

# การพัฒนา รูปแบบการส่งเสริมสุขภาพจิตครอบครัวเด็กและเยาวชนที่กระทำผิด

นางจรรุ่งฤดี ญัฐรังสี

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาโท สาขาจิตวิทยาพัฒนาการ มหาวิทยาลัยบูรพา  
วิชาเอกการพัฒนาครอบครัวและสังคม สาขาวิชามนุษยนิเวศศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช

พ.ศ. 2550

**The Development of Family Mental Health Promotion among Juvenile  
Delinquents Model**

**Mrs. Jirungkoon Nuttharungsri**

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements for  
the Degree of Master of Home Economics in Family and Social Development

School of Human Ecology

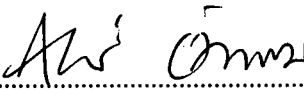
Sukhothai Thammathirat Open University

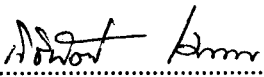
2007

หัวข้อวิทยานิพนธ์ การพัฒนารูปแบบการส่งเสริมสุขภาพจิตครอบครัวเด็กและเยาวชนที่กระทำผิด  
ชื่อและนามสกุล นางจิ่งกูร ญัฐรังสี  
วิชาเอก การพัฒนาครอบครัวและสังคม  
สาขาวิชา มนุษยนิเวศศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช  
อาจารย์ที่ปรึกษา 1. รองศาสตราจารย์อำไพรัตน์ อักษรพรหม  
2. อาจารย์ ดร.นิธิพัฒน์ เมฆขจร

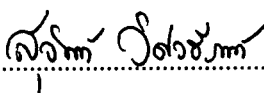
คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ได้ให้ความเห็นชอบวิทยานิพนธ์ฉบับนี้แล้ว

..... กศ ม่อ ๑๔ ก ๖ ๑ ๗ ..... ประธานกรรมการ  
(อาจารย์ทัศนีย์ ตันทวีวงศ์)

.....  ..... กรรมการ  
(รองศาสตราจารย์อำไพรัตน์ อักษรพรหม)

.....  ..... กรรมการ  
(อาจารย์ ดร.นิธิพัฒน์ เมฆขจร)

คณะกรรมการบัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช อนุมัติให้รับวิทยานิพนธ์  
ฉบับนี้ เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต วิชาเอก  
การพัฒนาครอบครัวและสังคม สาขาวิชามนุษยนิเวศศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช

.....  ..... ประธานกรรมการบัณฑิตศึกษา  
(รองศาสตราจารย์ ดร.สุจินต์ วิศวธีรานนท์)  
วันที่...13...เดือน... พฤศจิกายน ..... พ.ศ..... 2551....

ชื่อวิทยานิพนธ์ การพัฒนารูปแบบการส่งเสริมสุขภาพจิตครอบครัวเด็กและเยาวชนที่กระทำผิด  
ผู้วิจัย นางจรัสกร ฌุจรัสสิ ปริญา คหกรรมศาสตรมหาบัณฑิต (การพัฒนาคอร์วและสังคม)  
อาจารย์ที่ปรึกษา (1) รองศาสตราจารย์อ่ำไพรัตน์ อักษรพรหม (2) อาจารย์ ดร.นิริพัฒน์ เมฆจร  
ปีการศึกษา 2550

## บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อ (1) ศึกษาความต้องการการพัฒนารูปแบบการส่งเสริมสุขภาพจิตครอบครัวเด็กและเยาวชนที่กระทำผิด (2) พัฒนารูปแบบการส่งเสริมสุขภาพจิตครอบครัวเด็กและเยาวชนที่กระทำผิด (3) ประเมินรูปแบบการส่งเสริมสุขภาพจิตครอบครัวของเด็กและเยาวชนที่กระทำผิด ขั้นตอนการวิจัยมี 5 ระยะดังนี้ (1) วิเคราะห์สถานการณ์และศึกษาความต้องการส่งเสริมสุขภาพจิตในครอบครัวของเด็กและเยาวชนที่กระทำผิด (2) สร้างรูปแบบการส่งเสริมสุขภาพจิตครอบครัวเด็กและเยาวชนที่กระทำผิด (3) ทดลองใช้รูปแบบการส่งเสริมสุขภาพจิต (4) ดำเนินกิจกรรมตามรูปแบบที่สร้างขึ้น (5) ประเมินผลรูปแบบการส่งเสริมสุขภาพจิต

กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยคัดเลือกแบบเจาะจงได้แก่ เด็กและเยาวชนที่กระทำผิด จำนวน 30 คน ผู้ปกครองจำนวน 20 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วย แบบประเมินการทำหน้าที่ครอบครัว แบบประเมินความสุขและแบบประเมินสัมพันธภาพในครอบครัว ทดลองใช้และหาค่าความเชื่อมั่นตามสูตรสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาคมีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.92, 0.90 และ 0.96 ตามลำดับ รูปแบบที่ใช้ในการส่งเสริมสุขภาพจิตครอบครัวเด็กและเยาวชนที่กระทำผิดที่สร้างขึ้นคือ (1) แผนการจัดกิจกรรมกลุ่มสำหรับเด็กและเยาวชนจำนวน 8 แผน ได้แก่ ความเข้าใจ พ่อของฉัน แม่ที่แสนดี ความแตกต่างของคน ความรู้สึกและประสบการณ์ในอดีต การมองข้อดีของตนเอง และจุดมุ่งหมายในชีวิตซึ่งกิจกรรมเหล่านี้มีเป้าหมายให้เด็กเกิดการเรียนรู้เพื่อเข้าใจตนเองและผู้อื่นจนนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงตนเองไปในทางที่ดีมีความสุขและนำไปสู่การสร้างสัมพันธภาพที่ดีในครอบครัว (2) แผนการจัดกิจกรรมกลุ่มสำหรับผู้ปกครองจำนวน 6 แผน ได้แก่ เข้าใจวัยรุ่น เปิดใจให้กัน สื่ออย่างไรให้ใจเป็นสุข บทบาทการเป็นพ่อแม่ ครอบครัวของฉันและแผนที่ความสุขซึ่งกิจกรรมเหล่านี้มีเป้าหมายให้ผู้ปกครองได้เปิดใจและมีการทบทวนบทบาทตนเองส่งผลให้ผู้ปกครองเกิดความเข้าใจตนเองและเข้าใจเด็กจนนำไปสู่การสร้างสัมพันธภาพที่ดีของครอบครัว สถิติที่ใช้ทดสอบคือ Wilcoxon W test

จากการประเมินเบื้องต้นพบว่าผู้ปกครองมีความพึงพอใจต่อการทำหน้าที่ครอบครัวในระดับปานกลางคิดเป็นร้อยละ 40 และผลการวิจัยพบว่ากลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมกิจกรรมตามรูปแบบที่สร้างขึ้น ทั้งกลุ่มเด็กและเยาวชนรวมทั้งกลุ่มผู้ปกครองมีคะแนนความสุขและสัมพันธภาพในครอบครัวเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

คำสำคัญ การส่งเสริมสุขภาพจิต ครอบครัว เด็กและเยาวชนที่กระทำผิด

**Thesis title:** The Development of Family Mental Health Promotion among Juvenile Delinquents Model

**Researcher:** Mrs. Jirungkoon Nuttharungsri; **Degree:** Master of Home Economics (Family and Social Development);

**Thesis advisors:** (1) Ampairat Aksomprom, Associate Professor; (2) Dr. Nitipat Mekkachorn; **Academic year:** 2007

## ABSTRACT

The purposes of this research were to: (1) study the needs for development of a model for mental health enhancement of the families of juvenile delinquents; (2) develop a model for mental health enhancement of the families of juvenile delinquents; and (3) evaluate the model for mental health enhancement of the families of juvenile delinquents. This research comprised five following steps: (1) analysis of current situation and study the needs for mental health enhancement of the families of juvenile delinquents; (2) development of a model for mental health enhancement; (3) try-out with the developed model for mental health enhancement; (4) undertaking activities based on the developed model; and (5) evaluation of the developed model for mental health enhancement.

The research sample consisted of 30 juvenile delinquents and 20 parents, all of which were obtained by purposive sampling. The employed research instruments included a scale for assessment of family duty performance, a happiness assessment scale, and a family relationship assessment scale with the Cronbach alpha coefficients of .92, .90, and .96 respectively. The developed model for mental health enhancement of the families of juvenile delinquents comprised (1) eight activity plans for children and youths, namely, Confided Thoughts, My Father, My Extremely Nice Mother, People's Difference, Past Feelings and Experiences, Considering One's Good Points, and Purposes of Life, all of which were aimed at enabling children to gain learning to understand oneself and others leading to transforming oneself into a better person with happiness and good relationships with family members; and (2) six group activity plans for parents, namely, Understanding Adolescents, Open up the Mind for Each Other, How to Communicate for Mental Happiness, Roles of Parents, My Family, and Happiness Map, all of which were aimed at enabling parents to open up their minds and review their own roles resulting in parents gaining understanding of oneself and their children leading to the creation of good family relationship. The employed statistics for testing was the Wilcoxon W test.

From preliminary evaluation, it was found that parents were satisfied with carrying out their family duty at the moderate level (40 percent), and research findings indicated that the sample group participating in the activities based on the developed model, including children, youths and parents increased their happiness scores and family relationship scores significantly at the .01 level.

**Keywords:** Mental health enhancement, Family, Juvenile Delinquent

## กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์เล่มนี้สำเร็จลุล่วงลงได้อย่างสมบูรณ์ด้วยความกรุณาอย่างยิ่งจากผู้มีส่วนเกี่ยวข้องทุกท่าน ซึ่งท่านแรกที่จะกล่าวถึงคือ รองศาสตราจารย์ อำไพรัตน์ อักษรพรหม ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ที่ดูแลเอาใจใส่ในทุกขั้นตอนของการทำวิทยานิพนธ์ โดยเฉพาะการเปิดมุมมองทางความคิดและการเชื่อมโยงให้เห็นถึงการพัฒนางานวิชาการจากงานประจำที่ทำอยู่ จนทำให้ผู้วิจัยมีแรงจูงใจอย่างสูงที่จะพัฒนางานวิชาการภายใต้กระบวนการทำวิทยานิพนธ์ในครั้งนี้และสามารถดำเนินการวิจัยตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งและขอขอบคุณเป็นอย่างสูง

ขอขอบคุณ อาจารย์ ดร. นิธิพัฒน์ เมฆขจร ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม ที่กรุณาให้เกิดมุมมองและข้อเสนอแนะที่เป็นประโยชน์ต่อการทำวิทยานิพนธ์ให้เกิดความสมบูรณ์ยิ่งขึ้น

ขอขอบคุณผู้อำนวยการศูนย์ฝึกอบรมเด็กและเยาวชนเขต ๕ ที่เห็นความสำคัญในงานส่งเสริมสุขภาพจิตเด็กและเยาวชนที่กระทำผิดและครอบครัว โดยสนับสนุนบุคลากรทั้งนักจิตวิทยา พนักงานคุมประพฤติ นักสังคมสงเคราะห์ พยาบาลวิชาชีพในศูนย์ฝึกอบรมเด็กและเยาวชนเข้าร่วมวิจัยตลอดกระบวนการและให้การสนับสนุนข้อมูลต่างๆ รวมถึง วัสดุ อุปกรณ์และสถานที่ตลอดจนการประสานงานที่เอื้อต่อการทำวิทยานิพนธ์จนเกิดความสำเร็จ

ขอขอบคุณ นางอรอินทร์ ขำคม และนางกนกรวรรณ วงศ์ชิง เพื่อนร่วมงานที่ดีเยี่ยมที่มีส่วนช่วยเหลือในการพัฒนารูปแบบการส่งเสริมสุขภาพจิตครอบครัวเด็กและเยาวชนที่กระทำผิดในครั้งนี้

ขอขอบคุณผู้บังคับบัญชา พี่ น้องและครอบครัวอันเป็นที่รักยิ่งรวมทั้งผู้มีส่วนเกี่ยวข้องที่ไม่อาจกล่าวนามได้ทั้งหมด ตลอดจนครอบครัวของเด็กและเยาวชนที่กระทำผิดที่มีส่วนสนับสนุนการพัฒนารูปแบบการส่งเสริมสุขภาพจิตครอบครัวเด็กและเยาวชนที่กระทำผิด ซึ่งเป็นกระบวนการที่สำคัญของการทำวิทยานิพนธ์ครั้งนี้ จนสำเร็จลุล่วงตามวัตถุประสงค์ทุกประการ

จิรังกูร ญัฐรังสี

กรกฎาคม 2551

## สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
กิตติกรรมประกาศ.....	ฉ
สารบัญตาราง.....	ฉ
สารบัญภาพ.....	ญ
บทที่ 1 บทนำ.....	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
วัตถุประสงค์การวิจัย.....	5
กรอบแนวคิดการวิจัย.....	5
ขอบเขตของการวิจัย.....	6
ข้อจำกัดในการวิจัย.....	6
นิยามศัพท์เฉพาะ.....	6
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ.....	8
บทที่ 2 วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง.....	9
แนวคิดทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการกระทำผิด.....	9
การเสริมสร้างความสัมพันธ์ในครอบครัวและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	16
การประเมินสุขภาพจิตครอบครัว.....	21
แนวคิดการจัดกิจกรรมแบบมีส่วนร่วม (Participatory Learning).....	24
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	39
ขั้นตอนการวิจัย.....	39
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	41
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	42
การเก็บและรวบรวมข้อมูล.....	43
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	44

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
บทที่ 4 ผลการศึกษา.....	46
ผลการศึกษาระยะที่ 1 วิเคราะห์สถานการณ์และศึกษาความต้องการเสริมสร้าง ความสัมพันธ์ในครอบครัวของเด็กและเยาวชนที่กระทำผิด.....	47
ผลการศึกษาระยะที่ 2 สร้างรูปแบบการเสริมสร้างความสัมพันธ์ในครอบครัว.....	55
ผลการศึกษาระยะที่ 3 ตรวจสอบและทดสอบใช้รูปแบบที่สร้างขึ้น .....	58
ผลการศึกษาระยะที่ 4 การจัดกิจกรรมตามรูปแบบที่พัฒนา .....	58
ผลการศึกษาระยะที่ 5 การประเมินผลรูปแบบการส่งเสริมสุขภาพจิต .....	59
บทที่ 5 สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ .....	66
สรุปการวิจัย .....	66
อภิปรายผลการวิจัย .....	67
ข้อเสนอแนะ .....	72
บรรณานุกรม .....	73
ภาคผนวก.....	80
ก เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	81
ข โปรแกรมส่งเสริมสุขภาพจิต.....	89
ค รายนามผู้เชี่ยวชาญ.....	164
ง จดหมายขอความอนุเคราะห์.....	166
จ เกียรติบัตรผู้นำเสนอผลงานวิจัยแบบบรรยาย .....	168
ประวัติผู้วิจัย.....	170



สารบัญตาราง

	หน้า
ตารางที่ 2.1 ประเภทของกลุ่มและรายละเอียดในการเลือกใช้.....	26
ตารางที่ 2.2 องค์ประกอบของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม และลักษณะเฉพาะ ของการสอนความรู้.....	28
ตารางที่ 2.3 องค์ประกอบของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม และลักษณะเฉพาะ ของการสอนเจตคติ .....	29
ตารางที่ 2.4 สรุปขั้นตอนและกิจกรรมการสอนเจตคติ .....	30
ตารางที่ 2.5 องค์ประกอบของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม และลักษณะเฉพาะของการสอนทักษะ	34
ตารางที่ 2.6 สรุปขั้นตอนและกิจกรรมการสอนทักษะ.....	36
ตารางที่ 4.1 ความถี่และร้อยละของผู้ปกครองเด็กและเยาวชนที่กระทำผิดที่มีความคิดเห็น ต่อความพึงพอใจในการทำหน้าที่ครอบครัว .....	52
ตารางที่ 4.2 แสดงรายชื่อแผนกิจกรรมที่ใช้ดำเนินการในกลุ่มเด็กและเยาวชน .....	55
ตารางที่ 4.3 รายชื่อแผนกิจกรรมที่ใช้ดำเนินการในกลุ่มพ่อแม่หรือผู้ปกครอง .....	57
ตารางที่ 4.4 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างเด็กและเยาวชนที่กระทำผิด.....	59
ตารางที่ 4.5 เปรียบเทียบค่าคะแนนเฉลี่ยลำดับที่ของการประเมินความสุขของเด็กและเยาวชน ที่กระทำผิดก่อนและหลังดำเนินกิจกรรมกลุ่ม.....	61
ตารางที่ 4.6 เปรียบเทียบค่าคะแนนเฉลี่ยลำดับที่การรับรู้ต่อสัมพันธภาพในครอบครัวของเด็ก และเยาวชนก่อนและหลังการดำเนินกิจกรรมกลุ่ม .....	61
ตารางที่ 4.7 เปรียบเทียบค่าคะแนนเฉลี่ยลำดับที่ของการประเมินความสุขของบิดา มารดา และ ผู้ปกครองและเยาวชนที่กระทำผิดก่อนและหลังการดำเนินกิจกรรมกลุ่ม .....	64
ตารางที่ 4.8 เปรียบเทียบค่าคะแนนเฉลี่ยลำดับที่การรับรู้ต่อสัมพันธภาพในครอบครัวของบิดา มารดา และผู้ปกครองเด็กและเยาวชนก่อนและหลังการดำเนินกิจกรรมกลุ่ม.....	64

ญ

## สารบัญภาพ

	หน้า
ภาพที่ 2.1 องค์ประกอบ 4 ประการของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม .....	25
ภาพที่ 4.1 อาคารอำนวยการ ศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนเขต 5 จังหวัดอุบลราชธานี .....	47
ภาพที่ 4.2 ศาลาญาติเยี่ยมภายในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนเขต 5 อุบลราชธานี .....	48
ภาพที่ 4.3 แสดงตำแหน่งอาคารต่าง ๆ ของศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนเขต 5 .....	49
ภาพที่ 4.4 โครงสร้างการบริหารภายในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนเขต 5 .....	50

## บทที่ 1

### บทนำ

#### 1. ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

เด็กและเยาวชนเป็นทรัพยากรที่มีค่าและมีความสำคัญต่อการพัฒนาประเทศ ถ้าเด็กและเยาวชนได้รับการเลี้ยงดูที่ดี มีพัฒนาการที่เหมาะสมจะทำให้เด็กและเยาวชนเป็นกำลังสำคัญและสร้างประโยชน์ให้กับประเทศชาติได้ในอนาคตและในทางตรงกันข้ามถ้าหากเด็กและเยาวชนไม่ได้รับการเลี้ยงดูที่ดีและขาดการส่งเสริมพัฒนาการตลอดจนการเรียนรู้ที่เหมาะสม เมื่อเติบโตขึ้นก็จะสร้างปัญหาให้ครอบครัว สังคมและประเทศชาติ ดังจะเห็นได้จากปัญหาเด็กและเยาวชนที่กระทำผิดจากสาเหตุต่าง ๆ อาทิ ลักทรัพย์ อาชญากรรม ยาเสพติด ซึ่งจากข้อมูลของกลุ่มงานข้อมูลและสารสนเทศ สำนักพัฒนาระบบงานยุติธรรมเด็กและเยาวชน กรมพินิจ กระทรวงยุติธรรมพบว่าเด็กและเยาวชนที่ถูกดำเนินคดีโดยสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนทั่วประเทศระหว่างเดือนมกราคมถึงมีนาคม 2550 มีอายุระหว่าง 15-18 ปีมีจำนวนทั้งสิ้น 9,768 คนเป็นชาย 8,999 คนเป็นหญิงจำนวน 769 คนเมื่อจำแนกตามสาเหตุของการกระทำผิดส่วนใหญ่มาจากการคบเพื่อน ความฉีกคะนองและความรู้เท่าไม่ถึงการณ์รวมทั้งสิ้นจำนวน 7,692 คน ในขณะเดียวกันเมื่อพิจารณาจำนวนเด็กและเยาวชนที่ถูกศาลพิพากษาให้เข้ารับการฝึกอบรมในศูนย์ฝึกและอบรมทั่วประเทศเฉลี่ยต่อวันระหว่างเดือนกุมภาพันธ์ ถึง มีนาคม 2550 มีจำนวน 5,908 และ 6,136 คนตามลำดับ (WWW.djop.moj.go.th.stat/upload\_stat/4-1-2 คำนวันที่ 1 พฤษภาคม 2550) จะเห็นได้ว่าจำนวนเด็กและเยาวชนที่กระทำผิดมีจำนวนเพิ่มขึ้นทั้งๆที่กรมพินิจได้มีนโยบายให้เด็กที่กระทำผิดอยู่ระหว่างคุมประพฤติและให้ได้รับการดูแลจากคนในครอบครัวและชุมชนมากขึ้น ในขณะที่เด็กและเยาวชนกระทำผิดที่อยู่ในความดูแลของศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนเขต 5 ณ เดือนมีนาคม 2550 มีจำนวนทั้งสิ้น 220 คน ส่วนใหญ่เป็นเพศชายซึ่งเด็กที่กระทำผิดเหล่านี้เมื่อถูกจับและถูกตัดสินพิพากษาให้เข้ารับการฝึกอบรมในศูนย์ฝึกอบรมเด็กและเยาวชน เพื่อรับการอบรมขัดเกลา แก้ไขฟื้นฟู สงเคราะห์ และคุมประพฤติ พบว่าร้อยละ 80 ของเด็กและเยาวชนที่กระทำผิดล้วนแล้วแต่มีความเกี่ยวข้องกับการปฏิบัติหน้าที่ของครอบครัวหรือเกิดความบกพร่องในการปฏิบัติพัฒนกิจของครอบครัวโดยส่วนใหญ่เด็กและเยาวชนที่กระทำผิดเหล่านี้มาจากครอบครัวแตกแยก และขาดแหล่งสนับสนุนทางสังคม (บุญชัย นวมงคลวัฒนา และคณะ 2546)

จากปัญหาดังกล่าวส่วนหนึ่งเป็นผลมาจากการทำหน้าที่ในการอบรมเลี้ยงดูหรือ การปฏิบัติพัฒนกิจของครอบครัวที่บกพร่อง ขาดความสมบูรณ์ ดังมีรายงานการวิจัยที่วิเคราะห์ ให้เห็นถึงสถานการณ์และองค์ความรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงดูเด็กในประเทศไทยที่พบว่ากรณีที่ครัวเรือนมี ขนาดเล็กกลางจากครอบครัวขยายกลายเป็นครอบครัวเดี่ยว การอพยพย้ายถิ่น การที่สตรีมีโอกาสเข้าร่วม ในตลาด แรงงานเพิ่มขึ้น จึงเป็นสาเหตุหลักที่ทำให้สถาบันครอบครัวลดบทบาทของการอบรมเลี้ยงดู เด็กลงไป ทำให้เด็กไม่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูให้มีพัฒนาการทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมและ สติปัญญาอย่างเหมาะสมตามวัย (กุศล สุนทรธาดา และคณะ 2541) ดังจะเห็นได้จากการที่พ่อแม่ไม่มี เวลาเลี้ยงดูลูกแต่ละให้วัตถุสิ่งของเพื่อเป็นการชดเชยที่ไม่มีเวลาอบรมเลี้ยงดู ซึ่งสถานการณ์ที่เกิดขึ้น ได้สะท้อนให้เห็นว่าครอบครัวขาดความตระหนักในการอบรมเลี้ยงดูลูกทั้ง ๆ ที่ครอบครัวเป็นสถาบัน แรกที่จะต้องให้การอบรมเลี้ยงดูและรับผิดชอบโดยตรงที่จะต้องให้การดูแลทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม ตลอดจนสนับสนุนส่งเสริมให้เด็กได้รับการศึกษา มีทักษะชีวิตที่จะทำให้สามารถ ดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข จะเห็นได้ว่าสิ่งเหล่านี้ล้วนเป็นผลจากการทำหน้าที่ของ ครอบครัวทั้งสิ้น

นโยบายและยุทธศาสตร์การพัฒนาสถาบันครอบครัว พ.ศ.2547-2556(2547) ที่ กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ได้กำหนดภารกิจหลักที่สำคัญคือการสร้างความ เข้มแข็งของสถาบันครอบครัวที่จะต้องได้รับความร่วมมือจากทุกภาคส่วน ในการผลักดันให้เกิด การสร้างความเข้มแข็งของสถาบันครอบครัว เพราะครอบครัวเป็นสถาบันที่สำคัญที่สุดของสังคม มีหน้าที่หล่อหลอมและอบรมขัดเกลาความเป็นมนุษย์ให้แก่สมาชิกของครอบครัว ด้วยการอบรม เลี้ยงดูให้ความรัก ความเอื้ออาทร ความช่วยเหลือเกื้อกูลกันพร้อมทั้งปลูกฝังคุณธรรมจริยธรรม ค่านิยมและถ่ายทอดวัฒนธรรมของสังคมให้แก่สมาชิกในครอบครัว เพื่อให้เป็นบุคคลที่มีคุณภาพมี ความพร้อมที่จะทำงานอย่างเต็มที่และสร้างสรรค์ ตลอดจนเป็นพลังสำคัญในการพัฒนาสังคมและ ประเทศชาติต่อไป ดังนั้นครอบครัวจึงมีความสำคัญและมีอิทธิพลที่สุดต่อชีวิตของสมาชิกทุกคน ในครอบครัว โดยเฉพาะเด็กและเยาวชน การพัฒนาสถาบันครอบครัวต้องคำนึงถึงการพัฒนาแบบ องค์กรวมที่ครอบคลุมทุกมิติที่เกี่ยวข้อง ทั้งด้านการพัฒนาศักยภาพของครอบครัว การสร้าง หลักประกันคุ้มครองทางสังคมของครอบครัว การสร้างระบบกลไกบริหารจัดการให้เกื้อหนุนความ เข้มแข็งของครอบครัว ตลอดจนการพัฒนาศักยภาพของเครือข่ายทางสังคมเพื่อพัฒนาครอบครัว โดยกำหนดแนวทางต่าง ๆ ให้สอดคล้องในแต่ละยุทธศาสตร์ ซึ่ง ยุพยงค์ โคตรพัฒนานนท์ (2543) ได้กล่าวถึงความสำคัญในการเตรียมความพร้อมก่อนสร้างครอบครัว ทั้งด้านการพัฒนาทักษะการ สื่อสารเพื่อสร้างและรักษาสัมพันธภาพที่ดี ดูแลเอื้ออาทรต่อกันและมีเวลาให้กันและกันรวมทั้ง การให้การอบรมเลี้ยงดูบุตรหลานให้มีพัฒนาการสมดุรอบด้านเหมาะสมตามวัย มีวินัยในตนเอง มีทักษะในการแก้ปัญหา มีคุณธรรม จริยธรรม รวมถึงค่านิยมทางเพศ มีทักษะชีวิตปฏิบัติตนเป็น

สมาชิกที่ดีของครอบครัวและพลเมืองที่ดีที่สังคมต้องการ สิ่งเหล่านี้ล้วนเป็นบทบาทที่สำคัญของครอบครัวที่พึงยึดเป็นแนวทางในการปฏิบัติหรือเป็นพันธกิจที่จำเป็นของครอบครัว ที่จะส่งผลต่อการสร้างเสริมให้เด็กและเยาวชนเป็นคนที่มีความคุณภาพ (วาสนา ขอนยาง, 2548)

การที่ครอบครัวจะสามารถรับผิดชอบในการสร้างเด็กและเยาวชน ให้เป็นคนที่มีความคุณภาพได้นั้น ครอบครัวจะต้องมีความมั่นคงมีความสามารถและมีความพร้อมในหน้าที่ความรับผิดชอบของครอบครัว ซึ่งหน้าที่หรือภารกิจหลักของครอบครัวดังกล่าว จะมีความแตกต่างกันไปตามระยะการเปลี่ยนแปลงของครอบครัวและระยะการเลี้ยงดูบุตรในแต่ละช่วงวัย ถ้าครอบครัวใดมีพันธกิจในการดูแลบุตรที่เหมาะสมก็จะส่งผลต่อคุณภาพของเด็กและเยาวชน (รจนา ภูไพบูลย์ 2541 ; จันทรเพ็ญ ชูประภาวรรณ 2540) โดยเฉพาะเด็กและเยาวชนซึ่งถือว่ายู่ในระยะเปลี่ยนผ่านจากความเป็นเด็กไปสู่วัยผู้ใหญ่ซึ่งจะต้องเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงทั้งทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม ถ้าหากเด็กและเยาวชนสามารถเผชิญและจัดการกับการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ เหล่านี้ได้เหมาะสมก็จะทำให้พัฒนาการในด้านต่าง ๆ เป็นไปด้วยดี แต่จากสถานการณ์และรายงานการวิจัยต่าง ๆ ได้สะท้อนให้เห็นถึงสภาพปัญหาของเด็กและเยาวชนโดยพบว่าเด็กและเยาวชนมีปัญหา มากกว่าวัยอื่น ๆ ไม่ว่าจะเป็นปัญหาซึมเศร้า ปัญหาการฆ่าตัวตาย ปัญหาสัมพันธภาพในครอบครัวที่เกิดจากวิธีการหรือ รูปแบบการอบรมเลี้ยงดู (ปรีชา สุวังบุตร 2543 ; บุญชัย นวมงคลวัฒนาและคณะ 2546)

จากประเด็นปัญหาที่กล่าวถึงเบื้องต้นถือเป็นตัวบ่งชี้ที่สำคัญถึงภาวะสุขภาพจิตเด็กและเยาวชน โดยเฉพาะปัญหาภาวะซึมเศร้าที่เกิดขึ้นกับเด็กและเยาวชนซึ่งพบว่าเป็นปัญหาที่มีสาเหตุเกิดจากครอบครัวที่เกี่ยวข้องในประเด็นความสัมพันธ์ภายในครอบครัว และจากการสำรวจทางระบาดวิทยาสุขภาพจิตคนไทยปี พ.ศ. 2546 พบว่าประชากรไทยอายุ 15-59 ปีจำนวน 1.2 ล้านคนเจ็บป่วยด้วยโรคซึมเศร้าในจำนวนนี้ 871,700 คนป่วยเป็นโรคซึมเศร้าชนิดรุนแรง (Major depressive disorder) และ 321,300 คนป่วยเป็นโรคซึมเศร้าเรื้อรัง (Dysthymic disorder) หรือประมาณการความชุกโรคซึมเศร้ารุนแรงร้อยละ 1.4 และยังพบว่าเด็กนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร ที่มีอายุระหว่าง 10-17 ปีมีภาวะซึมเศร้าร้อยละ 40.8 (กรมสุขภาพจิต 2546 ; พรเทพ ศิริวนารังสรรค์ 2547 ; อุมาพร ตรังคสมบัติและคูสิต ลิขนะพิชิตกุล 2541) ในขณะที่เดียวกันจากรายงานการวิจัยภาวะซึมเศร้าและการแสวงหาความช่วยเหลือของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายพบว่ามีความซึมเศร้าที่ควรได้รับการปรึกษาจากผู้ให้คำปรึกษาร้อยละ 18.3 และพบว่าสัมพันธภาพระหว่างบุคคลมีความสัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้า (ปรีชา สุวังบุตร 2543) นอกจากนี้ยังมีการวิจัยที่พบว่ามากกว่าร้อยละ 20 ของกลุ่มวัยรุ่นมีปัญหาทางอารมณ์และส่วนใหญ่มาจากอารมณ์เศร้า (Long, 1997 อ้างในปรีชา สุวังบุตร 2543) ซึ่งองค์ความรู้ที่มีอยู่เชื่อว่าโรคซึมเศร้านอกจากเป็นผลจากพันธุกรรมและความผิดปกติของสารสื่อประสาทในสมองแล้ว ยังพบว่าปัจจัยด้านจิตสังคมและ

สิ่งแวดล้อมมีผลต่อภาวะซึมเศร้า ซึ่งผู้วิจัยเชื่อว่าความผูกพันในครอบครัวน่าจะเป็นตัวแปรด้านจิตสังคมที่มีความสัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้า จนทำให้เกิดความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองลดลง โดยเฉพาะความสูญเสียของบุคคลที่ทำให้เกิดความพร่องในการทำหน้าที่ตามบทบาทต่าง ๆ ทั้งด้านครอบครัว การงาน และการดูแลตนเอง อีกทั้งทำให้คุณภาพชีวิตและความผาสุกในชีวิตลดลง

จากการทบทวนวรรณกรรมงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเด็กและเยาวชนและครอบครัวพบว่า มีงานวิจัยน้อยมากที่ศึกษาถึงลักษณะพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ เช่น การกระทำผิดของเด็กและเยาวชนที่ส่งผลกระทบต่อตนเอง ครอบครัวและสังคม โดยเฉพาะการศึกษาวิจัยที่จะตอบโจทย์ที่เป็นปัญหาครอบครัวและสังคม ซึ่งจากงานวิจัยในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน ได้สะท้อนให้เห็นความสัมพันธ์ภายในครอบครัวที่เป็นช่องว่างระหว่างเด็กและผู้ปกครองจนทำให้เกิดปัญหาสุขภาพจิตหลายประการ (บุญชัย นวมงคลวัฒนาและคณะ 2546) และจากการพูดคุยกับเด็กและเยาวชนที่กระทำผิดกลุ่มหนึ่ง ผู้วิจัยได้ข้อมูลที่เป็นปัญหาด้านเด็กและเยาวชนคือเด็กและเยาวชนมีความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองต่ำ มองตนเองในด้านลบ ขาดความมั่นใจในการดำเนินชีวิต รู้สึกมีปมด้อยในตนเอง ขาดกำลังใจและมีความวิตกกังวลในการปรับตัวเมื่อจะต้องกลับไปสู่สังคมเดิม กลัวถูกปฏิเสธจากครอบครัว ชุมชน ซึ่งมีประโยคที่เด็กกล่าวถึง "กลัวสังคมต่อต้านและไม่ให้ออกรัส" รวมทั้งขาดทักษะชีวิตซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ภูมิพงษ์ ขุนฉนวนมณี (2547) เรื่องการจำแนกประเภทการกระทำผิดของเด็กและเยาวชนที่พบว่าทัศนคติและความรู้สึกต่อตนเองของเด็กและเยาวชนรวมทั้งสัมพันธ์ภายในครอบครัว มีความเกี่ยวข้องสัมพันธ์กับการกระทำผิดและเป็นสาเหตุสำคัญที่มีส่วนทำให้เด็กและเยาวชนมีพฤติกรรมการกระทำผิดซ้ำ และจากการสัมภาษณ์บุคลากรผู้ดูแลเด็กและเยาวชนที่กระทำผิดในศูนย์ฝึกอบรมเด็กและเยาวชนเขต 5 ซึ่งเป็นผู้มีส่วนร่วมในการวิจัยครั้งนี้ ได้ให้ข้อมูลที่เป็นปัญหาด้านครอบครัว คือครอบครัวยังขาดความตระหนักในการสร้างความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองให้กับเด็กและเยาวชนที่กระทำผิด อีกทั้งยังขาดความเข้าใจในตัวเด็กและเยาวชน ที่ส่วนใหญ่เป็นวัยรุ่นรวมทั้งขาดทักษะในการสื่อสารที่จะนำไปสู่การสร้างสัมพันธ์ภาพและความผูกพันที่ดีภายในครอบครัว

ในฐานะที่ผู้วิจัยเป็นหนึ่งในทีมสุขภาพจิต ได้มีโอกาสเข้าไปทำงานร่วมเป็นองค์กรภาคีเพื่อส่งเสริมสุขภาพจิตของประชาชนกลุ่มเปราะบาง ในพื้นที่ที่รับผิดชอบรวมทั้งกลุ่มเด็กและเยาวชนตลอดจนการป้องกันปัญหาสุขภาพจิตของสมาชิกในครอบครัวของเด็กและเยาวชนที่กระทำผิดจึงมีความสนใจที่จะศึกษาสถานการณ์ของครอบครัวเด็กและเยาวชนที่กระทำผิดโดยใช้ข้อมูลต่าง ๆ ที่กล่าวถึงเบื้องต้นเป็นประเด็นคำถามเพื่อนำไปสู่การวิเคราะห์สถานการณ์ปัญหาของครอบครัวเด็กและเยาวชนที่กระทำผิดอย่างรอบด้าน รวมทั้งค้นหาวิถีเพื่อแก้ไขสภาพปัญหาที่เกิดขึ้นได้จริง โดยเฉพาะประเด็นปัญหาที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพจิตครอบครัวเพื่อทำให้เกิดความชัดเจนในการพัฒนารูปแบบการส่งเสริมสุขภาพจิตครอบครัวของเด็กและเยาวชนที่กระทำผิด ตลอดจน

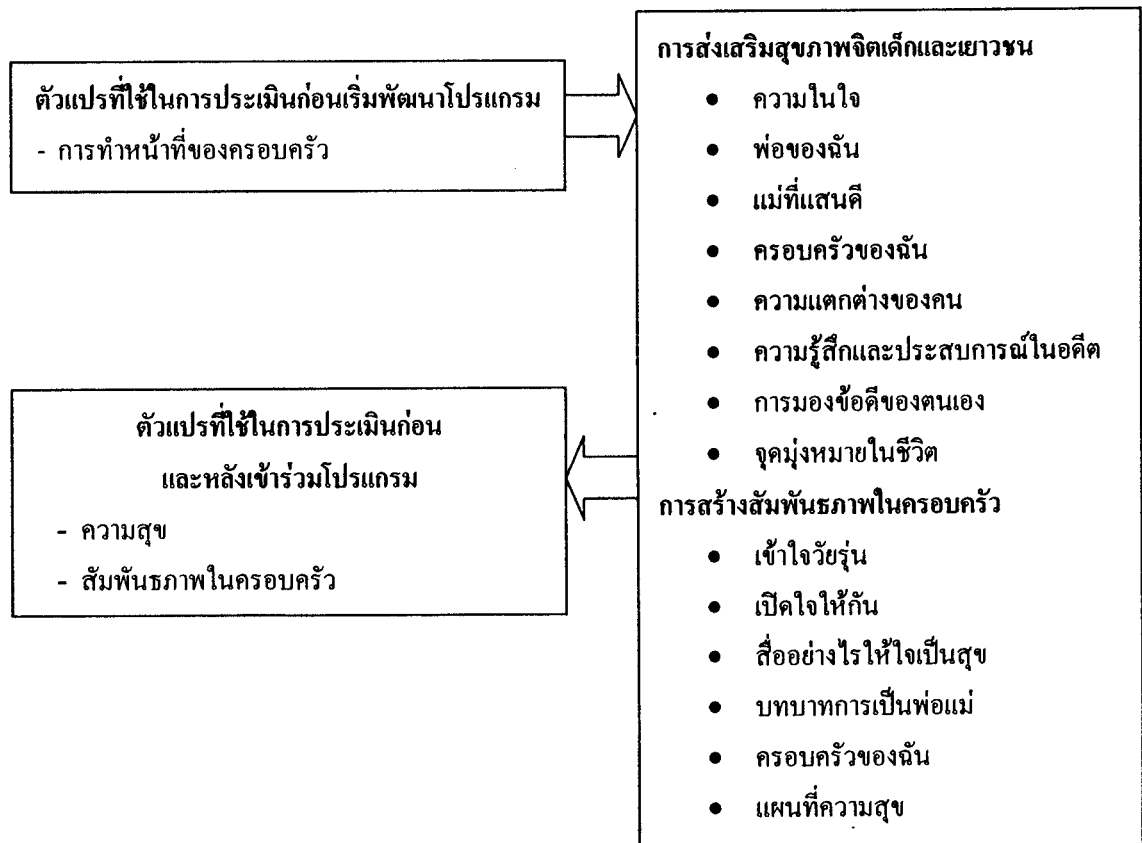
การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของเด็กและเยาวชนที่กระทำผิดให้เป็นที่พึงประสงค์ของสังคม อีกทั้งยังจะส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของบุคคลและความสุขของสมาชิกในครอบครัว ซึ่งจะก่อให้เกิดความมั่นคงของครอบครัว สังคมและประเทศชาติต่อไป

