมองสำหรับวัยรุ่น โดยหลักสูตรการเรียนรู้แบบบูรณาการ. *วารสารศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา*, 28(2), 130 – 144.
- จุฬินทิมา นพคุณ. (2561). การพัฒนาทักษะสมองเพื่อชีวิตที่สำเร็จในศตวรรษที่ 21 สำหรับเด็กปฐมวัย ผสานการสอนแบบมอนเตสซอรี. *วารสารศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร*, 16(1), 75 – 90.
- ชนาธิป สุนทรภักดี. (2559). ผลของการปรึกษากลุ่มโดยใช้ดนตรีบำบัดต่อเจตคติและพฤติกรรมก้าวร้าว (วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยบูรพา, ชลบุรี. สืบค้นจาก http://digital_collect.lib.buu.ac.th/dcms/files/53921453.pdf.
- ชลิดา ไชเอียด. (2554). การแสดงบทบาทสมมติ (บทความวิชาการ). สืบค้นจาก http://chalida003.blogspot.com/p/blog-page_2164.html.
- ชุนมาร์กซ์ หมื่นศรีจุม และคณะ. (2552). แนวทางการลดความรุนแรงของวัยรุ่นในสถานศึกษา โดยใช้วิธีการเจรจาไกล่เกลี่ยคนกลาง. *วารสารศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น มหาวิทยาลัยขอนแก่น*, 4, 173 - 181.
- ชาอีตะห์ เกศา. (2557). วัยรุ่นกับความรุนแรงเชิงวัฒนธรรมในอำเภอเมือง จังหวัดสตูล. *วารสารปาริชาติ มหาวิทยาลัยทักษิณ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์*, 28(3), 154 - 166.
- ณัชชา ธนสมบุรณ์. (2561). การพัฒนารอบแนวคิดการบริหารวิชาการตามแนวคิดทักษะการคิดเพื่อชีวิตที่สำเร็จ. *วารสารอิเล็กทรอนิกส์ทางการศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย*, 14(2), 1 – 11.
- ติชิลลา แสดงแก้ว. (2559). ผลของโปรแกรมการจัดการพฤติกรรมตามแนวคิดทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของเด็กชายสมาธิสั้น. (วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์, สงขลา. สืบค้นจาก <https://he01.tci-thaijo.org/index.php/scnet/article/view/84872>.
- ทศพร แสงกนก. (2563). *EF Executive Brain Function*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยบูรพา, ชลบุรี. สืบค้นจาก <http://www.mpy5.ac.th/docs/EFs.pdf>.
- ทีศนา เขมมณี. (2550). *เทคนิคการใช้เกม. (วิธีการสอน Teaching method)*. สืบค้นจาก http://skruteachingmethods.blogspot.com/p/blog-page_40.html.
- นิภาพร ละครวงศ. (2551). ผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม การฝึกสมาธิ และการให้ คำปรึกษาแบบกลุ่ม ร่วมกับการฝึกสมาธิต่อสุขภาพจิตของนักศึกษาพยาบาล เพื่อลดความเครียด. (วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยขอนแก่น, ขอนแก่น. สืบค้นจาก <https://dric.nrct.go.th/index.php?/Search/SearchDetail/90381>.

- ประเสริฐศรี เอื้อครินทร์. (2542). การทดลองใช้เทคนิค“แม่แบบ เพื่อพัฒนา จริยธรรม ด้านความซื่อสัตย์. (ปริญญาานิพนธ์การศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, กรุงเทพฯ.
- พงษ์เกษม สิงห์รุ่งเรือง. (2559). การพัฒนาโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าว ของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการแนวความคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา. (ดุขฉินพนธ์ ปริญญาดุขฉินบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, กรุงเทพฯ.
- พนม เกตุมาน. (2546). ความหมายของพฤติกรรมก้าวร้าว (บทความวิชาการ บริษัทคลินิก-จิตประสาท). โรงพยาบาลศิริราช ปิยมหาการุณย์. สืบค้นจาก www.si.mahidol.ac.th.
- พรดี ลิ้มปรัตนากร. (2547). ผลของโปรแกรมสุขศึกษาโดยประยุกต์ใช้การเสริมสร้างทักษะชีวิตด้วยการ เรียนรู้แบบมีส่วนร่วมที่มีต่อทักษะชีวิตในการป้องกันพฤติกรรมรุนแรงของนักเรียนชั้น มัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนมัธยมวัดดุสิตดาราม. (ปริญญาานิพนธ์การศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ.
- พระสรวินัญ อภิปัญญา และคณะ. (2553). การสร้างและพัฒนารูปแบบการลดพฤติกรรมความรุนแรงของ วัยรุ่น 3 ตามแนวทางพระพุทธศาสนา. (วิทยานิพนธ์ปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต ไม่ได้ ตีพิมพ์). สถาบันวิจัยพุทธศาสตร์. มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, พระนครศรีอยุธยา. สืบค้นจาก <https://www.mcu.ac.th/article/detail/367>.
- พัชรินทร์ พาหิรัญ. (2561). โปรแกรมสมองจิตใจและการเรียนรู้ต่อหน้าที่การบริหารจัดการของสมองใน นักเรียนชั้นประถมศึกษา. (วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยบูรพา, ชลบุรี. สืบค้นจาก http://digital_collect.lib.buu.ac.th/dcms/files/57910132.pd.
- พิพัฒน์ พันเลียว. (2559). ผลของโปรแกรมการฝึกตามแนวทางการ บำบัดด้วยการฝึกการรู้ การคิดและ พฤติกรรมต่อความคิดอัตโนมัติทางลบและพฤติกรรมก้าวร้าวใน นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา ปีที่ 1. (วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ปทุมธานี. สืบค้นจาก <http://ethesisarchive.library.tu.ac.th/thesis/2016/>.
- _____. (2559). ผลของโปรแกรมบำบัดการปรับเปลี่ยนความคิดและพฤติกรรมต่อพฤติกรรมก้าวร้าว ในผู้ป่วยติดสารแอมเฟตามีน. วารสารพยาบาลทหารบก มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 18, 207 – 214.

- ภัททิยา กฤษณะพันธ์. (2540). ผลของการใช้กิจกรรมส่งเสริมคุณธรรมที่มีต่อการลดพฤติกรรมก้าวร้าวของเด็กปฐมวัย. (วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, นนทบุรี. สืบค้นจาก <http://www.thaithesis.org/detail.php?id=58775>.
- มนทิพย์ เลามีชัยเจริญ. (2557). การแก้ไขปัญหาพฤติกรรมเด็กดื้อ และการขอปรับแก้เพื่อนของนักเรียนโดยการเล่านิทาน ในระดับชั้นอนุบาล 1/5 (วิจัยในชั้นเรียน). โรงเรียนอัสสัมชัญศรีราชา. สืบค้นจาก http://www.acs.ac.th/research/pthmway_files/.
- มณฑนา ชลานันต์. (2559). ทักษะการบริหารจัดการสมองและพัฒนาเด็ก (บทความวิชาการ). คลินิกพัฒนาการเด็ก ศูนย์กุมารเวช โรงพยาบาลกรุงเทพ. สืบค้นจาก <https://www.ryt9.com/s/prg/3040517>.
- รักษณาวรรณ เสาทอง. (2556). ปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 วารสารพฤติกรรมศาสตร์เพื่อพัฒนาการ. มหาวิทยาลัยศิลปากร, 7(1), 136 – 151.
- วลัยกรณ์ แพร่กิจธรรมชัย. (2562). ผลของการปรับพฤติกรรมเพื่อลดความก้าวร้าวของวัยรุ่นกลุ่มเสี่ยง (ปริญญาานิพนธ์การศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ.
- วิจิตรา สายอ่อง. (2562). สร้างโปรแกรมการให้การปรึกษาครอบครัวลดพฤติกรรมก้าวร้าวของเด็กนักเรียนอนุบาล ด้วยกระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการ โดยใช้ทฤษฎีการให้การปรึกษาครอบครัวของเซเทียร์. วารสารปัญญาภิวัฒน์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา, 3(2), 89 – 110.
- วุฒิชัย อ่อนช้อย. (2559). พฤติกรรมก้าวร้าวนักเรียนสถาบันพลศึกษาวิทยาเขตชุมพร. (ปริญญาานิพนธ์ครุศาสตรบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). สถาบันพลศึกษาวิทยาเขตชุมพร, ชุมพร. สืบค้นจาก <https://sites.google.com/site/wuttichai11220ffff/bthkhadyx>.
- ศศิธร จารย์คุณ และคณะ. (2558). การป้องกันและแก้ไขปัญหาการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นโดยการมีส่วนร่วมของภาคีเครือข่ายตำบลคูเมือง อำเภอคูเมือง จังหวัดบุรีรัมย์. วารสารวิชาการสาธารณสุข. กลุ่มงานเวชปฏิบัติครอบครัวและชุมชน โรงพยาบาลคูเมือง จังหวัดบุรีรัมย์, 24(1), 14 – 23.
- ศิริพร กัญชนะ และคณะ. (2561). คู่มือพ่อแม่ พัฒนาทักษะสมอง EF-Executive Functions ตั้งแต่ปฏิสนธิ-3 ปี. (คู่มือผู้ปกครอง). กรุงเทพฯ: อักษรสัมพันธ์ (1987).
- สถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์กรมสุขภาพจิตกระทรวงสาธารณสุข. (2556). ความหมายของพฤติกรรมก้าวร้าว (บทความวิชาการ) สถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์. กรมสุขภาพจิต. สืบค้นจาก <https://new.camri.go.th/infographic/126?skin=no>.