## 2. วัตถุประสงค์การวิจัย

- 2.1 เพื่อศึกษาความต้องการส่งเสริมสุขภาพจิตครอบครัวของเด็กและเยาวชนที่กระทำผิด
- 2.2 เพื่อพัฒนารูปแบบการส่งเสริมสุขภาพจิตครอบครัวของเด็กและเยาวชนที่กระทำผิด
- 2.3 เพื่อประเมินรูปแบบการส่งเสริมสุขภาพจิตครอบครัวของเด็กและเยาวชนที่กระทำผิด

## 3. กรอบแนวคิดการวิจัย

ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยที่อยู่ภายใต้การจัดการตามกระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการ (Action Research) ซึ่งกรอบแนวคิดในการดำเนินงานวิจัยครั้งนี้ มีดังนี้



#### 4. ขอบเขตของการวิจัย

การวิจัยเชิงปฏิบัติการ (Action Research) ครั้งนี้ผู้วิจัยกำหนดขอบเขตการวิจัย ไว้ดังนี้

4.1 ขอบเขตด้านเนื้อหา เรื่องการเสริมสร้างสุขภาพจิตครอบครัวของเด็กและเยาวชนที่กระทำผิดซึ่งมุ่งเน้นเพื่อให้เกิดความสัมพันธ์ที่ดีในครอบครัว โดยผู้วิจัยได้เริ่มต้นจากการทบทวนวรรณกรรมและงานวิจัยต่างๆที่เกี่ยวข้องหลังจากนั้นจึงสังเคราะห์เป็นองค์ประกอบหรือตัวแปรที่จะนำไปสู่การเสริมสร้างความสัมพันธ์ในครอบครัวโดยครอบคลุมในด้านการเข้าใจตนเองและผู้อื่น การปรับตัวและยอมรับ สัมพันธภาพและการแก้ไขข้อขัดแย้ง

4.2 ขอบเขตด้านประชากรและกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งหมายถึงเด็กและเยาวชนที่กระทำผิดและผู้ปกครอง โดยจำแนกเป็น

4.2.1 เด็กและเยาวชนที่กระทำผิดจำนวน 30 คน โดยคัดเลือกแบบเจาะจงตามเกณฑ์ที่กำหนดคือมีอายุระหว่าง 15 -18 ปีมีภูมิลำเนาอยู่ในจังหวัดอุบลราชธานี

4.2.2 บิดา มารดา หรือผู้ปกครองที่มีหน้าที่ดูแลเด็กและเยาวชนที่กระทำผิดในข้อ 4.2.1 จำนวน 20 คน

4.3 ขอบเขตด้านเวลา กำหนดระยะเวลาดำเนินการวิจัยระหว่างเดือนตุลาคม 2549 - ธันวาคม 2550 ซึ่งผู้วิจัยได้แบ่งระยะเวลาเพื่อดำเนินการตามขั้นตอนดังรายละเอียดที่นำเสนอในบทที่ 3

#### 5. ข้อจำกัดในการวิจัย

-

#### 6. นิยามศัพท์เฉพาะ

6.1 สัมพันธภาพในครอบครัว หมายถึง การสื่อสารและการแสดงออกที่สื่อถึงความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในครอบครัวโดยมีการสื่อสารกันอย่างเปิดเผย โดยเด็กและเยาวชนจะแปลความสนใจและความหวังใจของบิดามารดาไปในทางบวก ในขณะที่บิดามารดาจะรับฟังปัญหาและยอมรับในพฤติกรรมบางอย่างของเด็กและเยาวชน กล่าวที่จะพูดคุยเพื่อให้ปัญหาต่างๆชัดเจนขึ้นและนำไปสู่การแก้ไขปัญหาร่วมกัน

6.2 การส่งเสริมสุขภาพจิต หมายถึง รูปแบบ กลวิธีหรือวิธีการต่าง ๆ ที่จะนำไปสู่การสร้างความสุขสำหรับเด็กและเยาวชนที่กระทำผิด โดยรูปแบบกิจกรรมถูกกำหนดขึ้นภายใต้การคิดวิเคราะห์ วางแผนร่วมกันระหว่างนักวิจัยและผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย ทั้งนี้มีแผนกิจกรรมทั้งหมด



8 แผนสำหรับเด็กและเยาวชน และมีแผนกิจกรรมอีก 6 แผนสำหรับผู้ปกครอง บิดา มารดาและเด็ก และเยาวชน ดังมีรายละเอียดอยู่ในภาคผนวก

**6.2.1 กิจกรรมสำหรับเด็กและเยาวชน** เป็นกิจกรรมที่มีเป้าหมายหลักให้เด็กมีมุมมองต่อตนเองและคนอื่นในทางบวก มีแรงจูงใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเพื่อนำไปสู่การมีความสุขและมีสัมพันธภาพที่ดีกับสมาชิกในครอบครัวและคนอื่น ประกอบด้วยกิจกรรมต่างๆ ดังนี้ กิจกรรมที่ 1 ความในใจ (เพื่อละลายพฤติกรรม) กิจกรรมที่ 2 พ่อของฉัน กิจกรรมที่ 3 แม่ที่แสนดี กิจกรรมที่ 4 ครอบครัวของฉัน (กิจกรรม 2 และ 3 และ 4 เพื่อปรับทัศนคติต่อครอบครัวและการยอมรับการช่วยเหลือจากผู้อื่น) กิจกรรมที่ 5 ความแตกต่างของคน (เพื่อเสริมสร้างสัมพันธภาพและการแก้ไขข้อขัดแย้ง) กิจกรรมที่ 6 ความรู้สึกและประสบการณ์ในอดีต (เพื่อการเข้าใจตนเองและการผ่อนคลาย) กิจกรรมที่ 7 การมองข้อดีของตนเอง (เพื่อสร้างความภาคภูมิใจ พอใจและมีความสุข) กิจกรรมที่ 8 จุดมุ่งหมายในชีวิต (เพื่อความมั่นใจในการดำเนินชีวิต)

**6.2.2 กิจกรรมสำหรับผู้ปกครองหรือบิดา มารดา** เป็นกิจกรรมที่มีเป้าหมายหลักให้ผู้ปกครองเข้าใจในธรรมชาติของวัยรุ่นและปรับเปลี่ยนทัศนคติและการใช้ชีวิตร่วมกับเด็กและเยาวชนรวมถึงการให้โอกาสในการปรับเปลี่ยนตนเองของเด็กและเยาวชนประกอบด้วยกิจกรรมต่างๆ ดังนี้ กิจกรรมที่ 1 เข้าใจวัยรุ่น มีวัตถุประสงค์เพื่อให้เข้าใจธรรมชาติของวัยรุ่น กิจกรรมที่ 2 เปิดใจให้กัน มีวัตถุประสงค์เพื่อให้ผู้ปกครองมีโอกาสระบายความคับข้องใจ แลกเปลี่ยนวิธีการช่วยเหลือลูก กิจกรรมที่ 3 สื่ออย่างไรให้ใจเป็นสุข มีวัตถุประสงค์เพื่อให้มีการฝึกทักษะการสื่อสาร กิจกรรมที่ 4 บทบาทการเป็นพ่อแม่มีวัตถุประสงค์เพื่อให้ผู้ปกครองตระหนักในการใช้เวลาอยู่ร่วมกับลูกอย่างมีคุณภาพ กิจกรรมที่ 5 ครอบครัวของฉัน เพื่อให้เข้าใจถึงพัฒนาการในครอบครัว กิจกรรมที่ 6 แผนที่ความสุข มีวัตถุประสงค์เพื่อให้เห็นความสำคัญในสัมพันธภาพระหว่างพ่อแม่ลูกและมีแนวทางในการสร้างสัมพันธภาพในครอบครัว

**6.3 ครอบครัวเด็กและเยาวชนที่กระทำผิด** หมายถึง พ่อแม่ ผู้ปกครองที่มีหน้าที่ดูแลเด็กและเยาวชนที่กระทำผิดซึ่งถูกศาลพิพากษาให้เข้ารับการฝึกอบรมในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนเขต 5 และมีภูมิลำเนาอยู่ในจังหวัดอุบลราชธานี ที่เข้าร่วมกิจกรรมในระหว่างดำเนินการวิจัย

**6.4 เด็กและเยาวชนที่กระทำผิด** หมายถึง เด็กที่มีอายุระหว่าง 15-18 ปีที่มีภูมิลำเนาอยู่ในจังหวัดอุบลราชธานีที่ศาลคดีเด็กและเยาวชนได้มีคำพิพากษาแล้วโดยให้เข้ารับการฝึกอบรมในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนเขต 5

## 7. ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

7.1 รูปแบบการเสริมสร้างความสัมพันธ์ในครอบครัวที่สร้างขึ้นจะเป็นแนวทางการส่งเสริมสุขภาพจิตที่เป็นรูปธรรมสำหรับนำไปใช้เพื่อการส่งเสริมสุขภาพจิตในกลุ่มเด็กและเยาวชน ทั้งที่กระทำผิดและกลุ่มเด็กและเยาวชนทั่วไป

7.2 รูปแบบที่สร้างขึ้นสามารถนำมาเป็นแนวทางการพัฒนางานสุขภาพจิตที่มีฐานการคิดตามหลักวิชาการหรือใช้เป็นแผนปฏิบัติงานด้านการดูแลส่งเสริมสุขภาพจิตเด็กและเยาวชนรวมทั้งสร้างสัมพันธภาพในครอบครัวได้เป็นอย่างดี

## บทที่ 2

### วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

การทบทวนวรรณกรรมและงานวิจัยในบทนี้ผู้วิจัยได้ค้นคว้าทบทวนเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องคั้งจะนำเสนอต่อไปนี้

1. แนวคิดทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการกระทำผิด
  - 1.1 แนวคิดทางจิตวิทยา
  - 1.2 แนวคิดความสัมพันธ์ในครอบครัวและการอบรมเลี้ยงดู
2. การเสริมสร้างความสัมพันธ์ในครอบครัวและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
3. การประเมินสุขภาพจิตเด็กและครอบครัว
  - 3.1 สุขภาพของครอบครัว
  - 3.2 ความสัมพันธ์ในครอบครัวและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
4. แนวคิดการจัดกิจกรรมแบบมีส่วนร่วม

#### 1. แนวคิดทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการกระทำผิด

โดยทั่วไปแล้วทฤษฎีและแนวคิดที่เกี่ยวกับการศึกษา สาเหตุของอาชญากรรมและการกระทำความผิดของเยาวชนมีหลายแนวคิด แต่ในการทบทวนวรรณกรรมครั้งนี้ผู้วิจัยได้ทบทวนเฉพาะแนวคิดที่จะนำมาเป็นประเด็นเชื่อมโยงเพื่ออธิบายลักษณะ หรือพฤติกรรมการกระทำผิดของเด็กในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนเขต 5 ที่เกี่ยวข้องกับประเด็นที่มุ่งวิจัยเชิงปฏิบัติการที่เกี่ยวข้องกับการเสริมสร้างความสัมพันธ์ในครอบครัวครอบคลุมแนวคิดทฤษฎีสุขภาพจิต รูปแบบการเสริมสร้างความสัมพันธ์ในครอบครัว การประเมินสุขภาพจิตเด็กรวมทั้งครอบครัวและแนวคิดการจัดกิจกรรมแบบมีส่วนร่วม ซึ่งผู้วิจัยขอนำเสนอตามลำดับ ดังนี้

##### 1.1 แนวคิดทางจิตวิทยา

จากการทบทวนเอกสารวิชาการที่มีการศึกษาเกี่ยวกับการเจ็บป่วยทางจิตใจและนำไปสู่แนวทางการพัฒนาวิชาการและองค์ความรู้แก่วงการจิตเวชและจิตวิทยาซึ่งมีความแตกต่างกันและที่สำคัญมีการประยุกต์แนวความคิดทางจิตเวชมาใช้อธิบายการกระทำผิดกันอย่างแพร่หลายคั้งจะเห็นได้จากการเริ่มใช้ศัพท์คำว่า “โรค” “ความเจ็บป่วย” “พยาธิสภาพ” มาอธิบายพฤติกรรมอาชญากรรมของวัยรุ่น ในขณะเดียวกันในทางจิตวิทยาก็ถือเป็นพฤติกรรมศาสตร์ที่มุ่งค้นหาและ

เชื่อมโยงกระบวนการทางสมองกับพฤติกรรมของมนุษย์มาเป็นตัวอธิบายพฤติกรรมที่ปรากฏให้เห็น ซึ่งนักจิตวิทยาพยายามจะทำความเข้าใจว่าทำไมบุคคลจึงมีการกระทำเช่นนั้นและจากการค้นคว้าพบว่าการเจริญเติบโตของบุคคลตั้งแต่วัยเด็กจะมีพัฒนาการ ปฏิกริยาโต้ตอบและวิธีการจัดการกับปัญหาและความเครียดมาเป็นลำดับในแต่ละช่วงชีวิต โดยนักวิชาการได้นำเอาหลักวิชาทางจิตเวชและจิตวิทยาอธิบายถึงความเกี่ยวข้องกับอาชญากรรมหรือการกระทำความคิดที่รุนแรงของเด็กและเยาวชน เพราะฉะนั้นจึงมีความจำเป็นที่จะต้องมีการวิเคราะห์ตรวจสอบ วินิจฉัยอาการที่แสดงออกหรือพฤติกรรมนั้นว่าเกิดจากปัญหาทางบุคลิกภาพหรือการปรับตัว และอาจตรวจสอบถึงความเจ็บป่วยทางจิตที่ต้องนำมาใช้อธิบายพฤติกรรมอาชญากรรมด้วย

จากหลักทางวิชาการที่ซิกมันด์ ฟรอยด์ (Sigmund Freud) และกลุ่มนีโอ-ฟรอยเดียน (Neo-Freudians) (Jack E. Bynum and William E. Thompson, 1992 : 128) ที่กล่าวไว้โดยเชื่อว่าพฤติกรรมของมนุษย์ที่แสดงออกมานั้นมีแรงผลักดันและมีวัตถุประสงค์ โดยมองว่าอาชญากรรมเป็นพฤติกรรมที่เกิดจากการเก็บกด (Repressed) ที่เกิดจากการทำงานของจิตใต้สำนึก (Unconscious) และเกิดบาดแผลทางอารมณ์ (Emotional Trauma) ในทัศนะนี้อาชญากรรมจึงเป็นผลของความไม่สมดุลระหว่าง อีโก้ (Ego) และแรงขับที่ควบคุมไม่ได้ นั่นคือ อิด (Id) กับความคาดหวังของสังคมที่มีต่อพฤติกรรมของบุคคลนั้นคือ ซุปเปอร์อีโก้ (Superego) ซึ่งหลักการวิเคราะห์นี้เป็นการวิเคราะห์ถึงบุคลิกภาพของบุคคลและกระบวนการสร้างบุคลิกภาพ โดยมีหลักการและรายละเอียดการวิเคราะห์โครงสร้างบุคลิกภาพ 3 ปัจจัย คือ

อิด (Id) เป็นลักษณะของบุคลิกภาพที่ประกอบด้วยทุกสิ่งที่ดีคิดว่าแต่กำเนิดรวมถึงแรงขับตามสัญชาตญาณต่าง ๆ อิด (Id) ทำงานตามหลักของความพึงพอใจ (Pleasure Principle) และอิด (Id) จะพยายามหลีกเลี่ยงความเจ็บปวดและหาทางให้ได้รับความพึงพอใจโดยปราศจากการพิจารณาถึงความเป็นจริงจากโลกภายนอก

อีโก้ (Ego) พัฒนาขึ้นมาเพราะความจำเป็นที่ร่างกายต้องการประพฤติ ปฏิบัติในทางที่เหมาะสมกับโลกของความเป็นจริง อีโก้ (Ego) จึงทำงานตามกฎของความเป็นจริง (Reality Principle) โดยจะทดสอบสภาพความเป็นจริงของโลกภายนอกและชะลอเวลาที่จะปลดปล่อยความเครียด จนกว่าจะมีสถานการณ์แวดล้อมที่เหมาะสมเสียก่อน อีโก้ (Ego) จึงเป็นตัวกลางระหว่างแรงกดดันหรือความต้องการของ อิด (Id) และความเป็นจริงของโลกภายนอกและความต้องการของ ซุปเปอร์อีโก้ (Superego) เพื่อให้เป็นที่ยอมรับจากสังคม

ซุปเปอร์อีโก้ (Superego) เป็นลักษณะของบุคลิกภาพที่เป็นตัวแทนของคุณค่าศีลธรรมของสังคมซึ่งบิดามารดาสอนให้แก่เด็ก ซุปเปอร์อีโก้ (Superego) จึงเป็นตัวตัดสินว่าการกระทำถูกหรือผิดตามมาตรฐานของสังคม ดังนั้นขณะที่ อิด (Id) ค้นหาความพึงพอใจ อีโก้ (Ego) ทดสอบความเป็นจริง ซุปเปอร์อีโก้ (Superego) จะพยายามต่อสู้เพื่อให้ได้มาซึ่งความถูกต้องสมบูรณ์

ในช่วงชีวิตของวัยรุ่นจะมีการเปลี่ยนแปลงอย่างมากทางด้านฮอร์โมน และสภาพของจิตใจจึงทำให้เกิดความไม่สมดุลขององค์ประกอบของบุคลิกภาพทั้ง 3 โดยเกิดการต่อสู้ระหว่าง อิด (Id) และ อีโก้ (Ego) โดยที่ อิด (Id) อยู่ในสภาพเข้มแข็งในขณะที่ อีโก้ (Ego) ค่อนข้างอ่อนแอ การต่อสู้ระหว่างความขัดแย้งภายในช่วงวัยรุ่นนี้สะท้อนออกมาในลักษณะให้เห็นว่า เด็กวัยรุ่นอยากมีอิสระแต่ก็กลัวความโดดเดี่ยว อยากมีความรับผิดชอบแต่ก็มีความกังวลว่าจะไม่สามารถทำได้หรือกังวลว่าตัวเองยังด้อยอยู่ และจะมีความทุกข์ทรมานจากความต้องการทางเพศ ในขณะที่เด็กก็มักจะมี ความคับข้องใจกับข้อห้ามทางสังคมและการควบคุมจากภายใน ดังนั้นจากการต่อสู้เพื่อความสมดุลของบุคลิกภาพนี้จึงทำให้วัยรุ่นมีพฤติกรรมที่แปลก ๆ ไม่นั่นนอน มีความขัดแย้งในตัวเอง รวมทั้ง อาจมีพฤติกรรมที่เบี่ยงเบนไปจากบรรทัดฐานของสังคม

ในทางจิตวิทยามานุษยนิยมมองมนุษย์ในทางบวกและมีความเชื่อว่าบุคคลเกิดมาเหมือนผ้าขาวที่บริสุทธิ์ แต่ประสบการณ์ชีวิตและสิ่งแวดล้อมอื่น ๆ ต่างหากที่ทำให้มนุษย์แปรเปลี่ยน จิตวิทยาสาขานี้เชื่อว่ามนุษย์มีศักยภาพที่จะกระทำความดีอยู่แล้ว หรือมีพลังงูใจในขั้นพื้นฐานอยู่ในบุคลิกภาพที่จะพยายามพัฒนาตนเองให้เจริญงอกงามตามสภาพความเป็นจริง และจะพัฒนาตนเองไปข้างหน้าสู่ความงอกงาม ซึ่งเอเบรฮัม มาสโลว์ (Abraham Maslow) อ้างใน รัชชัชย ไทยเขียว : 2548 ที่ได้แบ่งความต้องการของมนุษย์เป็นลำดับขั้นดังนี้คือ

1. ความต้องการทางสรีระ ได้แก่ อากาศ อาหาร น้ำ และความสุขทางร่างกาย เหล่านี้เป็นความต้องการขั้นแรกก่อนจะก้าวไปสู่ขั้นต่อไปได้
2. ความต้องการความปลอดภัย ได้แก่ ความปรารถนาที่จะรอดพ้นจากความกลัวและความรู้สึกไม่มั่นใจ
3. ความต้องการเป็นส่วนหนึ่งของหมู่คณะ คนเราทุกคนต้องการความมั่นใจและอบอุ่นใจ ฉะนั้นจึงต้องการเป็นที่ยอมรับแม้ว่าจะจะเป็นเพียงในกลุ่มเล็ก ๆ ก็ตาม
4. ความต้องการความรัก ทุกคนมีความปรารถนาที่จะรักผู้อื่นและเป็นที่รักของผู้อื่นด้วย
5. ความต้องการเกียรติยศชื่อเสียง ซึ่งเป็นขั้นสูงสุดตามบัญญัติของ เอเบรฮัม มาสโลว์ ซึ่งเชื่อว่าคนเรามีความปรารถนาอย่างแรงกล้าที่จะรู้สึกและเข้าใจไม่เฉพาะแต่ตัวเองเท่านั้น แต่อยาก รู้จักและเข้าใจโลกที่ตนอยู่ด้วย ในแง่ดี คนเราต้องการสิ่งสวยงามและศิลปะ และปรารถนาที่จะชื่นชมในธรรมชาติที่งดงามตลอดจนสร้างสรรค์สิ่งสวยงามตามธรรมชาติด้วย

โดยทั่วไปแล้วนักจิตวิทยาเชื่อว่าเมื่อการปฏิบัติตามทางที่ถูกทำนองคลองธรรมในการตอบสนองความต้องการของตนเองถูกปิดกั้น จะเกิดความขัดแย้งในใจที่รุนแรงมากและเมื่ออยู่ในสภาพที่ขัดแย้งในใจมาก ๆ การกระทำความผิดก็เกิดขึ้นได้ ดังมีตัวอย่างการยอมประกอบอาชีพที่สังคมรังเกียจหรือที่ผิดกฎหมายเพราะความยากจนหรือตัวอย่างการทุจริต หรือการประกอบอาชญากรรมเนื่องจากคิดว่าไม่มีหนทางอื่นให้เลือกอีกแล้วก็มีตัวอย่างให้เห็นอยู่เสมอ ๆ ว่าในชนชั้น

ที่มีฐานะทางเศรษฐกิจ-สังคมระดับต่ำ อัตราการประกอบอาชีพอาชญากรรมมักจะสูงกว่าชนชั้นที่มีฐานะทางเศรษฐกิจและสังคมที่สูงขึ้น เพราะชนชั้นยากจนมีโอกาสน้อยกว่าในด้านต่าง ๆ ตั้งแต่การศึกษา การประกอบอาชีพ การเลื่อนขั้นสังคม การมีส่วนร่วมทางการเมือง จึงมีความขัดแย้งในใจมากกว่า และถ้าหากอยู่ในสิ่งแวดล้อมที่ให้แรงเสริมแก่พฤติกรรมฝืนสังคม และมีพฤติกรรมสังคมให้เห็นอยู่บ่อย ๆ พฤติกรรมฝืนสังคมก็จะมีโอกาสเกิดสูงมาก

ส่วนจิตวิทยาอีกกลุ่มหนึ่งซึ่งมีบทบาทสำคัญยิ่งในการศึกษาพฤติกรรมของมนุษย์ ก็คือ จิตวิทยาพฤติกรรมนิยม มีความเชื่อว่าพฤติกรรมมนุษย์เกิดจากการเรียนรู้สิ่งต่าง ๆ ซึ่งเป็นการสร้างความสัมพันธ์ระหว่างสิ่งเร้ากับการตอบสนองการเรียนรู้เกิดขึ้นตลอดเวลาตั้งแต่แรกเกิดจนตาย ซึ่งเกิดขึ้นอย่างจงใจและอาจเกิดโดยไม่รู้ตัว การเรียนรู้มีหลายแนวคิดไม่ว่าจะเป็นการวางเงื่อนไขแบบคลาสสิก (Classical Conditioning) โดยการนำของ พาฟลอฟ (Pavlov) การวางเงื่อนไขแบบลงมือกระทำ (Operant Conditioning) โดย บี.เอฟ.สกินเนอร์ (B.F. Skinner) นอกจากนี้ยังมีทฤษฎีการเรียนรู้จากตัวแบบ (Bandura, 1997) ที่ทำให้มนุษย์เกิดการเรียนรู้จากตัวแบบตามหลักพฤติกรรมนิยม ซึ่งเป็นจิตวิทยาฝ่ายที่เน้นการศึกษาวิจัยเชิงประจักษ์ (empirical research) ซึ่งมีการศึกษาทดลองทดสอบด้วยวิธีการทางวิทยาศาสตร์เป็นบทพิสูจน์ในขณะเดียวกันพรชัย ชันดี, รัชชัย ปิยะนิตะบุตรและ อัสวิน วัฒนพิบูลย์ (2543 : 108) เชื่อว่าพฤติกรรมมนุษย์เกิดจากการเรียนรู้และมีผลอย่างยิ่งต่อการอธิบายพฤติกรรมต่าง ๆ ของมนุษย์อย่างกว้างขวาง และแพร่หลายไป อีกทั้งยังมีอิทธิพลต่อความเชื่อในสาขาวิชาอื่น ๆ ด้วย เช่น ทางสังคมวิทยาที่เชื่อว่ามนุษย์ได้เรียนรู้แบบแผนการดำรงชีวิต กฎเกณฑ์ระเบียบต่าง ๆ ให้อยู่ร่วมกันในสังคมได้ด้วยดี เช่น ทฤษฎีความแตกต่างในการคบค้าสมาคม (Differential Association) ซึ่งเชื่อว่าพฤติกรรมอาชญากรรมเกิดจากการเรียนรู้ที่มีโชเป็นมาโดยกำเนิด

สรุปได้ว่า สาเหตุการกระทำความคิดทางจิตวิทยาเชื่อว่า การกระทำความคิดเป็นผลมาจากธรรมชาติที่ติดตัวมาแต่กำเนิด กระบวนการเรียนรู้ทางสังคมทำให้มนุษย์ควบคุมแรงผลักดันก้าวร้าวของตนเองไว้ได้ ส่วนแนวคิดจิตวิทยามานุษยนิยมมองว่าความต้องการทางสรีระเป็นความต้องการขั้นพื้นฐานที่เป็นแรงผลักดันให้กระทำความผิดเนื่องจากความขาดแคลนโดยไม่คำนึงว่าจะถูกลงโทษหรือไม่ เพียงใด และแนวคิดจิตวิทยาพฤติกรรมนิยมเป็นอีกแนวคิดหนึ่งที่เชื่อว่า การกระทำความคิดเกิดจากการเรียนรู้สิ่งต่าง ๆ การเรียนรู้เกิดขึ้นตลอดเวลาตั้งแต่แรกเกิดจนตาย ซึ่งอาจเกิดขึ้นอย่างจงใจหรือเกิดโดยไม่รู้ตัว เพราะฉะนั้นอาชญากรรมจึงน่าจะเกิดจากการเรียนรู้ซึ่ง มิใช่เป็นมาโดยกำเนิด

## 1.2 แนวคิดความสัมพันธ์ในครอบครัวและการอบรมเลี้ยงดู

ครอบครัวเป็นปัจจัยสำคัญที่มีอิทธิพลทำให้คนกระทำความผิดได้ เนื่องจากครอบครัวเป็นสถาบันแรกที่ทำหน้าที่อบรมขัดเกลานิสัย (Socialization) ปูทางฝังค่านิยม สั่งสอนให้รู้จักผิดชั่วชอบดี สอนให้รู้จักหน้าที่ของตนในฐานะสมาชิกคนหนึ่งของสังคมและเป็นสถาบันแรกที่พัฒนาเด็ก

ในด้านอารมณ์ สติปัญญา ศิลธรรมและสังคม มีการวิจัยที่ชี้ให้เห็นว่า หากครอบครัวย่อหย่อน ไม่สามารถควบคุมเยาวชนและขาดความเข้มแข็งในการถ่ายทอดคุณค่าทางศีลธรรมแล้วจะทำให้เด็ก ทำผิดกฎหมายได้ โดยมีเอกสารวิชาการและงานวิจัยที่ทบทวนมา ดังนี้

สุรางค์ โคว์ตระกูล (2541 : 375) ให้ความหมายการอบรมเลี้ยงดูว่า หมายถึงการที่ พ่อแม่หรือผู้มีหน้าที่เลี้ยงดูเด็ก ได้อบรมสั่งสอนเด็กในฐานะที่เป็นบุคคลแรกที่ใกล้ชิดกับเด็กใน กระบวนการสังคมประภคิต โดยการวางมาตรฐานตั้งความคาดหวังของพฤติกรรมต่าง ๆ และใช้การ ใ้รางวัลและการทำโทษเป็นเครื่องมือที่จะช่วยให้เด็กมีพฤติกรรมตามความคาดหวังและได้มี ผู้ทำการศึกษาเกี่ยวกับวิธีการอบรมเลี้ยงดูออกเป็นหลายประเภทหลายรูปแบบไม่ว่าจะเป็นการเลี้ยงดู แบบประชาธิปไตย แบบอิตาเลียนแบบ แบบควบคุมมาก แบบควบคุมน้อย แบบให้ความรักความ อบอุ่น ซึ่งนักจิตวิทยายอมรับว่าวิธีการอบรมเลี้ยงดูเด็กมีผลต่อพัฒนาการทางบุคลิกภาพของเด็ก

ทาฟท์ โดแนลด์ อาร์ และอิงแลนด์ ราลฟ คับเบิ้ลยู (Taft Donald R. and England, Ralph. W) (อ้างในภูมิพงษ์ ขุนฉนมฉนำ : 2547) กล่าวถึงครอบครัวที่เป็นสาเหตุในการกระทำคามผิดว่า เป็นครอบครัวที่มีสมาชิกมีความประพฤตผิดศีลธรรมจรรยาที่ดี สมาชิกบางคนติดสุรา หรือติดยา เสพติด สมาชิกที่มีปัญหาขัดแย้งกันตลอดเวลา ขาดความรัก ขาดการเอาใจใส่ต่อกัน อิงฉฉรียากัน มีจำนวนสมาชิกในครอบครัวมากเกินไปและมีญาติเข้ามาอยู่หรือสอดแทรกให้เป็นปัญหา หรือ มีสมาชิกที่ยังชีพด้วยการประกอบอาชญากรรม หรือเป็นครอบครัวที่มีผู้ปกครองเลี้ยงเดี่ยวเนื่องจาก ขาดบิดา ขาดมารดาหรือขาดทั้งบิดาและมารดา เพราะบิดามารดาหย่าร้าง หรือฝ่ายหนึ่งฝ่ายใดเสียชีวิต รวมทั้งการแยกกันอยู่เพราะหน้าที่การงาน ตลอดจนบิดามารดาทำงานผิดกฎหมาย หรือประกอบ อาชญากรรมเสียเอง ครอบครัวที่บิดาและเลยไม่กวัดขันอบรมสั่งสอนปลูกฝังใ้รู้จักบรรทัดฐานของ สังคม ครอบครัวที่มีพื้นฐานความยากจน ต้องมุ่งทำงานหาเงินประกอบอาชีพเลี้ยงตัวไม่มีเวลาใกล้ชิด หรืออบรมสั่งสอนเด็ก

อย่างไรก็ตามการเรียนรู้ตามเงื่อนไขผลกรรมในการอบรมเลี้ยงดูก็มีส่วนในการ ทำให้เด็กกระทำผิด ดังมีตัวอย่างเช่น การสอนลูกให้เป็นโจรหรือผู้ที่เติบโตในสิ่งแวดล้อมที่ไม่ดี เช่นอาศัยอยู่ในสลัม หรือในแก๊งโจร พฤติกรรมเหล่านี้ย่อมถูกหล่อหลอมตามเงื่อนไข ผลกรรม ในสลัม หรือในแก๊งโจร จนกลายเป็นพฤติกรรมฝืนสังคมและกลายเป็นอาชญากรได้ในที่สุด ในขณะที่เดียวกันยังมีครอบครัวอีกจำนวนไม่น้อยที่พ่อแม่ใ้การเลี้ยงดูบุตรด้วยความรักและตามใจ โดยใ้ความรัก ความชื่นชมอย่างสุดโต่ง และตอบสนองความต้องการของเด็กอย่างไม่มีเงื่อนไข ซึ่งการอบรมเลี้ยงดูเช่นนี้ทำให้เด็กไม่สามารถเรียนรู้กฎเกณฑ์ของสังคมได้เพราะขาดการฝึกใ้เด็ก รู้จักหักห้ามใจ ไม่รู้จักข่มความต้องการ และไม่รู้จักข่มอารมณ์ของตนเองได้ เด็กเหล่านี้เมื่อเติบโต ขึ้นจะกระทำทุกอย่างตามความต้องการของตนโดยไม่คำนึงถึงกฎเกณฑ์ของสังคม

นอกจากนี้เด็กและเยาวชนที่มีพฤติกรรมฝืนสังคมยังเกิดกับบุคคลที่ได้รับการอบรมอย่างเคร่งครัดจากพ่อ-แม่ ที่มีคุณธรรมระดับสูงด้วย ข้อค้นพบนี้เป็นประเด็นคำถามสร้างความกังขาให้กับนักจิตวิทยาเช่นกัน แต่อย่างไรก็ตามจากการศึกษาเจาะลึกก็พบว่า พ่อแม่ที่มีคุณธรรมเหล่านี้ อบรมลูกด้วยเงื่อนไขการลงโทษอย่างเข้มงวด และมีได้มีความสัมพันธ์อย่างลึกซึ้งกับลูก ลูกจึงไม่ได้รับความรักจากพ่อแม่ และไม่ใส่ใจว่าพ่อแม่จะรักหรือไม่ บางครั้งการทำตามพ่อแม่สั่งสอนก็เพื่อหลีกเลี่ยงการลงโทษเท่านั้น เมื่อเป็นเช่นนี้ความรู้สึกรับผิดชอบชั่วดีก็ไม่เกิดขึ้นในจิตใจ ที่ไม่ทำไม่ใช่เพราะตนคิดว่าผิดหรือไม่ดีแต่เพราะกลัวถูกลงโทษ เมื่อลับตาพ่อแม่หรือลับตาเจ้าหน้าที่บ้านเมืองพฤติกรรมต่าง ๆ ที่ไม่กล้าทำมาก่อนก็จะทำเพราะคิดว่าไม่มีผู้ลงโทษ ในขณะที่ การที่ครอบครัวถูกกล่าวถึงว่าเป็นต้นเหตุทำให้วัยรุ่นกระทำความผิด เนื่องจากบ้านและครอบครัวเป็นสถาบันแรกในการที่จะสร้างลักษณะนิสัยความคิดอ่าน ค่านิยม ความเชื่อ ทักษะคติ และบุคลิกภาพของเด็ก ทั้งนี้เพราะครอบครัวเป็นสถาบันที่ให้ขบวนการเรียนรู้แก่เด็ก ฉะนั้นอิทธิพลในครอบครัวจึงเป็นสาเหตุต่อการกระทำความผิด หรือประกอบอาชญากรรมของวัยรุ่น ซึ่งสามารถ แยกพิจารณาเป็นรายด้าน (ภูมิพงษ์ ขุนฉนวนฉำ 2547) ได้ดังนี้

### 1. ทางด้านความรัก

1.1 ทางด้านความรักที่บิดามารดาให้กับลูก จากการศึกษาเกี่ยวกับการต้องการความรักและความอบอุ่น พบว่าลูกไม่ได้ต้องการแต่เพียงอาหาร เครื่องนุ่งห่ม ยารักษาโรคเท่านั้น ถึงพ่อแม่จะให้ปัจจัย 4 แก่ลูกครบบริบูรณ์ ก็มีให้จะสนองความต้องการของลูกได้ครบ จะได้ก็แต่ความต้องการทางด้านร่างกายเท่านั้น สิ่งที่ลูกต้องการอย่างยิ่งนอกเหนือกว่านั้น คือความต้องการทางด้านจิตใจ อันได้แก่ ความต้องการความรัก ความอบอุ่น เด็กที่เกิดในครอบครัวที่พ่อแม่เข้าใจให้ความรัก ความอบอุ่นแก่ลูกพอเพียง โตขึ้นก็จะกลายเป็นเด็กที่มีสุขภาพจิตดี รู้จักมีเหตุผล ตัดสินปัญหาเฉพาะหน้าได้อย่างเหมาะสม ตรงกันข้ามกับเด็กที่ขาดความรัก ความอบอุ่น ก็จะกลายเป็นเด็กมีปัญหาเก็บตัว มองโลกในแง่ร้าย ต่อต้านสังคม เป็นคนเชื่อคนง่าย ถูกชักจูงง่าย โอกาสที่จะกระทำความผิดจะมีมาก

1.2 ความรักใคร่กลมเกลียวของบิดา มารดา มีผลต่อสุขภาพจิตเป็นอย่างมาก เด็กที่บิดามารดามีความรักใคร่กลมเกลียวกัน เข้าใจกัน อยู่ด้วยกัน อย่างมีเหตุผล ทำให้เด็กมีความสุขมีความใกล้ชิดกับบิดามารดา มีสุขภาพจิตดี ทำให้เติบโตขึ้นมาด้วยความสมบูรณ์ทั้งด้านสติปัญญาและความนึกคิด ในทางตรงกันข้ามเด็กที่มาจากครอบครัวที่บิดามารดาไม่รักใคร่กลมเกลียวกันมีการทะเลาะวิวาทกันอยู่เสมอ ๆ จะมีผลกระทบต่อจิตใจเด็กอย่างมาก มองโลกในแง่ร้าย ก้าวร้าว และมีผลต่อพฤติกรรมอาชญากรในที่สุด ส่วนในกรณีที่บิดา มารดาแยกกันอยู่ อันเนื่องมาจากสาเหตุตาย หย่าร้าง ละทิ้ง หรือแยกกันอยู่เฉย ๆ อันเป็นเหตุทำให้องค์ประกอบทางครอบครัว



ไม่สมบูรณ์เด็กจะมีความรู้สึกว่าเหว่ ขาดความรัก ความอบอุ่น ขาดความสุข กลายเป็นเด็กมีปัญหา หาทาทางชดเชยสิ่งที่ตัวเองขาดไปในทางที่ผิด ซึ่งจะถูกรเพื่อนชักจูงไปในทางที่ผิดได้ง่าย

## 2. วิธีการอบรมเลี้ยงดูลูกที่ขาดความพอดี มีส่วนทำให้เด็กกระทำความผิดได้ เช่น

2.1 เด็กที่มาจากครอบครัวที่บิดามารดาเข้มงวดจนเกินไป มีแต่ระเบียบวินัย ตลอดเวลา จนไม่มีโอกาสเป็นตัวของตัวเอง ไม่สามารถทำอะไรตามที่ตัวเองต้องการ หรือแสดงความคิดเห็นใด ๆ ทำให้ขาดความเชื่อมั่น ไม่กล้าตัดสินใจทำอะไร เพราะกลัวความผิด กลัวถูกลงโทษ ทำให้เด็กไม่สามารถอยู่ตามลำพังด้วยตัวเองได้ จึงง่ายต่อการที่จะถูกชักจูงไปในทางที่ผิด ในบางรายอาจเป็นเด็กที่ต่อต้านระเบียบกฎเกณฑ์ฝ่าฝืนข้อบังคับของสังคมไป