- สมจิตร ไกรศรี. (2554). ผลของโปรแกรมศิลปกรรมบำบัดแบบ c-e-s ที่มีผลต่อการลดพฤติกรรมก้าวร้าวของผู้บกพร่องทางพัฒนาการและสติปัญญาของช่วงวัย 15-25 ปี (งานศิลปกรรมบำบัด กลุ่มงานฟื้นฟูสมรรถภาพ). สถาบันราชานุกุลกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข.สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างสรรค์เสริมสุขภาพ. ศิลปะบำบัด ศาสตร์และศิลป์แห่งการบำบัด. สืบค้นจาก http://www.thaihealth.or.th/healthcontent/special_report/27060.
- สมาคมกุมารแพทย์ของสหรัฐอเมริกา. (2011). อิทธิพลของสื่อที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมความรุนแรงของเด็กและเยาวชน ในกรุงเทพมหานคร (แปล สิริภิญโญ อินทรประเสริฐ). กรุงเทพฯ: ศูนย์ข้อมูลการวิจัย วช. มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนดุสิต.
- สำนักงานพัฒนาการกีฬาและนันทนาการ. (2562). ความหมายของการสันทนาการ. สืบค้นจาก www.dpe.go.th.
- สุภาวดี หาญเมธี. (2561). ทักษะการบริหารจัดการสมอง (บทความวิชาการ). สถาบันอาร์แอลจี (รัก ลูก เลิร์นนิ่ง กรุ๊ป). สืบค้นจาก <http://www.rlg-ef.com/executive-functions-ef/>.
- สมณฑา หิมทอง. (2559). การสำรวจพฤติกรรมก้าวร้าวและการจัดการพฤติกรรมก้าวร้าวในเด็กปฐมวัยโดยผู้ดูแลของศูนย์พัฒนาเด็กเล็กสังกัดองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น. (วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์, สงขลา. สืบค้นจาก <https://kb.psu.ac.th/psukb/bitstream/2016/11200/1/412336.pdf>.
- สุรพงษ์ ชูเดช. (2553 : 35). ผลของการฝึกอบรมตามแนวทางไตรสิกขาที่มีต่อการพัฒนาวินัย ในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5. (ปริญญาานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ. สืบค้นจาก http://bsri.swu.ac.th/webthesis/t_suraphong.htm.
- องอาจ นัยพัฒน์ และคณะ. (2560). การสร้างแบบวัดการบริหารจัดการของสมองขั้นสูง. วารสารวิทยาการวิจัยและวิทยาการปัญญา วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สุรินทร์, 15(2), 25 – 36.
- อนุรักษ์ ทองขาว. (2561). กิจกรรมสำหรับการพัฒนาหน้าที่การบริหารจัดการสมองด้านการยั้งคิด. วารสารศึกษาศาสตร์ ฝ่ายเอกสารและวารสารมหาวิทยาลัยนเรศวร, 22(2), 346 - 355.
- อรอนงค์ รอดพันธ์. (2559). การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมเพื่อลดพฤติกรรมไม่เหมาะสมของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนแห่งหนึ่งในเขตกรุงเทพมหานคร. (วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยรามคำแหง, กรุงเทพฯ. สืบค้นจาก http://www.edu-journal.ru.ac.th/AbstractPdf/2560-7-1_1515558873_is-phy-0008-10012561.pdf

- อรัญติตา ศรีบุญเรือง. (2561). แนวทางการดำเนินงานป้องกันและแก้ไขพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ของนักเรียนใน โรงเรียน ขยายโอกาส สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุดรธานี เขต 4. วารสารศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม, 12(3), 248 – 259.
- Usha Goswami. (2562). จิตวิทยาเด็ก: ความรู้ฉบับพกพา. แปลโดย สุภรณ์ ลวดลาย และวรัญญู กองชัย มงคล. กรุงเทพฯ: บุ๊คสเคป.





ภาคผนวก

มหาวิทยาลัย

สกลนครราชภัฏ

ภาคผนวก ก

รายชื่อผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย



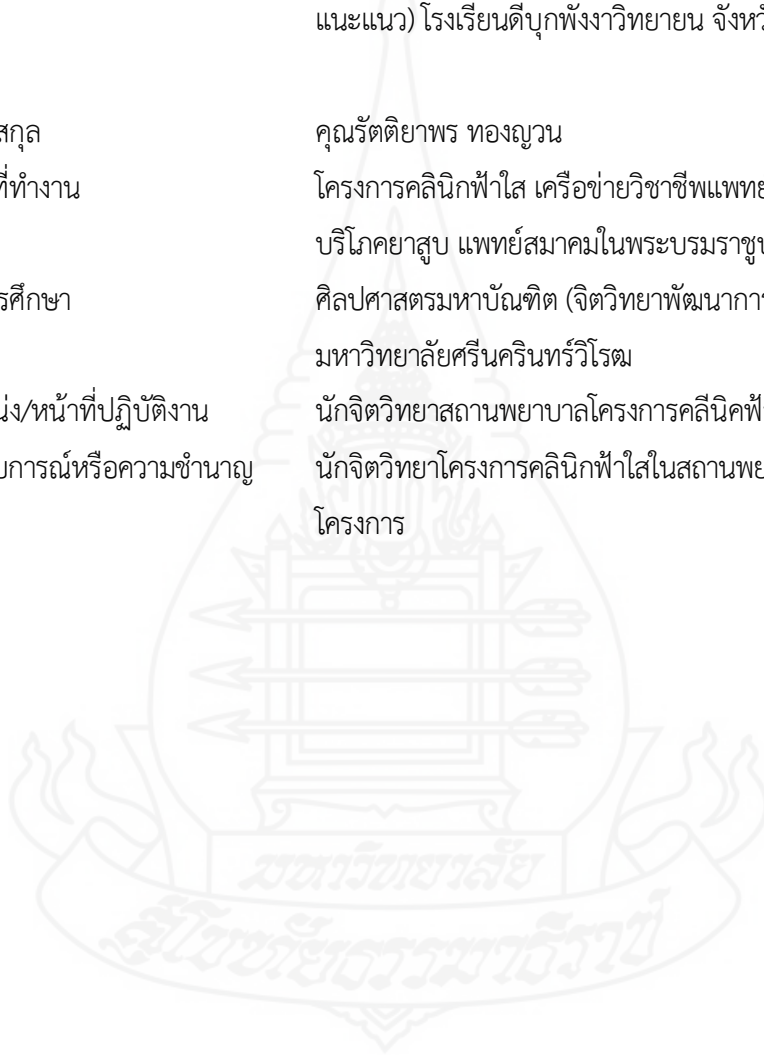
รายชื่อผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. ชื่อ – สกุล อาจารย์จุกษามาศ ชูจันทร์
 สถานที่ทำงาน มหาวิทยาลัยราชภัฏภูเก็ต
 วุฒิการศึกษา ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต จิตวิทยาการศึกษา
 มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์
 ตำแหน่ง/หน้าที่ปฏิบัติงาน กลุ่มวิชาชีวพฤกษศาสตร์ คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏภูเก็ต
 ประสบการณ์หรือความชำนาญ อาจารย์ประจำกลุ่มวิชาชีวพฤกษศาสตร์
 มหาวิทยาลัยราชภัฏภูเก็ต

2. ชื่อ – สกุล คุณครูวันดี หอมชื่น
 สถานที่ทำงาน โรงเรียนเวียงสระ จังหวัดสุราษฎร์ธานี
 วุฒิการศึกษา ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต (จิตวิทยาการให้คำปรึกษา)
 มหาวิทยาลัยรามคำแหง
 ตำแหน่ง/หน้าที่ปฏิบัติงาน หัวหน้ากลุ่มงานพัฒนาผู้เรียน
 ประสบการณ์หรือความชำนาญ ครูชำนาญการพิเศษ หัวหน้ากลุ่มงานพัฒนาผู้เรียน (กิจกรรม
 แนะแนว) โรงเรียนเวียงสระ จังหวัดสุราษฎร์ธานี

3. ชื่อ – สกุล คุณครูประภาศรี ไกรนรา
 สถานที่ทำงาน โรงเรียนเมืองสุราษฎร์ธานี
 วุฒิการศึกษา ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต (การแนะแนวและการปรึกษา
 ทางจิตวิทยา) มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช
 ตำแหน่ง/หน้าที่ปฏิบัติงาน คุณครูประจำกลุ่มงานพัฒนาผู้เรียน
 ประสบการณ์หรือความชำนาญ ครูชำนาญการพิเศษ กลุ่มงานพัฒนาผู้เรียน (กิจกรรม
 แนะแนว) โรงเรียนเมืองสุราษฎร์ธานี จังหวัดสุราษฎร์ธานี

- | | |
|---------------------------|--|
| 4. ชื่อ – สกุล | คุณครูชุตีมา คำแก้ว |
| สถานที่ทำงาน | โรงเรียนดีบุกพังงาวิทยายน |
| วุฒิการศึกษา | ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขา บริหารการศึกษา
มหาวิทยาลัยปทุมธานี |
| ตำแหน่ง/หน้าที่ปฏิบัติงาน | หัวหน้ากลุ่มงานพัฒนาผู้เรียน |
| ประสบการณ์หรือความชำนาญ | ครูชำนาญการพิเศษ หัวหน้ากลุ่มงานพัฒนาผู้เรียน (กิจกรรม
แนะแนว) โรงเรียนดีบุกพังงาวิทยายน จังหวัดพังงา |
| 5. ชื่อ – สกุล | คุณรัตติยาพร ทองญวน |
| สถานที่ทำงาน | โครงการคลินิกฟ้าใส เครือข่ายวิชาชีพแพทย์ ควบคุมการ
บริโภคยาสูบ แพทย์สมาคมในพระบรมราชูปถัมภ์ |
| วุฒิการศึกษา | ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต (จิตวิทยาพัฒนาการ)
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ |
| ตำแหน่ง/หน้าที่ปฏิบัติงาน | นักจิตวิทยาสถานพยาบาลโครงการคลินิกฟ้าใส |
| ประสบการณ์หรือความชำนาญ | นักจิตวิทยาโครงการคลินิกฟ้าใสในสถานพยาบาลผู้เข้าร่วม
โครงการ |





ภาคผนวก ข

ผลการหาคุณภาพของเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ผลการหาคุณภาพของเครื่องมือที่ใช้ในงานวิจัย
ผลการหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC: Index of Item Objective Congruence)
ของแบบสังเกตพฤติกรรมก้าวร้าว

ข้อที่	ผู้ทรงคุณวุฒิ/คนที่					IOC	แปลผล
	1	2	3	4	5		
1	+1	+1	+1	+1	+1	1	ใช้ได้
2	0	+1	+1	+1	+1	0.8	ใช้ได้
3	+1	+1	0	+1	0	0.7	ใช้ได้
4	+1	+1	0	+1	+1	1	ใช้ได้
5	+1	+1	+1	+1	+1	1	ใช้ได้
6	+1	0	+1	+1	0	0.7	ใช้ได้
7	+1	+1	0	0	+1	0.7	ใช้ได้
8	0	+1	+1	+1	+1	0.8	ใช้ได้
9	+1	+1	+1	+1	+1	1	ใช้ได้
10	+1	+1	+1	+1	+1	1	ใช้ได้
11	+1	+1	+1	+1	+1	1	ใช้ได้
12	+1	+1	+1	+1	+1	1	ใช้ได้
13	+1	0	+1	+1	0	0.7	ใช้ได้
14	+1	+1	0	0	+1	0.7	ใช้ได้
15	+1	+1	+1	+1	+1	1	ใช้ได้
16	0	+1	+1	+1	+1	0.8	ใช้ได้
17	+1	+1	0	+1	0	0.7	ใช้ได้
18	+1	+1	+1	+1	+1	1	ใช้ได้
19	+1	+1	+1	+1	+1	1	ใช้ได้
20	0	+1	+1	+1	+1	0.7	ใช้ได้

ภาคผนวก ค

แบบพิจารณาคุณภาพของชุดฝึกอบรมทางจิตวิทยาเพื่อพัฒนาหน้าที่การบริหารจัดการสมองนักเรียน
ที่มีพฤติกรรมก้าวร้าว



แบบพิจารณาคุณภาพของชุดฝึกอบรมทางจิตวิทยาเพื่อพัฒนาหน้าที่การบริหารจัดการสมองนักเรียนที่มีพฤติกรรมก้าวร้าว

เกณฑ์การพิจารณาคุณภาพของแผนการจัดกิจกรรมแต่ละแผน มีดังนี้

5	คะแนน	การแปลผล	เห็นด้วยมากที่สุด
4	คะแนน	การแปลผล	เห็นด้วยมาก
3	คะแนน	การแปลผล	เห็นด้วยปานกลาง
2	คะแนน	การแปลผล	เห็นด้วยน้อย
1	คะแนน	การแปลผล	เห็นด้วยน้อยที่สุด

ครั้งที่	รายการประเมิน	ระดับคุณภาพ					ข้อเสนอแนะ
		5	4	3	2	1	
1 - 12	ชื่อกิจกรรม : ที่ 1 - 12						
	แนวคิด ทฤษฎี สำคัญ - มีเนื้อหาสาระ ถูกต้อง ครบถ้วน ชัดเจน และครอบคลุมประเด็นสำคัญ						
	ระยะเวลาที่ใช้ - มีระยะเวลาในการดำเนินการเหมาะสมกับ เนื้อหาสาระ และวัตถุประสงค์						
	วัตถุประสงค์ - มีความชัดเจน วัดได้ และสอดคล้องกับชื่อ เรื่อง และแนวคิดของกิจกรรม						
	เทคนิค/วิธีการ/ขั้นตอนการดำเนินการ - มีเทคนิค วิธีการ ขั้นตอนชัดเจน ปฏิบัติได้ ถูกต้องตามแนวคิดทฤษฎีเหมาะสมกับ ระยะเวลา และ นำไปสู่การบรรลุ วัตถุประสงค์						

ครั้งที่	รายการประเมิน	ระดับคุณภาพ					ข้อเสนอแนะ
		5	4	3	2	1	
	สื่อ/วัสดุอุปกรณ์ - สอดคล้องกับเนื้อหา และวัตถุประสงค์ กระตุ้นความสนใจ เหมาะสมกับวัยของ ผู้เรียน						
	การวัดและประเมินผล - ใช้วิธีการที่เหมาะสมครอบคลุม วัตถุประสงค์						
	รวม						

การแปลผล

ชุดฝึกอบรมทางจิตวิทยาเพื่อพัฒนาหน้าที่การบริหารจัดการสมอง

ค่าเฉลี่ย 4.21 – 5.00	หมายถึง	เห็นด้วยมากที่สุด
ค่าเฉลี่ย 3.41 - 4.20	หมายถึง	เห็นด้วยมาก
ค่าเฉลี่ย 2.61 – 3.40	หมายถึง	เห็นด้วยปานกลาง
ค่าเฉลี่ย 1.81 – 2.60	หมายถึง	เห็นด้วยน้อย
ค่าเฉลี่ย 1.00 – 1.80	หมายถึง	เห็นด้วยน้อยที่สุด

รายงานผลการประเมินคุณภาพ

รูปแบบการฝึกอบรมทางจิตวิทยาเพื่อพัฒนาหน้าที่การบริหารจัดการสมองนักเรียนที่มีพฤติกรรมก้าวร้าว

ครั้งที่	รายการประเมิน	ผู้ทรงคุณวุฒิ					ค่าเฉลี่ย	แปลผล
		1	2	3	4	5		
1	ปฐมนิเทศ	3	4	3	4	4	3.60	เห็นด้วยมาก
2	หน้าที่การบริหารจัดการสมอง: ด้านความจำที่นำมาใช้งาน	4	4	3	4	5	4.00	เห็นด้วยมาก
3	หน้าที่การบริหารจัดการสมอง: ด้านการยั้งคิด ไตร่ตรอง	4	4	3	3	4	3.60	เห็นด้วยมาก
4	หน้าที่การบริหารจัดการสมอง : ด้านการยืดหยุ่นทางความคิด	4	4	4	3	4	3.80	เห็นด้วยมาก
5	หน้าที่การบริหารจัดการสมอง : ด้านการควบคุมอารมณ์	4	5	4	4	5	4.40	เห็นด้วยมากที่สุด
6	หน้าที่การบริหารจัดการสมอง : ด้านจดจ่อใส่ใจ	3	4	4	4	4	3.80	เห็นด้วยมาก
7	หน้าที่การบริหารจัดการสมอง : ด้านติดตาม ประเมินตนเอง	4	4	5	5	4	4.40	เห็นด้วยมากที่สุด
8	หน้าที่การบริหารจัดการสมอง: ด้านริเริ่มและลงมือทำ	4	4	5	5	4	4.40	เห็นด้วยมาก
9	หน้าที่การบริหารจัดการสมอง : ด้านวางแผนและจัดระบบ ดำเนินการ	4	4	5	4	4	4.40	เห็นด้วยมาก
10	หน้าที่การบริหารจัดการสมอง : ด้านพากเพียร มุ่งสู่เป้าหมาย	4	5	5	4	5	4.60	เห็นด้วยมากที่สุด
11	ปัจฉิมนิเทศ	5	4	4	5	4	4.40	เห็นด้วยมากที่สุด