2.2 เด็กที่มาจากครอบครัวที่บิดามารดาเลี้ยงดูด้วยการตามใจหรือปกป้องมากเกินไป อาจเนื่องจากเป็นลูกคนเดียว ลูกคนเล็ก หรือมาจากครอบครัวที่มีฐานะดีมากทำให้เด็กเอาแต่ใจตัวเอง กลายเป็นเด็กที่ไม่รู้ว่าสิ่งใดถูกสิ่งใดผิด เมื่อโตขึ้นมีแนวโน้มที่จะกระทำความผิดได้ง่าย

2.3 เด็กที่มาจากครอบครัวที่มีมาตรฐานทางศีลธรรมเสื่อม เด็กเหล่านี้จะได้รับการเลี้ยงดูมาจากสิ่งเลวร้ายทั้งหมด จากบิดามารดา ซึ่งอาจคิดยาเสพติดให้โทษ ดินสุรา เล่นการพนัน หรือจากครอบครัวที่เป็นโจร หรือโสเภณี เด็กจะเรียนรู้และเคยชินกับสิ่งต่าง ๆ เหล่านี้ ในที่สุดก็จะประพฤติตนเป็นนักเลงคุ่มแก๊งคุ่มซ่อง

2.4 เด็กที่มาจากครอบครัวที่ยากจน มีบุตรมาก ทำให้บิดามารดาไม่มีโอกาสอบรมได้ทั่วถึง และไม่สามารถสนองความต้องการของบุตร ทำให้เกิดการขัดสน แย่งกันกินแย่งกันใช้ เป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้เกิดความรู้สึกบีบคั้นทางจิตใจ เพราะความไม่เท่าเทียมเพื่อนฝูง โอกาสที่จะกระทำความผิดมีมาก

## 3. ขาดความเข้าใจระหว่างบิดามารดาและวัยรุ่น

วัยรุ่นเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงทั้งทางร่างกายและจิตใจ เป็นวัยหัวเลี้ยวหัวต่อของชีวิต บิดามารดาต้องยอมรับในสิ่งต่าง ๆ ที่เป็นพฤติกรรมของวัยรุ่น ต่อไปนี้

3.1 วัยรุ่นเป็นวัยที่ต้องการอิสระ ต้องการเป็นตัวของตัวเอง ถ้าบิดามารดาไม่เข้าใจ ไม่ให้อิสระแก่ลูก ควบคุมลูกจนเกินไป อาจเป็นการสร้างให้เด็กกระทำความผิด

3.2 ต้องการยอมรับจากบิดามารดาว่าเติบโตและมีความคิดอ่านเอง ถ้าบิดามารดาไม่เข้าใจ ยังคงปฏิบัติเหมือนขณะยังเล็กอยู่ เด็กจะไม่พอใจบิดามารดา ควรให้ออกแสดงความคิดเห็น ยอมรับความคิดเห็นนั้น พร้อมทั้งให้คำแนะนำ มิฉะนั้น เด็กจะต่อต้านบิดามารดา มีปัญหาหรือทุกข์ร้อนใด ๆ ก็จะไม่บอกกล่าว ยิ่งในช่วงวัยรุ่น เพื่อนมีอิทธิพลมาก เมื่อเด็กไม่ยอมรับ ไม่ยอมปรึกษาบิดามารดา เด็กก็จะปรึกษาเพื่อน ถ้าได้เพื่อนดีก็ดี ถ้าได้เพื่อนไม่ดีก็จะนำไปในทางผิดได้

3.3 บิดามารดาควรจะเข้าใจและยอมรับความจริงว่าวัยรุ่นเป็นวัยที่เริ่มสนใจเพศตรงข้าม เด็กมีความต้องการที่จะมีเพื่อนต่างเพศ ถ้าบิดามารดาไม่เข้าใจ ห้ามหรือกีดกันไม่ให้เด็ก

มีโอกาสพบปะสังสรรค์กับเพื่อนต่างเพศ จะทำให้เด็กอึดอัด ซึ่งความกดดันต่าง ๆ ที่เด็กได้รับจากบิดามารดา บวกกับความต้องการตามธรรมชาติซึ่งเกิดขึ้น จะทำให้เด็กหาทางออกในทางที่ผิดและกระทำสิ่งที่ผิดได้

## 2. การเสริมสร้างความสัมพันธ์ในครอบครัวและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ความสัมพันธ์ในครอบครัวจะดำเนินไปด้วยความราบรื่นได้นั้นต้องเริ่มต้นจากบทบาทและหน้าที่ของแต่ละบุคคลในครอบครัว โดยมีสัมพันธภาพที่ดีต่อกันและอยู่บนพื้นฐานการให้เกียรติและการสื่อสารที่ดี และองค์ประกอบที่สำคัญในการนำไปเป็นหลักการวิเคราะห์เพื่อหาแนวทางการสร้างสัมพันธภาพในครอบครัวประกอบด้วย การวิเคราะห์สภาพสัมพันธภาพในครอบครัว การหาทางเลือกและกำหนดทางเลือกที่เหมาะสมเพื่อการแก้ไขปัญหา การปฏิบัติตามทางเลือกและการประเมินผลสัมพันธภาพในครอบครัว (สุวัฒนา วิบูลย์เศรษฐ์ : 2547)

จากการทบทวนงานวิจัยที่แสดงให้เห็นถึงสัมพันธภาพในครอบครัวระยะมีบุตรวัยรุ่นที่เกิดจากการปฏิบัติพัฒนาที่ดีของครอบครัวในงานวิจัยของ ยูพยงค์ โคตรพัฒนานนท์ (2543) พบว่าการปฏิบัติพัฒนาที่ดีของครอบครัวระยะมีบุตรวัยรุ่น มีดังนี้

1. การสื่อสารและสัมพันธภาพที่ดีในครอบครัว ครอบครัวในระยะที่มีบุตรวัยรุ่นจำเป็นต้องมีการสื่อสารที่ดีในครอบครัว บิดามารดาจะต้องยอมรับการแสดงออกของพฤติกรรมต่าง ๆ ของบุตรวัยรุ่น สนใจรับฟังปัญหาของบุตร จะทำให้สัมพันธภาพระหว่างบิดามารดาและบุตรวัยรุ่นดี แต่ถ้าหากบิดามารดาไม่สนใจบุตรจะทำให้ไม่สามารถสื่อสารกับบุตรได้จะทำให้เกิดสัมพันธภาพที่ห่างเหินและเป็นปัญหาตามมาได้

2. การอบรมบทบาทที่เหมาะสมในสังคม วัยรุ่นเป็นวัยที่สนใจในกิจกรรมต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นกิจกรรมในบ้านหรือนอกบ้าน การที่มีส่วนร่วมในกิจกรรมเหล่านี้จะทำให้วัยรุ่นมีประสบการณ์ที่ดี มีความเชื่อมั่นในตนเอง บิดามารดาต้องดูแล ส่งเสริม ให้คำแนะนำในการคบเพื่อนทั้งชายและหญิงรวมถึงการมีกิจกรรมทางสังคม การอบรมกฎระเบียบต่าง ๆ ทางสังคม ให้การยอมรับกลุ่มเพื่อนและมีกิจกรรมร่วมกับบุตรวัยรุ่น

3. การถ่ายทอดความรู้ที่ถูกต้องเกี่ยวกับเรื่องเพศศึกษา วัยรุ่นเป็นวัยที่เริ่มมีการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย โดยเฉพาะพัฒนาการทางเพศวัยรุ่นเริ่มมีความสนใจในเรื่องเพศ บิดามารดาจึงควรให้ความสนใจบุตรวัยรุ่น ให้คำแนะนำในการเปลี่ยนแปลงของร่างกายและการดูแลปฏิบัติตนที่ถูกต้องการปฏิบัติตัวเมื่อบุตรสาวเริ่มมีประจำเดือนและบุตรชายมีอารมณ์ทางเพศ รวมถึงดูแลให้คำแนะนำให้หลีกเลี่ยงจากสิ่งชั่วร้ายต่าง ๆ ที่ทำให้เกิดอารมณ์ทางเพศ

4. ส่งเสริมให้บุตรรับผิดชอบตนเองและกิจกรรมในครอบครัวเพิ่มมากขึ้น โดยที่ครอบครัวที่มีบุตรวัยรุ่นควรส่งเสริมให้บุตรรู้จักรับผิดชอบตนเอง เพื่อให้บุตรมีความรับผิดชอบ โดยการมอบหมายงานบ้าน เช่น ทำอาหาร ทำความสะอาดบ้าน ให้รับผิดชอบดูแลในเรื่องส่วนตัว รวมถึงส่งเสริมและสนับสนุนให้บุตรวัยรุ่นแสดงความสามารถในงานอดิเรกที่สนใจและถนัด

5. ถ่ายทอดปรัชญาการดำเนินชีวิตและจริยธรรมแก่บุตร เพื่อให้บุตรวัยรุ่นได้เรียนรู้เกี่ยวกับการดำเนินชีวิตที่ถูกต้องเหมาะสมและสามารถอยู่ในสังคมได้ บิดามารดาจะต้องปลูกฝังให้บุตรเป็นคนมีระเบียบ วินัย มีความรับผิดชอบ ซื่อสัตย์และรู้จักแก้ปัญหา ช่วยเหลือส่วนรวม มีเหตุผลและสอนให้รู้จักประหยัดและอดออม

6. การจัดการด้านการเงิน บิดามารดาควรเป็นแบบอย่างที่ดีในการใช้จ่ายเงินในครอบครัว ควรให้บุตรได้รับรู้เรื่องการใช้จ่ายในครอบครัว สนับสนุนให้บุตรมีการบริหารจัดการเงินด้วยตนเอง มีการออมทรัพย์และหารายได้พิเศษอย่างถูกต้องเหมาะสม

7. แสดงความรักความเอาใจใส่ครอบครัวในระยะที่มีบุตรวัยรุ่นจะต้องมีการตอบสนองในด้านจิตใจของบุตรและตอบสนองความต้องการของบุตร สนใจทุกข์สุข มีความสนิทสนมใกล้ชิดกันในครอบครัว แสดงความรักความเอาใจใส่กันในครอบครัว คอยดูแลให้คำแนะนำปรึกษาแก่บุตรเมื่อบุตรมีปัญหาต่าง ๆ

8. สนับสนุนการศึกษาเล่าเรียน บิดามารดาจะต้องเห็นความสำคัญของการศึกษาให้คำแนะนำและส่งเสริมให้การศึกษาเล่าเรียนเมื่อถึงเกณฑ์ ให้โอกาสในการเรียนรู้ฝึกทักษะตามความถนัด ครอบคลุมถึงการศึกษาค้นคว้า อบรมบ่มนิสัย ฝึกฝนกิริยา มารยาท มีการติดต่อประสานงานให้ความร่วมมือกับทางโรงเรียนอย่างสม่ำเสมอ

จากการทบทวนวรรณกรรมและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ดังนำเสนอเบื้องต้นได้สะท้อนให้เห็นการปฏิบัติพัฒนากิจของครอบครัวระยะมีบุตรวัยรุ่นที่จะนำไปสู่การส่งเสริมการสร้างสัมพันธภาพในครอบครัวไม่ว่าจะเป็นด้านการส่งเสริมให้รับผิดชอบตนเองและกิจกรรมในครอบครัว ในระยะนี้บิดามารดาควรมอบหมายงานให้รับผิดชอบ รวมถึงเรื่องส่วนตัว ส่งเสริมและสนับสนุนให้บุตรแสดงความสามารถในงานอดิเรกที่สนใจและถนัด เช่น การเล่นเกมกีฬา อ่านหนังสือ บุตรวัยรุ่นสามารถที่จะรับผิดชอบงานบางส่วนของครอบครัวได้ เช่น ช่วยทำอาหาร ทำความสะอาดบ้านซ่อมรั้ว ดูแลสนามหญ้า ช่วยดูแลน้อง ๆ ดังนั้นครอบครัวควรที่จะมอบหมายกิจวัตรประจำวันหรืองานบ้าน โดยวางกฎข้อบังคับให้ชัดเจนให้บุตรรับผิดชอบและปฏิบัติ ทั้งในเรื่องส่วนตัว ให้บุตรแสดงความสามารถในงานอดิเรกที่สนใจและถนัด ซึ่งกิจกรรมเหล่านี้เป็นสิ่งที่สำคัญที่จะทำให้บุตรมีความรับผิดชอบ มีระเบียบ มีวินัย เป็นการเพิ่มความรู้สึกรับคุณค่าในตนเอง เป็นคนมีความรับผิดชอบต่อตนเองและสังคมและเติบโตเป็นคนมีคุณภาพต่อไปในอนาคต การที่

ครอบครัวยอมรับนับถือให้บุตรรับผิดชอบตนเอง และการกระทำของตนเองเป็นลักษณะหนึ่งของครอบครัวที่ดีมีสุข (Friedman et al, 2003)

การอบรมบ่มอบที่เหมาะสมในสังคม มีความสำคัญในครอบครัวเป็นอย่างมากเพราะวัยรุ่นเป็นวัยที่ให้ความสนใจในกิจกรรมต่างๆทั้งภายในและภายนอกบ้าน ดังนั้นครอบครัวจะต้องให้ความสนใจให้คำแนะนำความรู้ กฎเกณฑ์ ระเบียบต่าง ๆ ทางสังคม บทบาททางเพศ แบบแผนความประพฤติ รวมทั้งการอบรมบ่มอบทางสังคมจะทำให้วัยรุ่นประพฤติปฏิบัติตัวอย่างเหมาะสมในสังคม สามารถปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมได้ง่าย ครอบครัวควรอบรมเกี่ยวกับ กิริยามารยาททางสังคม การวางตัวที่เหมาะสม การคบเพื่อนทั้งเพศหญิงและเพศชาย การทำกิจกรรมทางสังคม การมีนัดกับเพื่อนต่างเพศ รวมถึงการแนะนำเกี่ยวกับพฤติกรรมเสี่ยงต่าง ๆ เช่น ยาเสพติด บุหรี่ การเที่ยวสถานเริงรมย์ ครอบครัวจะต้องเป็นแบบอย่างบทบาทที่เหมาะสมในสังคมให้กับบุตรวัยรุ่น ปฏิบัติตัวเป็นที่ยอมรับของสังคมซึ่งจากการศึกษาของยูพยงค์ โคตรพัฒนานนท์ (2543) พบว่าการปฏิบัติพัฒนาการของครอบครัวในการอบรมบ่มอบที่เหมาะสมในสังคมอยู่ในระดับปานกลาง

ด้านสัมพันธภาพและการสื่อสารในครอบครัว ครอบครัวระยะที่มีบุตรวัยรุ่นจำเป็นต้องมีการสื่อสารกันอย่างเปิดเผย ผู้ที่เป็นบิดามารดาจะต้องยอมรับในพฤติกรรมแสดงออกของวัยรุ่น เอาใจใส่และรับฟังปัญหาของบุตร ถ้าครอบครัวมีการสื่อสารที่ไม่ดี ไม่สามารถสื่อสารกับบุตรวัยรุ่นได้ยิ่งทำให้สัมพันธภาพระหว่างบิดามารดากับบุตรวัยรุ่นห่างเหิน เมื่อบุตรวัยรุ่นมีปัญหาจะไปปรึกษากับบิดามารดาไม่ได้ จึงก่อให้เกิดปัญหามากมาย (อุมาพร ตรังคสมบัติ 2544) ไม่ว่าจะเป็นปัญหาการมั่วสุม ดื่มสิ่งเสพติด การขายตัว ก่ออาชญากรรม ซึ่งมักจะพบได้ว่าปัญหาเกือบทั้งหมดมาจากการขาดปฏิสัมพันธ์ที่ดีต่อกันระหว่างสมาชิก ในครอบครัวที่อาจจะถูกสะสมมาตั้งแต่เมื่อครั้งยังเป็นเด็ก (ประคินันท์ อุปรมัย 2543) และพบว่าส่วนใหญ่โศกณิเด็กหรือหญิงขายบริการทางเพศมาจากครอบครัวที่มีปัญหา กล่าวคือครอบครัวแตกแยก หรือแม้บิดามารดาจะอยู่ด้วยกันแต่ก็มีปัญหาความสัมพันธ์ในครอบครัว เด็กขาดความรักความอบอุ่นหรือเป็นเหยื่อของความรุนแรงในครอบครัว (นิสิต ศักยพันธ์ 2546)

จึงอาจกล่าวได้ว่าสัมพันธภาพภายในครอบครัวระหว่างวัยรุ่นกับบิดามารดาจะเป็นพื้นฐานขั้นต้นของครอบครัวที่จะส่งผลต่อสังคม ครอบครัวที่สมาชิกมีความรักความผูกพันซึ่งกันและกัน มีการช่วยเหลือห่วงใยเอื้ออาทรต่อกันจะก่อให้เกิดความสุขภายในครอบครัว และเป็นพื้นฐานทางอารมณ์ที่ดีกับสมาชิก การที่วัยรุ่นมีสัมพันธภาพที่ดีกับครอบครัวจะทำให้สามารถปรับตัวอยู่ในสังคมได้ (จงกลณี ต้อยเจริญ 2540) จากการศึกษาเกี่ยวกับการปฏิบัติพัฒนาการของครอบครัวระยะมีบุตรวัยรุ่น ในการคงไว้ซึ่งสัมพันธภาพและการสื่อสารในครอบครัว พบว่าอยู่ในระดับปานกลางถึงระดับมาก (รุจา ภูไพบูลย์และคณะ 2540 ; ยูพยงค์ โคตรพัฒนานนท์ 2543)

ด้านการถ่ายทอดปรัชญาการดำเนินชีวิตและจริยธรรมแก่นบุตร เด็กในระยะวัยรุ่นนี้ จะค้นหาความเชื่อและวัฒนธรรมค่านิยมต่าง ๆ ของตนเอง ครอบครัวต้องพยายามที่จะยึดมั่น ในหลักการความถูกต้องดีงาม ในการสั่งสอนและการปฏิบัติ ปลูกฝังให้บุตรเป็นคนมีระเบียบ เคารพกฎหมายรู้จักกฎเกณฑ์ มีความรับผิดชอบซื่อสัตย์ มีความรู้สึกนึกคิดที่ดีที่เหมาะสม รู้จัก ประหยัดคอดออม ครอบครัวจึงเป็นแหล่งเริ่มต้นในการปลูกฝังจริยธรรม วัฒนธรรมค่านิยมต่าง ๆ ให้แก่เด็กสอนให้เด็กปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อม วิธีการอบรมก็อาจทำได้ทั้งทางตรงและทางอ้อม โดยตรงก็โดยการพูด สั่งสอนว่ากล่าว โดยอ้อมก็โดยการประพฤติตนเป็นแบบอย่างที่ดี (สุพัตรา สุภาพ 2543)

สถาบันที่จะสามารถทำหน้าที่ให้ความรักความอบอุ่นให้แก่เด็กและเยาวชนได้ดีที่สุด คือสถาบันครอบครัว ครอบครัวที่แสดงออกซึ่งความสนใจความรู้สึกรักของสมาชิก มีความใกล้ชิด ความอบอุ่นต่อกันมีกิจกรรมร่วมกัน จะทำให้ครอบครัวอยู่ดีมีสุข (Friedman 2003) และความอยู่ดี มีสุขจะเป็นปัจจัยสำคัญที่จะทำให้สมาชิกเติบโตและพัฒนาต่อไป มีความมั่นคงทางอารมณ์และมีวุฒิ ภาวะอย่างเหมาะสม ครอบครัวระยะมีบุตรวัยรุ่นจึงมีหน้าที่สำคัญที่จะตอบสนองความต้องการ ทางจิตใจของบุตร โดยเฉพาะวัยรุ่นซึ่งร่างกายมีการเจริญเติบโตใกล้เคียงกับลักษณะผู้ใหญ่ มีความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นนอกบ้านมากขึ้น อยากรับอิสระเป็นตัวของตัวเอง มีความเชื่อมั่น เสาะแสวงหาค่านิยมต่าง ๆ มาเป็นเอกลักษณ์ แต่ยังคงขาดการตัดสินใจที่รอบคอบและมีประสบการณ์น้อย ทำให้การดำเนินชีวิตผิดพลาดได้ Hammer & Turner (1990 อ้างใน พิมภา สุตรา 2541) กล่าวว่า หากวัยรุ่นได้รับรู้ว่าพ่อแม่ให้ความอบอุ่น ความรัก ความเอาใจใส่ มีความผูกพันและสนับสนุน ช่วยเหลือจะนำไปสู่การสร้างความสัมพันธ์ที่ดีในครอบครัว โดยเฉพาะความผูกพันในครอบครัว เป็นสิ่งสำคัญสำหรับวัยรุ่น ดังจะเห็นได้จากการศึกษาของบีทูลและฟิลิซ (Betul & Filiz, 2001) ที่พบว่าความผูกพันในครอบครัวมีความสัมพันธ์ทางลบกับระดับความคิดทางลบในวัยรุ่นโดยวัยรุ่น ที่ได้รับประสบการณ์ความผูกพันในครอบครัวสูงมีความคิดทางลบน้อยกว่าวัยรุ่นที่ได้รับ ประสบการณ์ความผูกพันในครอบครัวต่ำในขณะที่ผลการวิจัยของ โบว์เกอร์ (Bougers, 1993) พบว่า ความสัมพันธ์ในครอบครัวมีความสำคัญต่อระดับอารมณ์ของวัยรุ่นและยังส่งผลต่อการปรับตัวของ วัยรุ่นในระยะเติบโตด้วย

จากการทบทวนงานวิจัยที่ผู้วิจัยทบทวนมาพบว่าบทบาทพ่อแม่ที่เหมาะสมเป็นบริบท สำคัญในการดูแลเด็กและเยาวชน (Woolfenden SR, Williams K, Peat J, 2002) : 2 ซึ่งเดิมเคยเชื่อว่า กลุ่มเด็กและเยาวชนที่กระทำผิดมักมาจากครอบครัวหย่าร้างหรือขาดพ่อหรือแม่ (Bank L, Marlowe JH, Reid JB, Patterson GR, Weinrott MR, 1991) ซึ่งมีรายงานจากกระทรวงยุติธรรมของญี่ปุ่น ได้รายงานว่าเด็กกระทำผิดพบมากในกลุ่มอายุ 14 - 16 ปี ร้อยละ 70 มีพ่อแม่ครบ อีกทั้งร้อยละ 90 มาจากครอบครัวที่ฐานะการเงินดี (Sakuta T, 1996) ส่วนสภาพทางจิตใจมักพบว่ามีความบกพร่อง

ในด้านการตัดสินใจและแก้ไขข้อขัดแย้ง ทักษะคิดต่อครอบครัวและคนรอบข้าง การตั้งเป้าหมายชีวิต และการแสวงหาความช่วยเหลือ (Levy KS,2001) และความภาคภูมิใจในตนเอง (จริยา วัฒน โสภณ 2544; พิชิตพงษ์ อริยะวงศ์ 2545) เยาวชนที่กระทำผิดมักมีมุมมองต่อครอบครัวและคนรอบข้าง ในแง่ลบ (McCabe KM, Lansing AE, Garland A, Hough R ,2002) อาจเป็นเพราะว่าเยาวชนเคยผ่าน ประสบการณ์ที่ ผู้ปกครองขาดการชี้แนะ หล่อหลอมจริยธรรม มโนธรรม หรือการเลี้ยงดูแบบตามใจ ทำให้เยาวชนขาดการอดกลั้น ควบคุมความต้องการของตนเองไม่ได้หรือถูกควบคุมมากเกินไป (Tolan PH, Cromwell RE, Brasswell M,1986) แต่เป็นที่น่าสังเกตว่าการเติบโตในครอบครัวที่มีพ่อ หรือแม่คนเดียวไม่พบว่ามีผลทางลบกับความรู้สึกละอายใจของเยาวชนที่มีต่อพ่อแม่(Patterson GR, Stouthamer-Loeber M ,อ้างในสุมนา ศรีชลาชัย : 2550) แต่สิ่งที่มีผลมากกว่าได้แก่เท่าที่การดูแลของ พ่อแม่ที่ปล่อยปละละเลยและการลงโทษรุนแรงเมื่อเด็กกระทำผิด (Sakuta T,1996) การจัดกิจกรรม ที่ช่วยเสริมสร้างทักษะให้เด็กสามารถสร้างวินัย มีกรอบมาตรฐานการดำเนินชีวิต เข้าใจตนเอง ซึ่งเมื่อมีการประคับประคองการพัฒนาทักษะเหล่านี้อย่างต่อเนื่องให้นานพอจะช่วยให้เยาวชน สามารถดำเนินชีวิตได้เหมาะสมขึ้น (Myers WC, Burton PR, Sanders PD, Donat KM, Cheney J, Fitzpatrick TM, Monaco L,2000) ครอบครัวของเยาวชนที่กระทำผิดนั้นมีความแตกต่างจากครอบครัว เยาวชนปกติในด้านของการสื่อสาร (Woolfenden SR, Williams K, Peat J 2002 Anolik SA, 1980 Imperio AM, Chabot DR 1980) ซึ่งในศูนย์ฝึกอบรมเด็กและเยาวชนเขต 5 นั้นนอกจากจะพบว่า การสื่อสารในครอบครัวเป็นปัญหาที่เกิดขึ้นและมักไม่ได้รับความร่วมมือจากครอบครัวของเยาวชน ที่กระทำผิดในการร่วมแก้ไขปัญหาก็เป็นที่มาของการวิจัยในครั้งนี้ที่มุ่งเน้นการช่วยเหลือที่ ตัวเยาวชนเป็นหลักในเบื้องต้น โดยการให้เยาวชนเข้าใจประสบการณ์ในครอบครัวที่ผ่านมาของ ตนเอง เข้าใจความจำกัดของคนที่เป็นพ่อและแม่ บางครั้งอาจต้องใช้วิธีการที่ให้อภัยแก่ครอบครัว ของตนเองที่สร้างความขัดแย้งรุนแรงในใจของเยาวชน โดยไม่รู้เท่าทัน (Wilgosh L, Paitich D, อ้างในสุมนา ศรีชลาชัย : 2550) จากรายงานการวิจัยพบว่าเยาวชนรู้สึกเหงาที่ถูกทิ้งซึ่งเป็นปัญหา ทางสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคลร่วมกับการควบคุมตนเอง (Hatzichristou C, Papadatos Y,1993) ในการจัดกิจกรรมจึงต้องช่วยให้เด็กและเยาวชนที่กระทำผิดเข้าใจความแตกต่างของคนและปัญหา ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นเมื่อคนมาอยู่ร่วมกันรวมทั้งการแก้ความขัดแย้งเพราะ ความขัดแย้งมักถูกละเลยและ ทำให้ขาดความภาคภูมิใจในตนเองของเยาวชนทำให้ไม่พยายามรักษาสัมพันธ์ภาพไว้แต่เลือกใช้ แนวทางเอาชนะหรือถอยหนี

ทั้งนี้ในด้านการช่วยเหลือนั้นมีการศึกษาโปรแกรมที่มุ่งเน้นในสองด้านคือการบำบัด ครอบครัวและการบำบัดเยาวชนซึ่งทั้งสองโปรแกรมพบว่าได้ผลดีในระยะสั้น (Anolik SA, Imperio AM, Chabot DR, อ้างในสุมนา ศรีชลาชัย : 2550) ประเด็นที่น่าสนใจคือการช่วยเหลือไม่ว่า โปรแกรมใดในสองประการข้างต้นเมื่อมีการติดตามภายในหนึ่งปีพบว่าสามารถช่วยลดระยะเวลา

ที่อยู่ในสถานพินิจและยังช่วยลดจำนวนครั้งที่กระทำผิดซ้ำจนถูกจับกุมกลับเข้ามาอยู่ในสถานพินิจ และคุ้มครองเด็กและเยาวชนอีก (Woolfenden SR, Williams K, Peat J 2002 ; Henggeler SW, Edwards J, Borduin CM, 1987)

จากข้อมูลการทบทวนวรรณกรรมที่กล่าวถึงเบื้องต้น ผู้วิจัยจึงนำมาเป็นแนวทางในการวิจัยปฏิบัติการกับเด็กและเยาวชนที่กระทำผิดที่เป็นกลุ่มเป้าหมายของการวิจัยครั้งนี้

### 3. การประเมินสุขภาพจิตครอบครัว

การประเมินสุขภาพจิตครอบครัวในการวิจัยครั้งนี้ครอบคลุมตัวแปรของการทำหน้าที่ของครอบครัว ความสุขและความสัมพันธ์ในครอบครัว ซึ่งในระยะแรกของการวิจัยทำการประเมินโดยให้ผู้ปกครองของเด็กและเยาวชนที่กระทำผิดในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนเขต 5 จำนวน 20 คนซึ่งเป็นผู้เกี่ยวข้องในการวิจัยเป็นผู้ประเมินการทำหน้าที่ของครอบครัว ความสุขและความสัมพันธ์ในครอบครัวตามการรับรู้ของตนเอง และเมื่อสิ้นสุดการจัดกิจกรรมตามกระบวนการวิจัยได้ทำการประเมินความสุขและความสัมพันธ์ในครอบครัวเพื่อเปรียบเทียบค่าคะแนนเฉลี่ยก่อนและหลังจัดกิจกรรมตามกรอบแนวคิดของกระบวนการวิจัย โดยมุ่งประเมินรูปแบบที่พัฒนาขึ้นทั้งตัวเด็กและเยาวชนที่กระทำผิดรวมถึงสมาชิกในครอบครัวของเด็กและเยาวชนที่เข้าร่วมการวิจัย

ในการประเมินสุขภาพจิตนั้นผู้วิจัยได้กำหนดขอบเขตความหมายของสุขภาพจิตครอบคลุมในประเด็น สภาพที่เป็นสุขสมบูรณ์ของกายและจิตที่ไม่สามารถแยกจากกันได้ กายและจิตมีการทำงานประสานกันอย่างกลมกลืน ถ้ากายบกพร่องจะทำให้จิตใจผิดปกติหรือถ้าจิตบกพร่องก็จะมีผลกระทบทำให้ร่างกายเสื่อมตามไปด้วย ส่วนจิตเกิดจากการทำงานของระบบประสาท ซึ่งมีสมองเป็นองค์ประกอบสำคัญมีการสั่งการให้ร่างกายทำงาน โดยจะแสดงออกในรูปพฤติกรรม การแสดงความรู้สึกต่าง ๆ ในการรับรู้ การเรียนรู้ การจำ การคิดเกิดจากอำนาจของจิต คนที่สามารถควบคุมอารมณ์ให้เป็นปกติ สามารถปรับตัวให้เข้ากับคนอื่นได้ รู้จักปฏิบัติตามขนบธรรมเนียม ประเพณี วัฒนธรรมและกฎเกณฑ์ต่าง ๆ ของสังคม ถือว่าเป็นคนที่มีสภาพกายและจิตสมบูรณ์ กล่าวโดยสรุปคือ สุขภาพกายและจิตเป็นสิ่งสำคัญมีความจำเป็นในการดำรงชีวิต ซึ่งมีเกณฑ์ในการประเมินสุขภาพจิต โดยพิจารณาจากองค์ประกอบดังต่อไปนี้

1. มีพัฒนาการทางร่างกายและจิตใจเป็นปกติ และมีความสมดุลกันอย่างกลมกลืน
2. มีเป้าหมายในชีวิต เพราะการตั้งเป้าหมายหรือมีความคาดหวังในชีวิตจะทำให้มี

กำลังใจในการทำงานหรือประกอบกิจกรรมอื่น ๆ ยิ่งถ้าหากความคาดหวังที่คิดไว้ประสบความสำเร็จก็จะทำให้คนนั้นรู้สึกเป็นสุข นั่นหมายถึงการได้รับการตอบสนองตามความต้องการ ส่งผลให้สุขภาพจิตดีและเป็นสุข ในทำนองเดียวกันถ้าหากบุคคลไม่ได้รับการตอบสนองตามความต้องการ

หรือความคาดหวังที่ตั้งไว้ล้มเหลวยอมก่อให้เกิดปัญหาทางร่างกายและจิตใจได้ ซึ่งเป็นปัญหาสำคัญทางสุขภาพจิต

3. การรู้จักตนเองและการยอมรับความจริง เป็นองค์ประกอบสำคัญของผู้ที่มีสุขภาพจิตดี เพราะบุคคลที่รู้จักตนเองดี รู้ว่าตัวเองมีความสามารถในระดับไหน รู้ปมด้อยและปมเด่นของตน พร้อมทั้งรู้จักวิธีแก้ไขปรับปรุงตนเองให้เป็นผู้ที่น่าเชื่อถือ ศรัทธา นำเอาพรหมกษณะ เป็นแบบอย่างที่ดีแก่บุคคลทั่วไป และที่สำคัญการเป็นคนที่รู้จักยอมรับความจริงจะทำให้รู้สึกเป็นสุขหรือแม้มีความทุกข์ก็จะสามารถยอมรับได้ มีความกล้าหาญที่จะเผชิญกับเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น มีความอดทนและเข้มแข็งต่อปัญหาและอุปสรรคต่าง ๆ

4. มีความรักต่อตนเองและผู้อื่น ด้วยเหตุผลที่ว่าความรักทำให้เกิดความสร้างสรรค์ ความเสียสละ ความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ความเมตตากรุณา ทำให้บุคคลรู้สึกมีคุณค่า สามารถอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข และคนที่มีความสุขก็คือผู้ที่มีสุขภาพจิตดี จะมีการติดต่อสื่อสารกับคนอื่น ๆ ด้วยความยิ้มแย้มแจ่มใส หน้าตาเบิกบาน ให้ความร่วมมือ ตลอดจนการแสดงความคิดเห็นปฏิบัติตนอยู่ในขอบเขตที่เหมาะสมของสังคม ดำเนินชีวิตอยู่ในสังคมร่วมกับคนอื่นได้ดี

5. รู้จักควบคุมอารมณ์ให้อยู่ในสภาพปกติ โดยเฉพาะอารมณ์ที่ส่งผลเสียต่อภาพลักษณ์ของตนเอง เช่น อารมณ์โกรธ อารมณ์เกลียด ถ้าหากเราแสดงอารมณ์ไม่ออกไปบ่อย ๆ จะมีผลเสียต่อร่างกาย ทำให้ระบบการย่อยอาหารผิดปกติ เมื่อสุขภาพไม่ดีก็จะทำให้สุขภาพจิตไม่ดีตามไปด้วย ดังนั้นผู้ที่มีสุขภาพจิตดี คือผู้ที่มีความสามารถในการควบคุมอารมณ์ให้อยู่ในสภาพปกติได้มากที่สุด

จากการทบทวนเครื่องมือในการประเมินสุขภาพจิตนั้นพบว่าแบบประเมินความสุขที่กรมสุขภาพจิตพัฒนาขึ้นมีความครอบคลุมในประเด็นที่ผู้วิจัยกล่าวถึงแต่ไม่เหมาะกับกลุ่มเป้าหมายที่เป็นเด็กและเยาวชนที่กระทำผิดของศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนเขต 5 เนื่องจากมีจำนวนข้อในการประเมินมากเกินไป ผู้วิจัยจึงได้ประยุกต์ใช้ดัชนีรายละเอียดในการพัฒนาเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยซึ่งจะกล่าวในบทที่ 3 ส่วนการประเมินความสัมพันธ์ในครอบครัวนั้นผู้วิจัยได้ประยุกต์มาจากเครื่องมือของ อรอินทร์ จำคม ซึ่งเป็นเครื่องมือที่ใช้ในกลุ่มเด็กและเยาวชนที่กระทำผิด แต่อย่างไรก็ดีเพื่อให้การประเมินความสัมพันธ์ในครอบครัวมีความเที่ยงตรงมากที่สุดผู้วิจัยได้ปรับใช้ให้สอดคล้องกับกลุ่มเป้าหมาย ดังอธิบายการพัฒนาเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยในบทที่ 3

โดยสรุปการส่งเสริมสุขภาพจิตเด็กและเยาวชนที่กระทำผิดในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยมุ่งที่จะพัฒนารูปแบบกิจกรรมให้สอดคล้องกับความต้องการของเด็กและเยาวชนรวมทั้งผู้มีส่วนได้ส่วนเสียในการวิจัยครั้งนี้ ซึ่งสุขภาพจิตของเด็กและเยาวชนในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนเขต 5 ผู้วิจัยยังหมายรวมถึงสุขภาพจิตของพ่อแม่ผู้ปกครอง ตลอดจนกิจกรรมการเรียนการสอนและกิจกรรมต่าง ๆ ภายในศูนย์ฝึกอบรมซึ่งถือเป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อเด็กและเยาวชนทั้งสิ้น เพราะฉะนั้นบทบาทหน้าที่ของสถาบันและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องที่สำคัญคือการพัฒนาเด็กและเยาวชนในทุก ๆ ด้าน



ไม่ว่าจะเป็นด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา ซึ่งหมายถึงการพัฒนาการพัฒนากายกับจิตนั่นเอง และผู้ที่มีบทบาทสำคัญในการพัฒนาก็คือ พ่อแม่ผู้ปกครอง ตลอดจนบุคลากรที่ให้การดูแลเด็กและเยาวชนในศูนย์ฝึกอบรมเด็กและเยาวชนเขต 5 เพื่อให้เกิดความชัดเจนและเห็นความเชื่อมโยงที่สำคัญของสุขภาพจิตกับสิ่งแวดล้อมรอบตัวเด็ก ผู้วิจัยคิดว่าควรมีการแก้ไขบุคลิกภาพที่ไม่ดีของเด็กให้เป็นผู้ที่มีบุคลิกภาพเหมาะสมรวมทั้งการส่งเสริมบุคลิกภาพของเด็กที่คืออยู่แล้วให้คงอยู่หรือดียิ่งขึ้น เพราะสิ่งที่สังคมคาดหวังจากคือ การเห็นเด็กเป็นคนดี มีร่างกายที่สมบูรณ์แข็งแรงมีอารมณ์สดชื่นแจ่มใส ร่าเริงสมวัย มีความสามารถในการตัดสินใจแก้ไขปัญหาสามารถอยู่ร่วมกับเพื่อน ๆ และคนรอบข้างได้เป็นอย่างดี

ท่ามกลางสิ่งแวดล้อมภายในศูนย์ฝึกอบรมเด็กและเยาวชนที่ประกอบด้วย ผู้ดูแลเด็ก และเด็กที่มีคำสั่งให้ถูกฝึกและอบรมตามคำสั่งศาลซึ่งมีเวลาอยู่ด้วยกันวันละหลายชั่วโมง เพราะฉะนั้นบุคลากรที่เห็นความสำคัญเรื่องสุขภาพจิตมักคำนึงถึงพัฒนาการรอบตัวเด็ก ทั้งด้านร่างกาย สติปัญญา อารมณ์และสังคมไม่มุ่งเน้นเฉพาะวิชาการเป็นสำคัญ จึงถือได้ว่าหลักการเช่นนี้คือการส่งเสริมสุขภาพจิตเด็กโดยตรง