ภาคผนวก ง

ชุดฝึกอบรมทางจิตวิทยาเพื่อพัฒนาหน้าที่การบริหารจัดการสมองนักเรียนที่มีพฤติกรรมก้าวร้าว



ตารางสรุปรูปแบบการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาเพื่อพัฒนาหน้าที่การบริหารจัดการสมอง

ครั้งที่	ชื่อเรื่อง	วัตถุประสงค์	ทักษะ/เทคนิค/ทฤษฎี
1	ปฐมนิเทศ : การสร้างสัมพันธ์ภาพ	<ol style="list-style-type: none"> 1. เพื่อสร้างสัมพันธ์ภาพที่ดีระหว่าง ผู้นำการอบรมและผู้เข้ารับการอบรม และระหว่างผู้เข้ารับการอบรม เพื่อให้เกิดความไว้วางใจ อันจะนำไปสู่การเปิดเผยตัว 2. เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์ ข้อตกลง บทบาทหน้าที่และจรรยาบรรณในการฝึกอบรม 	<ol style="list-style-type: none"> 1. ทักษะการสร้างสัมพันธ์ภาพ 2. กิจกรรมละลายสมอง 3. วิดีทัศน์ “หน้าที่การบริหารจัดการสมอง” และ การฝึกสมาธิ
2	หน้าที่การบริหารจัดการสมอง:ด้านความจำที่นำมาใช้งาน	<ol style="list-style-type: none"> 1. เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมสามารถบอกความสำคัญของความจำที่นำมาใช้งาน 2. เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมระบุแนวทางในการพัฒนาความจำที่นำมาใช้ 	<ol style="list-style-type: none"> 1. ทฤษฎีปรึกษาแบบเกสตัลท์ - เทคนิคขณะนี้นั้นตระหนักรู้ 2. กิจกรรมสำรวจ “ความต้องการของฉัน” 3. กิจกรรมเรียนรู้จากอดีต 4. เกม จีบมือ ฝึกสมอง
3	หน้าที่การบริหารจัดการสมอง : ด้านการยั้งคิด ไตร่ตรอง	<ol style="list-style-type: none"> 1. เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมสามารถบอกความสำคัญของการยั้งคิดและไตร่ตรอง 2. เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมระบุความแนวทางในการบริหารจัดการสมองด้านความยั้งคิดและไตร่ตรอง 	<ol style="list-style-type: none"> 1. ทฤษฎีการปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม - เทคนิคการศึกษาเชิงจิตวิทยา - ทฤษฎีบุคลิกภาพ A-B-C 2. บทบาทสมมติ 3. เกม “โป้งก้อย”
4	หน้าที่การบริหารจัดการสมอง : ด้านการยืดหยุ่นทางความคิด	<ol style="list-style-type: none"> 1. เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมสามารถอธิบายความจำเป็นของการยืดหยุ่นทางความคิด 2. เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมสามารถกำหนดแนวทางในการนำการยืดหยุ่นทางความคิดมา 	<ol style="list-style-type: none"> 1. ทฤษฎีการปรึกษาแบบสั้นที่มุ่งเน้นคำตอบ - เทคนิคคำถามเผชิญ 2. ทฤษฎีการปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม - เทคนิคการโต้แย้งกับความคิด

ครั้งที่	ชื่อเรื่อง	วัตถุประสงค์	ทักษะ/เทคนิค/ทฤษฎี
		ปรับใช้ในชีวิตประจำวัน โดยเฉพาะการแก้ไขปัญหาการ เรียน	- เทคนิคการใช้ประโยคที่มีพลัง 4. วิดีทัศน์ “ปัญหานั้นมีทางออก” 5. เกม บัวตูม
5	หน้าที่การบริหาร จัดการสมอง : ด้าน การควบคุมอารมณ์	1. เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรม สามารถระบุถึงข้อดีของการ ควบคุมอารมณ์และข้อเสียของ การขาดการควบคุมอารมณ์ 2. เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรม สามารถบอกแนวทางในการ ควบคุมอารมณ์	1. ทฤษฎีการปรึกษาแบบพิจารณา เหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม - เทคนิคการจินตนาการการใช้ เหตุผลและอารมณ์ของตนเอง 2. กิจกรรม “เปลี่ยนจินตนาการ เปลี่ยนพฤติกรรม” 3. เกม “หู จมูก” 4. แลกเปลี่ยนประสบการณ์
6	หน้าที่การบริหาร จัดการสมอง : ด้าน จดจ่อใส่ใจ	1. เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรม สามารถระบุถึงความสำคัญของ การจดจ่อใส่ใจ 2. เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรม กำหนดแนวทางในการ เสริมสร้างความจดจ่อ และ นำมาประยุกต์ใช้ในการเรียน	1. ทฤษฎีปรึกษาแบบเกสตัลท์ - เทคนิคความรับผิดชอบต่อ ตนเอง 2. ทฤษฎีการปรึกษาแบบพิจารณา เหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม - เทคนิคการเสนอตัวแบบ 3. กรณีศึกษา 4. เกม จับหู
7	หน้าที่การบริหาร จัดการสมอง : ด้าน ติดตาม ประเมิน ตนเอง	1. เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรม สามารถบอกความสำคัญและ ข้อดีของการประเมินตนเอง 2. เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรม สามารถระบุแนวทางในการ ประเมินตนเองทั้งด้านการเรียน และการใช้ในชีวิตประจำวัน	1. ทฤษฎีการปรึกษาแบบสั้นที่ มุ่งเน้นคำตอบ - เทคนิคคำถามระดับขั้น - เทคนิคคำชม 2. ทฤษฎีการปรึกษาแบบพิจารณา เหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม เทคนิคการเรียนรู้จากตัวแบบ 3. แลกเปลี่ยนประสบการณ์ 4. เกม 5. คลิปวีดิทัศน์ “คนดีที่ยากให้ มี”

ครั้งที่	ชื่อเรื่อง	วัตถุประสงค์	ทักษะ/เทคนิค/ทฤษฎี
8	หน้าที่การบริหารจัดการสมอง: ด้านริเริ่มและลงมือทำ	<ol style="list-style-type: none"> 1. เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมสามารถอธิบายถึงความสำคัญของการริเริ่มและลงมือทำ ในสิ่งใหม่ ๆ 2. เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมระบุแนวทางในการบริหารจัดการสมองด้านการริเริ่มและลงมือทำ 	<ol style="list-style-type: none"> 1. ทฤษฎีการปรึกษาแบบสั้นที่มุ่งเน้นคำตอบ <ul style="list-style-type: none"> - เทคนิคคำถามปาฏิหาริย์ 2. ทฤษฎีการปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม <ul style="list-style-type: none"> - เทคนิคการฝึกสู้กับความอับอาย 3. การอภิปรายกลุ่ม
9	หน้าที่การบริหารจัดการสมอง : ด้านวางแผนและจัดระบบดำเนินการ	<ol style="list-style-type: none"> 1. เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมสามารถอธิบายถึงความสำคัญของการวางแผน และจัดลำดับความสำคัญ 2. เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมสามารถระบุวิธีการวางแผนงานให้ประสบความสำเร็จ 3. เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมลงมือปฏิบัติตามแผนที่กำหนดไว้ 	<ol style="list-style-type: none"> 1. ทฤษฎีการให้การปรึกษาแบบเผชิญความจริง <ul style="list-style-type: none"> - เทคนิค W D E P System - เทคนิคการทำสัญญา 2. ทฤษฎีการปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม <ul style="list-style-type: none"> - เทคนิคการเสริมแรงและการปรับโทษ 3. กิจกรรม “แผนลดพฤติกรรมแย่ ๆ ของฉัน” 4. เกม “ภาพถ่ายใบนั่น”
10	หน้าที่การบริหารจัดการสมอง : ด้านพากเพียร มุ่งสู่เป้าหมาย	<ol style="list-style-type: none"> 1. เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมสามารถระบุความหมายและความสำคัญของความพากเพียร และการมุ่งสู่เป้าหมาย 2. เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมกำหนดแนวทางในการบริหารสมองด้านความพากเพียร และมุ่งสู่เป้าหมาย ซึ่งนำไปสู่การลดพฤติกรรมก้าวร้าว 	<ol style="list-style-type: none"> 1. ทฤษฎีการปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม <ul style="list-style-type: none"> - เทคนิคการโต้แย้งกับความคิดความเชื่อที่ไม่สมเหตุผล - เทคนิคการใช้ประโยคที่มีพลัง - เทคนิคการเสนอตัวแบบ 4. เกม 5. คลิปวิดีโอที่เพลง “ชัยชนะ

ครั้งที่	ชื่อเรื่อง	วัตถุประสงค์	ทักษะ/เทคนิค/ทฤษฎี
11	หน้าที่ปัจฉิมนิเทศ : ยุติการฝึกอบรม	1. เพื่อกระตุ้นให้ผู้เข้ารับการอบรม นำสิ่งที่ได้รับจากการอบรมไปปรับเปลี่ยนตนเอง 2. เพื่อประเมินผลการอบรม 3. เพื่อยุติการให้การอบรม	1. ทักษะการยุติ - ทักษะสรุปความ - ทักษะการให้กำลังใจ 2. เกม



รูปแบบการฝึกอบรมทางจิตวิทยาเพื่อพัฒนาหน้าที่การบริหารจัดการสมอง
นักเรียนที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวระดับมัธยมศึกษาตอนต้น

ครั้งที่ 1

เรื่อง สร้างสัมพันธภาพ

วัตถุประสงค์

1. เพื่อสร้างสัมพันธภาพที่ดีระหว่าง ผู้นำการอบรมและผู้เข้ารับการอบรม และระหว่างผู้เข้ารับการอบรม เพื่อให้เกิดความไว้วางใจซึ่งกันและกัน
2. เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์ ข้อตกลง บทบาทหน้าที่และจรรยาบรรณในการฝึกอบรม

แนวคิด

การสร้างสัมพันธภาพที่ดี ด้วยสร้างบรรยากาศการอบรม ที่ผ่อนคลาย และสนิทสนมคุ้นเคย จะช่วยให้ผู้เข้ารับการอบรม เกิดความไว้วางใจซึ่งกันและกัน ซึ่งจะนำไปสู่การมีส่วนร่วมในกิจกรรม และการเปิดเผยตัว ส่งผลทำให้การฝึกอบรมประสบผลสำเร็จตามวัตถุประสงค์ที่วางเอาไว้

ในการฝึกอบรมครั้งนี้ผู้วิจัยใช้ทักษะการสร้างสัมพันธภาพ กิจกรรมละลายพฤติกรรมเพื่อช่วยให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรม สร้างสัมพันธภาพที่ดีระหว่าง ผู้นำการอบรมและผู้เข้ารับการอบรม และระหว่างผู้เข้ารับการอบรม เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมเกิดทักษะการยอมรับและเชื่อมั่นในตนเองเข้าใจและยอมรับในเอกลักษณ์ของตนเอง พัฒนาความสามารถในการตอบสนองความต้องการของตนให้สำเร็จได้ในขอบเขตของความเป็นจริง และยอมรับความคิดและความแตกต่างทางการแสดงออกของผู้อื่น และสามารถปรับตัวอยู่ร่วมกันในสังคมได้อย่างปกติสุข

เวลา 60 นาที

วัสดุ อุปกรณ์

1. คอมพิวเตอร์
2. เครื่องฉาย จอโปรเจคเตอร์
3. กระดาษ และปากกา
4. เกม แนะนำตัว
5. วิดีทัศน์ “หน้าที่การบริหารจัดการสมอง”

ขั้นตอนการฝึกอบรม มีขั้นตอน ดังนี้

ขั้นเริ่มต้น

1. ผู้นำการอบรม กล่าวทักทายด้วยความยิ้มแย้ม แนะนำตนเอง และพูดคุยเรื่องทั่วไป เพื่อสร้างบรรยากาศความเป็นกันเอง

2. ผู้นำการอบรม ให้ผู้เข้ารับการอบรมแต่ละคน กล่าวแนะนำตัวเอง ด้วยการเล่นเกม “ตัวตน วลีเด็ด” ดังนี้

2.1 ผู้นำการอบรม ให้ผู้เข้ารับการอบรม ยืนล้อมกันเป็นวงกลม

2.2 ผู้นำการอบรม ให้ผู้เข้ารับการอบรมคนที่ 1 ด้วยการเลือกแบบเจาะจง แนะนำตัวเอง พร้อมวลีเด็ด

2.3 ผู้นำการอบรม ให้ผู้เข้ารับการอบรมคนต่อ ๆ ไป วนจากซ้ายไปขวา แนะนำตนเอง พร้อมวลีเด็ด ที่ไม่ซ้ำใคร

ขั้นดำเนินการ

3. ผู้นำการอบรม ชี้แจงวัตถุประสงค์ กติกา ข้อตกลง และบทบาทหน้าที่ของผู้นำการอบรม และของผู้เข้ารับการอบรม ตลอดจนตารางการอบรม และจรรยาบรรณในการฝึกอบรม

4. ผู้นำการอบรม แนะนำสาระสำคัญของการอบรม ด้วยการตั้งคำถามเกี่ยวกับสมอง

5. ผู้นำการอบรม เปิดวิดีโอทัศน์ “หน้าที่การบริหารจัดการสมองของเรา”

6. ผู้นำการอบรม ให้ผู้เข้ารับการอบรม แสดงความคิดเห็นต่อวิดีโอทัศน์

ขั้นยุติ

7. ผู้นำการอบรม เปิดโอกาสให้ผู้เข้ารับการอบรม ชักถามข้อสงสัยต่าง ๆ

8. ผู้นำการอบรม และผู้เข้ารับการอบรมร่วมกันสรุปสิ่งที่ได้รับจากการฝึกอบรมในการวันนี้ และบอกความสำคัญของหน้าที่การบริหารจัดการสมอง

9. ผู้นำการอบรม กล่าวขอบคุณผู้เข้ารับการอบรม ที่เข้ารับการฝึกอบรมในครั้งนี้ และนัดหมาย วัน เวลา และสถานที่ ในการฝึกอบรมครั้งต่อไป

การประเมินผล

1. การมีส่วนร่วม

2. การแสดงความคิดเห็น การซักถาม และ การตอบคำถาม

วีดิทัศน์ “หน้าที่การบริหารจัดการสมอง”



ที่มา : <https://www.youtube.com/watch?v=-loeewtF2tY>



ครั้งที่ 2

เรื่อง หน้าที่การบริหารจัดการสมอง: ด้านความจำที่นำมาใช้งาน

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมสามารถบอกความสำคัญเกี่ยวกับความจำได้อย่างถูกต้อง
2. เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมระบุแนวทางในการนำความจำมาใช้ได้อย่างถูกต้อง

แนวคิด

หน้าที่การบริหารจัดการสมอง คือ ความสามารถในการบันทึกข้อมูลหรือสิ่งที่ได้จากการเรียนรู้ต่าง ๆ ไว้ในสมอง เชื่อมโยงกับประสบการณ์เดิมที่ตนเองมี

นำมาใช้ในสถานการณ์ที่เหมาะสมได้ เป็นองค์ประกอบสำคัญของการบริหารจัดการสมอง ในการฝึกอบรมครั้งนี้ บูรณาการเทคนิคจากทฤษฎีการปรึกษาแบบเกสตัลท์ โดยใช้เทคนิคขณะนี้นั้น ตระหนักรู้, กิจกรรมสำรวจความต้องการของฉัน, กิจกรรมเรียนรู้จากอดีต, เกมจับมือฝึกสมอง เพื่อช่วยให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมสามารถระลึกถึงข้อมูลหรือสิ่งที่นักเรียนได้เรียนรู้มาไว้ในสมอง เชื่อมโยงกับประสบการณ์เดิมที่ตนเองมี และสามารถนำความรู้ออกมาใช้ได้ ในสถานการณ์ที่เหมาะสม สามารถระลึกได้ในภาวะที่ตนเองพบเจอในชีวิตประจำวัน และสามารถนำประสบการณ์ในอดีตเชื่อมโยงกับความรู้ในปัจจุบัน เพื่อประกอบการตัดสินใจในการแสดงออกซึ่งพฤติกรรมที่เหมาะสมเมื่อต้องพบเจอสถานการณ์ต่าง ๆ ในชีวิตประจำวันได้

เวลา 60 นาที

อุปกรณ์

1. คอมพิวเตอร์/เครื่องฉาย
2. สมุด ปากกา
3. กิจกรรม “อยู่กับตัวเอง”
4. กิจกรรมเรียนรู้จากอดีต
5. กิจกรรม “แลกเปลี่ยนประสบการณ์”

ขั้นตอนการฝึกอบรม ดำเนินการตามขั้นตอน ดังนี้

ขั้นเริ่มต้น

1. ผู้วิจัยกล่าวทักทายด้วยรอยยิ้ม และพูดคุยเรื่องทั่วไป เพื่อสร้างบรรยากาศความเป็นกันเอง
2. ผู้วิจัยให้นักเรียนนั่งสมาธิ 10 นาที พร้อมทั้งเปิดเพลงทำนองสบาย ๆ ประกอบการนั่งสมาธิ
3. ผู้วิจัยให้ผู้เข้ารับการอบรม ร่วมเล่นเกมเพื่อสร้างความคุ้นเคยและเป็นการฝึกสอง ด้วยวิธี “จับมือ” ดังนี้

3.1 ผู้วิจัยให้ผู้เข้ารับการอบรม ยกมือทั้งสองข้างขึ้น จากนั้นให้มือขวาทำท่าจับ โดยใช้นิ้วหัวแม่มือประกบกับนิ้วชี้ส่วนนิ้วอื่นๆ ให้เหยียดออกไป