ด้วยเหตุผลดังกล่าวเบื้องต้นผู้วิจัยจึงได้นำมาสู่การพัฒนาารูปแบบการส่งเสริมสุขภาพจิตครอบครัวเด็กและเยาวชนที่กระทำผิได้กระบวนการวิจัยพัฒนาปฏิบัติการ ซึ่งเป็นความร่วมมือจากผู้มีส่วนเกี่ยวข้องของหลายกลุ่มทั้งจากกลุ่มเด็กและเยาวชนที่กระทำผิด บุคลากรผู้ดูแลเด็ก ผู้ปกครอง บิดา มารดาของเด็กและเยาวชนที่กระทำผิดจนนำไปสู่การดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ ตามแผนที่กำหนด ทั้งการจัดกิจกรรมในกลุ่มเด็กและเยาวชนที่กระทำผิดซึ่งเป็นแผนกิจกรรมที่ทำทุกสัปดาห์ ๆ ละ 1 แผนกิจกรรม รวมทั้งสิ้น 8 สัปดาห์ 8 แผนกิจกรรม ส่วนแผนกิจกรรมสำหรับผู้ปกครอง บิดา มารดา เป็นแผนกิจกรรมที่ดำเนินการต่อเนื่องในการอบรมค่ายครอบครัวมีจำนวน 6 แผนกิจกรรม (ระยะเวลา 2 วัน 1 คืน)

โดยสรุปแผนการจัดกิจกรรมหรือรูปแบบการส่งเสริมสุขภาพจิตครอบครัวเด็กและเยาวชนที่กระทำผิดที่พัฒนาขึ้นเพื่อส่งเสริมในด้านพัฒนาการทางอารมณ์ จิตใจ สังคม พฤติกรรม และทักษะการดำเนินชีวิต นั้นเป็นการจัดกิจกรรม โดยใช้หลักการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม (Participatory Learning) กล่าวคือ ยึดเด็ก (ผู้เรียน) เป็นศูนย์กลางในการจัดกิจกรรม ซึ่งจะช่วยให้เด็กมีความคิดสร้างสรรค์ และความคิดวิเคราะห์วิจารณ์ ทำให้เด็ก คิดเป็น ทำเป็น และแก้ปัญหาได้

#### 4. แนวคิดการจัดกิจกรรมแบบมีส่วนร่วม (Participatory Learning)

แนวคิดการจัดกิจกรรมแบบมีส่วนร่วมเป็นแนวคิดที่สำคัญที่จะทำให้เกิดการทำงานแบบมีส่วนร่วมและนำไปสู่การบรรลุงานสูงสุด ซึ่งแนวคิดดังกล่าวมีหลักสำคัญ 5 ประการ (กรมการศึกษานอกโรงเรียน กระทรวงศึกษาธิการ 2541; กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข 2541) คือ

1. เป็นการเรียนรู้ที่อาศัยประสบการณ์เดิมของผู้เรียน
2. ทำให้เกิดการเรียนรู้ใหม่ ๆ ที่ทำทาบอย่างต่อเนื่องและเป็นการเรียนรู้ที่เรียกว่า

Active Learning คือ ผู้เรียนเป็นผู้กระทำเอง

3. ปฏิสัมพันธ์เกิดได้ระหว่างเด็กกับเด็ก และเด็กกับผู้จัดกิจกรรม
4. ปฏิสัมพันธ์ที่มี ทำให้เกิดการขยายตัวของเครือข่ายความรู้ที่ทุกคนมีอยู่ออกไปอย่าง

กว้างขวาง

5. มีการสื่อสาร โดยการพูดหรือการเขียนเป็นเครื่องมือในการแลกเปลี่ยนการวิเคราะห์ และสังเคราะห์ความรู้

องค์ประกอบที่สำคัญของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม มีอยู่ 4 ประการ คือ

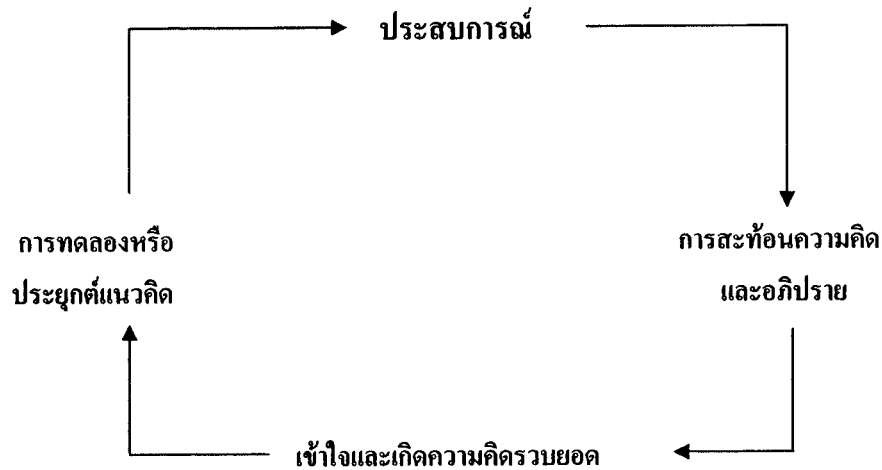
1. ประสบการณ์ (Experience) ผู้จัดกิจกรรมช่วยให้เด็กนำประสบการณ์เดิมของตนมาพัฒนาเป็นองค์ความรู้

2. การสะท้อนความคิดและอภิปราย (Reflect and Discussion) เป็นขั้นตอนที่ผู้จัดกิจกรรม ช่วยให้เด็กได้มีโอกาสแสดงออกในการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นและเรียนรู้ซึ่งกันและกันอย่างลึกซึ้ง เพื่อสร้างความรู้ใหม่ขึ้นในกลุ่มตามใบงานที่ผู้จัดกิจกรรมมอบหมายให้

3. เข้าใจและการเกิดความคิดรวบยอด (Understanding and Conceptualization) เป็นขั้นตอนที่ผู้เรียนสร้างความเข้าใจ และนำไปสู่การเกิดความคิดรวบยอด อาจเกิดขึ้นจากเด็กเป็นฝ่ายริเริ่มและผู้จัดกิจกรรมเป็นผู้เติมแต่งความคิดรวบยอดให้สมบูรณ์ หรือในทางกลับกัน ผู้จัดกิจกรรมอาจเป็นฝ่ายริเริ่มความคิดรวบยอด โดยเด็กเป็นผู้สานต่อความคิดนั้น เป็นความคิดรวบยอดที่สมบูรณ์ขึ้น

1. การทดลองหรือประยุกต์แนวคิด (Experiment/Application) คือ การให้ผู้เรียน ได้มีโอกาสได้เอาการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นใหม่ ไปประยุกต์ใช้ในลักษณะหรือสถานการณ์ต่าง ๆ จนเกิดเป็นแนวทางปฏิบัติของตัวเอง เช่น จัดบอร์ด ทำรายงาน เขียนคำขวัญ เขียนเรียงความ ฯลฯ

องค์ประกอบเหล่านี้สามารถสรุปเป็นแผนภาพ ดังนี้



ภาพที่ 2.1 องค์ประกอบ 4 ประการของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม

ความสัมพันธ์ขององค์ประกอบทั้ง 4 ประการจะเป็นไปอย่างต่อเนื่อง โดยอาจเริ่มต้นจากจุดใดจุดหนึ่งและเคลื่อนย้ายไปมาระหว่างองค์ประกอบต่าง ๆ ดังนั้นในแง่ของการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน จึงอาจเริ่มต้นที่จุดใดก่อนก็ได้ แต่ต้องจัดกิจกรรมการเรียนการสอนให้ครบทุกองค์ประกอบการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพ

การจัดกิจกรรมการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม มีจุดมุ่งหมายเพื่อให้เกิดการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพ หรือผู้เรียนเกิดการเรียนรู้สูงสุด โดยเน้นที่การให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมมากที่สุด (Maximum Participation) ในทุก ๆ องค์ประกอบก็คือ การแลกเปลี่ยนประสบการณ์ การได้สะท้อนความคิดและอภิปราย การสรุปความคิดรวบยอดตลอดจนได้ทดลองหรือประยุกต์แนวคิด และในทุกกิจกรรมของแต่ละองค์ประกอบนั้นจะต้องเกิดการเรียนรู้สูงสุดหรือที่เรียกว่า การบรรลุงานสูงสุด (Maximum Performance) หรืออาจกล่าวได้ว่า

การเรียนรู้สูงสุด (Maximum Learning) เกิดจากการมีส่วนร่วมสูงสุด (Maximum Participation) และการบรรลุงานสูงสุด (Maximum Performance) ในทุกองค์ประกอบของ PL หรือ ML =  
 $(\text{Max. Par.} + \text{Max. Per}) \times 4$

### การมีส่วนร่วมสูงสุด (Maximum Participation)

การมีส่วนร่วมสูงสุดเกิดจากการออกแบบกลุ่มที่เหมาะสมในแต่ละองค์ประกอบของการเรียนรู้ กลุ่มแต่ละประเภทจะมีข้อดีและข้อจำกัดที่ต่างกัน เช่น บางประเภทเอื้ออำนวยให้มีส่วนร่วมได้มาก แต่อาจขาดความหลากหลายของแนวคิด จึงเหมาะสำหรับเวลาที่ผู้สอนต้องการให้เกิดการแสดงออกเพื่อแลกเปลี่ยนความคิดเห็นจากประสบการณ์โดยยังไม่ต้องการข้อสรุป รายละเอียดของกลุ่มแต่ละประเภท ข้อบ่งชี้และข้อจำกัดปรากฏในตาราง

ตารางที่ 2.1 ประเภทของกลุ่มและรายละเอียดในการเลือกใช้

ประเภทกลุ่ม	ความหมาย	ข้อบ่งชี้	ข้อจำกัด
กลุ่ม 2 คน (Pair group)	ให้ผู้เรียนจับคู่กัน ทำกิจกรรม ที่ได้รับ มอบหมาย	ต้องการให้ทุกคนมีส่วน ร่วมในการออกความเห็น หรือปฏิบัติ	ขาดความ หลากหลายทาง ความคิดและ ประสบการณ์
กลุ่ม 3 คน (Triad group)	ให้ผู้เรียนจับกลุ่ม 3 คน แต่ละคนมีบทบาท ที่ชัดเจนและหมุนเวียน บทบาทกันได้	ทุกคนมีส่วนร่วมในการ เรียนรู้ตามบทบาทและ สามารถเรียนรู้ได้ ครบ ทุกบทบาท	ขาดความ หลากหลายและ ความกระฉับกระชวย ไปบ้าง
กลุ่มเล็ก (Small Gr)	เป็นการจัดกลุ่ม 5-6 คน ทำกิจกรรม ที่ได้รับมอบหมายจน ลุล่วง	ต้องการให้ผู้เรียนได้ แลกเปลี่ยนข้อคิดเห็นและ ถกเถียงอย่างลึกซึ้งจนได้ ข้อสรุป	ใช้เวลามาก
กลุ่มย่อย ระดมสมอง (Buzz group)	เป็นการรวมกลุ่ม 3-4 คน ขึ้นชั่วคราว เพื่อแสดงความเห็น	ต้องการให้ผู้เรียนมีส่วน ร่วมในเวลาสั้น ๆ โดยไม่ ต้องการข้อสรุป หรือ ต้องการข้อสรุปที่ไม่ลึกซึ้ง มากนัก	ขาดความลึกซึ้ง ไม่มี การอภิปรายกันอย่าง ลึกซึ้ง
กลุ่มใหญ่ (Large Gr)	เป็นการอภิปราย ในกลุ่ม 15-30 คน หรือทั้งชั้น	ต้องการให้เกิดการโต้แย้ง หรือการรวบรวมความคิดจาก กลุ่มย่อยเพื่อหาข้อสรุป	บางคนอาจให้ความ สนใจหรือมีส่วนร่วม น้อย ใช้เวลามาก

ตารางที่ 2.1 (ต่อ)

ประเภทกลุ่ม	ความหมาย	ข้อบ่งชี้	ข้อจำกัด
กลุ่มไขว้ (Cross-over Gr)	เป็นการจัดกลุ่ม 2 ตอน โดยแยกให้เด็กทำกิจกรรมเฉพาะบางกลุ่ม จนมีความเชี่ยวชาญ จากนั้นจึงให้ผู้เรียนจากแต่ละกลุ่มรวมกันเป็นกลุ่มใหญ่เพื่อบูรณาการ	ต้องการให้ผู้เรียนใช้ศักยภาพของตนเอง ในการสร้างความรู้ ผู้เรียนจะมีส่วนร่วม และได้เนื้อหามาก	ใช้เวลามาก
กลุ่มแบ่งย่อย (Subgroup)	เป็นการจัดกลุ่ม 2 ชั้นตอน จาก 8-12 คน แต่ละกลุ่ม แบ่งเป็นกลุ่มย่อย 3-4 กลุ่ม เพื่อให้ทำงานกลุ่มละ 1 งาน จากนั้นจึงให้กลุ่มย่อยมารวมกันเพื่อบูรณาการ	ต้องการให้ผู้เรียนใช้ศักยภาพของตนเอง ในการสร้างความรู้ ผู้เรียนจะมีส่วนร่วม และได้เนื้อหามาก	ใช้เวลามาก
กลุ่มปิรามิด (Pyramid Gr)	รวบรวมความคิดเห็น เริ่มจากกลุ่ม 2-4 คน ทวีขึ้นไปเป็นชั้น ๆ จนครบทั้งชั้น	สร้างความตระหนักและเข้าใจความรู้สึกร่วมกันของแต่ละกลุ่ม ขาดข้อสรุปและความลึกซึ้ง	ขาดข้อสรุปและความลึกซึ้ง

การร้อยรัดกระบวนการกลุ่มที่หลากหลายเข้าด้วยกันอย่างเหมาะสมในแต่ละชั่วโมง การสอน ก็จะทำให้เกิดการมีส่วนร่วมอย่างสูงสุด มีพลวัตหรือการเคลื่อนไหวของการเรียนรู้ ตลอดเวลา ทำให้ผู้เรียนมีความสนใจอย่างต่อเนื่อง

#### การบรรลุงานสูงสุด (Maximum Performance)

แม้การออกแบบกลุ่มที่หลากหลายจะช่วยให้เกิดการมีส่วนร่วมได้มากแต่ไม่ได้หมายความว่า การมีส่วนร่วมนั้นได้เกิดการเรียนรู้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยไม่เสียเวลา หัวใจสำคัญของการบรรลุงานสูงสุดจึงอยู่ที่การกำหนดงานให้กับกลุ่ม ซึ่งมีองค์ประกอบที่สำคัญของการกำหนดงาน 3 ประการ คือ

1. กำหนดกิจกรรมที่ชัดเจนว่าจะให้ผู้เรียนแบ่งกลุ่มอย่างไร เพื่อทำอะไร ใช้เวลานาน น้อยแค่ไหน เมื่อบรรลุงานแล้วจะให้ทำอย่างไรต่อ เช่น เตรียมเสนอหน้าชั้นในเวลาที่กำหนดให้
2. กำหนดบทบาทของกลุ่มหรือสมาชิกที่ชัดเจน เช่น บทบาทของผู้เล่นบทบาทสมมติ และผู้สังเกตการณ์หรือบทบาทของการนำกลุ่ม การรวบรวมความเห็น และการนำเสนอ เป็นต้น
3. ควรมีโครงสร้างของงานที่ชัดเจน ซึ่งบอกรายละเอียดของกิจกรรมและบทบาท โดยทำเป็นกำหนดงานที่ผู้สอนแจ้งแก่ผู้เรียน หรือทำเป็นใบงาน ใบชี้แจง ใบกิจกรรม มอบให้กับ กลุ่มหลักการสอนความรู้แบบมีส่วนร่วม

การสอนความรู้ (Knowledge) ที่ใช้หลักการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม ช่วยสร้างทักษะ เป็นพื้นฐานและเป็นองค์ประกอบร่วมของทักษะอื่น ๆ ทั้งหมดนั้นก็คือความคิดสร้างสรรค์ และ ความคิดวิเคราะห์ วิจัยณ์ ลักษณะเฉพาะของการสอนความรู้ที่ยึดหลักการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม ได้แก่

ตารางที่ 2.2 องค์ประกอบของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม และลักษณะเฉพาะของการสอนความรู้

องค์ประกอบของ PL	ลักษณะเฉพาะของการสอนความรู้แบบ PL
ประสบการณ์	ตั้งคำถามเพื่อรวบรวมประสบการณ์ของผู้เรียน
การสะท้อนความคิดและ อภิปราย	ผู้เรียนได้แลกเปลี่ยนความรู้ เพื่อสร้างความรู้ตามงานที่ได้รับมอบหมาย
ความคิดรวบยอด	การบรรยาย (โดยผู้สอน หรือสื่อ) การรายงานผลงานกลุ่ม หรือบูรณาการความรู้ของกลุ่มย่อย โดยการอภิปรายในกลุ่มใหญ่
ประยุกต์แนวคิด	ผู้เรียนได้ทำกิจกรรมที่ประยุกต์ความรู้ที่เกิดขึ้น เช่น เขียน คำขวัญ จัดบอร์ด ทำรายงาน เขียนเรียงความ ฯลฯ

การจัดกิจกรรมการเรียนการสอนเพื่อให้ผู้เรียนเกิดความรู้ ความเข้าใจในเนื้อหาวิชานั้น ไม่มีขั้นตอนการสอนที่เฉพาะเจาะจง เพียงแต่ให้คำนึงถึงการจัดกิจกรรมที่ครอบคลุมองค์ประกอบของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมทั้ง 4 ประการ

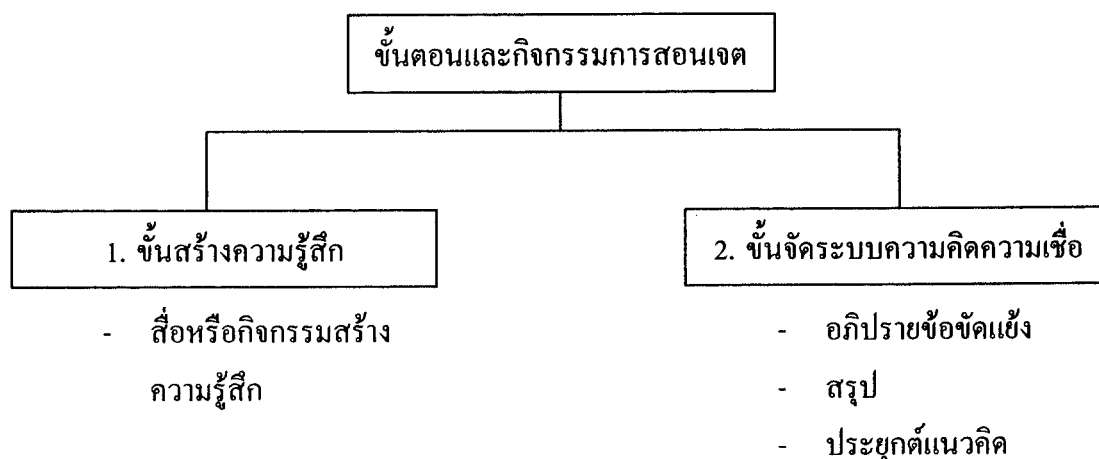
### หลักการสอนเจตคติแบบมีส่วนร่วม

ถึงแม้กระบวนการสอนแต่ละครั้งจะมีองค์ประกอบทั้งด้าน พุทธพิสัย จิตพิสัย และ ทักษะพิสัย แต่การสอนเจตคติจะมุ่งเน้นการสอนในด้านจิตพิสัย ซึ่งมีองค์ประกอบ 2 ด้าน คือ การสร้างความรู้สึกลึกที่สอดคล้องกับเจตคติดังกล่าว และการจัดระบบความคิดความเชื่อ เมื่อนำมาสัมพันธ์กับหลักการทั่วไปของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม ซึ่งมีองค์ประกอบ 4 ประการ การสอนเจตคติจึงควรมีลักษณะเฉพาะ ดังนี้

ตารางที่ 2.3 องค์ประกอบของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม และลักษณะเฉพาะของการสอนเจตคติ

องค์ประกอบของ PL	ลักษณะเฉพาะของการสอนเจตคติ
ประสบการณ์	เน้นประสบการณ์ด้านความรู้สึกลึกของผู้เรียน
การสะท้อนความคิดและอภิปราย	ผู้เรียนได้มีโอกาสแสดงความคิดเห็นและโต้แย้งอย่างเต็มที่
การสรุปความคิดรวบยอด	ผู้เรียนได้ข้อสรุปด้วยตนเอง โดยผู้สอนกระตุ้นให้ผู้เรียนคิดและช่วยเพิ่มเติม
การทดลองหรือประยุกต์แนวคิด	ผู้เรียนได้ทำกิจกรรมทั้งในหรือนอกเวลาเรียน เพื่อให้มีเจตคติที่ฝังแน่นมากขึ้น

เนื่องจากเจตคติเป็นความคิดหรือความเชื่อที่มีความรู้สึกลึกเป็นองค์ประกอบ ดังนั้น การสอนจึงต้องมีทั้ง 2 องค์ประกอบ คือ ด้านความรู้สึกลึกและด้านความคิดความเชื่อ ดังนี้



ขั้นสร้างความรู้สึก จะใช้สื่อหรือกิจกรรมสร้างความรู้สึก อาจใช้เวลาประมาณ 5-20 นาที ของคาบสอน ส่วนที่เหลือจะเป็นการจัดระบบความคิด ความเชื่อ ดังนั้นผู้สอนจึงจำเป็นต้องมีทักษะในการใช้สื่อหรือกิจกรรมให้เกิดความรู้สึกได้จริง รวมทั้งมีทักษะในการใช้กระบวนการกลุ่ม ช่วยจัดระบบความคิด ความเชื่อได้ อย่างมีประสิทธิภาพ โดยให้ผู้เรียนมีโอกาสรายได้แย้งจน ผู้เรียนสามารถสรุปได้ด้วยตนเอง และนำข้อสรุปที่ได้มาประยุกต์ใช้ในสถานการณ์อื่น ๆ โดยมีรายละเอียด กิจกรรมสรุปได้ดังนี้

ตารางที่ 2.4 สรุปขั้นตอนและกิจกรรมการสอนเจตคติ

ขั้นตอน	องค์ประกอบ PL	กิจกรรม
1. ขั้นสร้างความรู้สึก	- ประสบการณ์	สื่อหรือกิจกรรมสร้างความรู้สึก เป็นการใช้สื่อหรือกิจกรรม เพื่อให้ผู้เรียนเกิดความรู้สึกหรืออารมณ์ร่วมกับเรื่องนั้น ๆ สื่อสร้างความรู้สึก เช่น บทสำหรับอ่านกรณีศึกษา จดหมาย บทสัมภาษณ์ ฯลฯ) กิจกรรมสร้างความรู้สึก เช่น ตะกร หุ่นกระบอก จำแนก เจตคติของผู้เรียน เช่น การสำรวจความคิดเห็น แบบสอบถาม จัดลำดับความสำคัญ เป็นต้น หรือ กิจกรรมที่อาศัยจินตนาการ หรือกิจกรรมเร้าความสนใจอื่น ๆ เช่น การโต้ว่าที่ การเปิดเผยตนเอง เป็นการตั้งประสบการณ์เก่าของผู้เรียน มักทำในกลุ่ม 2 คน หรือกลุ่มย่อยระดมสมอง เช่น ให้เล่า ความรู้สึกโดยตรง ให้เขียนแล้วอ่านเองหรือ สลับกันอ่าน แล้วให้ตอบคำถาม
2. ขั้นจัดระบบ ความคิด ความเชื่อ	- สะท้อน ความคิดและ อภิปราย - ความคิด รวบยอด - ประยุกต์ แนวคิด	การอภิปรายข้อขัดแย้ง เป็นการตั้งประเด็นความคิด ความเชื่อ เรื่องต่าง ๆ เพื่อให้มีการอภิปรายจนได้ข้อสรุป ในกลุ่มเล็ก การสรุป เป็นการให้กลุ่มเล็กรายงานข้อสรุปของกลุ่ม และร่วมกันสรุปแนวคิดในกลุ่มใหญ่ การประยุกต์แนวคิด เป็นกิจกรรมที่ให้ผู้เรียนได้ประยุกต์ใช้ เจตคติที่เกิดขึ้น อาจให้ทำกิจกรรมในห้องเรียน หรือเป็น กิจกรรมเสริม



การสอนเจตคติ ยังแบ่งเป็น 2 ระดับ คือ การสร้างเจตคติก่อนจะมีพฤติกรรม (เช่น การสร้างความรู้สึกรังเกียจการเที่ยวสถานบริการทางเพศ ก่อนที่จะมีพฤติกรรมชอบเที่ยว) กับ การเปลี่ยนแปลงเจตคติ (เช่น ลด ละ เลิก การเที่ยวสถานบริการทางเพศ เมื่อมีพฤติกรรมแล้ว) ความแตกต่างที่สำคัญในขั้นตอนการใช้สื่อและ กิจกรรมสร้างความรู้สึกรังเกียจ คือ ในการสร้างเจตคติ จะเน้นการสร้างความรู้สึกรังเกียจที่เกี่ยวกับเจตคตินั้น ๆ ส่วนการเปลี่ยนแปลงเจตคติจะให้ความสำคัญในการใช้สื่อและกิจกรรมที่โยกคลอนความรู้สึกรังเกียจของ เจตคติเดิม ส่วนในขั้นจัดระบบความคิดความเชื่อ การเปลี่ยนแปลงเจตคติจะต้องมีประเด็นอภิปรายที่เข้มและชัดเจนกว่า

ในการสอนเจตคติ สิ่งนี้อาจเกิดขึ้นได้ก็คือ ผู้เรียนสรุปประเด็นอภิปรายได้ไม่ตรงกับจุดประสงค์ (เช่น ผู้เรียนเห็นว่าสามารถมีเพศสัมพันธ์ก่อนแต่งงานได้เพื่อเป็นการทดลอง) ผู้สอนจำเป็นต้องหาทางออกในกรณีเช่นนี้ โดยอาศัยแนวคิด 4 ประการ ต่อไปนี้

1. ผู้สอนมีใจกว้าง โดยยอมรับว่าเจตคติที่เหมาะสมอาจมีได้มีเพียงเจตคติตามที่ผู้สอนคาดหวังเพียงประการเดียว
2. ผู้สอนควรไว้วางใจในตัวผู้เรียน ภายใต้อิทธิพลของความเชื่อที่ว่า หากเจตคติที่สอนนั้นเป็นสิ่งที่ดีก็ควรที่จะเปิดโอกาสให้ผู้เรียนตรวจสอบ โดยหาเหตุผลมาถกเถียงอภิปรายจนเกิดการยอมรับในขั้นตอน กระบวนการกลุ่ม ซึ่งความคิดเห็นที่มีเหตุผลก็จะได้รับการสนับสนุน ไม่ว่าความคิดเห็นนั้นจะเป็นของใคร
3. ผู้สอนสามารถช่วยขยายเครือข่ายการเรียนรู้ของผู้เรียนได้ โดยช่วยตั้งคำถามให้ผู้เรียนคิด หรือผู้สอนกับผู้เรียนแลกเปลี่ยนประสบการณ์กัน นั่นคือใช้การสื่อสารแบบ 2 ทางมากกว่าการยึดเยียด
4. การเรียนรู้เป็นกระบวนการสร้างความรู้ที่ผู้เรียนมีส่วนร่วม หากสิ่งใดที่ผู้สอนเห็นว่าดี แต่ผู้เรียนไม่ยอมรับ แม้ผู้สอนจะพยายามถ่ายทอดต่อไปก็ไม่เกิดการเรียนรู้ ในทางตรงข้าม หากผู้สอนยอมรับความคิดเห็นของผู้เรียน โดยผู้สอนสงวนความคิดเห็นของผู้สอน ผู้เรียนก็จะรู้สึกยอมรับผู้สอนเช่นกัน และขยายการเรียนรู้ออกไป

### กิจกรรมที่ใช้ในการสอนเจตคติ

1. กิจกรรมในขั้นสร้างความรู้สึกรังเกียจ เป็นกิจกรรมที่มุ่งกระตุ้น จูงใจ หรือโน้มน้าวให้เกิดอารมณ์ความรู้สึกรังเกียจตามจุดประสงค์ เพื่อนำไปสู่การจัดระบบความคิดความเชื่อและสร้างเป็นเจตคติที่ต้องการ หรือเปลี่ยนเป็นเจตคติที่พึงประสงค์ กิจกรรมในขั้นตอนนี้ ได้แก่

#### 1.1 สื่อหรือกิจกรรมสร้างความรู้สึกรังเกียจ

1.1.1 สื่อ (กรณีศึกษา) เป็นเรื่องราวที่บันทึกไว้ เช่น บทความ บันทึกประจำวัน จดหมาย ฯลฯ อาจทำเป็นบทสำหรับอ่าน (Script) เทปเสียง วิดิทัศน์

- บทสำหรับอ่าน ใช้ได้ง่าย แต่ต้องอาศัยความสามารถของผู้สอนในการใช้น้ำเสียง จังหวะเพื่อช่วยให้เกิดความรู้สึก

### 1.1.2 กิจกรรม กิจกรรมสำหรับสร้างความรู้สึกละเอียดแบ่งได้เป็น 3 กลุ่ม ได้แก่

1) กิจกรรมสร้างความรู้สึกละเอียดโดยตรง เป็นการประยุกต์กรณีศึกษาให้เป็นกิจกรรม เพื่อให้ผู้เรียนมีส่วนร่วม ได้แก่

ละคร เป็นเรื่องสั้น ๆ โดยเขียนบทให้ผู้เรียนเตรียมการแสดงมาก่อน ซึ่งผู้เรียนมักจะแสดงได้ดี และเพื่อน ๆ ให้ความสนใจ จุดสำคัญอยู่ที่บทละคร จะต้องสร้างอารมณ์ความรู้สึกที่สัมพันธ์กับจุดประสงค์ได้ดี ไม่ควรมีฉากหลายฉากเกินไป และแต่ละฉากควรจะสั้น ทั้งนี้เพื่อให้แสดงได้ง่าย ชวนติดตามและไม่เสียเวลามาก

ละครวิทยุ ผู้เรียนสามารถแสดงได้ง่าย ๆ โดยใช้ฉากสั้น แล้วผู้เรียนอ่านตามบทที่เตรียมไว้ให้ได้อารมณ์ ความรู้สึก โดยไม่ต้องมีการแสดง

หุ่นกระบอก ใช้กับเด็กระดับประถมหรือเด็กมัธยม เล่นในเรื่องที่ตัวละครจะแสดงออกได้ยาก สามารถสร้างบทให้ซับซ้อนกว่าละคร เพราะมีผู้พากย์ต่างหาก

2) กิจกรรมที่จำแนกเจตคติของผู้เรียน (Value Classification) โดยหวังผลให้ผู้เรียนได้เกิดความรู้สึกประหลาดใจ และตระหนักในความคิดเห็นที่แตกต่างกันระหว่างกลุ่ม เช่น ผู้คิดเชื่อ ไม่คิดเชื่อ ชาย หญิง เป็นต้น วิธีทำกิจกรรมนี้ ได้แก่

การสำรวจความเห็น เป็นกิจกรรมที่ผู้สอนใช้ เพื่อให้ผู้เรียนได้รับความคิดของอีกฝ่าย (หญิง-ชาย) ซึ่งจะโยกคลอนความรู้สึกเดิมที่ตนเองยึดถืออยู่ได้ดี จากนั้นก็ใช้กระบวนการกลุ่มมาอภิปรายต่อให้ลึกซึ้ง

การตอบแบบสอบถาม แบบสอบถามที่ออกแบบได้ดีจะทำให้เกิดความรู้สึกผิดคาดได้ว่าตนคิดแตกต่างกับคนอื่น หรือกลุ่มอื่นอย่างไร

การจัดลำดับความสำคัญ ทำให้ผู้เรียนเผชิญกับความรู้สึกขัดแย้งว่าจะให้ความสำคัญกับอะไรมากกว่า

กิจกรรมทั้ง 3 อย่าง ต้องอาศัยการตั้งคำถามที่กระตุ้นความรู้สึก เช่น ให้ผู้เรียนหาลักษณะของคนรักที่ต้องการ 5 ประการ จากนั้นให้ผู้เรียนคิดว่าหากคนรักที่พบมีคุณสมบัติเพียง 4 ประการจะตัดข้อใดออก ทำเช่นนี้ไปเรื่อย ๆ จนเหลือเพียง 2 ประการ นักเรียนก็จะอภิปรายจนเกิดความตระหนักว่า คุณสมบัติใดที่เป็นคุณค่าภายในของเรา

3) กิจกรรมอื่น ๆ เช่น การโต้เถียง การต่อเรื่อง การแสดงบทบาทสมมติ การใช้จินตนาการ ฯลฯ หากจัดให้เข้ากับจุดประสงค์ที่กระตุ้นความรู้สึกและเหมาะสมกับผู้เรียนก็จะช่วยในขั้นตอนนี้ของการสร้างและเปลี่ยนแปลงเจตคติได้

## 1.2 การเปิดเผยตนเอง

เป็นการเปิดเผยความรู้สึกรู้สึกนึกคิดของผู้เรียนที่มาจากประสบการณ์เดิม มีกิจกรรมย่อย ๆ หลายกิจกรรม ที่มักทำในกลุ่ม 2 คน กลุ่ม 3 คน หรือกลุ่มย่อยระดมสมอง 3-4 คน เพื่อให้ผู้เรียนทุกคนได้แสดงความคิดเห็นได้เต็มที่

- การระดมสมอง ทุกคนได้แสดงความเห็น โดยไม่มีการวิจารณ์ ผู้สอนต้องบอกผู้เรียนว่าช่วงระดมสมอง จะไม่มีการวิจารณ์ แต่การอภิปรายจะตามมาหลังจากทุกคนได้แสดงออกแล้ว

- การเขียนตอบในกระดาษ เหมาะสำหรับผู้เรียนกลุ่มที่ไม่กล้าแสดงออกในการระดมสมอง วิธีการนี้ยังแบ่งได้ 2 ชนิด คือ ให้เข้าตัวอ่านเอง หรือสลับให้ คนอื่นอ่าน วิธีหลังเหมาะกับเรื่องที่ย่อหน้าไหวต่อการเปิดเผย ทำให้ผู้เรียนอาย เช่น เรื่องเพศ หรือความเห็นที่ขัดแย้งกันและมีการแบ่งเป็นฝ่ายชัดเจน

- การสำรวจความเห็น เป็นรูปแบบง่าย ๆ ของการเปิดเผยตนเองว่าเห็นด้วยหรือไม่

2.1 กิจกรรมในชั้นจัดระบบความคิดความเชื่อ โดยอาศัยกระบวนการกลุ่ม ซึ่งประกอบด้วย 3 กิจกรรมเป็นขั้นตอนต่อเนื่องกัน

2.1.1 การอภิปรายเพื่อให้เกิดการสะท้อนความคิดและถกเถียงกันในกลุ่มขนาดเล็ก เช่น ในกลุ่มเล็ก 5-6 คน หรือกลุ่มย่อยระดมสมองขนาด 3-4 คน จนกว่าจะได้ข้อสรุปของกลุ่ม โดยผู้สอนเป็นผู้ตั้งประเด็นอภิปรายมอบหมายให้แก่ผู้เรียนทุกกลุ่ม และไม่ควรมอบหมายงานที่ซ้ำกันให้ทุกกลุ่ม ทั้งนี้เพื่อให้เกิดความสนใจในขณะที่ตัวแทนกลุ่มรายงานผลงานของกลุ่มในกลุ่มใหญ่ การมีส่วนร่วมอภิปรายของสมาชิกจะเกิดขึ้นมากหรือน้อยขึ้นอยู่กับสื่อสร้างความรู้สึคว่ามีความแรงพอที่จะกระตุ้นความรู้สึกของผู้เรียนหรือไม่ และขึ้นอยู่กับความน่าสนใจและความท้าทายของประเด็นอภิปรายอีกด้วย

2.1.2 การสรุป การสรุปเป็นการสร้างความเข้าใจเพื่อให้เกิดความคิดรวบยอดในแต่ละประเด็น เป็นการนำไปสู่จุดประสงค์ของการเรียนรู้ในการสอนครั้งนั้น ๆ กิจกรรมที่นำไปสู่การสรุปแนวคิด ก็คือการให้ตัวแทนกลุ่มอภิปรายได้รายงานข้อสรุปหรือผลงานของกลุ่มย่อยในกลุ่มใหญ่ ผู้สอนจะเป็นผู้นำการอภิปราย เช่น ตั้งคำถามกระตุ้นเพื่อให้เกิดประเด็นขัดแย้งเพื่อให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นที่แตกต่าง และอภิปรายต่อไปจนกว่าจะได้ข้อสรุปของทั้งชั้น โดยที่ผู้สอนไม่ควรสรุปตามความคิดเห็นของผู้สอน แต่ต้องสนับสนุนให้ผู้เรียนสรุปกันเอง ผู้สอนเพียงแต่ช่วยรวบรวม

ข้อสรุปที่เกิดขึ้นในชั้นเรียนเท่านั้น และหากไม่ครบถ้วนผู้สอนอาจจำเป็นต้องกระตุ้นให้ผู้เรียนคิดต่อ หรือช่วยเพิ่มเติมให้จนข้อสรุปนั้นสมบูรณ์ ครบถ้วน

การอภิปรายยังเป็นกิจกรรมสำคัญในการฝึกทักษะการดำเนินชีวิตในด้านการคาดคะเนสถานการณ์และการตัดสินใจ ซึ่งจะผสมผสานไปในประเด็นที่ผู้สอนตั้งขึ้นเพื่อให้ผู้เรียนคิดและตัดสินใจได้เอง

**2.1.3 การประยุกต์แนวคิด** ผู้สอนอาจใช้เวลาช่วงท้ายชั่วโมง เพื่อให้ผู้เรียนได้ประยุกต์แนวคิด โดยการทำให้กิจกรรมที่ไม่ใช้เวลามาก เช่น เขียนคำขวัญ สรุปข้อความสำคัญ หรือออกแบบทดสอบ ซึ่งเท่ากับเป็นการประเมินการสอนไปด้วย หากไม่มีเวลาอาจมอบหมายให้ผู้เรียนทำเป็นกิจกรรมเสริม เช่น เขียนจดหมาย จัดบอร์ด คุยกับบิดามารดา ฯลฯ