3.2 ให้ผู้เข้ารับการอบรม ทำมือซ้ายให้ทำเป็นรูปตัวแอล (L) โดยให้กางนิ้วหัวแม่มือกับนิ้วชี้ออกไป ส่วนนิ้วที่เหลือให้กำเอาไว้

3.3 ให้ผู้เข้ารับการอบรม เปลี่ยนเป็นจับมือซ้าย มือขวาก็ทำเป็นรูปตัวแอล (L)

3.4 ให้ผู้เข้ารับการอบรม ทำสลับกันไปมา 10 ครั้ง

4. ผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์ ของการฝึกอบรมในครั้งนี้

5. ผู้วิจัยใช้เทคนิคขณะนี้นั้นตระหนักรู้ ในกิจกรรม “อยู่กับตัวเอง” เพื่อช่วยให้ผู้เข้ารับการอบรมให้อยู่กับภาวะปัจจุบัน โดยมีขั้นตอนดังนี้

5.1 ผู้วิจัยให้ผู้เข้ารับการอบรม นั่งตัวตรง หลับตา

5.2 ผู้วิจัยให้ผู้เข้ารับการอบรม กำหนดภายในใจว่า ขณะนี้ ฉันตระหนักรู้ถึงการหายใจของฉัน

5.3 ผู้วิจัยให้ผู้เข้ารับการอบรม กำหนดความรู้สึกไปที่ท้อง และกำหนดภายในใจว่า ขณะนี้ฉันตระหนักรู้ว่าท้องของฉันกำลังยุบ ลงและพองขึ้น

5.4 ผู้วิจัยให้ผู้เข้ารับการอบรม กำหนดความรู้สึกไปที่ร่างกาย และภายในใจว่า ขณะนี้ฉันรู้ตัวว่าฉันกำลังนั่งหลับตาอยู่

5.5 ผู้วิจัยให้ผู้เข้ารับการอบรม กำหนดความรู้สึก ตามข้อ 1 - 3 ประมาณ 3 นาที

ขั้นดำเนินการ

6. ผู้วิจัยให้ผู้เข้ารับการอบรม ร่วมกันแลกเปลี่ยนความคิดเห็นเกี่ยวกับความรู้สึกที่ได้รับ จากการทำกิจกรรม “อยู่กับตัวเอง”

7. ผู้วิจัย ฝึกให้ผู้เข้ารับการอบรมรับรู้ถึงความรู้สึกต่าง ๆ ที่ตนเองมี เพื่อช่วยบริหารสมองให้จดจำสิ่งที่ดี และนำความจำมาใช้ได้ถูกต้องและเหมาะสม ดังนี้

7.1 ผู้วิจัยแจกใบสำรวจ “ความต้องการของฉัน”

7.2 ให้ผู้เข้ารับการอบรม แต่ละคนสำรวจความต้องการที่แท้จริงของตนเอง และความต้องการที่ครอบครัว เพื่อน สังคมอยากให้เป็น

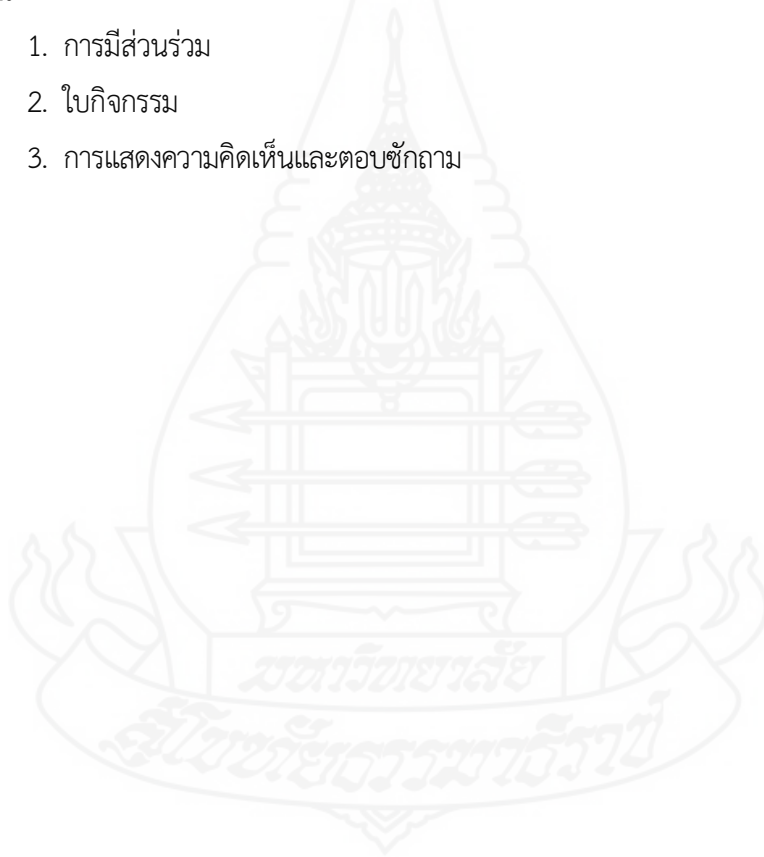
7.3 ให้ผู้เข้ารับการอบรมแต่ละคนเล่าเรื่องราว ที่เคยประสบความสำเร็จและผิดพลาดของตนเองในอดีตและสามารถนำผลจากความสำเร็จและความผิดพลาดนั้นมาแก้ไขปัญหที่เกิดขึ้นตนเองหรือทำให้เกิดการเรียนรู้ในปัจจุบันให้เพื่อน ๆ ฟัง

ชั้นยุติ

8. ผู้วิจัยและผู้เข้ารับการอบรม ร่วมกันสรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้จากการเข้ารับการอบรมในครั้งนี้
9. ผู้วิจัยตอบข้อซักถามของผู้เข้ารับการอบรม
10. ผู้วิจัยแสดงความยินดีที่ผู้เข้ารับการอบรมให้ความสนใจ และนัดหมาย วัน เวลาในการอบรมครั้งต่อไป

การประเมินผล

1. การมีส่วนร่วม
2. ใบกิจกรรม
3. การแสดงความคิดเห็นและตอบซักถาม



ใบกิจกรรม
“ความต้องการของฉัน”

ความต้องการที่แท้จริง	ความต้องการของครอบครัว เพื่อน และสังคม
ในอนาคต ฉันอยากเป็นนักเขียนการ์ตูน	ครอบครัวต้องการให้ฉันเป็นหมอ
ฉันชอบวอลเลย์บอล	เพื่อขอให้ฉันเล่นฟุตบอล

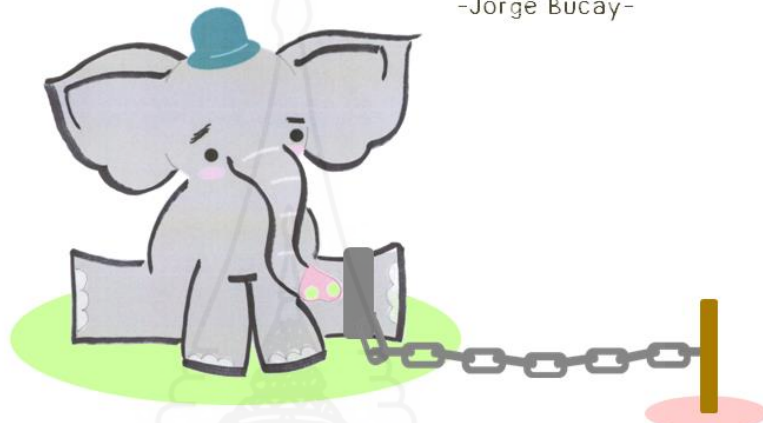


EF ตามบรรทัด

"The circus elephant doesn't escape because he has been tied by a stake since he was very little, very little..."