### การสอนทักษะแบบมีส่วนร่วม

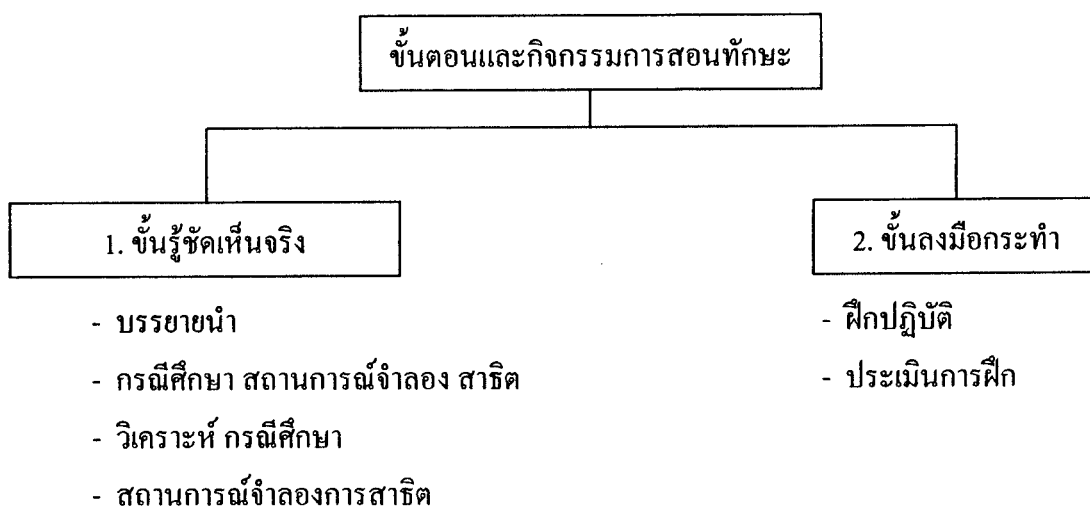
ดังที่ทราบกันดีแล้วว่า การสอนแต่ละครั้งจะมีองค์ประกอบผสมผสานกันไปในด้าน พุทธิพิสัย จิตพิสัย และทักษะพิสัย แต่การสอนทักษะต่าง ๆ เช่น ทักษะการสื่อสารเป็นการสอนที่มุ่งเน้นในด้านทักษะพิสัย ซึ่งต้องอาศัยการสร้างให้เกิดความชัดเจนในตัวทักษะ ให้เห็นเป็นขั้นตอนที่ปฏิบัติได้ง่าย และผู้เรียนได้มีโอกาสลงมือปฏิบัติในสถานการณ์ใกล้ตัว เมื่อดูจากองค์ประกอบทั้งไปทั้ง 4 ประการของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม การสอนทักษะจึงควรมีลักษณะเฉพาะดังตารางข้างล่างนี้

ตารางที่ 2.5 องค์ประกอบของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม และลักษณะเฉพาะของการสอนทักษะ

องค์ประกอบของ PL	ลักษณะเฉพาะของการสอนทักษะ
ประสบการณ์	อาศัยเหตุการณ์ที่ตรงกับชีวิตจริงในการเรียนรู้ทักษะ
การสะท้อนความคิดและอภิปราย	ผู้เรียนได้มีโอกาสแลกเปลี่ยนซึ่งกันและกันในการวิเคราะห์ปัญหา หากฎเกณฑ์ หรือวิเคราะห์ขั้นตอนในการฝึกทักษะต่าง ๆ
การสรุปความคิดรวบยอด	ได้ความคิดรวบยอดหลายขั้นตอน ทั้งจากการฟังบรรยายจากการสังเกต การสาธิต การประเมินผลในกลุ่ม และการประเมินผลรวม
การทดลองหรือประยุกต์แนวคิด	ผู้เรียนได้มีโอกาสฝึกซ้ำ ๆ โดยการแสดงบทบาทสมมติตามสถานการณ์ต่าง ๆ

ทักษะเป็นความสามารถที่คนเราไม่เคยมีมาก่อน แต่ได้เรียนรู้จนกระทั่งทำได้อย่างชำนาญ ดังนั้น การสอนทักษะจึงต้องมี 2 ขั้นตอน คือ

- 1) ขั้นรู้ชัดเห็นจริง เป็นขั้นตอนที่มุ่งให้ผู้เรียนรับรู้วาทักษะเหล่านั้นมีความสำคัญ และฝึกฝนให้ทำเป็น หรือทำได้อย่างไร และ
- 2) ขั้นลงมือกระทำ เป็นขั้นตอนที่เปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้ลงมือปฏิบัติตามที่ได้เรียนรู้มาจากขั้นตอนแรก



ในขั้นรู้ชัดเห็นจริง ผู้สอนใช้การบรรยายประกอบกับการยกตัวอย่าง และให้นักเรียนร่วมอภิปรายถึงความสำคัญและวิธีการฝึกทักษะนั้น ๆ จากนั้นจะใช้สถานการณ์จำลองให้ผู้เรียนคิดใช้ทักษะดังกล่าวหรือใช้การสาธิต ซึ่งอาจให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมได้ การสาธิตจะช่วยให้ผู้เรียนเห็นจริงเป็นลำดับขั้นตอนอย่างชัดเจน จากนั้นให้ผู้เรียนจัดกลุ่มย่อย หรือกลุ่มระดมสมองเพื่อหา กฎเกณฑ์

สำหรับขั้นลงมือกระทำ เป็นการให้ผู้เรียนฝึกใช้ทักษะ โดยการใช้บทบาทสมมติ (Role play) หรือการซ้อมบท (Rehearsal play) เป็นกิจกรรมหลักและมีการฝึกซ้ำโดยผลัดกันแสดงบทบาทจนชำนาญ ดังนั้น การฝึกอบรมนี้จะต้องฝึกให้ผู้สอนมีทักษะในการใช้สถานการณ์จำลอง และการสาธิต เพื่อให้ผู้เรียนเห็นจริง ขณะเดียวกันก็มีทักษะในการนำมาฝึกบทบาทสมมติ หรือการซ้อมบท และ ประเมินผลการฝึกได้ มีรายละเอียดของกิจกรรมสรุปได้ดังนี้

ตารางที่ 2.6 สรุปขั้นตอนและกิจกรรมการสอนทักษะ

ขั้นตอน	องค์ประกอบ PL	กิจกรรม
1. ขั้นรู้ชัดเห็นจริง	ความคิดรวบยอด ประสบการณ์	บรรยายนำให้ข้อมูลหรือความรู้ที่จำเป็นในเวลาสั้น ๆ  กรณีศึกษา, สถานการณ์จำลอง, หรือสาธิต - กรณีศึกษา เป็นการตั้ง โจทย์ให้ผู้เรียนคิดและแสดง ความเห็น - สถานการณ์จำลองเป็นการตั้ง โจทย์เป็นเหตุการณ์ ที่มีผู้แสดง - การสาธิตเป็นการแสดงให้เห็นขั้นตอนปฏิบัติ ที่ถูกต้องโดยอาจแสดงเปรียบเทียบกับการปฏิบัติ ที่ไม่ถูกขั้นตอน
2. ขั้นลงมือกระทำ	ประยุกต์แนวคิด  ความคิดรวบยอด	การฝึกปฏิบัติ โดยการฝึกทักษะเป็นขั้นตอน หรือ ครบองค์ประกอบของทักษะนั้นโดยการแสดงบทบาท สมมติหรือการฝึกซ้อมบทเพื่อให้เกิดความชำนาญ  การประเมินการฝึกโดยให้สมาชิกในกลุ่มฝึกประเมิน กันเองและผู้สอนประเมินอีกครั้งในกลุ่มใหญ่

### กิจกรรมที่ใช้ในการสอนทักษะ

#### 1. กิจกรรมในขั้นรู้ชัดเห็นจริง กิจกรรมการเรียนการสอน ได้แก่

1.1 การบรรยายนำ เป็นการนำเข้าสู่บทเรียนให้เกิดความน่าสนใจและให้ข้อมูลหรือความรู้ที่ จำเป็น ควรเป็นการใช้เวลาที่สั้นและดึงการมีส่วนร่วมจากนักเรียน เช่น การตั้งคำถามหรือยกตัวอย่างที่ใกล้ตัว แล้วให้ผู้เรียนแสดงความคิดเห็น

#### 1.2 ประสบการณ์การใช้ทักษะ แบ่งได้เป็น 3 ชนิด

1.2.1 กรณีศึกษา คือ ผู้สอนตั้ง โจทย์ให้ผู้เรียนคิดและแสดงความคิดเห็น จะทำ  
อย่างไรกับ กรณีศึกษา

1.2.2 สถานการณ์จำลอง คือ ผู้สอนกำหนด โจทย์เป็นสถานการณ์จำลอง แล้ว  
นำไปแสดง โดย ผู้สอนสมมติตนเองเป็นบุคคลตาม โจทย์ และแสดงการสนทนาตอบโต้กับผู้เรียน

ทั้งห้อง ซึ่งสมมติเป็นคู่สนทนา หรือให้ผู้เรียนจับคู่สนทนากันเอง จุดสำคัญของการเรียนรู้อยู่ที่การอภิปราย และสอนประกอบสถานการณ์จำลอง

1.2.3 สาธิต โดยแสดงบทบาทสมมติ มักให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมเป็นคู่สนทนา คนใดคนหนึ่ง หรือเป็นทั้ง 2 คน โดยผู้สอนจะซักซ้อมบทบาทกับผู้เรียนที่ขึ้นมาร่วมสาธิตก่อนหลังจากนั้น ผู้สอนจะนำบทสนทนา (Dialog) ขึ้นกระดานหรือแผ่นใส เพื่ออภิปรายและสอนประกอบบทสนทนานั้น

1.3 การอภิปรายในกลุ่มเล็ก เพื่อให้ผู้เรียนวิเคราะห์จากสถานการณ์จำลอง หรือจากการสาธิต เพื่อให้เข้าใจชัดเจนถึงขั้นตอนและวิธีการในแต่ละขั้นตอน

2. กิจกรรมในชั้นลงมือกระทำ กิจกรรมการเรียนการสอน แบ่งได้เป็น 2 ส่วน คือ

2.1 การฝึกปฏิบัติ ทำได้โดยกรฝึกบทบาทสมมติ และการฝึกซ้อมบท

2.1.1 การฝึกบทบาทสมมติ เป็นวิธีที่มีประสิทธิภาพในการฝึกทักษะ โดยสมมติตัวละครและสถานการณ์ขึ้น เพื่อให้ผู้เรียนสมมติตัวเองเป็นตัวละครตามโจทย์ ดังนั้น ต้องกำหนดโจทย์ให้ ชัดเจน คือ สถานการณ์ บทบาทของตัวละคร 2 ฝ่าย และบทบาทของผู้สังเกตการณ์ การฝึกบทบาทสมมติอาจแบ่งกลุ่ม เป็นกลุ่ม 2 คน กลุ่ม 3 คน หรือกลุ่มย่อย 5-6 คน ยิ่งกลุ่มมีคนมากขึ้น ก็จะมี การเรียนรู้กันเองมากขึ้นจากการอภิปรายกลุ่ม แต่จะใช้เวลามากกว่าจะฝึกได้ทั่วถึง

2.1.2 การฝึกซ้อมบท เป็นการให้ผู้เรียนฝึกเป็นตัวของผู้เรียนเอง ในสถานการณ์ที่เป็นที่ทราบกันว่า เกิดขึ้นได้จริงในชีวิตประจำวัน เพื่อให้ผู้เรียน (ผู้ฝึก) และเพื่อน ๆ ได้ช่วยกันดูว่า มีการใช้ทักษะอย่างไร

การฝึกบทบาทสมมติและการฝึกซ้อมบท มีความแตกต่างกัน คือ

การฝึกบทบาทสมมติจะตั้งโจทย์โดยการ “สมมติ” ทั้งสถานการณ์และตัวละคร ที่ให้ผู้เรียนแสดง โจทย์มักขึ้นต้นด้วยคำว่า

“สมมติให้ท่านเป็นสมศักดิ์และมาลี.....”

ขณะที่การฝึกซ้อมบท ให้ผู้เรียนเล่นเป็นตัวผู้เรียนเอง เมื่อต้องอยู่ในสถานการณ์ต่าง ๆ ซึ่งผู้เรียนสามารถพูดหรือกระทำตามที่ต้องการ โดยไม่ต้องสมมติตนเอง โจทย์มักขึ้นต้นว่า

“หากนักเรียน...” “หากท่าน....”

การฝึกซ้อมบท เป็นกิจกรรมที่เหมาะสมกับการฝึกทักษะการปฏิเสธรในสถานการณ์ที่ผู้เรียนพบได้เสมอ ๆ และสถานการณ์ไม่ซับซ้อน ซึ่งสามารถฝึกได้ง่าย โดยให้นักเรียนแบ่งเป็นกลุ่ม 2 คน หรือกลุ่ม 3 คน

ขณะที่การฝึกบทบาทสมมติเป็นการฝึกในสถานการณ์ที่ซับซ้อนกว่า เป็นเหตุการณ์อาจเกิดขึ้นไม่บ่อยก็ได้ แต่มีความสำคัญที่ผู้เรียนควรได้ฝึกหาทางออก โดยมากมักจะฝึกในกลุ่มเล็ก

2.2 การประเมินการฝึก เป็นการช่วยกันสะท้อนความคิดว่า สิ่งที่คุณฝึกทักษะได้ทำ ไปนั้นตรงตามขั้นตอนที่ควรจะเป็นหรือไม่ การประเมินการฝึกสามารถทำได้โดย ให้ผู้เรียน ประเมินกันเองในกลุ่มหรือผู้สอนกับผู้เรียนช่วยกันประเมินในชั้นเรียนหรือทั้ง 2 แบบ

2.2.1 ในกรณีที่ให้ผู้เรียนประเมินกันเอง ผู้สอนควรกำหนดในใบงานให้ชัดเจนว่าจะประเมินอย่างไร เช่น

“หลังการฝึกให้ผู้เรียนช่วยกันอภิปรายว่า ผู้ที่แสดงเป็นมาลีทำได้ตามขั้นตอนหรือไม่ สมศักดิ์ตอบสนองอย่างไร ขั้นตอนไหนที่มีความยุ่งยากในการฝึก และในชีวิตจริง จะนำทักษะนี้ไปใช้ได้หรือไม่ เพียงใด”

2.2.2 ในกรณีที่ผู้สอนช่วยประเมิน ผู้สอนอาจใช้วิธีสุ่มให้ผู้ฝึกออกมาแสดงหน้าชั้น ผู้สอนช่วยวิจารณ์ประกอบการของความคิดเห็นจากผู้เรียนในชั้น หรือผู้สอนอาจใช้วิธีสัมภาษณ์หรือให้สมาชิกกลุ่มเล่าถึงสิ่งที่เกิดขึ้นแล้วผู้สอนให้ข้อเสนอแนะ

จากหลักการดังกล่าวเบื้องต้นผู้วิจัยได้นำมาใช้เป็นแนวทางในการพัฒนาโปรแกรมการจัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมสุขภาพจิตในครอบครัวเด็กและเยาวชนที่กระทำผิด ดังมีรายละเอียดของแผนกิจกรรมต่าง ๆ ดังแนบท้ายในภาคผนวก



## บทที่ 3

### วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษานี้เป็นการวิจัยพัฒนาแบบปฏิบัติการ (Action Research) โดยมีขั้นตอนและระเบียบวิธีการวิจัยดังนี้

#### 1. ขั้นตอนการวิจัย

ระยะที่ 1 วิเคราะห์สถานการณ์และศึกษาความต้องการการส่งเสริมสุขภาพจิตครอบครัวของเด็กและเยาวชนที่กระทำผิด (ตุลาคม 2549-กุมภาพันธ์ 2550)

1.1 ผู้วิจัยได้ทำหนังสือประสานขอความอนุเคราะห์การศึกษาวิจัยอย่างเป็นทางการถึงผู้อำนวยการศูนย์ฝึกอบรมเด็กและเยาวชนเขต 5 ดังรายละเอียดหนังสือขอความอนุเคราะห์แนบท้ายในภาคผนวก ง และประสานผ่านผู้มีส่วนเกี่ยวข้องคือ นางสาวอนงค์ อาษาบาล พยาบาลวิชาชีพ 5 ซึ่งทำหน้าที่ในการดูแลเด็กและเยาวชนรวมทั้งเป็นผู้รับผิดชอบในการจัดกิจกรรมการบำบัดและฟื้นฟูเด็กและเยาวชนซึ่งผู้วิจัยได้มีโอกาสเข้าร่วมเป็นผู้นำ (วิทยากร) ในกิจกรรมดังกล่าวในฐานะผู้ให้การสนับสนุนวิชาการ ในหลักสูตรเพศศึกษาสำหรับเยาวชนในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนเขต 5 จึงได้ถือโอกาสพูดคุยเพื่อจุดประเด็นและวางแผนการวิจัยในส่วนที่ได้มองเห็นปัญหาตรงกันโดยเฉพาะในประเด็นที่เกี่ยวข้องกับครอบครัว

1.2 จัดประชุมชี้แจงเพื่อให้ผู้บริหารและนักวิชาการรับทราบถึงแนวทางในการพัฒนาเพื่อแก้ปัญหาาร่วมกันในวันที่ 29 ธันวาคม 2549 โดยมีผู้บริหารและบุคลากรร่วมประชุมปรึกษาหารือจำนวน 5 คน และได้วางแนวทางการดำเนินงานวิจัยร่วมกัน โดยยึดเป้าหมายและภารกิจของหน่วยงานและวัตถุประสงค์ในการวิจัยเป็นหลัก

1.3 ดำเนินการสนทนากลุ่ม (Focus Group) ตามแนวทางการสนทนาสำหรับเด็กและเยาวชนดังรายละเอียดในภาคผนวกเพื่อประเมินสถานการณ์ที่เป็นปัญหาของครอบครัวของเด็กและเยาวชนที่กระทำผิดโดยเลือกสนทนาเฉพาะในกลุ่มเด็กและเยาวชนที่กระทำผิดและมีภูมิลำเนาในจังหวัดอุบลราชธานีเท่านั้น ซึ่งมีเด็กและเยาวชนให้ความร่วมมือและสะดวกเข้าร่วมสนทนากลุ่มจำนวน 3 กลุ่ม ๆ ละ 8-10 คนรวมทั้งสิ้น 29 คนในระหว่างวันที่ 14-16 กุมภาพันธ์ 2550

1.4 พัฒนาศักยภาพนักวิจัยและสร้างแรงจูงใจในการวิจัยร่วมกัน โดยผู้วิจัยใช้วิธีการสอนงานวิจัยจากสถานการณ์จริงพร้อมถือโอกาสเก็บข้อมูลบางส่วนในขณะที่เข้าไปร่วมกิจกรรมเพื่อบำบัดและฟื้นฟูสุขภาพจิตเด็กและเยาวชน พร้อมทั้งสังเกตการณ์การทำงานของเจ้าหน้าที่ในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนเขต 5 ในระหว่างวันที่ 17-27 กุมภาพันธ์ 2550

1.5 สัมภาษณ์ผู้ปกครองซึ่งเป็นกลุ่มเป้าหมายจำนวน 7 คนที่อยู่ในครอบครัวเดียวกับเด็กและเยาวชนที่กระทำผิดที่มีภูมิลำเนาอยู่ในจังหวัดอุบลราชธานี ซึ่งใช้แนวทางการสัมภาษณ์ที่ได้พัฒนามาจากข้อมูลเบื้องต้นที่ได้จากการสนทนากลุ่มเด็กและเยาวชน ระหว่างวันที่ 19 กุมภาพันธ์-15 มีนาคม 2550 หลังจากนั้นได้นำข้อมูลมาวิเคราะห์และเลือกประเด็นที่เป็นปัญหาภายในครอบครัวที่เป็นตัวแปรที่จะส่งผลกระทบต่อการส่งเสริมสุขภาพจิตครอบครัวของเด็กและเยาวชนที่กระทำผิดเพื่อสร้างรูปแบบการเสริมสร้างความสัมพันธ์ในครอบครัว

ระยะที่ 2 สร้างรูปแบบการเสริมสร้างความสัมพันธ์ในครอบครัว (มีนาคม-เมษายน 2550) ซึ่งรูปแบบดังกล่าวมี 2 โปรแกรมคือ (1) โปรแกรมการจัดกิจกรรมสำหรับเด็กและเยาวชน จำนวน 8 แผนกิจกรรม ได้แก่ กิจกรรมที่ 1 ความในใจ (เพื่อละลายพฤติกรรม) กิจกรรมที่ 2 พ่อของฉัน กิจกรรมที่ 3 แม่ที่แสนดี กิจกรรมที่ 4 ครอบครัวของฉัน (กิจกรรม 2 และ 3 และ 4 เพื่อปรับทัศนคติต่อครอบครัวและการยอมรับการช่วยเหลือจากผู้อื่น) กิจกรรมที่ 5 ความแตกต่างของคน (เพื่อเสริมสร้างสัมพันธภาพและการแก้ไขข้อขัดแย้ง) กิจกรรมที่ 6 ความรู้สึกและประสบการณ์ในอดีต (เพื่อการเข้าใจตนเองและการผ่อนคลาย) กิจกรรมที่ 7 การมองข้อดีของตนเอง (เพื่อสร้างความภาคภูมิใจ พอใจและความสุข) กิจกรรมที่ 8 จุดมุ่งหมายในชีวิต (เพื่อความมั่นใจในการดำเนินชีวิต) และ โปรแกรมที่ (2) เป็นโปรแกรมการจัดกิจกรรมสำหรับผู้ปกครอง จำนวน 6 แผนกิจกรรม ได้แก่ กิจกรรมที่ 1 เข้าใจวัยรุ่น มีวัตถุประสงค์เพื่อให้เข้าใจธรรมชาติของวัยรุ่นและมีความเชื่อมั่นในตัวเด็กจะนำไปสู่การสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสารที่ดี กิจกรรมที่ 2 เปิดใจให้กัน มีวัตถุประสงค์เพื่อให้พ่อแม่มีโอกาสระบายความคับข้องใจ แลกเปลี่ยนแนวคิด และทักษะในการเข้าใจและการช่วยเหลือลูกที่มีปัญหา กิจกรรมที่ 3 สื่ออย่างไรให้ใจเป็นสุข มีวัตถุประสงค์เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมอธิบายความหมายของการสื่อสารและการสร้างสัมพันธภาพได้และมีทักษะในการสื่อสารและการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับวัยรุ่น กิจกรรมที่ 4 บทบาทการเป็นพ่อแม่ เพื่อให้พ่อแม่ตระหนักในความสำคัญของการใช้เวลาอยู่ร่วมกับลูกอย่างมีคุณภาพ กิจกรรมที่ 5 ครอบครัวของฉัน เพื่อให้เข้าใจพัฒนาการของชีวิตครอบครัว และมีแนวทางในการใช้ชีวิตครอบครัวให้คงอยู่ด้วยความสุขและมั่นคง กิจกรรมที่ 6 แผนความสุขมีวัตถุประสงค์เพื่อเพื่อให้ตระหนักถึงความสำคัญในสัมพันธภาพระหว่างพ่อแม่ลูก และมีแนวทางในการสร้างสัมพันธภาพกับลูกวัยรุ่น

ระยะที่ 3 ทดลองใช้รูปแบบ (โปรแกรม) ที่สร้างขึ้น โดยทดลองจัดกิจกรรมในกลุ่มเด็กและเยาวชนที่กระทำผิดซึ่งรอคำพิพากษาซึ่งอยู่ในความดูแลของสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน จำนวน 34 คน และทดลองใช้โปรแกรมสำหรับผู้ปกครองในครอบครัวของเด็กและเยาวชนที่กระทำผิดจำนวน 18 คน (เมษายน 2550) โดยมีการชี้แจงถึงที่มาของการดำเนินกิจกรรมกลุ่มตามรูปแบบที่พัฒนาขึ้นภายใต้กระบวนการวิจัยครั้งนี้แก่เด็กและเยาวชนรวมทั้งผู้ปกครองทั้งนี้ ได้ขออนุญาตทางวาจาในกลุ่มเด็กและเยาวชน ผู้ปกครองที่ยินดีร่วมกิจกรรมเพื่อทดลองใช้

รูปแบบกิจกรรมที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้น หลังจากนั้นได้นำรูปแบบที่สร้างขึ้นมาปรับปรุงแก้ไขให้เป็นไปตามหลักวิชาการ โดยเขียนขั้นตอนการจัดกิจกรรมและรูปแบบให้มีความชัดเจนยิ่งขึ้น พร้อมทั้งแก้ไขข้อบกพร่องที่เกิดขึ้นจากการจดบันทึกไว้มาปรับแก้ร่วมกับนักวิชาการที่เกี่ยวข้องในกระบวนการพัฒนาโปรแกรม

**ระยะที่ 4** ดำเนินการจัดกิจกรรมการเสริมสร้างความสัมพันธ์ในครอบครัวตามแผนกิจกรรม (โปรแกรมที่ 1) สำหรับเด็กและเยาวชนที่กระทำผิด ระหว่างเดือน กรกฎาคม-พฤศจิกายน 2550 โดยจัดทุกวันพุธ เวลา 14.00-15.30 น และจัดกิจกรรม (โปรแกรมที่ 2) ซึ่งเป็นโปรแกรมเพื่อเสริมสร้างสัมพันธภาพและความสุขในครอบครัวสำหรับผู้ปกครอง ระหว่างวันที่ 16-17 พฤศจิกายน 2550

**ระยะที่ 5** ประเมินรูปแบบ (โปรแกรม) ที่สร้างขึ้น โดยเปรียบเทียบค่าคะแนนความสุขและสัมพันธภาพในครอบครัวตามการรับรู้ของกลุ่มตัวอย่างก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรมตามโปรแกรมที่กำหนด

## 2. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

### กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยระยะที่ 1 วิเคราะห์สถานการณ์

**2.1** บุคลากรผู้ดูแลเด็กจำนวน 8 คน ใช้วิธีการเลือกแบบ Snowball Sampling ซึ่งผู้ให้ข้อมูลกลุ่มนี้เป็นอยู่ใกล้ชิดและให้การดูแลเด็กและเยาวชนในศูนย์ฝึกอบรมเด็กและเยาวชนเขต 5 ที่มีเวลาให้สัมภาษณ์ทั้งในเวลาและนอกเวลาราชการและยินดีให้ข้อมูลที่จะนำไปสู่การวางแผนการพัฒนาในรูปแบบการวิจัยปฏิบัติการต่อไป

**2.2** ผู้ปกครองและสมาชิกในครอบครัวของเด็กและเยาวชนที่กระทำผิด ที่ยินดีให้สัมภาษณ์ขณะเดินทางมาเยี่ยมเด็กและเยาวชน ณ ศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนเขต 5 ในช่วงเวลาดำเนินการวิจัยระยะที่ 1 ซึ่งมีวิธีการคัดเลือกโดยวิธีเจาะจงและทำการสัมภาษณ์เบื้องต้นในรายที่มาเยี่ยมเด็กและเยาวชนในระหว่างเก็บข้อมูลเบื้องต้นเพื่อวิเคราะห์ความต้องการและสถานการณ์ครอบครัวในช่วงเดือนมีนาคม 2550 จำนวนทั้งสิ้น 7 คน

**2.3** เด็กและเยาวชนที่กระทำผิดคัดเลือกตามสะดวก (Convenience Sampling) โดยเลือกสนทนาเฉพาะในกลุ่มเด็กและเยาวชนที่กระทำผิด ซึ่งมีเด็กและเยาวชนให้ความร่วมมือและสะดวกเข้าร่วมสนทนากลุ่มจำนวน 3 กลุ่ม ๆ ละ 8-10 คนรวมทั้งสิ้น 29 คน

### กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยระยะที่ 4 จัดกิจกรรมตามโปรแกรมที่กำหนด

2.4 คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างที่เป็นเด็กและเยาวชนรวมทั้งผู้ปกครองของเด็กและเยาวชน ตามเกณฑ์ที่กำหนดแบบเฉพาะเจาะจง (Purposive Sampling) ทั้ง 2 กลุ่ม เด็กและเยาวชนจำนวน 30 คน ผู้ปกครองจำนวน 20 คนเพื่อเข้าร่วมกิจกรรมตามโปรแกรมที่กำหนดโดยกำหนดเกณฑ์คัดเลือกเฉพาะเด็กและเยาวชนที่มีอายุระหว่าง 15-18 ปีรวมทั้งผู้ปกครองซึ่งกลุ่มตัวอย่างทั้ง 2 กลุ่มนี้ กำหนดเลือกผู้ที่มีภูมิลำเนาอยู่ในพื้นที่จังหวัดอุบลราชธานี สามารถอ่านออกเขียนได้

## 3. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

### เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยระยะที่ 1 การวิเคราะห์สถานการณ์

3.1 แบบประเมินความพึงพอใจในการทำหน้าที่ของครอบครัว โดยใช้แบบประเมิน Family Appgar Scor ของรุจา ภูไพบูลย์ (2541) มีจำนวน 5 ข้อ ครอบคลุมเรื่องการช่วยเหลือ การพูดคุย การแสดงความรัก การมีเวลาอยู่ร่วมกันและการสนับสนุนในสิ่งที่ต้องการ และได้ทำการทดลองใช้เพื่อหาค่าความเชื่อมั่นตามสูตรสัมประสิทธิ์อัลฟาของคอนบราค (Cronbach's Alpha Coefficient) โดยมีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.92

3.2 แบบสัมภาษณ์เชิงลึกในกลุ่มผู้ปกครอง โดยมีแนวคำถามที่ต้องการทราบถึงสถานการณ์ การเลี้ยงดูเด็ก การทำหน้าที่ของครอบครัว การจัดการและการตอบสนองกับปัญหาที่เกิดขึ้นในครอบครัว ซึ่งแนวคำถามนี้สามารถปรับเปลี่ยนให้เชื่อมโยงกับข้อมูลที่ได้จากผู้ปกครองขณะทำการสัมภาษณ์

3.3 แนวทางการสนทนากลุ่มเด็กและเยาวชน มีแนวคำถามที่มุ่งเจาะประเด็นความรู้สึกต่อตนเองและครอบครัว การรับรู้ต่อการทำหน้าที่ของครอบครัว สัมพันธภาพในครอบครัวและความต้องการการช่วยเหลือในสถานการณ์ที่เป็นปัญหาของเด็กและเยาวชนที่กระทำผิดกำลังเผชิญอยู่ และในการใช้แนวคำถามกับเด็กที่พูดน้อยได้ใช้เทคนิคการให้สื่อโดยภาพวาดประกอบ

3.4 แบบสัมภาษณ์บุคลากร เป็นแนวคำถามในการสัมภาษณ์ถึงความคิดเห็นต่อเด็กและเยาวชนที่กระทำผิดรวมถึงประเด็นปัญหาและรูปแบบวิธีการที่ต้องการพัฒนาโดยครอบครัวมีส่วนร่วมในการแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้น ในกรณีที่บุคลากรมีความคิดเห็นเพิ่มเติมสามารถส่งข้อมูลให้ผู้วิจัยในภายหลังจากการสัมภาษณ์ได้

### เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยระยะที่ 4 การจัดกิจกรรมตามโปรแกรมที่กำหนด

3.5 แบบประเมินความสุขสำหรับเด็กและเยาวชนและผู้ปกครอง ผู้วิจัยได้ประยุกต์มาจากแบบประเมินความสุขของกรมสุขภาพจิต (2548) จากเดิม 15 ข้อเป็น 10 ข้อโดยยังคงไว้ตามโครงสร้างประเด็นที่ต้องการวัดแต่ปรับปรุงให้สอดคล้องกับกลุ่มเป้าหมายในการวิจัยและหาค่า

ความเชื่อมั่น ตามสูตรสัมประสิทธิ์อัลฟาของคอนบราค (Cronbach's Alpha Coefficient) โดยมีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.90

**3.6 แบบประเมินสัมพันธภาพในครอบครัวสำหรับเด็กและเยาวชนและผู้ปกครองได้** ประยุกต์จากเครื่องมือวิทยานิพนธ์ของอรอินทร์ จำคม (2548) หลังจากนั้นได้นำเครื่องมือไปให้ผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่านที่มีประสบการณ์เกี่ยวกับการพัฒนาครอบครัวและสังคมพิจารณาตามโครงสร้างเนื้อหาแล้วนำไปทดลองใช้เพื่อหาค่าความเชื่อมั่นตามสูตรสัมประสิทธิ์อัลฟาของคอนบราค (Cronbach's Alpha Coefficient) โดยมีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.96

**3.7 รูปแบบการส่งเสริมสุขภาพจิตครอบครัว** เป็นการพัฒนาโปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพจิตครอบครัวที่ประกอบด้วยรูปแบบการส่งเสริมสุขภาพจิตเด็กและเยาวชนจำนวน 8 แผนกิจกรรมและรูปแบบการส่งเสริมสุขภาพจิตผู้ปกครองจำนวน 6 แผนกิจกรรมที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ซึ่งผู้วิจัยได้สร้างขึ้นภายใต้วัตถุประสงค์การวิจัยและกรอบแนวคิดของการวิจัยตามประเด็นที่ต้องการศึกษาในกระบวนการวิจัยปฏิบัติการ ซึ่งเป็นแผนการจัดกิจกรรม ดังรายละเอียดของโปรแกรมอยู่ในภาคผนวก ข

#### 4. การเก็บและรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้มีการเก็บข้อมูลในระยะที่ 1 และในระยะที่ 4 โดยในระยะที่ 1 เป็นการศึกษาความต้องการการส่งเสริมสุขภาพจิตครอบครัวเด็กและเยาวชนที่กระทำผิด ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเองร่วมกับนักวิจัยในพื้นที่ที่ทำการวิจัย โดยใช้สัมพันธภาพที่มีอยู่เดิมเพื่อขออนุญาตให้ผู้วิจัยและคณะเข้าไปดำเนินการวิจัยและเก็บข้อมูลต่อผู้อำนวยการศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนเขต 5 ตามแผนการดำเนินงานวิจัยโดยคำนึงถึงหลักการที่ถูกต้องและให้ความสำคัญในจริยธรรมการวิจัยอย่างเคร่งครัด ซึ่งการเก็บข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้มีเทคนิควิธีและขั้นตอนต่าง ๆ ดังนี้

**4.1 การเก็บข้อมูลเชิงคุณภาพ** ในระยะแรกผู้ให้ข้อมูลประกอบด้วยเด็กและเยาวชนในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนเขต 5 อุบลราชธานีจำนวน 29 คนผู้ปกครองและสมาชิกในครอบครัวจำนวน 7 คน และบุคลากรผู้ดูแลเด็กและเยาวชนจำนวน 8 คน ในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนเขต 5 อุบลราชธานีซึ่งผู้วิจัยเลือกใช้วิธีการเลือกแบบเจาะจงในทุกกลุ่มตามเงื่อนไขที่กำหนด

**4.2 การเก็บข้อมูลเชิงปริมาณ** เป็นการเก็บรวบรวมข้อมูลในระยะที่ 4 ใช้วิธีการโดยให้กลุ่มตัวอย่างตอบแบบประเมินความสุขและแบบประเมินสัมพันธภาพในครอบครัวตามการรับรู้ของกลุ่มตัวอย่างก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรมตามโปรแกรมที่กำหนด

**4.3 การเข้าถึงผู้ให้ข้อมูล** ผู้วิจัยใช้วิธีการการเข้าถึงแบบเป็นทางการโดยทำหนังสือขออนุญาตเข้าเก็บข้อมูลทุกระยะ โดยทำหนังสือขอความอนุเคราะห์ผู้อำนวยการศูนย์อบรมเด็กและเยาวชนเขต 5 อุบลราชธานี พร้อมทั้งได้กำหนดประเด็นการสัมภาษณ์ล่วงหน้าในกลุ่มบุคลากรพร้อมนัดวัน เวลาเพื่อเข้าสัมภาษณ์กลุ่มเป้าหมาย ส่วนกลุ่มเด็กและเยาวชนผู้วิจัยและคณะได้นัดวันเวลาที่แน่นอนเพื่อดำเนินการสนทนากลุ่ม และเก็บข้อมูลตามแผนการวิจัย

**4.4 วิธีการเก็บข้อมูล** ผู้วิจัยได้เก็บข้อมูลหลากหลายวิธีตามเครื่องมือที่พัฒนาขึ้น โดยมีแนวทางในการรวบรวมข้อมูลดังนี้

**4.4.1 การสังเกตและการบันทึกภาคสนาม** ได้ดำเนินการในทุกช่วงระยะเวลาที่เข้าไปสังเกตบริบทของสถานที่ศึกษาโดยทำการบันทึกทุกครั้งที่เราพื้นที่เพื่อให้ได้ภาพที่ชัดเจนที่สุดของบริบทที่ทำการศึกษา รวมถึงเข้าถึงกลุ่มเป้าหมายทุกกลุ่มที่อยู่ในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนเขต 5 ตลอดจนรับรู้ถึงความรู้สึกรณีเกิดและทัศนคติมุมมองในด้านต่างๆของเด็กและเยาวชนที่มีต่อครอบครัว

**4.4.2 การสนทนากลุ่ม** ซึ่งผู้วิจัยใช้กับกลุ่มเด็กและเยาวชนรวมถึงกลุ่มบุคลากรบางส่วน โดยสร้างความคุ้นเคยพร้อมกับเก็บข้อมูลจากผู้เข้าร่วมสนทนาที่มีมุมมองต่อครอบครัวของเด็กและเยาวชนในแง่มุมต่าง ๆ ตามแนวทางการสนทนากลุ่มที่ผู้วิจัยพัฒนาเป็นเครื่องมือในการวิจัย

**4.4.3 การสัมภาษณ์เชิงลึก** ผู้วิจัยทำการสัมภาษณ์ผู้บริหารหรือบุคลากรบางคน ตลอดจนสมาชิกในครอบครัวที่เป็นผู้ปกครอง พ่อ แม่ ของเด็กและเยาวชนที่กระทำผิดเพื่อประเมินความต้องการแก้ไขปัญหาที่เป็นประเด็นในครอบครัว ความต้องการการพัฒนางานรวมทั้งความเป็นไปได้ที่จะดำเนินการวิจัยเพื่อส่งเสริมสุขภาพจิตครอบครัวในประเด็นที่เกี่ยวข้องในการวิจัย

## 5. การวิเคราะห์ข้อมูล

เนื่องจากข้อมูลที่ได้จากการวิจัยส่วนหนึ่งเป็นข้อมูลเชิงคุณภาพ ทั้งที่ได้จากการสังเกต การสนทนากลุ่ม การสัมภาษณ์ ผู้วิจัยจึงจำเป็นต้องมีการตรวจสอบและวิเคราะห์ข้อมูลทุกระยะของการดำเนินงานวิจัย โดยผู้วิจัยได้ใช้วิธีการวิเคราะห์เนื้อหา (Content analysis) ร่วมกับวิธีการวิเคราะห์แก่นสาระ (Thematic analysis) ทั้งนี้การวิเคราะห์ทั้งหมดครอบคลุมขั้นตอนดังต่อไปนี้ (พันธทิพย์ รามสูตร 2540 ; ศิริพ จิรวัดน์กุล 2546)

ขั้นที่ 1 ผู้วิจัยอ่านข้อมูลเชิงคุณภาพที่ได้จากการบันทึกภาคสนาม การถอดความคำต่อคำของการสนทนากลุ่มและการสัมภาษณ์เชิงลึกและข้อความในเอกสารที่เกี่ยวข้องทั้งหมด โดยทำความเข้าใจในข้อมูลเหล่านั้น

ขั้นที่ 2 จัดระบบข้อมูลและแยกหมวดหมู่ของข้อมูลโดยเริ่มจากการให้ดัชนีข้อมูลเชิงคุณภาพในขั้นที่ 1 แล้วจัดกลุ่มดัชนีสร้างเป็นประเด็นย่อยขึ้นมาเป็นประเด็นหลัก และเพื่อให้การจัดระบบข้อมูลรวมทั้งการแยกหมวดหมู่ข้อมูลเป็นรูปธรรม ง่ายต่อการวิเคราะห์ ผู้วิจัยได้ใช้เทคนิคการทำแผนที่ความคิด (mind mapping) และนำเอาดัชนีมาเป็นประเด็นในการพัฒนา