เจ้าช้างในละครสัตว์จะไม่หนี เพราะถูกล่ามโซ่แบบนี้ไว้ตั้งแต่เด็ก

-Jorge Bucay-



EF ก็เปรียบเสมือนสถานการณ์นี้ Working Memory หรือ ความจำเพื่อใช้งาน จะบันทึกข้อมูลประสบการณ์ไว้ในสมอง เป็นได้ทั้งข้อมูลที่ดี และไม่ดี

www.rlg-ef.com

ที่มา :<https://www.facebook.com/RLGEF/photos/943338902402841>

ครั้งที่ 3

เรื่อง หน้าที่การบริหารจัดการสมอง : ด้านการยั้งคิด ไตร่ตรอง

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมสามารถบอกความสำคัญของการยั้งคิดและไตร่ตรอง
2. เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรม ระบุความแนวทางในการบริหารจัดการสมองด้านความยั้งคิดและไตร่ตรอง

แนวคิด

การยั้งคิด ไตร่ตรอง คือ ความสามารถในการควบคุมและยับยั้งตนเอง ให้จดจ่อกับสิ่งที่สำคัญและจำเป็น ยอมทำสิ่งที่ไม่ชอบแต่จำเป็นได้ และยอมถอนตัวออกจากสิ่งที่ชอบเมื่อถึงเวลาที่จำเป็นได้

เป็นชุดกระบวนการคิด ในการฝึกอบรมครั้งนี้ผู้วิจัยใช้ เทคนิคจากทฤษฎีการปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และ พฤติกรรมโดยใช้เทคนิคการศึกษาทางจิตวิทยา, ทฤษฎีบุคลิกภาพ A-B-C และ เทคนิคบทบาทสมมติ, เกมโป่งก้อย เพื่อช่วยให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมมีความสามารถในการคิดอย่างเป็นระบบควบคุมและอยู่เหนือความคิดของตนเอง คิดก่อนที่จะแสดงพฤติกรรมต่าง ๆ ออกมาได้ สามารถแสดงพฤติกรรมที่ไม่เป็นผลกระทบต่อสังคมและขัดต่อวัฒนธรรมองค์กร ให้ความสำคัญต่อสิ่งที่จำเป็น ยอมทำสิ่งที่ไม่ชอบแต่จำเป็นได้ และยอมถอนตัวออกจากสิ่งที่ชอบเมื่อถึงเวลาที่จำเป็นได้ สามารถจัดการต่อเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นและควบคุมสติของตนเองในการแสดงออกซึ่งความคิดและพฤติกรรมที่เหมาะสมต่อสถานการณ์ต่าง ๆ ได้

เวลา 60 นาที

วัสดุ อุปกรณ์

1. คอมพิวเตอร์/เครื่องฉาย
2. กระดาษปากกา
3. เกม “โป่งก้อย”
4. ใบความรู้ “ทฤษฎีบุคลิกภาพ A-B-C”
5. วีดิทัศน์ นักเรียนทะเลาะวิวาท

ขั้นตอนการปรึกษาแบบกลุ่ม

ขั้นเริ่มต้น

1. ผู้วิจัยกล่าวทักทาย ด้วยเรื่องทั่วไป ด้วยน้ำเสียงที่นุ่มนวล เป็นมิตร เพื่อสร้างบรรยากาศความคุ้นเคย
2. ผู้วิจัยให้ผู้เข้ารับการอบรม ร่วมทำกิจกรรมด้วยการเล่นเกม “โป้ง ก้อย” เพื่อสร้างบรรยากาศผ่อนคลาย และบริการสมอง มีขั้นตอนดังนี้
 - 2.1 ผู้วิจัยให้ผู้เข้ารับการอบรม ยกมือทั้งสองข้างให้มือขวาทำท่าโป้งโดยกำมือและยกหัวแม่มือขึ้นมา
 - 2.2 ให้ผู้เข้ารับการอบรม กำมือซ้ายและเหยียดนิ้วก้อยชี้ออกมา
 - 2.3 ให้ผู้เข้ารับการอบรม เปลี่ยนมาเป็นโป้งด้วยมือซ้าย และก้อยด้วยมือขวา โดยให้ทำสลับกันไปมา 10 ครั้ง

ขั้นดำเนินการ

3. ผู้วิจัย ชี้แจงวัตถุประสงค์ ของการอบรมในครั้งนี้
4. ผู้วิจัยนำเข้าสู่หัวข้อการอบรม ด้วยการตั้งคำถามเกี่ยวกับผลเสียของการขาดการยั้งคิด และการไม่ไตร่ตรอง
5. ผู้วิจัยให้ผู้เข้ารับการอบรม แลกเปลี่ยนประสบการณ์ที่ได้รับจากการขาดการยั้งคิด และการไม่ไตร่ตรอง
6. ผู้วิจัยใช้เทคนิคการศึกษาทางจิตวิทยา และทฤษฎีบุคลิกภาพ A-B-C เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรม เรียนรู้วิธีการสมองให้เปลี่ยนจากการเป็นบุคคลที่ขาดการยั้งคิด และขาดการไตร่ตรอง มาเป็นบุคคลที่รู้จักยั้งคิดและไตร่ตรอง ดังนี้
 - 6.1 ผู้วิจัยแจกใบความรู้ “ทฤษฎีบุคลิกภาพ A-B-C”
 - 6.2 ผู้วิจัยใช้เทคนิคการศึกษาทางจิตวิทยา อธิบายการเปลี่ยนแปลงตนเองให้เป็นคนที่มีการไตร่ตรองและยั้งคิด ด้วยกระบวนการตาม “ทฤษฎีบุคลิกภาพ A-B-C”
7. ผู้วิจัยให้ผู้เข้ารับการอบรมแต่ละคน ร่วมกันแสดงความคิดเห็นและเล่าเรื่องการแสดงออกที่ไม่ค่อยเหมาะสมของตนในอดีตให้เพื่อนๆ ฟัง
8. ผู้วิจัยแบ่งผู้เข้ารับการอบรมออกเป็น 2 กลุ่ม ๆ ละ 4 คน
9. ผู้วิจัยให้แต่ละกลุ่มแสดงบทบาทสมมติ ในหัวข้อ “การขาดความยั้งคิด ต้นเหตุของการทะเลาะวิวาท”
10. ผู้นำการอบรม ให้ผู้เข้ารับการอบรมทั้ง 2 กลุ่ม แสดงบทบาทสมมติ
11. ให้แต่ละกลุ่มสรุปสิ่งที่ได้จากการแสดงบทบาทสมมติ

ขั้นยุดิ

ครั้งนั้

12. ผู้นำการอบรมและผู้เข้าร่วมการอบรม ร่วมกันสรุปลั้่งที่รับจากการเข้าร่วมการอบรมใน
13. ผู้นำการอบรม ตอบข้อสงสัย และพูดกระตุ้นให้เกิดการเปลี่นแปลงความคิด
14. ผู้นำการอบรม กล่าวยุติการอบรม และนัดหมาย วัน เวลา ในการให้การอบรมครั้งต่อไป

การประเมินผล

1. ความกระตือรือร้น
2. การมีส่วนร่วมในกิจกรรม



ใบความรู้
“ทฤษฎีบุคลิกภาพ A-B-C”

ทฤษฎีบุคลิกภาพ A-B-C เชื่อว่า ความคิด ความเชื่อ อารมณ์ ความรู้สึก และพฤติกรรมของบุคคลมีความเชื่อมโยงซึ่งกันและกัน การเปลี่ยนแปลงความคิด ความเชื่อ นำไปสู่การเปลี่ยนแปลงของอารมณ์ ความรู้สึก และพฤติกรรมที่เกิดขึ้นใหม่

ความคิด (ดี/ไม่ดี) \Rightarrow อารมณ์ (ดี/ไม่ดี) \Rightarrow พฤติกรรม (ดี/ไม่ดี)

ความคิด (ไตร่ตรอง/ยังคิด) \Rightarrow อารมณ์ (ไตร่ตรอง/ยังคิด) \Rightarrow พฤติกรรม (ไตร่ตรอง/ยังคิด)



ครั้งที่ 11

เรื่อง ปัจฉิมนิเทศและประเมินผล

วัตถุประสงค์

1. เพื่อกระตุ้นให้ผู้เข้ารับการอบรม นำสิ่งที่ได้รับจากการอบรมไปปรับเปลี่ยนตนเอง
2. เพื่อประเมินผลการอบรม
3. เพื่อยุติการให้การอบรม

แนวคิด

ปัจฉิมนิเทศ เป็นกิจกรรมสุดท้าย เป็นช่วงเวลาที่ผู้นำและผู้เข้ารับการอบรม ร่วมกันสรุปสิ่งที่ได้รับจากการอบรม และกระตุ้นให้ผู้เข้ารับการอบรมนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน ตลอดจนการประเมินผลก่อนจะยุติการอบรม ในการฝึกอบรมครั้งนี้ผู้วิจัย บูรณาการทักษะการยุติ ทักษะสรุปความ ทักษะการให้กำลังใจ และ เกม เพื่อช่วยให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมนำสิ่งที่ได้รับจากการอบรมไปปรับเปลี่ยนตนเองให้กลายเป็นคนใหม่ ที่มีความคิด เหตุผล และ พฤติกรรมที่เหมาะสม สามารถลดพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมของตนเองลงได้ อยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างมีความสุข และ กลายเป็นที่ยอมรับของสังคมในสถานศึกษา ครอบครัว ชุมชน สามารถทบทวนและบอกสิ่งที่ตนเองทำผิดพลาดในอดีตที่ผ่านมาได้ และยอมรับการเปลี่ยนแปลงของตนเองในทิศทางที่ดีขึ้นและเดินทางพัฒนาตนเองต่อไปได้