ขั้นที่ 3 กำหนดรหัสการอ้างอิงเป็นหลักฐานถึงดัชนีต่าง ๆ เช่น I หมายถึง การสัมภาษณ์เชิงลึก F หมายถึง การสนทนากลุ่ม ซึ่งอาจกำหนดให้เป็นตำแหน่งที่ 1 กลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้ให้ข้อมูลให้อยู่ในตำแหน่งที่ 2 โดยแยกเป็นกลุ่มเด็กและเยาวชน (1) ผู้ปกครอง (2) บุคลากรผู้ดูแลเด็ก (3) และสถานภาพทางเพศกำหนดสัญลักษณ์หญิงให้เป็น G และชายให้เป็น B โดยกำหนดให้อยู่ในตำแหน่งที่ 3 ซึ่งการจัดรหัสอ้างอิงนี้ช่วยทำให้ผู้วิจัยจัดกลุ่มข้อมูลของดัชนีข้อมูลต่าง ๆ ชัดเจนขึ้น

ขั้นที่ 4 การตีความข้อมูล โดยการเชื่อมโยงข้อมูลและความสัมพันธ์ของข้อมูลต่าง ๆ ที่จัดระบบและหมวดหมู่ในขั้นตอนที่ 2 โดยมีหลักฐานจากขั้นที่ 3 ซึ่งผู้วิจัยได้นำประเด็นที่ได้จากการตีความไปตรวจสอบกับผู้ให้ข้อมูลเพื่อให้แน่ใจว่าผู้วิจัยตีความไม่ผิดจากความจริงที่ปรากฏให้เห็น

ขั้นที่ 5 การสร้างข้อสรุปโดยได้จากการตีความของข้อมูลต่างๆซึ่งเป็นแก่นสาระที่ได้จากการวิจัยโดยได้นำเสนอให้ทีมวิจัยหลักร่วมพิจารณาและประเมินในประเด็นที่ทำการศึกษา ซึ่งทำให้ได้แนวคิดในการวิจัยสมบูรณ์ยิ่งขึ้น

ข้อมูลเชิงปริมาณเมื่อเก็บรวบรวมข้อมูลได้แล้วผู้วิจัยได้ดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล มีดังนี้

1. ข้อมูลส่วนบุคคลและครอบครัว หาค่าความถี่ ร้อยละ
2. หาค่าความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของการประเมินความสุขและสัมพันธภาพในครอบครัว และการประเมินความพึงพอใจในการทำหน้าที่ของครอบครัว พร้อมกับจัดระดับค่าคะแนนตามสูตรคำนวณค่าเฉลี่ยบวกลบส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ( $\bar{X} \pm S.D$ ) (อ้างใน บุญชม ศรีสะอาด 2541)
3. เปรียบเทียบการรับรู้ต่อการประเมินความสุขและสัมพันธภาพในครอบครัวของเด็กและเยาวชน ก่อนและหลังสิ้นสุดการจัดกิจกรรมตาม โปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพจิตครอบครัวเด็กและเยาวชนที่กระทำผิด โดยใช้สถิติ Non-parametric (Wilcoxon-W test) เป็นตัวทดสอบเนื่องจากเป็นสถิติที่มีเงื่อนไขใช้ทดสอบความแตกต่างระหว่างกลุ่มตัวอย่างที่กลุ่มเดิมหรือกลุ่มเดียวกัน
4. เปรียบเทียบการรับรู้ต่อการประเมินความสุขและสัมพันธภาพในครอบครัวของพ่อแม่ผู้ปกครอง ก่อนและหลังสิ้นสุดการจัดกิจกรรมตาม โปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพจิตครอบครัวเด็กและเยาวชนที่กระทำผิด โดยใช้สถิติ Non-parametric (Wilcoxon-W test) เป็นตัวทดสอบเนื่องจากเป็นสถิติที่มีเงื่อนไขใช้ทดสอบความแตกต่างระหว่างกลุ่มตัวอย่างที่กลุ่มเดิมหรือกลุ่มเดียวกัน

## บทที่ 4

### ผลการศึกษา

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลของการวิจัยในครั้งนี้ ผู้วิจัยนำเสนอข้อมูลเป็น 5 ระยะ ดังนี้

ผลการศึกษาระยะที่ 1 วิเคราะห์สถานการณ์และศึกษาความต้องการเสริมสร้างความสัมพันธ์ในครอบครัวของเด็กและเยาวชนที่กระทำผิด

ผลการศึกษาระยะที่ 2 สร้างรูปแบบการเสริมสร้างความสัมพันธ์ในครอบครัว

ผลการศึกษาระยะที่ 3 ตรวจสอบและทดสอบใช้รูปแบบที่สร้างขึ้น

ผลการศึกษาระยะที่ 4 การจัดกิจกรรมตาม โปรแกรมที่พัฒนา

ผลการศึกษาระยะที่ 5 การประเมินผลโปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพจิต

**ผลการศึกษาระยะที่ 1** วิเคราะห์สถานการณ์และศึกษาความต้องการเสริมสร้างความสัมพันธ์ในครอบครัวของเด็กและเยาวชนที่กระทำผิด

#### 1.1 บริบทของพื้นที่การวิจัย ศูนย์ฝึกอบรม : บ้านหลังที่สองของเด็กกระทำผิด

ศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนเขต 5 อุบลราชธานี เป็นหน่วยงานในสังกัดกรมพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน กระทรวงยุติธรรม จัดตั้งขึ้นตามพระราชบัญญัติการปรับปรุงกระทรวง ทบวง กรม ปี พ.ศ. 2545 ผู้อำนวยการคนแรกและเป็นคนปัจจุบัน คือ นางไพวรรณ รัตนบวร เจ้าหน้าที่บริหารงานยุติธรรม 9 มีบุคลากรแยกเป็นข้าราชการจำนวน 22 อัตรา พนักงานราชการจำนวน 8 อัตรา ลูกจ้างประจำ จำนวน 38 อัตรา จ้างเหมาบริการ จำนวน 2 อัตรา มีเด็กที่อยู่ในความดูแล ณ วันที่ 22 มกราคม พ.ศ. 2550 รวมจำนวน 220 คน เป็นเด็กและเยาวชนเพศชายจำนวน 203 คน เพศหญิงจำนวน 7 คน ศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนเขต 5 อุบลราชธานี ตั้งอยู่เลขที่ 118 หมู่ที่ 12 กิโลเมตรที่ 14 บ้านหนองก่าน ตำบลหัวเรือ ชุมชนใกล้เคียงเป็นแหล่งเกษตรกรรมที่สำคัญในการผลิตและส่งออกพืชผลของจังหวัดอุบลราชธานี โดยเฉพาะผลผลิตจากการจำหน่ายพริกซึ่งเป็นผลผลิตสำคัญที่สร้างรายได้ให้กับชุมชนแห่งนี้

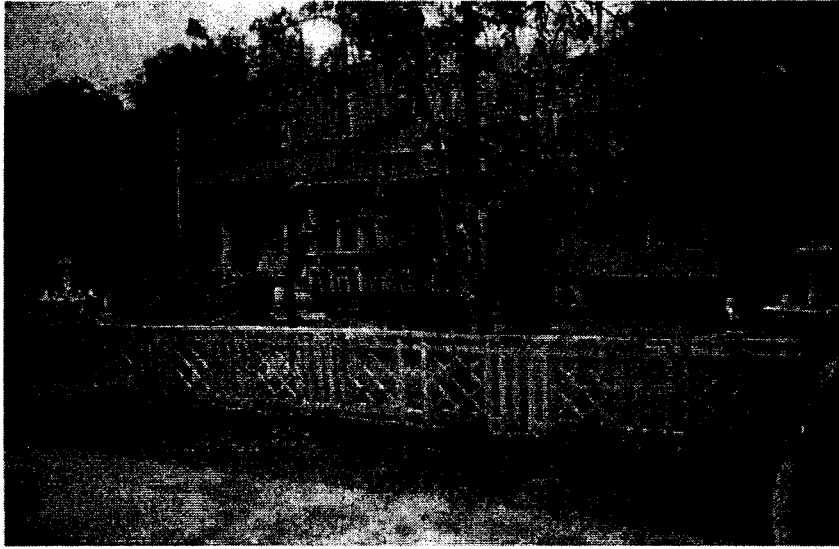
ศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนเขต 5 อุบลราชธานี แห่งนี้ ใช้พื้นที่ส่วนหนึ่งร่วมกันระหว่างสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดอุบลราชธานี เนื้อที่ของศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนเขต 5 อุบลราชธานีที่ใช้โดยรวม 204 ไร่ 1 งาน 60 ตารางวา ซึ่งเป็นที่ดินสาธารณประโยชน์ มีประตูทางเข้า ออกร่วมกันกับสถานพินิจและคุ้มครองและเยาวชน จังหวัดอุบลราชธานี โดยมีป้อมยามและเจ้าหน้าที่คอยดูแลอำนวยความสะดวกตลอด 24 ชั่วโมง พื้นที่ด้านหน้าเป็นอาคารอำนวยการ 2 ชั้น ดังภาพที่ 1





ภาพที่ 4.1 อาคารอำนวยการ ศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนเขต 5 จังหวัดอุบลราชธานี

จากภาพถ่ายในรูปภาพที่ 1 จะเห็นว่าบริเวณริมรั้วและรอบ ๆ อาคารมีต้นไม้ใหญ่ หลากหลายประเภท มีความร่มรื่น และให้ร่มเงาแก่ผู้มาเยือนได้เป็นอย่างดี อาคารสำนักงาน ด้านหน้า เป็นสถานที่สำหรับผู้มาติดต่อราชการและประสานงานด้านต่าง ๆ ห้างออกไปด้านหลัง อาคารสำนักงานประมาณ 20 เมตรจะเป็นเรือนเยี่ยมญาติ ซึ่งใช้เป็นที่พบปะระหว่างญาติกับเด็กและ เยาวชนที่อยู่ที่นี่ หากมีญาติของเด็กมารอพบ เจ้าหน้าที่จะประกาศเรียกและนำเด็กมาพบญาติ ที่นี่ อนุญาตให้เยี่ยมได้ในเวลาช่วงบ่ายของทุกวันจันทร์ พุธ และเสาร์ อนุญาตให้เยี่ยมได้รวมผู้ติดตาม ไม่เกิน 4 คนเยี่ยมได้วันละ 1 ครั้ง ๆ ละไม่เกิน 40 นาที ภายในเรือนเยี่ยมญาตินี้มีร้านค้าสวัสดิการ ของหน่วยงาน จำหน่ายเครื่องอุปโภคบริโภคที่จำเป็น เชื้อเพลิงด้านหลังเรือนเยี่ยมญาติ มีร้าน จำหน่ายอาหารและเครื่องดื่ม หรือที่คนส่วนใหญ่เรียก “โรงเตี๊ยม” ซึ่งเป็นสถานที่อำนวยความสะดวก แก่บุคลากรและผู้มาเยือน เมื่อมองไปฝั่งตรงข้ามเรือนเยี่ยมญาติ ซึ่งอยู่ไม่ไกลมากนักจะมองเห็น รั้วตาข่ายเหล็กกันเป็นสัดส่วนชัดเจนเรียกกันว่าหอหญิง เป็นสถานที่กิน อยู่ และนอน สำหรับเด็ก และเยาวชนหญิง ภายในอาณาบริเวณเดียวกันนี้มีอาคารนอน 1 หลัง และอาคารเรียนหลังเล็ก สำหรับการจัดกิจกรรมต่าง ๆ ห่างจากอาคารเรียนประมาณ 20 เมตร จะเป็นประตูสำหรับเข้า-ออก และตามทางเดินจะปลูกไม้ดอกไม้ประดับเพื่อความสวยงาม ในขณะเดียวกันจะมีเจ้าหน้าที่คอยดูแล รับผิดชอบที่ประตูทางเข้า-ออกซึ่งทำเป็นที่พักมีลักษณะคล้ายบ้านพักแต่ดูโล่งและใช้เป็นที่รับรอง แยกที่เข้ามาเยือนที่นี่ได้ด้วย ดังภาพที่ 2

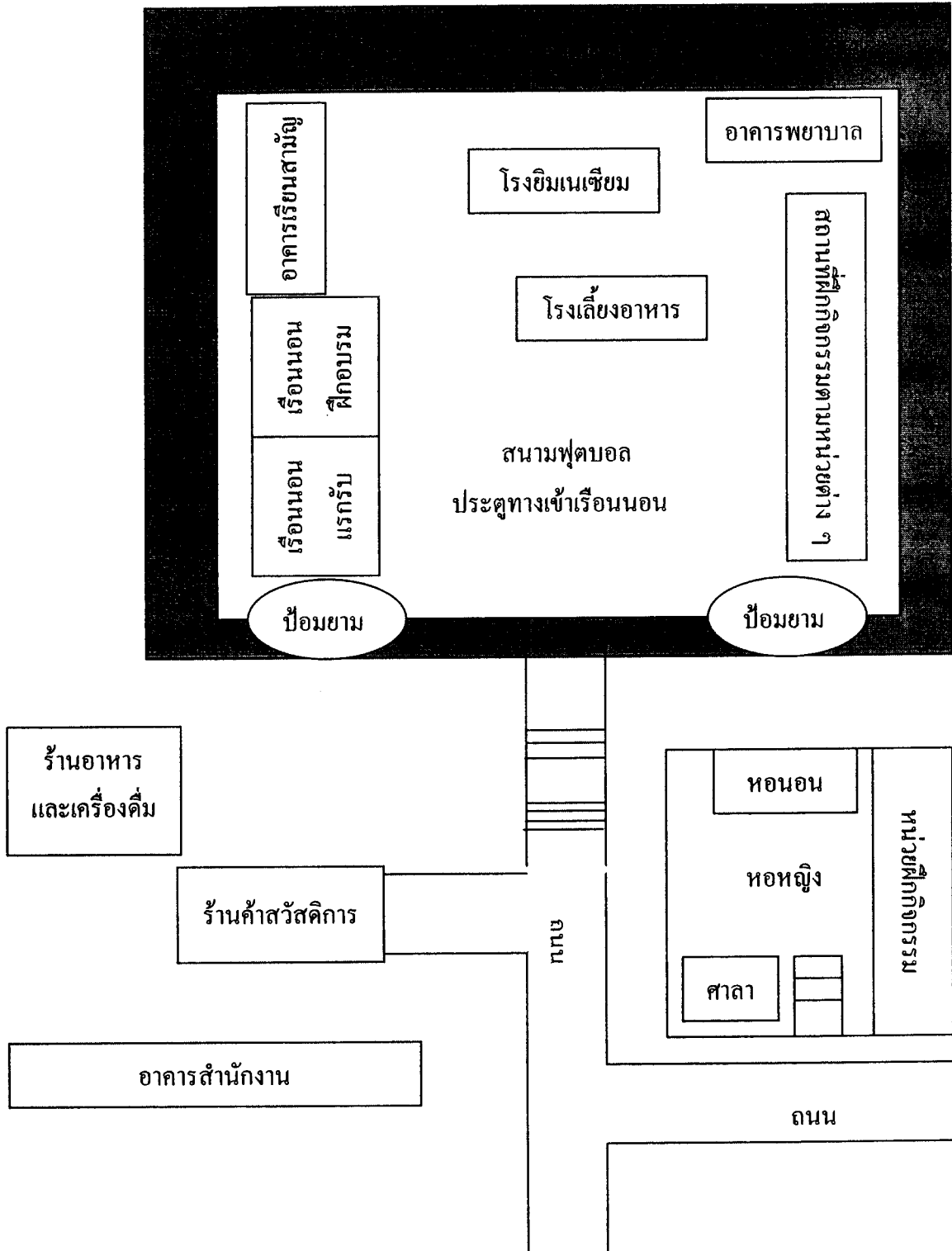


ภาพที่ 4.2 ศาลาญาติเยี่ยมภายในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนเขต 5 อุบลราชธานี

ศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนที่ทำการศึกษานี้มีหอนอนทั้งหมด 6 หอนอน แบ่งเป็นหอนอนหญิง 1 หอนอน หอนอนเด็กและเยาวชนแรกรับ (ชาย) 1 หอนอน ที่เหลือเป็นหอนอนชายทั้งหมดและยังมีหอนอนชายว่างอยู่ 1 หอนอน เนื่องจากจำนวนเด็กและเยาวชนที่ถูกควบคุมตัวมีจำนวนลดลงเพราะเป็นนโยบายของกรมพินิจที่ต้องการให้เด็กและเยาวชนที่กระทำผิดได้มีโอกาสกลับไปใช้ชีวิตในชุมชน โดยให้ครอบครัวและชุมชนได้รับผิดชอบดูแลและอบรมขัดเกลาเด็กและเยาวชนเหล่านี้ และมีกำหนดการนัดหมายให้มารายงานตัวตามเวลา พร้อมวางแผนการติดตามเพื่อสอดส่องดูแลความประพฤติเป็นระยะ

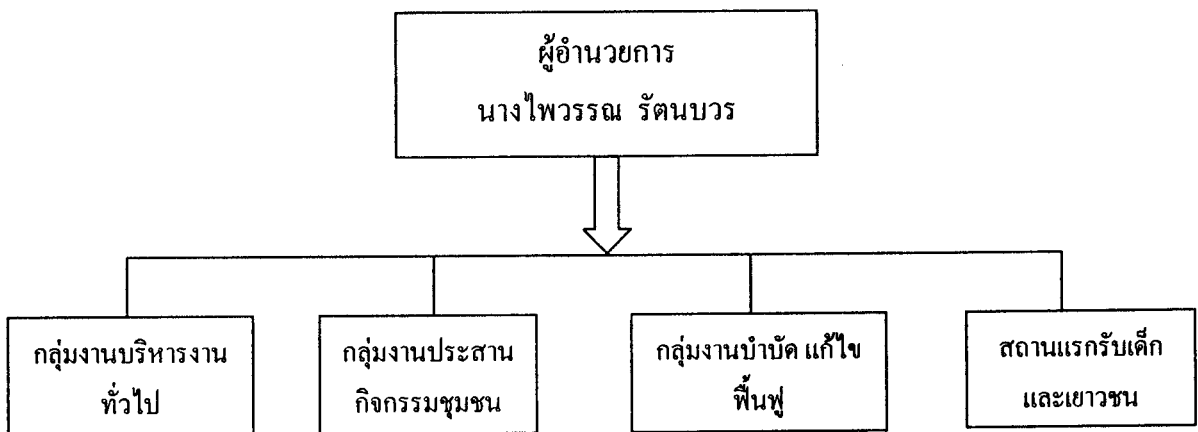
ในขณะที่ผู้วิจัยเข้าไปสังเกตการณ์ทำกิจกรรมต่าง ๆ ในบริเวณเรือนนอนหญิงเห็นบรรยากาศการทำกิจกรรมร่วมกันระหว่างผู้ดูแลกับเด็กรวมจำนวน 10 คน โดยกำลังช่วยกันทำความสะอาดบริเวณรอบ ๆ ตัวอาคาร ซึ่งพบว่าบริเวณรอบ ๆ อาคารสามารถใช้เป็นที่นั่งพักผ่อนภายใต้ร่มเงาของต้นไม้จำนวนมากหลายต้นได้เป็นอย่างดี ถัดจากเรือนนอนหญิงเข้าไปด้านหลังเป็นกำแพงทึบสูงประมาณ 2 เมตร มีลวดหนามกั้นไว้ด้านบนสุด มีป้อมยามที่สร้างไว้ด้านหน้าด้วยเหล็กทึบ สำหรับเป็นทางผ่านเข้า-ออก ภายในเป็นเรือนนอนชาย มีทั้งหมด จำนวน 4 หลัง ลักษณะเป็นอาคาร 2 ชั้น ได้ถูกล้าง สภาพโดยทั่วไปคล้ายหอพักรวม นอกจากเรือนนอนแล้วยังมีอาคารเรียนซึ่งเป็นเรือนไม้ชั้นเดียวเป็นแถวยาว ใช้เป็นที่เรียนวิชาชีพต่าง ๆ อาทิ ช่างเชื่อม โลหะ ช่างยนต์ ช่างไฟฟ้า ช่างไม้ และก่อสร้าง ศิลปะทัศนกรรม ช่างตัดเย็บเสื้อผ้า ช่างตัดผม ช่างพิมพ์ หน่วยดนตรี และหน่วยเกษตรกรรม วิชาชีพต่าง ๆ เหล่านี้เด็กและเยาวชนสามารถเลือกเรียนได้ตามความชอบและความถนัดของตน ถัดจากอาคารเรียนเข้าไปเป็นอาคารพยาบาล และ

อาคารเรียนสามัญ ซึ่งเป็นอาคาร 2 ชั้น ใช้เป็นที่เรียนหนังสือสำหรับเด็กและเยาวชนที่ยังเรียนไม่จบ  
ชั้นสามัญ ซึ่งลักษณะตำแหน่งของอาคารต่าง ๆ ได้นำเสนอให้เห็น โดยการจำลอง ดังแผนภาพที่ 2



ภาพที่ 4.3 แสดงตำแหน่งอาคารต่าง ๆ ของศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนเขต 5

ภารกิจหลักและบทบาทหน้าที่ของศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนแห่งนี้ มีหน้าที่ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนที่ศาลมีคำพิพากษา หรือรับคำสั่งให้รับตัวไว้ฝึกอบรมภายใต้การควบคุม อภิบาลดูแลจากศาลเยาวชนและครอบครัวจังหวัดอุบลราชธานี ศาลจังหวัดศรีสะเกษแผนกคดีเยาวชนและครอบครัว ศาลจังหวัดอำนาจเจริญแผนกคดีเยาวชนและครอบครัว ศาลจังหวัดมุกดาหารแผนกคดีเยาวชนและครอบครัว ศาลจังหวัดนครพนมแผนกคดีเยาวชนและครอบครัว และศาลจังหวัดยโสธร ด้วยการบำบัดแก้ไข ฟื้นฟูและพัฒนาเด็กและเยาวชน จัดการศึกษาวิชาสามัญ วิชาชีพ เสริมสร้างจริยธรรม ศีลธรรม วัฒนธรรมของชาติและท้องถิ่น ให้การสงเคราะห์ ติดตาม ตลอดจนดำเนินการด้านกิจกรรมชุมชนและประสานความร่วมมือกับองค์กรภายนอกเพื่อการพิทักษ์คุ้มครองสิทธิเด็กและเยาวชน เพื่อส่งเสริมให้เด็กและเยาวชนมีชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมี โดยมีผังโครงสร้างการบริหาร ตามแผนผังที่ 2



ภาพที่ 4.4 โครงสร้างการบริหารภายในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนเขต 5

อัตรากำลังที่ปฏิบัติงานของศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนเขต 5 ทั้งพนักงานราชการและลูกจ้างประจำ รวมทั้งสิ้นมีจำนวน 68 คน บุคลากรที่อยู่ใกล้ชิดกับเด็กมากที่สุด คือ พ่อบ้าน และแม่บ้าน ซึ่งมีหน้าที่ดูแลเด็กและเยาวชนเหมือนเป็น พ่อ-แม่ ที่ดูแลลูก โดยจะดูแลตั้งแต่ตื่นนอน ปฏิบัติกิจวัตรประจำวัน รับประทานอาหาร เข้าแถวเคารพธงชาติ แล้วส่งเข้าเรียนตามหน่วยต่าง ๆ ช่วงพักกลางวันจะมาช่วยดูแลเด็กรับประทานอาหารเช้า และช่วงเย็นจะมาดูแลให้เด็กได้พักผ่อนและเข้านอน

เด็กและเยาวชนที่อยู่ในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนแห่งนี้ ส่วนใหญ่มาด้วยคดีความผิดเกี่ยวกับทรัพย์ 105 คนคิดเป็นร้อยละ 49.76 รองลงมาเป็นคดีความผิดต่อร่างกาย 74 คนคิดเป็นร้อยละ 35.07 ระยะเวลาที่เข้ามาอยู่ในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนต่ำสุด 2 เดือน สูงสุด 11 ปี และมีอัตราการกระทำผิดซ้ำอันเนื่องมาจากปัญหาครอบครัวและบุคลิกภาพของเด็กเอง

ส่วนใหญ่มีอายุระหว่าง 15-18 ปี โดยมีทั้งสิ้นรวมจำนวน 175 คน คิดเป็นร้อยละ 79.54 ของเด็กและเยาวชนที่กระทำผิดที่อยู่ในความดูแลของศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนทั้งหมด ซึ่งเด็กและเยาวชนเหล่านี้ส่วนใหญ่เผชิญปัญหาหลายด้าน โดยเฉพาะปัญหาที่มาจากครอบครัว ที่ควรจะได้นำไปสู่การแก้ไขร่วมกันเพื่อส่งเสริมสุขภาพจิตและความสุขของครอบครัว

## 1.2 เสียงสะท้อนจากผู้เกี่ยวข้อง โอกาสในการพัฒนา

จากคำกล่าวของเด็กและเยาวชนที่สะท้อนให้เห็นสภาพของครอบครัวที่มีปัญหา โดยตนเองถูกทอดทิ้งให้อยู่กับตาและยาย พ่อแม่ไม่สนใจ ทำให้มีปัญหาด้านจิตใจ กลายเป็นเด็กเก็บตัว บางครอบครัวพ่อแม่สอนให้เด็กค้ายาเสพติด โดยมีเหตุผลว่าเมื่อเด็กทำผิดจะได้รับโทษไม่หนักเท่ากับผู้ใหญ่เพราะฉะนั้นผู้ใหญ่จึงมักใช้เด็กเป็น “เครื่องมือ” จนนำไปสู่การกระทำผิดทางกฎหมายซึ่งเป็นพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ของสังคม

เมื่อประเมินและวิเคราะห์ถึงประเด็นการดูแลที่เด็กและเยาวชนในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนเขต 5 อุบลราชธานีได้รับจากครอบครัว และระบบการดูแลที่ศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนเขต 5 อุบลราชธานีจัดให้สำหรับเด็กและเยาวชน โดยได้ข้อมูลจากการสังเกตการสัมภาษณ์เชิงลึก และการสนทนากลุ่มกับผู้มีส่วนร่วมในการวิจัยดังที่กล่าวถึงในบทที่ 2 พบว่ามีประเด็นที่เกี่ยวข้องกับเด็กและเยาวชนที่กระทำผิดและเกี่ยวข้องกับประเด็นสัมพันธภาพในครอบครัวที่ผู้วิจัยค้นพบในครั้งนี้ ได้แก่

## 1.3 ด้านการทำหน้าที่ของครอบครัว

จากการสัมภาษณ์พ่อแม่ ผู้ปกครองของเด็กที่กระทำผิดจำนวน 7 คน พบว่า ประเด็นที่เป็นปัญหาของครอบครัวส่วนใหญ่คือช่องว่างทางความคิดและการสื่อสารในครอบครัว ซึ่งมักจะเกิดขึ้นอยู่เสมอ ขณะเดียวกันสมาชิกในครอบครัวก็แสดงออกถึงความไม่เข้าใจในธรรมชาติของวัยรุ่น ซึ่งนำไปสู่การไม่ยอมรับซึ่งกันและกันระหว่างเด็กกับผู้ใหญ่ ส่วนมุมมองและทัศนคติต่อการใช้ชีวิตของเด็กและเยาวชนนั้น ผู้ใหญ่มองว่าพฤติกรรมของเด็กเป็นปัญหาที่ยากจะแก้ไข บางครั้งนำไปสู่การทะเลาะกันอย่างรุนแรงระหว่างเด็กและเยาวชนกับพ่อแม่ หรือผู้ปกครอง รวมถึงสมาชิกคนอื่น ๆ ในครอบครัว และในกรณีที่ผู้ใหญ่เกิดบันดาลโทสะก็จะมีการทำโทษที่รุนแรงเกิดขึ้น สอดคล้องกับข้อมูลที่ได้สะท้อนให้เห็นถึงการทำหน้าที่ของครอบครัวเด็กและเยาวชนที่กระทำผิดจากการสนทนากลุ่มที่ว่า

“ไม่มีใครอยากให้พวกเราถูกรื้อออกไปหรอกเพราะเขามองว่าเราคือเด็กเกร”

ต่างคนต่างเอาตัวรอดไม่มีเวลามาดูกันหรอก”

บางวันต้องออกไปหาเพื่อนเพื่อขอข้าวเย็นกิน”

และจากการสำรวจข้อมูลเชิงปริมาณเรื่องความพึงพอใจในการทำหน้าที่ของครอบครัว ตามการรับรู้ของพ่อ แม่ ผู้ปกครองและเด็กที่กระทำผิด พบว่า มีเพียงร้อยละ 40 เท่านั้น ที่รู้สึกพึงพอใจในการทำหน้าที่ของครอบครัวในระดับปานกลาง ส่วนที่เหลือมีความพึงพอใจในระดับต่ำ ดังตารางที่ 4.1

ตารางที่ 4.1 ความถี่และร้อยละของผู้ปกครองเด็กและเยาวชนที่กระทำผิดที่มีความคิดเห็นต่อความพึงพอใจในการทำหน้าที่ครอบครัว

ระดับความพึงพอใจต่อการทำหน้าที่ครอบครัว	จำนวน	ร้อยละ
ระดับปานกลาง	8	40
ระดับต่ำ	12	60

#### 1.4 ด้านมุมมองต่อตนเองของเด็กและเยาวชน

จากการสนทนากลุ่มกับเด็กและเยาวชนทั้งหญิงและชายจำนวน 3 กลุ่ม ๆ ละ 9-10 คน รวมทั้งสิ้น 29 คนมีข้อมูลเชิงคุณภาพที่เด็กได้กล่าวถึงตนเองและคนอื่นในด้านลบทั้งความคิดและพฤติกรรม ดังจะเห็นได้จากข้อมูลที่เด็กได้สะท้อนให้เห็นว่าตนเองเป็นคนไร้ค่าและมีเจตคติที่ไม่ดีต่อตนเอง ต่อเพื่อน และคนรอบข้างดังคำกล่าวที่ว่า

“คนอื่นคงดีใจที่ผมมาอยู่ที่นี่ เพราะเขาคงเบื่อหน่าย กับเรา อยู่ที่นี่เรายังหวาดระแวง แม้กระทั่งเพื่อนสนิท เพราะเราเองก็ไม่คิดจริงจังกับใครอยู่แล้ว” (F1B)

การที่เด็กรู้สึกอย่างนี้เพราะพื้นฐานทางความคิดและการรับรู้ต่อสังคมที่มีอยู่ในตัวเด็ก จึงทำให้ความคิดและมุมมองของเด็ก ที่มีต่อตนเองและสังคมออกมาในด้านลบ และส่งผลต่อการแสดงพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์หลายประการ เช่น การกระทำผิดทางร่างกายต่อผู้อื่น การลักทรัพย์ การข่มขืนกระทำชำเรา จนนำมาสู่การพิพากษาความผิดและถูกสั่งให้เข้ารับการฝึกอบรม ดังที่เด็กคนหนึ่งพูดว่า

“ที่เป็นแบบนี้ก็เพราะเขานั้นแหละที่เสือกไสไล่ส่งเรา จนเราต้องไปอยู่ในกลุ่มเพื่อน และถูกจับ” (F2w)

ในขณะที่บุคลากรสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนที่ให้สัมภาษณ์จำนวน 6 คน มีความต้องการที่สอดคล้องตรงกันในประเด็นของการฟื้นฟูสัมพันธภาพในครอบครัวของเด็กและเยาวชนว่า ต้องการให้ผู้ปกครองเข้าใจเด็กและให้โอกาสในการกลับตัวเป็นคนดีโดยให้กำลังใจ ช่วยหาทางออก มีการพูดคุยบนความเข้าใจกันทั้งผู้ใหญ่และเด็ก โดยเฉพาะประเด็นการเข้าใจตนเองและผู้อื่น ซึ่งจะนำไปสู่การสร้างสัมพันธภาพที่ดีในครอบครัว โดยต้องการให้ครอบครัว

ได้มีโอกาสทำกิจกรรมร่วมกัน ซึ่งอาจจะใช้สถานที่ของศูนย์ฝึกและอบรมฯ โดยนัดวัน เวลา ให้ผู้ปกครองมาพร้อมกัน

จากข้อมูลที่รวบรวมได้ข้างต้น เป็นภาพสะท้อนให้ผู้วิจัยรับรู้ได้ชัดเจนว่า ประเด็นดังกล่าวเป็นปัญหาที่ควรจะต้องได้รับการแก้ไข เพื่อช่วยให้เด็กและเยาวชนได้มีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ให้มีพฤติกรรมที่เหมาะสม เป็นที่ยอมรับของสังคม และกิจกรรมที่ควรดำเนินการคือกิจกรรมที่มุ่งเน้นให้เด็กและเยาวชนได้รู้จักตนเองมองเห็นคุณค่าในตนเอง มีทักษะการตัดสินใจที่ดี มีความรับผิดชอบ จึงจะนำไปสู่การมีทัศนคติต่อตนเองในทางบวกต่อไป

### 1.5 ด้านการส่งเสริมสุขภาพจิตในครอบครัว

ในมุมมองของบุคลากรผู้ดูแลเด็กและเยาวชน มีความคิดเห็นต่อประเด็นการส่งเสริมสุขภาพจิตในครอบครัวของเด็กและเยาวชนที่กระทำผิดว่า ควรมีการสร้างประชาธิปไตยในครอบครัว และควรรับฟังความคิดเห็นซึ่งกันและกันอย่างน้อยวันละ 5-10 นาที แต่ละฝ่ายควรจะมีการปรับตัวเข้าหากัน อย่างน้อยควรมีการพูดคุยอย่างเปิดใจระหว่างพ่อ แม่ ลูกวันละ 5-10 นาที (14w) โดยบางครั้งอาจมีการกล่าวคำขอโทษเมื่อทำผิดและกล่าวขอบคุณเมื่ออีกฝ่ายได้เอื้อเฟื้อหรือช่วยงานให้เกิดความสำเร็จ เป็นต้น นอกจากนี้ยังได้กล่าวถึงการสร้างสัมพันธภาพในครอบครัวว่า ทุกคนจะต้องมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมต่าง ๆ ด้วยกัน เช่น ไปทำบุญ ไปเที่ยวด้วยกันหรือการรับประทานอาหารร่วมกันอย่างน้อยวันละมื้อ

### 1.6 กลวิธีหรือรูปแบบการสร้างสัมพันธภาพในครอบครัว

จากการวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้มาทั้ง 3 กลุ่ม ได้แก่ สมาชิกในครอบครัว (ผู้ปกครอง) ของเด็กและเยาวชนที่กระทำผิด บุคลากร และเด็กและเยาวชนที่กระทำผิด ผู้วิจัยขอเสนอข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับบริบทการดูแลเด็กและเยาวชน ก่อนที่จะนำไปสู่การพัฒนา รูปแบบการสร้างสัมพันธภาพในครอบครัวที่ได้ทำการวิจัยครั้งนี้ ซึ่งเด็กที่กระทำผิดและได้เข้ารับการฝึกอบรมอยู่ในศูนย์ฝึกอบรมเด็กและเยาวชนเขต 5 แห่งนี้จะได้รับการฝึกอบรมและมีกิจกรรมที่กำหนดไว้ เริ่มตั้งแต่ตื่นนอนเช้าเวลา 06.00 น. อาบน้ำ ล้างหน้า แปรงฟัน รับประทานอาหารเช้า เข้าแถว และแยกย้ายกันไปเรียนสายอาชีพหรือสายสามัญที่ตนเลือก จากนั้นจะพักรับประทานอาหารกลางวันในเวลา 11.30 น. ส่วนช่วงบ่ายเวลา 13.30 น. จะเข้าเรียนหรือทำกิจกรรมต่อเนื่อง จนกระทั่งถึงเวลา 15.00 น. จะเป็นเวลาหยุดพักผ่อนตามอัธยาศัยจนถึงเวลา 15.45 น. จะเป็นเวลารับประทานอาหารเย็น และขึ้นนอนนอนในเวลา 17.00 น. เพื่ออาบน้ำเปลี่ยนเสื้อผ้า ดูโทรทัศน์ เมื่อถึงเวลานอนก็จะเปิดไฟนอนตลอดคืน ซึ่งเด็กและเยาวชนได้พูดถึงสภาพความเป็นอยู่โดยทั่วไปว่า

“รู้สึกพอใจกับนอนนอน แต่บางครั้งรู้สึกอึดอัด และเบื่อ ที่อยู่รวมกันหลาย ๆ คน มียูริบรควน ห้องน้ำไม่มีประตูมิดชิด แต่ก็เป็นการฝึกนิสัย ทำให้รักตัวเองมากขึ้น” (F2w)

ซึ่งโดยนัยแล้วมีความหมายว่า เด็กรู้สึกเสียใจจากเหตุการณ์ที่ผ่าน ๆ มา คิดว่า ถ้าตนไม่ทำความผิดก็คงจะไม่ได้มาอยู่ในสภาพอย่างนี้ เพราะฉะนั้นการที่ตนเองได้เข้ามาอยู่ที่นี้ ก็เป็นการตอกย้ำให้รู้ว่าสาเหตุต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นก็เพราะตนทั้งสิ้น ดังจะเห็นได้จากข้อมูลสนับสนุนที่เด็กพูดในการสนทนากลุ่มที่สะท้อนให้เห็นว่า เด็กรู้สึกว่าคุณไร้อำนาจและมีเจตคติด้านลบต่อตนเอง ต่อเพื่อนและคนรอบข้าง ดังที่กล่าวว่า

“คงไม่มีใครอยากให้กลับออกไป เพราะเขาคงเบื่อหน่าย..... ไม่มีใครจริงใจกับเราหรอก เพราะเราก็ไม่ได้จริงใจกับเขา เราก็หวาดระแวงเขา เหมือนกันเพราะเป็นคนมาจากสภาพปัญหาคล้ายกัน” (F1B)

การที่เด็กรู้สึกอย่างนี้เพราะพื้นฐานทางความคิดและการรับรู้ต่อสังคมที่มีอยู่ในตัวเด็ก จึงทำให้ความคิดและมุมมองของเด็กที่มีต่อตนเองและสังคมออกมาในด้านลบ และส่งผลต่อการแสดงพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์หลายประการ

เมื่อผู้วิจัยได้พูดคุยถึงประเด็นการประพฤตินเพื่อเป็นแบบอย่างที่ดีและทำให้เป็นที่ต้องการของคนอื่น ๆ โดยการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมตนเอง เด็กได้พูดถึงลักษณะที่พึงปฏิบัติเพื่อให้เป็นเด็กในดวงใจของคนทั่วไปว่ามีหลายประการ เช่น ต้องมีความรับผิดชอบ อยู่ในกฎระเบียบ อ่อนน้อม และมั่นใจตนเอง เป็นต้น จากข้อมูลแสดงให้เห็นว่าเด็กต้องการเป็นคนดี ต้องการพัฒนาตนเอง เพื่อให้อยู่ในสังคมได้ เด็กบางคนขาดความมั่นใจ ไม่อยากออกไปอยู่ข้างนอก เพราะมีความรู้สึกว่าคุณไม่มีคุณค่าอะไร และคิดว่าญาติพี่น้องคงจะไม่อยากให้ออกไป เนื่องจากตนเองได้ทำความเดือดร้อนเอาไว้มาก แต่ขณะเดียวกันก็อยากจะปรับเปลี่ยนตนเองให้เป็นคนเกรงใจของพ่อแม่ดูแลเอาใจใส่ตนเองมากขึ้น เมื่อออกไปแล้วถึงพ่อแม่จะให้รัก แต่คิดว่าเพื่อนบ้านหรือคนอื่น ๆ อาจจะไม่ยอมรับ

โดยสรุปภาพรวมปัญหาของเด็กและเยาวชนในศูนย์ฝึกอบรมเด็กและเยาวชน เขต 5 มีประเด็นหลักที่สำคัญ 4 ประเด็นใหญ่ ๆ คือ 1) เด็กขาดความนับถือตนเอง และขาดความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองเนื่องจากสภาพการเลี้ยงดูและสภาพแวดล้อมก่อนจะเข้ามาอยู่ในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชน มีผลต่อการพัฒนาบุคลิกภาพของเด็ก และบุคคลแวดล้อมก็มีส่วนผลักดันให้เด็กมีพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ด้วย 2) เด็กมีความขัดแย้งทางจิตใจ มีมุมมองต่อตนเองด้านลบ มองโลกในแง่ร้ายและขาดความไว้วางใจคนอื่น 3) เด็กขาดทักษะในการตัดสินใจแก้ไขปัญหา จึงมักจะระบายความก้าวร้าวไปในทางที่ไม่เหมาะสม และการตัดสินใจที่นำไปสู่การกระทำความผิดซ้ำ ๆ และ 4) เด็กขาดกำลังใจในการปรับตัวเพื่อกลับไปสู่สังคมเดิม เมื่อเด็กออกไปสู่ชุมชนเด็กจึงขาดความมั่นใจ รู้สึกมีปมด้อยและไม่ได้รับการยอมรับที่ดีพอ โดยเฉพาะขาดการยอมรับจากพ่อแม่ญาติพี่น้อง และคนในชุมชน



จากข้อมูลเบื้องต้นผู้วิจัยสามารถสรุปวิเคราะห์ประเด็นปัญหาที่น่าจะนำไปสู่การพัฒนา และมีความเป็นไปได้ มีดังนี้

1.6.1 ควรมีรูปแบบหรือวิธีการในการจัดกิจกรรม เพื่อให้ผู้ปกครองได้ตระหนักถึงความสำคัญในการทำหน้าที่ของครอบครัวให้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น

1.6.2 ควรมีการพัฒนาโปรแกรมเพื่อสร้างการเรียนรู้ให้เด็กปรับเปลี่ยนมุมมองที่มีต่อตนเอง และเสริมสร้างความรู้สึกมีคุณค่าต่อตนเอง

1.6.3 ควรมีการพัฒนาโปรแกรมและจัดกิจกรรม เพื่อการส่งเสริมสุขภาพจิตในครอบครัวของเด็กและเยาวชนที่กระทำผิด โดยเน้นด้านการสื่อสาร การสร้างสัมพันธภาพของครอบครัวซึ่งจะนำไปสู่การสร้างความสุข

1.6.4 ควรมีการค้นหากลวิธีหรือรูปแบบ (โปรแกรม) ในการส่งเสริมสุขภาพจิตครอบครัวของเด็กและเยาวชนที่กระทำผิด ที่สามารถส่งผลต่อความสุขของครอบครัว และประเมินผลได้จากการเปรียบเทียบก่อนและหลังใช้โปรแกรมกับกลุ่มเป้าหมายที่กำหนดไว้

## ผลการศึกษาระยะที่ 2 สร้างรูปแบบการเสริมสร้างความสัมพันธ์ในครอบครัว

### 2.1 การส่งเสริมสุขภาพจิต : ทางเลือกที่ต้องใช้การมีส่วนร่วม

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยพัฒนาแบบปฏิบัติการ หลังจากผู้วิจัยได้วิเคราะห์สถานการณ์และตีความจากข้อมูลที่ได้มาทั้งจากบุคลากรผู้ดูแลเด็ก บิดามารดาและผู้ปกครองรวมทั้งข้อมูลจากเด็กและเยาวชนที่กระทำผิดแล้วพบว่ามีความจำเป็นที่จะนำไปสู่การพัฒนาโปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพจิตทั้งในส่วนตัวเด็กและเยาวชนรวมถึงบิดามารดาหรือผู้ปกครองจึงได้กำหนดประเด็นและขอบเขตการพัฒนาว่าจะต้องเป็นกิจกรรมที่เกิดการมีส่วนร่วมสูงสุดทั้งผู้จัดกิจกรรมและผู้เข้าร่วมกิจกรรม ซึ่งแสดงรายละเอียดในภาคผนวก ข ดังมีรายชื่อกิจกรรมและวัตถุประสงค์แต่ละกิจกรรมดังตารางที่ 4.2 และตารางที่ 4.3

ตารางที่ 4.2 แสดงรายชื่อแผนกิจกรรมที่ใช้ดำเนินการในกลุ่มเด็กและเยาวชน

แผนกิจกรรม	จุดประสงค์การเรียนรู้
1. แผนการจัดกิจกรรมเรื่อง “ความในใจ”	1. เพื่อให้เด็กและเยาวชนได้ระบายปัญหาและสื่อความในใจ 2. เพื่อให้เด็กและเยาวชนอธิบายถึงประโยชน์และวิธีการระบาย ปัญหาอย่างถูกต้องและเหมาะสม 3. เพื่อให้เด็กและเยาวชนมีแนวทางในการที่จะปรับตัวเพื่อลด ความคับข้องใจ

ตารางที่ 4.2 (ต่อ)

แผนกิจกรรม	จุดประสงค์การเรียนรู้
2. แผนการจัดกิจกรรมเรื่อง “พ่อของฉัน”	1. เพื่อให้เด็กและเยาวชนสามารถระบายความคับข้องใจที่มีต่อพ่อ 2. เพื่อให้เด็กและเยาวชนเข้าใจปัญหาตนเองและผู้อื่นและนำไปสู่ การแก้ไขปัญหาที่ถูกต้องเหมาะสม
3. แผนการจัดกิจกรรมเรื่อง “แม่ที่แสนดี”	1. เพื่อให้เด็กและเยาวชนสามารถระบายความคับข้องใจที่มีต่อแม่ 2. เพื่อให้เด็กและเยาวชนเข้าใจตนเองดีขึ้นและนำไปสู่การแก้ไข ปัญหาที่ถูกต้องเหมาะสม
5. แผนการจัดกิจกรรมเรื่อง “ความแตกต่างของคน”	1. เพื่อให้เด็กและเยาวชนตระหนักถึงความแตกต่างของแต่ละ บุคคล 2. เพื่อให้เด็กและเยาวชนยอมรับความแตกต่างของผู้อื่นได้
6. แผนการจัดกิจกรรมเรื่อง “ความรู้สึกและ ประสบการณ์ในอดีต”	1. เพื่อให้เด็กและเยาวชนตระหนักถึงความสำคัญของ ประสบการณ์ในอดีตว่ามีผลต่อความรู้สึกและพฤติกรรม ในปัจจุบัน 2. เพื่อให้เด็กและเยาวชนตระหนักว่าประสบการณ์ในอดีตที่มี ผลต่อความรู้สึกและพฤติกรรมของตนเองนั้นสามารถ เปลี่ยนแปลงได้
7. แผนการจัดกิจกรรมเรื่อง “การมองข้อดีของตนเอง”	1. เพื่อให้เด็กและเยาวชนมีทัศนคติที่ดีต่อตนเองและผู้อื่น และมีความเชื่อมั่นในตนเองมากขึ้น 2. เพื่อให้เด็กและเยาวชนตระหนักถึงสิ่งที่ดีของตน และเป็นการ ฝึกฝนการมองโลกในแง่ดีด้วย
8. แผนการจัดกิจกรรมเรื่อง “จุดมุ่งหมายในชีวิต”	1. เพื่อให้เด็กและเยาวชนเข้าใจและได้แสดงความรู้สึกของตนเอง ออกมา 2. เพื่อให้เด็กและเยาวชนได้ตระหนักรู้ถึงการมีจุดมุ่งหมายในชีวิต ของตนเอง 3. เพื่อให้เด็กและเยาวชนมีกำลังใจในการต่อสู้กับชีวิตต่อไป

นอกจากนี้ผู้วิจัยยังได้พัฒนาโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพจิตสำหรับผู้ปกครอง บิดา มารดา โดยมีแผนกิจกรรมทั้งสิ้น 6 แผนกิจกรรม ซึ่งเป็นกิจกรรมที่ดำเนินการในรูปแบบค่ายครอบครัว โดยการอบรม 2 วัน 1 คืน มีกิจกรรมดังรายละเอียดในตารางที่ 4.3

ตารางที่ 4.3 รายชื่อแผนกิจกรรมที่ใช้ดำเนินการในกลุ่มพ่อแม่หรือผู้ปกครอง

แผนกิจกรรม	จุดประสงค์การเรียนรู้
1. แผนการจัดกิจกรรมเรื่อง “เข้าใจวัยรุ่น”	- เพื่อให้พ่อแม่หรือผู้ปกครองเข้าใจธรรมชาติของวัยรุ่นและมีความเชื่อมั่นในตัวเด็กจะนำไปสู่การสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสารที่ดี
2. แผนการจัดกิจกรรมเรื่อง “เปิดใจให้กัน”	- เพื่อให้พ่อแม่หรือผู้ปกครองมีโอกาสระบายความคับข้องใจ แลกเปลี่ยนแนวคิด และทักษะในการเข้าใจและการช่วยเหลือลูกที่มีปัญหา
3. แผนการจัดกิจกรรมเรื่อง “สื่ออย่างไรให้ใจเป็นสุข ”	- เพื่อให้พ่อแม่หรือผู้ปกครองอธิบายความหมายของการสื่อสารและการสร้างสัมพันธภาพได้ รวมทั้งมีทักษะในการสื่อสารและการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับวัยรุ่น
4. แผนการจัดกิจกรรมเรื่อง “บทบาทการเป็นพ่อแม่ ”	- เพื่อให้พ่อแม่หรือผู้ปกครองตระหนักในความสำคัญของการใช้เวลาอยู่ร่วมกับลูกอย่างมีคุณภาพ
5. แผนการจัดกิจกรรมเรื่อง “ครอบครัวของฉัน”	- เพื่อให้พ่อแม่หรือผู้ปกครองเข้าใจพัฒนาการของชีวิตครอบครัว และมีแนวทางในการใช้ชีวิตครอบครัวให้คงอยู่ด้วยความสุขและมั่นคง
6. แผนการจัดกิจกรรมเรื่อง “แผนที่ความสุข”	- เพื่อให้พ่อแม่หรือผู้ปกครองตระหนักถึงความสำคัญในสัมพันธภาพระหว่างพ่อแม่ลูก และมีแนวทางในการสร้างสัมพันธภาพกับลูก

โดยสรุป แผนการจัดกิจกรรมหรือโปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพจิตครอบครัวเด็กและเยาวชนที่กระทำผิดซึ่งพัฒนาขึ้นครั้งนี้ ทั้งในส่วนที่ได้ดำเนินการกับเด็กและเยาวชนและดำเนินการกับพ่อแม่หรือผู้ปกครอง มีเป้าหมายเพื่อมุ่งส่งเสริมในด้านพัฒนาการทางอารมณ์ จิตใจ สังคม พฤติกรรม และทักษะการดำเนินชีวิต และเป็นการจัดกิจกรรมโดยใช้หลักการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม (Participatory Learning) กล่าวคือ ยึดผู้เรียนเป็นสำคัญในการจัดกิจกรรม ซึ่งจะช่วยส่งเสริมให้ผู้เรียนมีความคิดสร้างสรรค์ และความคิดวิเคราะห์วิจารณ์ ทำให้คิดเป็น ทำเป็น และแก้ปัญหาได้

### ผลการศึกษาระยะที่ 3 ตรวจสอบและทดสอบใช้รูปแบบที่สร้างขึ้น

ผู้วิจัยได้จัดประชุมทีมผู้ช่วยนักวิจัยจำนวน 8 คนเพื่อทำความเข้าใจและจัดลำดับขั้นตอนของแผนพร้อมทั้งวางแผนการจัดกิจกรรมโดยกำหนดให้ผู้มีรับผิดชอบแผนการจัดกิจกรรมครบทุกแผนและผู้รับผิดชอบไปศึกษาวิธีการและขั้นตอนการดำเนินกิจกรรมและมอบหมายให้มีผู้ช่วยจัดกิจกรรม ผู้จัดบันทึกลำดับขั้นตอนการจัดกิจกรรมหลังจากนั้นได้ตรวจสอบ(ทำความเข้าใจร่วมกัน)และทดลองใช้รูปแบบที่สร้างขึ้น โดยดำเนินการในกลุ่มเด็กและเยาวชนทั้งสิ้นจำนวน 55 คน ดำเนินการในกลุ่มผู้ปกครองจำนวน 18 คน โดยเริ่มทดลองจัดกิจกรรมในเดือนเมษายน 2550 จนครบทุกแผนกิจกรรม

หลังจากนั้นผู้วิจัยและทีมผู้ช่วยได้จัดประชุมปฏิบัติการเพื่อเขียนแผนกิจกรรมออกมาเป็นลายลักษณ์อักษรโดยมีการกำหนดรูปแบบการเขียนตามกรอบแนวคิดการจัดกิจกรรมการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมเพื่อให้สามารถนำไปเป็นคู่มือในการจัดกิจกรรมสำหรับผู้นำกลุ่มได้ รายละเอียดที่ได้จากการศึกษาในระยะที่ 3 ได้จัดทำเป็นแผนการจัดกิจกรรมสำหรับเด็กและเยาวชนและผู้ปกครองรวมทั้งสิ้นจำนวน 14 แผนกิจกรรมซึ่งมีรายละเอียดต่าง ๆ อยู่ในภาคผนวก

### ผลการศึกษาระยะที่ 4 การจัดกิจกรรมตามโปรแกรมที่พัฒนา

จากการวิเคราะห์สถานการณ์และบริบทการดูแลเด็กและเยาวชนที่กระทำผิดได้นำไปสู่การพัฒนาโปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพจิตเด็กและเยาวชน โดยมีการจัดประชุมปฏิบัติการเพื่อวางแผนพัฒนาและทดลองใช้โปรแกรมจำนวน 8 แผนกิจกรรมจนได้ข้อสรุปและนำไปสู่การดำเนินกิจกรรมในกลุ่มเด็กและเยาวชนที่กระทำผิด โดยวางแผนจัดกิจกรรมทุกวันพุธตั้งแต่เดือนกรกฎาคม-เดือนกันยายน 2550 โดยกำหนดเป็นแผนการจัดกิจกรรมอย่างต่อเนื่องในศูนย์ฝึกอบรมเด็กและเยาวชนเขต 5 ซึ่งมีแผนกิจกรรมและจุดประสงค์การเรียนรู้ดังตารางที่ 4.1 และแผนการจัดกิจกรรมสำหรับผู้ปกครองจำนวน 6 แผนกิจกรรมในรูปแบบค่ายครอบครัวระหว่างวันที่ 16-17 พฤศจิกายน 2550 ณ.แก่งสะพือริเวอร์ไซด์ อ.พิบูลมังสาหาร จ.อุบลราชธานีตามแผนกิจกรรมดังตารางที่ 4.2

โดยสรุป แผนการจัดกิจกรรมหรือโปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพจิตครอบครัวเด็กและเยาวชนที่กระทำผิดซึ่งพัฒนาขึ้นครั้งนี้ ทั้งในส่วนที่ได้ดำเนินการกับเด็กและเยาวชนและดำเนินการกับพ่อแม่หรือผู้ปกครอง มีเป้าหมายเพื่อมุ่งส่งเสริมในด้านพัฒนาการทางอารมณ์ จิตใจ สังคม พฤติกรรม และทักษะการดำเนินชีวิต และเป็นการจัดกิจกรรมโดยใช้หลักการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม (Participatory Learning) กล่าวคือ ยึดเด็กและเยาวชนเป็นศูนย์กลางในการจัดกิจกรรม ซึ่งจะช่วยส่งเสริมให้เด็กและเยาวชนมีความคิดสร้างสรรค์ และความคิดวิเคราะห์วิจารณ์ ทำให้คิดเป็น ทำเป็น และแก้ปัญหาได้

## ผลการศึกษาระยะที่ 5 การประเมินผลโปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพจิต

เมื่อได้ดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ ตามแผนที่กำหนดไว้ ผู้วิจัยจึงได้ทำการประเมินผลหลังสิ้นสุดกิจกรรม โดยมีเครื่องมือประเมินการรับรู้ความสุขและสัมพันธภาพในครอบครัวตามการรับรู้ของเด็กและเยาวชนที่กระทำผิดและประเมินการรับรู้ความสุขและสัมพันธภาพในครอบครัวตามการรับรู้ของบิดา มารดา และผู้ปกครองซึ่งเข้าร่วมกิจกรรมตามโปรแกรมที่กำหนด โดยผลการประเมินดังจะนำเสนอต่อไปนี้

### 5.1 ข้อมูลทั่วไปของเด็กและเยาวชนที่เข้าร่วมกิจกรรมตามโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพจิต

กลุ่มตัวอย่างเป็นเด็กและเยาวชนทั้งก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรม จำนวนทั้งสิ้นรวม 30 คนเป็นชายร้อยละ 80 เป็นหญิงร้อยละ 20 อายุเฉลี่ย 15.7 ปีอายุต่ำสุด 15 ปีสูงสุด 18 ปี จบการศึกษาในระดับประถมศึกษาคิดเป็นร้อยละ 40 ระดับมัธยมศึกษาร้อยละ 30 และระดับอาชีวศึกษาร้อยละ 30 ทั้งหมดนับถือศาสนาพุทธ ส่วนใหญ่มาด้วยคดียาเสพติดคิดเป็นร้อยละ 50 รองลงมาคือคดีลักทรัพย์คิดเป็น ร้อยละ 43.3 รายได้มีพอใช้กับความเป็นอยู่ของครอบครัวคิดเป็นร้อยละ 83.6 ลักษณะครอบครัวของกลุ่มตัวอย่างเป็นครอบครัวเดี่ยวร้อยละ 73.33 ที่เหลืออยู่ในครอบครัวขยายร้อยละ 26.66 รายละเอียดตามตารางที่ 4.4

ตารางที่ 4.4 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างเด็กและเยาวชนที่กระทำผิด

ข้อมูลทั่วไปของเด็กและเยาวชน	จำนวน	ร้อยละ
<b>เพศ</b>		
- ชาย	24	80
- หญิง	6	20
<b>อายุ</b>		
- 15	15	50
- 16	6	20
- 17	6	20
- 18	3	10
(Max =18 , Min =15 , อายุเฉลี่ย=15.7 )		

ตารางที่ 4.4 (ต่อ)

ข้อมูลทั่วไปของเด็กและเยาวชน	จำนวน	ร้อยละ
ระดับการศึกษา		
- ประถมศึกษา	12	40
- มัธยมศึกษา	9	30
- อาชีวศึกษาและ อุดมศึกษา	9	30
ศาสนา		
- พุทธ	30	100
คดี		
- ลักทรัพย์	13	43.33
- ยาเสพติด	15	50
- อื่น ๆ	2	6.66
รายได้		
- พอใช้	26	86.6
- ไม่พอใช้	4	14.4
ลักษณะครอบครัว		
- ครอบครัวเดี่ยว	22	73.33
- ครอบครัวขยาย	8	26.66

5.2 การเปรียบเทียบค่าคะแนนเฉลี่ยลำดับที่ของการประเมินความสุขและการรับรู้ต่อสัมพันธภาพในครอบครัวของเด็กและเยาวชนที่กระทำผิด ก่อนและหลังการดำเนินกิจกรรมกลุ่ม

จากการเปรียบเทียบค่าคะแนนเฉลี่ยลำดับที่ของการประเมินความสุข และการรับรู้ต่อสัมพันธภาพในครอบครัวของเด็กและเยาวชนที่กระทำผิด ก่อนและหลังการดำเนินกิจกรรมกลุ่ม ทั้ง 8 ครั้ง พบว่า โปรแกรมส่งเสริมสุขภาพจิตที่คณะผู้วิจัยได้พัฒนาขึ้น ส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงที่ตัวเด็กและเยาวชน โดยค่าคะแนนเฉลี่ยลำดับที่ของความสุขและการรับรู้ต่อสัมพันธภาพในครอบครัวของเด็กและเยาวชนที่กระทำผิดหลังเข้าร่วมกิจกรรมสูงกว่าก่อนเข้าร่วมกิจกรรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ตามรายละเอียดในตารางที่ 4.5-4.6

ตารางที่ 4.5 เปรียบเทียบค่าคะแนนเฉลี่ยลำดับที่ของการประเมินความสุขของเด็กและเยาวชน  
ที่กระทำผิด ก่อนและหลังการดำเนินกิจกรรมกลุ่ม

กลุ่มประชากร	N	Mean Rank	Sum of Ranks	W	P-Value
ก่อนดำเนินกิจกรรม	30	15.50	465.00	7.07	.00*
หลังดำเนินกิจกรรม	30	45.50	1365.00		

\*P < .05 (Wilcoxon – W test)

ตารางที่ 4.6 เปรียบเทียบค่าคะแนนเฉลี่ยลำดับที่การรับรู้ต่อสัมพันธภาพในครอบครัวของเด็ก  
และเยาวชนก่อนและหลังการดำเนินกิจกรรมกลุ่ม

กลุ่มประชากร	N	Mean Rank	Sum of Ranks	W	P-Value
ก่อนดำเนินโครงการ	30	15.93	478.00	6.51	.00*
หลังดำเนินโครงการ	30	45.07	1352.00		

\* P < .01 (Wilcoxon – W test)

จากผลการวิจัยจะเห็นได้ว่าโปรแกรมที่สร้างขึ้นส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงที่ตัวเด็กและเยาวชนซึ่งสอดคล้องกับข้อมูลเชิงคุณภาพที่ได้จากเด็กและเยาวชนในศูนย์ฝึกฯแห่งนี้ที่พบว่าเด็กและเยาวชนมีการรับรู้ต่อบรรยากาศการดูแลเปลี่ยนไปจากเดิม โดยเด็กและเยาวชนมีความเข้าใจต่อสถานการณ์ที่เผชิญอยู่และยอมรับความเป็นจริงมากขึ้น ซึ่งเด็กบางคนรับรู้ถึงการปฏิบัติของเจ้าหน้าที่ผู้ดูแลว่าทำหน้าที่เหมือนพ่อแม่ พุดคุยดี มีความปรารถนาดีให้ความสนใจกับเด็กและเยาวชน ซึ่งการแสดงออกของเจ้าหน้าที่ในลักษณะเช่นนี้ส่งผลทำให้เด็กเกิดความเข้าใจและยอมรับคนอื่นมากขึ้น จนมีท่าทีและพฤติกรรมเปลี่ยนไปในทางที่ดีด้วย ในขณะที่เดียวกันเด็กยังได้พูดคุยกันในกลุ่มเองว่าจริง ๆ แล้วเจ้าหน้าที่ก็มีการแสดงออกที่เด็กพึงพอใจ พุดคุยให้คำแนะนำ ให้ข้อคิดในทางที่ดีให้กำลังใจ จนเด็กเกิดความรู้สึกว่าการอยู่ในศูนย์ฝึกฯแห่งนี้ก็ได้รับการดูแลเอาใจใส่เป็นอย่างดี เพราะฉะนั้นหากกระทำการใด ๆ ที่จะแสดงถึงความรุนแรงและมีผลเสียตามมา เด็กเองก็จะรู้สึกผิดมากเนื่องจากเจ้าหน้าที่ได้ให้ความจริงใจ มีความหวังดีต่อเด็กและเยาวชน จากทัศนคติของเด็กและเยาวชนดังกล่าวแสดงให้เห็นถึงทัศนคติและความรู้สึกภายในที่มีต่อบุคลากรผู้ดูแล

ในขณะที่เดียวกันจากท่าทีที่เปลี่ยนไปของเด็กและเยาวชนที่กระทำผิดทำให้นุคลากรผู้ดูแลเด็กบางคนมีทัศนคติต่อเด็กและเยาวชนเปลี่ยนไปจาก “ดำ” เป็น “ขาว” ดังจะเห็นได้จากคำพูดที่ว่า

“รู้ไหมว่าพวกเราเข้ามาอยู่ที่นี่เพราะอะไร” (I2B)

“เด็กเป็นยังไงก็ได้แค่นั้น เป็นคนดีของสังคมยก

อยู่ที่นี้แหละดี ออกไปก็ต้องกลับมาอีกอยู่ดี” (I2W)

ประโยคเหล่านี้เป็นคำพูดของบุคลากรในช่วงแรกของการวิจัย แต่หลังจากที่บุคลากรผู้ดูแลเด็กได้มีส่วนร่วมในกระบวนการวิจัย โดยเฉพาะในการพัฒนาโปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพจิตเด็กและเยาวชนที่กระทำความผิด ซึ่งทำให้นักวิจัยทุกคนมีโอกาสดูอภิปรายแลกเปลี่ยนมุมมองทัศนคติของตนเองที่มีต่อเด็กและเยาวชนที่กระทำความผิด พบการเปลี่ยนแปลงในกลุ่มบุคลากรผู้ดูแลเด็กดังจะเห็นได้จากการพูดคุยกับบุคลากรผู้ดูแลเด็กและเยาวชนพบว่า ที่พบว่ามีทัศนคติในการมองเด็กเปลี่ยนแปลงไป บุคลากรเห็นว่า การดูแลเด็กให้ดีจะมีผลต่อการสร้างสังคม เพราะเด็กคือบุคคลที่จะต้องกลับไปอยู่ในสังคม เพราะฉะนั้นถ้าหากเด็กที่มาอยู่ในศูนย์ฝึกและอบรมแห่งนี้กลับออกไปใช้ชีวิตในสังคมโดยได้รับการยอมรับ ก็หมายถึงคุณภาพของการดูแล บำบัด ฟื้นฟูเด็กและเยาวชนให้เป็นคนดี สามารถช่วยให้เด็กมีพฤติกรรมที่เหมาะสม และดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างเป็นสุข ข้อมูลที่สะท้อนให้เห็นว่าทัศนคติของบุคลากรต่อเด็กมีการเปลี่ยนไปในทางที่ดีขึ้น เช่น

“เด็ก ๆ พวกนี้ก็เหมือนลูกหลาน เพราะอยู่ในความดูแลของเราตลอด 24 ชั่วโมง”

“น่าสงสาร เพราะเด็ก ๆ ต้องพลัดพรากจาก พ่อ แม่ ครอบครัว มาอยู่ต่างที่”

“เขาคงต้องการที่พึ่งพิงมาก เพราะฉะนั้นเราต้องทำบทบาทนี้ให้ดี” (F2BG)

เมื่อบุคลากรมีทัศนคติและท่าทีที่เปลี่ยนไป ทำให้เด็กและเยาวชนเกิดการเรียนรู้ได้มากขึ้นเพื่อจะปรับปรุงตนเอง ซึ่งเด็กได้แสดงทัศนคติและวิเคราะห์ตนเองเพื่อที่จะปรับเปลี่ยนพฤติกรรม โดยรับรู้ว่าการจะเป็นคนดีได้นั้นควรที่จะพัฒนาตนเองให้เป็นผู้ที่มีลักษณะดังต่อไปนี้คือ มีความรับผิดชอบ รักษากฎระเบียบ มีวินัย ต้องปรับตนเองใหม่ พยายามฝึกเรียนในหน่วยต่าง ๆ เช่น ช่างยนต์ เกษตร ช่างตัดผม เพื่อจะได้มีอาชีพติดตัว เมื่อกลับออกไปก็จะสามารถอยู่ในสังคมได้ ที่สำคัญคือ พ่อ แม่ และบุคลากรผู้ดูแลจะภาคภูมิใจที่สามารถทำให้เด็กปรับเปลี่ยนตนเองได้ในทางที่ดีขึ้นดังคำพูดที่เด็กได้พูดถึงตัวเองว่า

“ผมคิดผิดที่ทำตัวไม่ค่อยดี ทำให้พ่อแม่หน้าตาไหล ผมไม่เคยทำให้พ่อแม่ภูมิใจเลย ต่อไปจะทำตัวใหม่” (F1B)

“อยากเป็นคนใหม่ ทำตัวเองให้มีค่า เช่น ช่วยงานเจ้าหน้าที่ ช่วยรักษาสัตว์ของเครื่องใช้” (F1B)



จึงอาจกล่าวได้ว่า นอกจากโปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพจิตเด็กและเยาวชนที่กระทำผิด ทำให้เด็กเกิดการเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้นแล้ว ยังมีผลทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในกลุ่มบุคลากรผู้ดูแลเด็กด้วย

จากข้อมูลเบื้องต้นพอสรุปและอภิปรายได้ว่าค่าคะแนนเฉลี่ยของความสุขและการรับรู้ต่อสัมพันธภาพในครอบครัวของเด็กและเยาวชนหลังเข้าร่วมกิจกรรมสูงกว่าก่อนเข้าร่วมกิจกรรม โดยเยาวชนมีทัศนคติและมุมมองต่อตนเองและบุคคลอื่นรอบตัวในทางที่ดีขึ้น ซึ่งในการพัฒนาเยาวชนที่กระทำผิดนั้นจำเป็นต้องตั้งอยู่บนพื้นฐานของการใช้กิจกรรมกลุ่มที่มีบรรยากาศของการพูดคุยอย่างเป็นกันเอง มีความเป็นมิตร สร้างสัมพันธภาพ และเปิดใจยอมรับซึ่งกันและกัน มีการสื่อสารที่ตรงประเด็น รับฟังด้วยความใส่ใจ และไม่โทษคนอื่น ทั้งนี้เพื่อให้เยาวชนเพิ่มความพึงพอใจที่มีต่อตนเองและครอบครัว (พิชิตพงษ์ อริยะวงศ์, 2545) อีกทั้งมีเยาวชนจำนวนหนึ่งไม่เคยเรียนรู้วิธีการทำให้ตนเองผ่อนคลายโดยเฉพาะเมื่อกังวลหรือเครียด มักตอบว่าการผ่อนคลายคือการเล่นกีฬาซึ่งการผ่อนคลายแบบนี้ถูกจำกัดด้วยเงื่อนไข ที่ไม่มีสนามหรืออุปกรณ์กีฬา ในการทำกิจกรรมครั้งนี้ได้เน้นให้เด็กและเยาวชนทำกิจกรรมที่สามารถกระทำได้ด้วยตนเองเพื่อให้เกิดการผ่อนคลายง่าย ๆ ที่สามารถปรับใช้ได้โดยไม่ต้องใช้อุปกรณ์ช่วย ดังมีรายงานการวิจัยที่เป็นกิจกรรมเพื่อให้เยาวชนคลายเครียดได้เร็วในทุกสถานการณ์ เช่นกิจกรรมควบคุมการหายใจ การใช้จินตนาการว่าอยู่ในที่ปลอดภัย (Bischof GP, Stith SM, Whitney ML. 1995) อย่างไรก็ตามการศึกษาครั้งนี้ยังได้ประเมินในส่วนของผู้ปกครอง บิดา มารดาที่เข้ารับการอบรมในการจัดกิจกรรมค่ายครอบครัวซึ่งดำเนินการระหว่างวันที่ 16-17 พฤศจิกายน 2550 ถึงแม้ว่าจะเป็นการจัดกิจกรรมในระยะสั้น ๆ หากจะวัดการเปลี่ยนแปลงที่มุ่งให้เกิดการปรับเปลี่ยนทัศนคติและพฤติกรรม อาจจะได้ข้อมูลที่ไม่เป็นจริงและไม่ได้ตอบ โจทย์ที่ผู้วิจัยต้องการแต่เพื่อประเมินโปรแกรมที่พัฒนาขึ้นจึงได้ทำการประเมินเปรียบเทียบการรับรู้ของผู้ปกครองก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมตามโปรแกรม

อย่างไรก็ดีการวิจัยครั้งนี้มีกรอบในการพัฒนาที่เป็นเพียงการแสวงหาโปรแกรมมากกว่าการประเมินผลของการใช้โปรแกรม เพราะฉะนั้นกิจกรรมการอบรมในกลุ่มเด็กกระทำผิดตามโปรแกรม จึงไม่ได้ออกแบบให้มีกลุ่มเปรียบเทียบซึ่งเป็นข้อจำกัดของการศึกษาในครั้งนี้และผลการประเมินก่อนและหลังดำเนินการกิจกรรมในกลุ่มเด็กกระทำผิดที่พบว่ามีผลแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 อาจเป็นไปได้ว่าผลของค่าคะแนนที่ดีขึ้นอาจมาจากการที่เยาวชนได้รับความเอาใจใส่ และได้รับความสนใจ ในขณะที่เดียวกันก็มีคนรับฟังในขณะที่สื่อสารออกมาในระหว่างกระบวนการจัดกิจกรรมและมีส่วนร่วมในการดำเนินกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง ซึ่งเมื่อเทียบกับกิจกรรมปกติของศูนย์ฝึกอบรมที่ไม่มีปัจจัยดังกล่าวถึงแล้วจึงเป็นกิจกรรมที่น่าสนใจกว่าและอาจทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงได้

### 5.3 การเปรียบเทียบค่าคะแนนเฉลี่ยลำดับที่ของการประเมินความสุขและการรับรู้ต่อสัมพันธภาพในครอบครัวของบิดา มารดาและผู้ปกครองเด็กและเยาวชนที่กระทำผิด ก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมตามโปรแกรม

จากการเปรียบเทียบค่าคะแนนเฉลี่ยลำดับที่ของการประเมินความสุข และการรับรู้ต่อสัมพันธภาพในครอบครัวของบิดา มารดาและผู้ปกครองเด็กและเยาวชนที่กระทำผิด ก่อนและหลังการดำเนินกิจกรรมกลุ่มทั้ง 6 ครั้ง พบว่า โปรแกรมส่งเสริมสุขภาพจิตที่คณะผู้วิจัยได้ร่วมกันพัฒนาขึ้น ส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงบิดา มารดาและผู้ปกครอง โดยค่าคะแนนเฉลี่ยลำดับที่ของความสุขและการรับรู้ต่อสัมพันธภาพในครอบครัวของบิดา มารดาและผู้ปกครองเด็กและเยาวชนที่กระทำผิดหลังเข้าร่วมกิจกรรมสูงกว่าก่อนเข้าร่วมกิจกรรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ตามรายละเอียดในตารางที่ 4.7-4.8

ตารางที่ 4.7 เปรียบเทียบค่าคะแนนเฉลี่ยลำดับที่ของการประเมินความสุขของบิดา มารดาและผู้ปกครองเด็กและเยาวชนที่กระทำผิด ก่อนและหลังการดำเนินกิจกรรมกลุ่ม

กลุ่มประชากร	N	Mean Rank	Sum of Ranks	W	P-Value
ก่อนดำเนินกิจกรรม	20	10.50	210.00	5.73	.00*
หลังดำเนินกิจกรรม	20	30.50	610.00		

\*P < .05 (Wilcoxon – W test)

ตารางที่ 4.8 เปรียบเทียบค่าคะแนนเฉลี่ยลำดับที่การรับรู้ต่อสัมพันธภาพในครอบครัวของบิดา มารดาและผู้ปกครองเด็กและเยาวชนก่อนและหลังการดำเนินกิจกรรมกลุ่ม

กลุ่มประชากร	N	Mean Rank	Sum of Ranks	W	P-Value
ก่อนดำเนินโครงการ	20	10.93	218.00	5.23	.00*
หลังดำเนินโครงการ	20	30.08	601.50		

\* P < .01 (Wilcoxon – W test)

จากผลการวิจัยจะเห็นได้ว่าโปรแกรมที่สร้างขึ้นส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงที่บิดา มารดาและผู้ปกครองเด็กและเยาวชนซึ่งสอดคล้องกับข้อมูลเชิงคุณภาพที่ได้จากการสัมภาษณ์ที่ผู้ปกครองบอกว่าเข้าใจตัวเองและลูกมากขึ้นทั้งนี้ทำให้เห็นว่าการทำบทบาทพ่อแม่ หรือผู้ดูแลเด็กบางครั้งก็ไม่ได้ทำหน้าที่อย่างเต็มที่และการเข้าร่วมกิจกรรมได้สะท้อนให้เห็นจุดอ่อนบางประการที่น่าจะ

ได้ปรับเปลี่ยนตนเองโดยเฉพาะเรื่องการสื่อสารที่มองข้ามไปและมักแสดงออกในทางตรงกันข้าม  
ทั้ง ๆ ที่บางครั้งน่าจะชมเด็กบ้างเด็กจะรู้สึกมีคุณค่าในตนเองแต่ก็กลัวว่าเด็กจะได้ใจซึ่งประเด็นนี้  
จะได้นำกลับไปทบทวนเพื่อพัฒนาความสัมพันธ์ที่ดีภายในครอบครัวต่อไป

อย่างไรก็ตามเพื่อพิสูจน์ประสิทธิผลของโปรแกรมที่พัฒนาขึ้นผู้วิจัยมีข้อเสนอว่า  
ถ้าหากมีการศึกษาในครั้งต่อไปควรปรับให้มีการศึกษาเปรียบเทียบกับระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่ม  
ควบคุมที่ไม่ได้รับการส่งเสริมสุขภาพจิตตามโปรแกรมเพื่อจะได้พัฒนาองค์ความรู้ด้านสุขภาพจิต  
ต่อไป

## บทที่ 5

# สรุปการวิจัย อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ

### 1. สรุปการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ (1) เพื่อศึกษาความต้องการส่งเสริมสุขภาพจิตครอบครัวของเด็กและเยาวชนที่กระทำผิด(2)เพื่อพัฒนารูปแบบการส่งเสริมสุขภาพจิตครอบครัวของเด็กและเยาวชนที่กระทำผิด (3) เพื่อประเมินรูปแบบการส่งเสริมสุขภาพจิตครอบครัวของเด็กและเยาวชนที่กระทำผิด เป็นการวิจัยพัฒนาแบบปฏิบัติการซึ่งมีขั้นตอนการวิจัยทั้งสิ้น 5 ระยะคือระยะที่ 1 การวิเคราะห์สถานการณ์และศึกษาความต้องการการเสริมสร้างความสัมพันธ์ในครอบครัวของเด็กและเยาวชนที่กระทำผิด ระยะที่ 2 สร้างรูปแบบการเสริมสร้างความสัมพันธ์ในครอบครัว ระยะที่ 3 ตรวจสอบและทดลองใช้รูปแบบที่สร้างขึ้น โดยดำเนินการในกลุ่มเด็กและเยาวชนทั้งสิ้น จำนวน 55 คน ระยะที่ 4 ดำเนินกิจกรรมตามโปรแกรมและแผนกิจกรรมที่กำหนดในกลุ่มเด็กและเยาวชนจำนวน 30 คน บิดา มารดาและผู้ปกครองจำนวน 20 คน ระยะที่ 5 ประเมินรูปแบบการส่งเสริมสุขภาพจิตเด็กและครอบครัว

จากการวิเคราะห์สถานการณ์และบริบทการดูแลเด็กและเยาวชนที่กระทำผิดได้นำไปสู่การพัฒนาโปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพจิตเด็กและเยาวชนโดยจัดประชุมปฏิบัติการวางแผนพัฒนาและทดลองใช้โปรแกรม จนได้ข้อสรุปและนำไปสู่การดำเนินกิจกรรมในกลุ่มเด็กและเยาวชนที่กระทำผิดจำนวน 8 กิจกรรม (รายละเอียดของแผนกิจกรรมอยู่ในภาคผนวก) โดยวางแผนจัดกิจกรรมทุกวันพุธตั้งแต่เดือน กรกฎาคม-เดือนกันยายน 2550 และจัดกิจกรรมค่ายครอบครัวเพื่อจัดกิจกรรมตามโปรแกรมที่กำหนดสำหรับบิดา มารดาและผู้ปกครองระหว่างวันที่ 16-17 พฤศจิกายน 2550 จำนวน 6 แผนกิจกรรม (รายละเอียดของแผนกิจกรรมอยู่ในภาคผนวก)