เวลา 60 นาที

อุปกรณ์

1. คอมพิวเตอร์/เครื่องฉาย
2. เกม
3. แบบวัดหน้าทีการบริหารจัดการสมอง

ขั้นตอนการอบรม

ขั้นเริ่มต้น

1. ผู้วิจัยกล่าวทักทายผู้เข้ารับการอบรม ด้วยน้ำเสียง แสดงความห่วงใย และการเอาใจใส่
2. ผู้วิจัยให้ผู้เข้ารับการอบรม เล่นเกม “นับเลข” เพื่อสร้างบรรยากาศผ่อนคลาย ก่อนเข้าสู่กิจกรรม ดังนี้
 - 2.1 ผู้วิจัยให้ผู้เข้ารับการอบรม ยืนล้อมวง
 - 2.2 ผู้วิจัยให้ผู้เข้ารับการอบรม นับเลข โดยมีกติกาว่า ตัวเลขที่ลงท้ายด้วย 4 ให้พูดว่า ผมห่อ หรือ ดิฉันสวย เช่น 1 2 3 ผมห่อ 5 6 7 8 ฉันทสวย

3. ผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์ของการอบรมในครั้งนี้

ขั้นตอนการ

4. ผู้วิจัยกล่าวนำสรุปสาระสำคัญ ของการอบรมตั้งแต่กิจกรรมแรกจนถึงกิจกรรมสุดท้ายของการอบรมครั้งนี้

5. ผู้วิจัยให้ผู้เข้ารับการอบรมแต่ละคน แลกเปลี่ยนถึงสิ่งที่ได้รับจากการอบรมครั้งนี้ทั้งหมด และการนำไปประยุกต์ใช้

6. ผู้วิจัยให้ผู้เข้ารับการอบรม แต่ละคนกล่าวความในใจเกี่ยวกับการเข้ารับการอบรมในครั้งนี้

ขั้นยุติ

7. ผู้วิจัยเปิดโอกาสให้ผู้เข้ารับการอบรมซักถามข้อสงสัย

8. ผู้วิจัยให้ผู้เข้ารับการอบรมตอบแบบวัดการบริหารจัดการสมอง (Post-test) โดยใช้เวลา 10 นาที

9. ผู้วิจัยกล่าวขอบคุณ ผู้เข้ารับการอบรมทุกคน ที่เข้าร่วมการอบรมครั้งนี้ ด้วยความตั้งใจ และให้กำลังใจ ในการบริหารจัดการสมอง อันจะนำไปสู่การลดพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม เช่น พฤติกรรมก้าวร้าว

10. ผู้วิจัยกล่าวยุติการอบรม

11. ผู้วิจัยและผู้เข้ารับการอบรม ร่วมกันปรบมือให้กำลังใจ และสวมกอดกัน ก่อนแยกย้ายกัน

การประเมินผล

1. ความร่วมมือในการทำกิจกรรม

2. การทำแบบทดสอบ

ผู้ศึกษาที่มีความสนใจชุดฝึกอบรมทางจิตวิทยาเพื่อพัฒนาหน้าที่การบริหารจัดการสมอง

ติดต่อทาง Line ID : Sailomkup



ภาคผนวก จ

แบบสังเกตพฤติกรรมกำารร่าวนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น

แบบสังเกตพฤติกรรมก้าวร้าว

ชื่อ - สกุลนักเรียน.....ห้องเรียน.....ระดับชั้นเรียน.....

ชื่อ-สกุลผู้ให้ข้อมูล..... ครูผู้สอน ครูที่ปรึกษา

ครูแนะแนว ฝ่ายกิจการนักเรียน (คุณครูทำเครื่องหมาย / ใน ให้ตรงกับตำแหน่ง)

คำชี้แจง ให้คุณครูทำเครื่องหมาย / ในช่อง ปฏิบัติ และ ไม่ปฏิบัติ จากการสังเกตพฤติกรรมก้าวร้าว

5	คะแนน	การแปลผล	ปฏิบัติพฤติกรรมมากที่สุด
4	คะแนน	การแปลผล	ปฏิบัติพฤติกรรมมาก
3	คะแนน	การแปลผล	ปฏิบัติพฤติกรรมปานกลาง
2	คะแนน	การแปลผล	ปฏิบัติพฤติกรรมน้อย
1	คะแนน	การแปลผล	ปฏิบัติพฤติกรรมน้อยที่สุด

ลำดับ	พฤติกรรมก้าวร้าว	ระดับพฤติกรรม					
		1	2	3	4	5	ค่าเฉลี่ย
1	เมื่อมีใครทำให้นักเรียนโกรธ หรือไม่พอใจ นักเรียนมักจะใช้ถ้อยคำที่หยาบคาย น้ำเสียงที่ดุตัน แม่เพื่อนจะกล่าวคำขอโทษ นักเรียนก็ไม่สามารถควบคุมอารมณ์ตนเองได้						
2	นักเรียนทำลายทรัพย์สินของโรงเรียน และทรัพย์สินของครูที่จนเกิดความเสียหาย						
3	นักเรียนใช้คำพูดล้อเลียนชื่อพ่อแม่ของเพื่อน การเหยียดหยามปมด้อยของผู้อื่น แม้ว่าผู้อื่นจะนั่งอยู่เฉย ๆ						
4	นักเรียนทำร้ายร่างกายของผู้อื่นด้วย การใช้อาวุธ						
5	นักเรียนมีเรื่องทะเลาะวิวาทกับเพื่อนร่วมโรงเรียน						
6	นักเรียนมีพฤติกรรมรวมกลุ่มกับบุคคลจากภายนอกเพื่อยกพวกชกต่อยกับเพื่อนต่างโรงเรียน						
7	นักเรียนมักจะใช้ถ้อยคำที่ไม่สุภาพ พูดจาด้วยคำหยาบคาย รวมทั้งการใช้คำลามก กับเพื่อนร่วมห้องเรียนเป็นประจำ						

ลำดับ	พฤติกรรมก้าวร้าว	ระดับพฤติกรรม					
		1	2	3	4	5	ค่าเฉลี่ย
8	นักเรียนฝ่าฝืนกฎระเบียบของโรงเรียน โดยนำภาพไปเปลือย หรือ คลิปวีดีโอการมีเพศสัมพันธ์ รวมไปถึงภาพของสารเสพติดชนิดต่าง ๆ มาให้เพื่อนๆร่วมห้องเรียนดู						
9	นักเรียนมีพฤติกรรมชู้สาว อนาคต และ ส่อไปในทางการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร						
10	นักเรียนนำสารเสพติดเข้ามาในโรงเรียนและเชิญชวน หรือ บังคับให้เพื่อนร่วมห้องเรียนได้ทดลองใช้						
11	นักเรียนมีส่วนเกี่ยวข้องกับการค้ายาเสพติด มีการซื้อเกี่ยวกับผู้ค้ายาเสพติดจากภายนอก						
12	นักเรียนแสดงอาการไม่พอใจ เมื่อครูผู้สอน หรือ ครูประจำชั้นให้ทำการบ้าน หรือสิ่งที่ตนเองไม่มี ความชื่นชอบ						
13	นักเรียนแสดงอาการตะโกนเสียงดังด้วยถ้อยคำที่ไม่สุภาพ การขว้างปาสิ่งของทั้งของตนเองและของผู้อื่น ลูกขึ้นเดินจากที่นั่งตนเองด้วยความหงุดหงิด เมื่อโดนครูว่ากล่าวตักเตือน						
14	นักเรียนต่อปากต่อคำกับครู ด้วยถ้อยคำที่ไม่สุภาพ						
15	นักเรียนใช้คำพูดด้วยน้ำเสียงที่ดูด้น ต่อปากต่อคำกับคุณครู						
16	นักเรียนมีพฤติกรรมหนีเรียน และ แอบไปหลบซ่อนตามจุดต่าง ๆ ของโรงเรียน						
17	นักเรียนแอบหนีเข้าและออกจากโรงเรียนทาง กำแพงของโรงเรียนและชวนเพื่อน ๆ ในห้องเรียนให้ปฏิบัติตาม						
18	นักเรียนแต่งกายผิดระเบียบของโรงเรียน เมื่อครูตักเตือนนักเรียนก็ไม่ปฏิบัติตาม						

ลำดับ	พฤติกรรมก้าวร้าว	ระดับพฤติกรรม					
		1	2	3	4	5	ค่าเฉลี่ย
19	นักเรียนมีผลการเรียนที่เป็น 0 จำนวน 5 วิชา ขึ้นไป และไม่ติดตามในการแก้ไข						
20	นักเรียนขาดเรียนเกิน 50 % ของเวลาเรียนทั้งหมด และหมดสิทธิ์สอบในหลาย ๆ วิชา						



ประวัติผู้วิจัย

ชื่อ	นายสุภสวัสดิ์ กาญจจิตร
วัน เดือน ปีเกิด	27 กันยายน 2534
สถานที่เกิด	อำเภอเมือง จังหวัดพังงา
ประวัติการศึกษา	ครุศาสตรบัณฑิต สังคมศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏภูเก็ต พ.ศ. 2558
สถานที่ทำงาน	กลุ่มสาระสังคมศึกษา ศาสนาและวัฒนธรรม โรงเรียนเวียงสระ จังหวัดสุราษฎร์ธานี สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาสุราษฎร์ธานี ชุมพร
ตำแหน่ง	ครูผู้ช่วย กลุ่มสาระสังคมศึกษา ศาสนาและวัฒนธรรม โรงเรียนเวียงสระ