ก่อนเริ่มจัดกิจกรรมตามโปรแกรมผู้วิจัยให้กลุ่มตัวอย่างทั้งสองกลุ่มทั้งเด็กและเยาวชนและกลุ่มบิดา มารดาและผู้ปกครองประเมินความสุขและสัมพันธภาพในครอบครัวตามการรับรู้ของตนเองและเมื่อได้ดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ ตามแผนที่กำหนดไว้ จึงได้ทำการประเมินผลหลังสิ้นสุดกิจกรรมอีกครั้ง โดยมีเครื่องมือชุดเดิมคือแบบประเมินการรับรู้ความสุขและสัมพันธภาพในครอบครัวตามการรับรู้ของเด็กและเยาวชนที่กระทำผิด และบิดา มารดาและผู้ปกครองซึ่งเข้าร่วมกิจกรรมตามโปรแกรมที่กำหนด โดยผลการประเมินพบว่ารูปแบบการส่งเสริมสุขภาพจิตครอบครัวของเด็กและเยาวชนกระทำผิดที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงทั้งที่ตัวเด็กและเยาวชนรวมถึงบิดา

มารดาและผู้ปกครองของเด็กและเยาวชนกระทำผิด โดยการทดสอบทางสถิติพบว่าค่าคะแนนเฉลี่ยลำดับที่การรับรู้ต่อความสุขและการรับรู้ต่อสัมพันธภาพในครอบครัวของเด็กและเยาวชนตลอดจนผู้ปกครองของเด็กและเยาวชนที่กระทำผิดหลังเข้าร่วมกิจกรรมมีค่าคะแนนเฉลี่ยลำดับที่สูงกว่าก่อนเข้าร่วมกิจกรรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.01

## 2. อภิปรายผลการวิจัย

จากผลการวิจัยผู้วิจัยสามารถอภิปรายตามวัตถุประสงค์การวิจัยได้ดังนี้

2.1 เพื่อศึกษาความต้องการส่งเสริมสุขภาพจิตครอบครัวของเด็กและเยาวชนที่กระทำผิด ซึ่งจากการวิเคราะห์สถานการณ์และศึกษาความต้องการเสริมสร้างความสัมพันธ์ในครอบครัวของเด็กและเยาวชนที่กระทำผิดพบว่าภาพรวมปัญหาของเด็กและเยาวชนในศูนย์ฝึกอบรมเด็กและเยาวชนเขต 5 มีประเด็นหลักที่สำคัญ 4 ประเด็น คือ เด็กขาดความนับถือตนเองและยังขาดความรู้สึกรับคุณค่าในตนเองเนื่องจากสภาพการเลี้ยงดูและสภาพแวดล้อมก่อนจะเข้ามาอยู่ในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนมีผลต่อการพัฒนาบุคลิกภาพของเด็ก นอกจากนี้ยังพบว่าบุคคลแวดล้อมมีส่วนผลักดันให้เด็กมีพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ด้วยซึ่งผลการศึกษาในครั้งนี้มีความสอดคล้องกับงานวิจัยของบุญชัย นวมงคลวัฒน์ (2546) เรื่องการพัฒนาระบบการดูแลเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดอุบลราชธานีที่เด็กสะท้อนข้อมูลให้เห็นถึงความรู้สึกรับต่อตนเองและคนอื่นในด้านลบจนนำไปสู่การจับบริการการให้คำปรึกษาและการดูแลทางสังคมจิตใจเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดอุบลราชธานี

ในขณะที่เดียวกันยังพบว่าเด็กเกิดความขัดแย้งทางจิตใจ มีมุมมองต่อตนเองด้านลบ มองโลกในแง่ร้ายและขาดความไว้วางใจคนอื่น อีกทั้งขาดทักษะในการตัดสินใจแก้ไขปัญหา ซึ่งมีงานวิจัยที่สนับสนุนข้อมูลดังกล่าวของภูมิพงษ์ ขุนฉนมรฉ่า (2547) ที่พบว่าประเด็นเหล่านี้เป็นตัวแปรที่สัมพันธ์กับการกระทำผิดซ้ำของเด็กและเยาวชน และเมื่อเด็กเกิดความรู้สึกดังกล่าวจึงมักจะระบายความก้าวร้าวไปในทางที่ไม่เหมาะสมและทำให้มีการตัดสินใจจนนำไปสู่การกระทำผิดซ้ำ ๆ ในขณะเดียวกันยังพบว่าตัวเด็กเองขาดกำลังใจในการปรับตัวเพื่อกลับไปสู่สังคมเดิม เมื่อกลับออกไปสู่ชุมชนเด็กจึงขาดความมั่นใจ รู้สึกมีปมด้อยและไม่ได้รับการยอมรับที่ดีพอ โดยเฉพาะไม่ได้รับการยอมรับจากพ่อแม่ ญาติพี่น้อง รวมถึงคนในชุมชนซึ่งในประเด็นนี้บุคลากรผู้ดูแลเด็กและเยาวชนรวมทั้งผู้ปกครองมีความคิดเห็นว่าจะมีวิธีการทำให้เด็กและเยาวชนที่กระทำผิดเกิดรู้สึกสำนึกผิดและมองเห็นจุดด้อยของตนเองตลอดจนการนำไปสู่การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมให้เป็นที่พึงประสงค์ของครอบครัวและชุมชนจึงจะทำให้ครอบครัวอยู่ดีมีสุขดังรายงานการวิจัยของ Friedman et al (2003) ที่เสนอว่าการวางกฎข้อบังคับให้ชัดเจนเพื่อให้เกิดการปฏิบัติและรับผิดชอบ

ทั้งเรื่องส่วนตัวและการแสดงความสามารถจะเป็นการเพิ่มความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองและครอบครัว เกิดการยอมรับการกระทำของเด็กและเยาวชนและการทำบทบาทพ่อแม่ที่เหมาะสมก็จะเป็นบริบทที่สำคัญในการดูแลเด็กและเยาวชนด้วยเช่นกัน (Woolfenden SR, Williams K, Peat J;2002) ซึ่งในการวิจัยครั้งนี้ตัวเด็กเองก็ต้องการที่จะปรับเปลี่ยนตนเองเพื่อให้ครอบครัวและชุมชนให้โอกาสกลับไปใช้ชีวิตในชุมชนโดยมีข้อเสนอว่าอยากมีกิจกรรมหรือวิธีการสร้างการเรียนรู้เพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมให้อยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

2.2 เพื่อพัฒนารูปแบบการส่งเสริมสุขภาพจิตครอบครัวของเด็กและเยาวชนที่กระทำผิด ซึ่งวัตถุประสงค์การวิจัยในประเด็นนี้ผู้วิจัยได้สร้างรูปแบบการเสริมสร้างความสัมพันธ์ในครอบครัว โดยเน้นการส่งเสริมสุขภาพจิตที่ต้องใช้การมีส่วนร่วมสูงสุดจึงจะนำไปสู่การเรียนรู้และบรรลุลงานสูงสุด โดยมีแนวคิดทฤษฎีที่อาศัยการทำงานแบบมีส่วนร่วมของกรมการศึกษานอกโรงเรียน กระทรวงศึกษาธิการ (2541) และกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข (2541) ซึ่งการออกแบบ (รูปแบบ) การส่งเสริมสุขภาพจิตครอบครัวได้กำหนดวัตถุประสงค์การเรียนรู้ในแต่ละแผนกิจกรรมไว้อย่างชัดเจนเพื่อให้สอดคล้องกับการกรอบแนวคิดการพัฒนาโปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพจิตครอบครัวดังที่กล่าวไว้ในบทที่ 1 ในหน้า 6 และสามารถนำไปสู่การวัดผลของโปรแกรมที่มีตัวแปรเรื่องความสุขและสัมพันธภาพในครอบครัวซึ่งถือเป็นผลลัพธ์สุดท้ายที่ต้องการให้เกิดขึ้นจากกระบวนการวิจัยปฏิบัติการในครั้งนี้สำหรับรายละเอียดของแผนการจัดกิจกรรมสามารถดูได้จากภาคผนวกท้ายเล่ม

2.3 เพื่อประเมินรูปแบบการส่งเสริมสุขภาพจิตครอบครัวของเด็กและเยาวชนที่กระทำผิด โดยผลการประเมินรูปแบบที่พัฒนาขึ้นได้แสดงผลไว้ดังรายละเอียดในหน้า 62 ถึงหน้า 66 การพัฒนารูปแบบการส่งเสริมสุขภาพจิตครอบครัวเด็กและเยาวชนกระทำผิดครั้งนี้สามารถกล่าวได้ว่ารูปแบบที่พัฒนาขึ้นนอกจากจะสอดคล้องกับความต้องการของผู้มีส่วนเกี่ยวข้องแล้วยังส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงตนเองของเด็กและเยาวชนรวมทั้งผู้ปกครองของเด็กและเยาวชน เนื่องจากในกระบวนการจัดกิจกรรมหรือรูปแบบการส่งเสริมสุขภาพจิตในครอบครัวมีบรรยากาศที่ทำให้ทุกคนได้เปิดเผยตนเอง เกิดความรู้สึกไว้วางใจ มีบรรยากาศของความเป็นมิตร มีสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน เปิดใจยอมรับจุดด้อย มีการสื่อสารสองทาง ปึงจยต่างๆเหล่านี้ส่งผลต่อความรู้สึกที่ดีทั้งต่อตนเองและผู้อื่นดังรายงานการวิจัยของพิชิตพงษ์ อริยะวงศ์ (2545) ที่พบว่าการพัฒนาเยาวชนที่กระทำผิดจำเป็นต้องสร้างบรรยากาศในการทำกลุ่มอย่างเป็นกันเองเพราะว่าเยาวชนที่กระทำผิดมักมีมุมมองต่อครอบครัวและคนรอบข้างในแง่ลบ (McCabe KM, Lansing AE, Garland A, Hough R ,2002) ในกรณีเช่นนี้อาจเป็นเพราะว่าเยาวชนเคยผ่านประสบการณ์ที่ ผู้ปกครองไม่มีเวลาในการชี้แนะ หล่อหลอมจริยธรรม มโนธรรม หรือลักษณะการอบรมเลี้ยงดูแบบตามใจทำให้เยาวชนขาดการอดกลั้น ไม่รู้จักการควบคุมความต้องการของตนเองอีกในอีกแง่มุมหนึ่งคือการที่ถูกควบคุม

มากขึ้นไป และนอกจากนี้ยังมีงานวิจัยที่สนับสนุนแนวคิดนี้ของ Bischof GP, Stith SM, Whitney ML. 1995 ที่พบว่า การทำให้เกิดบรรยากาศผ่อนคลาย ไม่จำกัดด้วยเงื่อนไขในการจัดกิจกรรม จะทำให้เยาวชนสามารถทำกิจกรรมต่างๆ ได้สำเร็จและบรรลุผล

อย่างไรก็ตาม จากผลการวิจัย ผู้วิจัยมีความเห็นต่อประเด็นต่าง ๆ ที่นำไปสู่การพัฒนา รูปแบบการส่งเสริมสุขภาพจิตตลอดจนผลการประเมินที่ตอบวัตถุประสงค์การวิจัยทำให้เกิดความชัดเจนในการพัฒนา รูปแบบการส่งเสริมสุขภาพจิตครอบครัวที่อาจกล่าวได้ว่าการวิจัยครั้งนี้เป็นรูปแบบหนึ่งของการผสมผสานงานสุขภาพจิต ไปสู่หน่วยงานอื่น ๆ ที่มีในหน่วยงานทางด้านสาธารณสุข ได้อย่างเป็นรูปธรรมและวัดผลได้ จึงถือเป็นการนำร่องในการพัฒนางานด้านสุขภาพจิต โดยเฉพาะด้านการส่งเสริมสุขภาพจิตและการป้องกันปัญหาสุขภาพจิต

ในอดีตที่ผ่านมา การขยายการดำเนินงานด้านสุขภาพจิตมักจะมุ่งเน้นและให้ความสำคัญที่หน่วยงานสาธารณสุข ทำให้หน่วยงานอื่น ๆ เข้าถึงบริการด้านการส่งเสริมสุขภาพจิต ได้น้อย จึงทำให้งานส่งเสริมสุขภาพจิตไม่ได้รับความสำคัญ โดยเฉพาะในประเด็นสัมพันธภาพของครอบครัว ในฐานะที่ผู้วิจัยเป็นพยาบาลจิตเวช และได้ศึกษาด้านการพัฒนาครอบครัว และสังคมนึกว่าการส่งเสริมสุขภาพจิตครอบครัว โดยเริ่มต้นที่การสร้างสัมพันธภาพในครอบครัว น่าจะเป็นทางออกที่ดีในการลดปัญหาของครอบครัวสังคม ดังนั้นเป้าหมายที่ต้องการให้เกิดคือการดูแลสุขภาพจิตครอบครัวของเด็กและเยาวชน กระทำผิดที่มีความค่อยชัดเจนและเป็นรูปธรรม การที่เด็กและเยาวชนในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชน ซึ่งเป็นผู้ที่ด้อยโอกาสในสังคม และเป็นกลุ่มที่มีความเสี่ยงสูงต่อการเจ็บป่วยทางด้านจิตเวช ได้รับการส่งเสริมสุขภาพจิตครอบครัว จึงเป็นโอกาสในการหาแนวทางดูแลช่วยเหลือและป้องกันปัญหาสุขภาพจิตเบื้องต้น ซึ่งสอดคล้องกับบทบาทหน้าที่โดยตรงของผู้วิจัย ในด้านการป้องกันปัญหาและส่งเสริมสุขภาพจิต การที่ได้แสวงหาองค์ความรู้ด้านการส่งเสริมสุขภาพจิตร่วมกับหน่วยงานในพื้นที่ และสามารถตอบโจทย์ที่เป็นปัญหาสุขภาพจิตได้จริง นับเป็นความสำเร็จที่ควรได้พัฒนาอย่างต่อเนื่องและประยุกต์ใช้ในกลุ่มเป้าหมายอื่นต่อไป ไม่ว่าจะเป็นรูปแบบของการพัฒนาศักยภาพของบุคลากรผู้ดูแลการจัดกิจกรรมในกลุ่มเด็กและเยาวชน และการเตรียมความพร้อมแก่ผู้ปกครอง ที่จะให้การดูแลเด็กและเยาวชนหลังการปล่อยตัว ทักษะต่าง ๆ ที่ใช้ในการพัฒนาศักยภาพของบุคลากร ได้แก่ จิตวิทยาในการดูแลเด็ก การใช้กระบวนการกลุ่มเพื่อการบำบัด เทคนิคการสร้างสัมพันธภาพ เพื่อให้เกิดความไว้วางใจ การสื่อสารเชิงบำบัด ในส่วนของผู้ปกครอง ควรมีการจัดกิจกรรมเพื่อให้มีโอกาสได้วิเคราะห์ถึงตัวกระตุ้นที่ทำให้เด็กกระทำผิด และวิเคราะห์การสนับสนุนทางสังคม เพื่อช่วยให้เด็กและเยาวชนสามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมไปในทางที่ดีขึ้นหลังได้รับการปล่อยตัว

จากการวิจัยในครั้งนี้ถือเป็นเรื่องที่เป็นบทเรียนที่สำคัญที่ผู้วิจัยได้รับจากซึ่งพบว่ารูปแบบที่พัฒนาขึ้นเพื่อการส่งเสริมสุขภาพจิตในครอบครัวเด็กและเยาวชนที่กระทำผิดมีประสิทธิผล กล่าวคือรูปแบบนี้ส่งผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทั้งด้านเด็กและเยาวชน บิดา มารดาและผู้ปกครองที่เข้าร่วมกิจกรรมตามแผนซึ่งส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงในประเด็น ต่าง ๆ ดังนี้

2.3.1. บุคลากรผู้ดูแลเด็กมีทัศนคติและแรงจูงใจในการทำงานอย่างมีเป้าหมาย โดยจะเห็นได้จากการติดตามประเมินผลหลังได้ดำเนิน โครงการและกิจกรรมต่าง ๆ เพื่อส่งเสริมสุขภาพจิต และร่วมกันพัฒนาศักยภาพบุคลากร ในการดูแลเด็ก ซึ่งจะพบว่าบุคลากรมีทัศนคติต่อเด็กและเยาวชนในทางบวก โดยมองว่าเด็กและเยาวชนสามารถจะปรับเปลี่ยนและพัฒนาได้ถ้าเราให้โอกาส และมีวิธีการที่จะให้เด็กได้เกิดการเรียนรู้ เช่น การจัดกิจกรรมการเรียนการสอน การฝึกทักษะ ในกระบวนการกลุ่ม หรือกิจกรรมที่ครูเห็นว่าน่าจะเป็นการสร้างเสริมทักษะชีวิตให้กับเด็ก โดยเปิดโอกาสให้เด็กได้แสดงความคิดเห็นและมีส่วนร่วม ครูฟังเด็กให้มาก ใส่ใจในอารมณ์และความรู้สึกของเด็ก มองเป้าหมายที่เด็กเป็นผลลัพธ์สำคัญ นอกจากนี้บุคลากรยังได้มีโอกาสพูดคุยอย่างเปิดใจผ่านกิจกรรมที่จัดขึ้น

2.3.2 บรรยากาศการดูแลเด็กมีการเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้น เนื่องจากเด็กและเยาวชนมีพฤติกรรมในทางที่ดีขึ้นและนอกจากนี้ยังมีการพัฒนาความสัมพันธ์ระหว่างเด็กกับบุคลากรผู้ดูแล

2.3.3 การวิจัยเรื่องนี้เป็นงานวิจัยที่ใช้กระบวนการแบบมีส่วนร่วมในทุกขั้นตอน ทำให้ผู้วิจัยได้เกิดการเรียนรู้หลายประการ ที่สำคัญคือได้เรียนรู้ว่าการวิจัยครั้งนี้ไม่ใช่วิจัยเพื่อสำรวจข้อมูลหรือทดสอบสมมติฐานบางประการของนักวิจัย แต่เป็นการวิจัยที่ตอบสนองต่อความต้องการของผู้มีส่วนได้ส่วนเสียที่ต้องการแก้ปัญหาของเด็กและเยาวชนรวมถึงครอบครัวของเด็กและเยาวชนกระทำผิดจนนำไปสู่การพัฒนาแบบการส่งเสริมสุขภาพจิตครอบครัว โดยให้ผู้มีส่วนร่วมในการวิจัยได้เข้ามามีส่วนร่วม ตั้งแต่กระบวนการคิดและวิเคราะห์สถานการณ์จนได้ประเด็นที่นำไปสู่การพัฒนาซึ่งสอดคล้องกับคำถามวิจัยที่ว่า “การส่งเสริมสุขภาพจิตเด็กและเยาวชนที่กระทำผิดมีแนวทางหรือวิธีการส่งเสริมสุขภาพจิตอย่างไร”

2.3.4 จากผลการวิจัยสะท้อนให้ผู้วิจัยเห็นว่า การดำเนินการวิจัยจำเป็นต้องทำให้คนในองค์กรนั้นมองเห็นความสำคัญและมีการเรียนรู้ร่วมกันทุกขั้นตอนของการวิจัยปฏิบัติการ เพื่อพัฒนา เพราะการวิจัยเชิงปฏิบัติต้องทำให้เกิดองค์ความรู้ที่เกิดจากการพัฒนาร่วมกันดังจะเห็นได้จากรูปแบบที่พัฒนาขึ้น ซึ่งผู้วิจัยพบว่าองค์ประกอบที่ทำให้เกิดความสำเร็จในครั้งนี้ คือ

1) มีความร่วมมือระหว่างนักวิจัยและผู้มีส่วนได้ส่วนเสียในองค์กร เด็ก เยาวชน กระทำผิดและครอบครัว



2) มีการพัฒนารูปแบบและแผนกิจกรรมให้สอดคล้องกับความต้องการของผู้มีส่วนได้ส่วนเสียและสถานการณ์ที่เป็นจริง

3) มีการดำเนินการตามแผนให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์การจัดกิจกรรมทุกครั้ง

4) มีการประเมินผลการจัดรูปแบบการส่งเสริมสุขภาพจิตโดยกำหนดผลลัพธ์ที่ต้องการซึ่งเป็นเป้าหมายหลักของการวิจัย

5) มีกระบวนการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ซึ่งกันและกันของผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย

6) มีการทำให้เกิดกระบวนการเรียนรู้และนำศักยภาพของบุคลากรมาใช้อย่างเต็มที่ ดังจะเห็นได้จากการจัดกระบวนการเรียนรู้สำหรับเด็กตามรูปแบบที่พัฒนาขึ้น

7) บุคลากรศูนย์ฝึกอบรมเด็กและเยาวชน รวมทั้งเด็กและเยาวชน บิดามารดา และผู้ปกครอง ไม่ได้เป็นเพียงผู้ให้ข้อมูลเท่านั้น แต่ได้ร่วมกันคิดวิเคราะห์ และวางแผนแก้ไขปัญหาร่วมกันกับผู้วิจัย ทำให้เกิดการผสมผสานความรู้ระหว่างผู้วิจัยและผู้มีส่วนเกี่ยวข้อง

8) เกิดแนวคิดเชิงบูรณาการเพราะจากการทำวิจัยครั้งนี้ทำให้ผู้วิจัยเห็นว่าแนวคิดทางวิชาการได้เปลี่ยนไป ซึ่งจากเดิมจะมองว่าผู้วิจัยหรือนักวิชาการเป็นผู้มีความรู้หรือรู้ดีในสิ่งที่ตนเองศึกษา แต่ในความเป็นจริงพบว่าผู้มีส่วนร่วมในการวิจัยเป็นผู้รู้ที่แท้จริง โดยเป็นผู้กำหนดประเด็นที่นำไปสู่การพัฒนารูปแบบการส่งเสริมสุขภาพจิต โดยผู้วิจัยคนนอกเป็นเพียงผู้นำการเปลี่ยนแปลง และร่วมแลกเปลี่ยนเทคนิควิธี เพื่อให้ทุกคนมีโอกาสใช้ศักยภาพที่มีอยู่และมองเห็นแนวทางการพัฒนาร่วมกัน

9) การวิจัยเพื่อพัฒนาเป็นการวิจัยที่ต้องใช้ความอดทนสูง ต้องอาศัยความมุ่งมั่นที่จะแก้ไขปัญหาจริง ๆ และพบว่าผู้วิจัยไม่สามารถกำหนดรูปแบบที่นักวิจัยต้องการได้ แต่ต้องขึ้นอยู่กับชุมชนที่ถูกรับรู้เป็นผู้กำหนดรูปแบบด้วยตัวเอง

การพัฒนารูปแบบการส่งเสริมสุขภาพจิตตามที่ได้กล่าวมาในเบื้องต้น ทำให้ผู้วิจัยได้รับประสบการณ์และเกิดการเรียนรู้ในวิถีคิดและแบบแผนในการปฏิบัติงานตามบทบาทของพยาบาลจิตเวชและนักศึกษาสาขาวิชามานุษยนิเวศศาสตร์สามารถตอบโจทย์งานวิจัยและบรรลุวัตถุประสงค์ทุกประการในการทำวิทยานิพนธ์ครั้งนี้ ผู้วิจัยจึงมีข้อเสนอแนะดังจะกล่าวต่อไป

### 3. ข้อเสนอแนะ

#### 3.1 ข้อเสนอแนะในการปฏิบัติงาน

3.1.1 บุคลากรที่เกี่ยวข้องในด้านการส่งเสริมสุขภาพจิตครอบครัวควรประยุกต์รูปแบบการดำเนินกิจกรรมเพื่อส่งเสริมสุขภาพจิตเด็กและเยาวชนควร โดยนำไปขยายผลและประยุกต์ใช้ให้เหมาะสมในกลุ่มเด็กและเยาวชนอื่นๆ และควรมีการพัฒนาโปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพจิตในแง่มุมอื่น โดยให้สอดคล้องในแต่ละกลุ่มเป้าหมาย โดยอาจนำเอารูปแบบนี้ไปทดลองใช้เพื่อช่วยแก้ไขปัญหาในการดูแลช่วยเหลือเด็กในหน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการดูแลเด็กและเยาวชน

3.1.2 หน่วยงานที่มีบทบาทและทำหน้าที่เกี่ยวข้องในด้านการครอบครัวควรนำรูปแบบนี้ไปเป็นดำเนินการสร้างสัมพันธภาพในครอบครัวเพราะสัมพันธภาพที่ดีของครอบครัวมีอิทธิพลต่อวิธีการอบรมเลี้ยงดูเด็กและจะส่งผลกระทบต่อพัฒนาการทางบุคลิกภาพและพฤติกรรมที่ดีของเด็ก

3.1.3 กรมพินิจหรือหน่วยงานที่รับผิดชอบดูแลเด็กและเยาวชนควรนำรูปแบบการส่งเสริมสุขภาพจิตครอบครัวไปบรรจุในแผนการสอนเด็กและเยาวชนที่กระทำผิด เพราะผลการวิจัยทำให้เห็นว่ารูปแบบการส่งเสริมสุขภาพจิตครอบครัวส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงในทางบวกทั้งกลุ่มผู้ปกครอง เด็กและเยาวชนที่มีส่วนร่วมในกิจกรรมตามรูปแบบที่พัฒนาขึ้น

3.1.4 หน่วยงานในสังกัดกรมสุขภาพจิตควรนำรูปแบบนี้ไปใช้ในการทำงานเชิงนโยบายเพื่อผลักดันและสนับสนุนให้เกิดการพัฒนางานด้านการส่งเสริมสุขภาพจิตและป้องกันปัญหาของครอบครัว

#### 3.2 ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

3.1.1 การวิจัยเพื่อช่วยป้องกันปัญหาครอบครัวและลดปัญหาสุขภาพจิตของเด็กและเยาวชน

3.1.2 การวิจัยเพื่อพัฒนางานสุขภาพจิต โดยเน้นการป้องกันและแก้ไขปัญหาแก่เด็กและเยาวชน ซึ่งอาจเริ่มจากการวิเคราะห์ปัญหาอย่างเป็นระบบเพื่อให้เห็นความเชื่อมโยงของปัญหาที่ส่งผลกระทบต่อครอบครัว ทั้งนี้จะทำให้สามารถนำข้อมูลที่ได้มากำหนดเป็นแนวทางในการพัฒนา (การวิจัย) ได้อย่างเหมาะสม

3.1.3 ควรมีการศึกษาเพื่อให้ทราบถึงองค์ความรู้ที่เป็นตัวแปรการป้องกันปัญหาการกระทำผิดควบคู่กับการส่งเสริมสุขภาพจิตครอบครัว

3.1.4 ควรมีการศึกษาเพื่อให้ทราบถึงความเชื่อมโยง ความสอดคล้องของสัมพันธภาพในครอบครัวกับการป้องกันการกระทำผิดของเด็กและเยาวชน

3.1.5 ควรมีการศึกษาด้านการป้องกันปัญหาสุขภาพจิตครอบครัวบนฐานวิชาการ การพัฒนาครอบครัวและสังคมโดยเชื่อมโยงแนวคิดทางมานุษยวิทยา จิตวิทยาและพฤติกรรมศาสตร์

3.1.6 ควรมีการศึกษาปัจจัยด้านครอบครัวและสังคมที่ส่งผลกระทบต่อการกระทำผิดของเด็กและเยาวชนรวมทั้งการศึกษาในเชิงคุณภาพถึงมูลเหตุที่นำไปสู่การกระทำผิดของเด็กและเยาวชน

**บรรณานุกรม**

## บรรณานุกรม

- กุศล สุนทรธาดา และคณะ (2541) *สถานการณ์และองค์ความรู้เกี่ยวกับการอบรมเลี้ยงดูเด็กในประเทศไทย* กรุงเทพมหานคร สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล
- กองพัฒนาการศึกษาออกโรงเรียน กรมการศึกษาออกโรงเรียน กระทรวงศึกษาธิการ (2541) *คู่มือการสอนทักษะชีวิตเพื่อการป้องกันเอดส์* กรุงเทพมหานคร โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย
- กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข (2546) *การสำรวจระบาดวิทยาสุขภาพจิต: การศึกษาระดับประเทศ ปี 2546* กรุงเทพมหานคร ดวงกมล
- กรมพินิจ กระทรวงยุติธรรม (2550) *สถิติคดีประจำปี 50* กลุ่มงานข้อมูลและสารสนเทศ [www.djop.moj.go.th/stat/upload\\_stat/4-1-2](http://www.djop.moj.go.th/stat/upload_stat/4-1-2) คำนวันที่ 1 พฤษภาคม 2550
- คณะกรรมการด้านครอบครัว สำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมและประสานงานสตรีแห่งชาติ สำนักงานปลัดสำนักนายกรัฐมนตรี (2539) *การพัฒนาครอบครัว* กรุงเทพมหานคร อมรินทร์พริ้นติ้ง แอนด์ พับลิชชิ่ง จำกัด (มหาชน)
- มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ (2527) *จิตวิทยาทั่วไป* เชียงใหม่ เรือนแก้วการพิมพ์
- จงกลณี ดุษฎีเจริญ (2540) “สัมพันธภาพของวัยรุ่นกับบิดามารดา การเห็นคุณค่าในตนเองกับการปรับตัวของวัยรุ่นตอนต้น” *วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชานามัยครอบครัว บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.*
- จันทร์เพ็ญ ชูประภาวรณ และคณะ (2540) *บทสรุปรายงานการทบทวนองค์ความรู้เรื่องเด็กและเยาวชนและครอบครัวในประเทศไทย* กรุงเทพมหานคร สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย (สกว.)
- จรรยา วัฒนโสภณ (2544) “ผลการทำกิจกรรมบำบัดต่อความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองและภาวะซึมเศร้าของเด็กวัยรุ่นหญิงที่ถูกทารุณกรรม” *วารสารสุขภาพจิตแห่งประเทศไทย* 9 (3): 140-6
- ช่อเพชร เป้าเงิน (2537) *ภาวะซึมเศร้าของนักเรียนวัยรุ่นในจังหวัดสมุทรปราการ* (Online) Available : <http://www.jvkk.go.th/abstract/report.asp?Code=374370000126> (2006, June 14)
- ชินฤทัย กาญจนะจิตรา (2547) *สุขภาพคนไทย 2546* กรุงเทพมหานคร อมรินทร์พริ้นติ้ง แอนด์พับลิชชิ่ง
- รัชชชัย ไทยเขียว และคณะ (2548) *การพัฒนากระบวนการเรียนรู้เพื่อส่งเสริมการมีส่วนร่วมของชุมชนกับสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน.* ม.ป.ท.

- นิสิต ศักยพันธ์. (2546) “กระบวนการเข้าสู่การค้าประเวณีของเด็กนักเรียนหญิงในจังหวัดอุดรธานี”  
วิทยานิพนธ์ปริญญาโทศึกษาศาสตร์ สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น  
ในกระบวนการยุติธรรม บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์
- บุญชัย นวมงคลวัฒนา และคณะ (2546) การพัฒนาระบบการดูแลเด็กและเยาวชนสถานพินิจและ  
คุ้มครองเด็กและเยาวชนแห่งหนึ่งในประเทศไทย อุบลราชธานี โรงพยาบาล  
พระศรีมหาโพธิ์
- บุญชม ศรีสะอาด (2541) วิธีการทางสถิติสำหรับการวิจัย กรุงเทพมหานคร สุวีริยาสาส์น
- ประคินันท์ อุปรมัย (2543) “คุยกับวัยรุ่นเรื่องพ่อแม่และคุยกับพ่อแม่เรื่องวัยรุ่น” วารสารสุขโขทัย  
ธรรมมาธิราช, 13 (3), 32-35
- ปราณี แสดคง (2538) “ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยบางประการกับการปฏิบัติพัฒนกิจของครอบครัว  
ระยะมีบุตรวัยรุ่น” วิทยานิพนธ์ปริญญาโทศึกษาศาสตร์ สาขาวิชาการศึกษา  
ครอบครัว บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยขอนแก่น
- ปรีชา สุวังบุตร (2543) “ภาวะซึมเศร้าและการแสวงหาความช่วยเหลือของนักเรียนมัธยมศึกษา  
ตอนปลาย กรุงเทพมหานคร” วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาสังคมศาสตร์  
การแพทย์และสาขาสาธารณสุข มหาวิทยาลัยมหิดล
- พรชัย ขันดี, ธัชชัย ปิยะสินะบุตร, อัศวิน วัฒนาวิบูลย์ (2543) ทฤษฎีและงานวิจัยทางอาชญวิทยา  
กรุงเทพมหานคร บัณฑิตวิทยาลัย
- พรเทพ ศิริวนารังสรรค์, ธรณินทร์ กองสุข, สุวรรณอรุณพงศ์ไพศาล, พันธุ์นภากาศดิรัตน์ไพบูลย์,  
อัจฉรา จรัสสิงห์ (2547) “ความชุกของโรคจิตเวชในประเทศไทย: การสำรวจระดับชาติ  
ปี 2546” วารสารสุขภาพจิตแห่งประเทศไทย, 12(3); 177-188
- พวงพรรณ จันทร์ตรี (2539) “ค่านิยมเรื่องการรักษาพรหมจารีของสตรีโสดที่ศึกษาอยู่ในศูนย์  
การศึกษานอกโรงเรียนในชุมชนหนึ่งของภาคกลาง” วิทยานิพนธ์ปริญญาโทศึกษาศาสตร์  
มหาบัณฑิต สาขาวิชาวิจัยประชากรและสังคม บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล
- พันธ์ทิพย์ รามสูตร (2540) การวิจัยปฏิบัติการอย่างมีส่วนร่วม สถาบันพัฒนาการสาธารณสุขอาเซียน  
มหาวิทยาลัยมหิดล
- พิชิตพงษ์ อริยะวงศ์ (2545) “กลไกทางจิตและความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของเยาวชนที่ถูกจับ  
เนื่องจากเสพยาบ้า” วารสารสุขภาพจิตแห่งประเทศไทย 10(1): 20
- พิมพ์ภา สุตรา (2541) การพยาบาลครอบครัว: ครอบครัวระยะมีบุตรวัยเรียนและวัยรุ่น ขอนแก่น  
ภาควิชาการพยาบาลแม่และเด็ก คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น

- ภูมิพงษ์ ขุนฉนวนเจ้า (2547) การวิเคราะห์จำแนกประเภทของตัวแปรที่มีผลต่อการกระทำผิดซ้ำและการ  
บำบัดแก้ไขของเด็กและเยาวชน กรุงเทพมหานคร กรมพินิจและคุ้มครองเด็กและ  
เยาวชน
- ยุพยงค์ โคตรพัฒนานนท์ (2543) “ความสัมพันธ์ระหว่างการพัฒนาทักษะของครอบครัวระยะที่มี  
บุตรวัยรุ่นกับทักษะชีวิตพื้นฐานของวัยรุ่น” วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตร  
มหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลครอบครัว บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยขอนแก่น
- รักษนก กชไกร (2541) “ความเครียด บุคลิกภาพแบบเข้มแข็ง แรงสนับสนุนทางสังคมกับพฤติกรรม  
การเผชิญปัญหาของวัยรุ่น” วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต  
สาขาวิชานามัยครอบครัว บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล
- รุจา ภูไพบูลย์ (2536) การพยาบาลครอบครัว: แนวคิดและทฤษฎีการนำไปใช้ ขอนแก่น  
ขอนแก่นการพิมพ์
- \_\_\_\_\_ (2541) การพยาบาลครอบครัว: แนวคิดทฤษฎีและการนำไปใช้ พิมพ์ครั้งที่ 3  
กรุงเทพมหานคร วี เจ พรินต์ติ้ง
- เรไร ทิวะทัศน์ (2535) “ภาวะซึมเศร้าของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตจังหวัดชลบุรี”  
วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาคลินิก บัณฑิตวิทยาลัย  
มหาวิทยาลัยมหิดล
- วาสนา ขอนยาง (2548) “การปฏิบัติพัฒนาทักษะของครอบครัวระยะมีบุตรวัยรุ่นหญิงและทัศนคติ  
เรื่องเพศของวัยรุ่นหญิง” วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- วัชรวิ ฐวธรรม (2538) 49 ยุทธศาสตร์การสร้างลูก กรุงเทพมหานคร โรงพิมพ์ไทยวัฒนาพานิชย์.
- วันทะนีย์ วาสิกะสิน (2537) ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับเพศศึกษา กรุงเทพมหานคร โรงพิมพ์  
มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์
- วารุณี ภูริสินสิทธิ์ (2531) การกระทำผิดของเด็กและเยาวชน: แนวคิดทางสังคมวิทยา กรุงเทพมหานคร  
สำนักพิมพ์โอเดียนสโตร์
- ศูนย์ฝึกอบรมเด็กและเยาวชนเขต 5 (2550) รายงานสถิติประจำเดือน อุบลราชธานี ม.ป.ท.
- ศิริพร จิรวัดณ์กุล (2546) การวิจัยเชิงคุณภาพ ขอนแก่น โรงพิมพ์ศิริภรณ์ ออฟเซ็ท
- สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล (2537) ร่วมแรงแบ่งปันรัก: สภาพและ  
ข้อเท็จจริงแห่งโสเภณีและเอดส์ นครปฐม มหาวิทยาลัยมหิดล
- สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ สรุปรายละเอียดสำคัญของแผนพัฒนา  
เศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 8 (พ.ศ. 2540-2544) (2539)
- สุพัตรา สุภาพ (2543) ปัญหาสังคม กรุงเทพมหานคร โรงพิมพ์ไทยวัฒนาพานิชย์

- สุรางค์ โคว์ตระกูล (2541) *จิตวิทยาการศึกษา พิมพ์ครั้งที่ 4 กรุงเทพมหานคร สำนักพิมพ์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย*
- สุมนา ศรีชลาลัย (2550) “โปรแกรมการพัฒนาสุขภาพจิตของเยาวชนที่กระทำผิดในศูนย์ฝึกอบรม เด็กและเยาวชนเขต 5” *วารสารสุขภาพจิตแห่งประเทศไทย* 15, 2 (พฤษภาคม 2550) : 120-126
- อรอินทร์ จำคม (2548) “การใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมของเด็กและเยาวชนที่กระทำผิดกฎหมาย ในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดอุบลราชธานี” *วิทยานิพนธ์ ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาประชากรศึกษา มหาวิทยาลัยมหิดล*
- อรุณศรี เตชัสหงส์ และคณะ (2543) “พัฒนกิจและปัจจัยที่มีผลกระทบต่อการปฏิบัติพัฒนกิจของ ครอบครัวในการดูแลบุตรวัยเรียน” *วารสารวิจัยทางการแพทย์* 4, 2 (พฤษภาคม- สิงหาคม) : 138-145
- อุมพร ตรังคสมบัติและคูสิต ลิขนะพิชิตกุล (2539) “ภาวะซึมเศร้าในเด็กนักเรียนชั้นมัธยม ในเขตกรุงเทพมหานคร” *วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย* 41(3) : 163-172.
- อุมพร ตรังคสมบัติ (2544) *การให้คำปรึกษาครอบครัว กรุงเทพมหานคร วีเจ พรินต์ติ้ง*
- American Psychiatric Association, (1999). “Annual meeting of the American Psychiatric Association, Washington, D.C., May 15-20, 1999.” *Journal of Clinical Psychiatry*, 60 (9), 623-631
- Bandura, (1997) *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: W.H. Freeman.
- Bank L, Marlowe JH, Reid JB, Patterson GR, Weinrott MR. (1991). *A comparative evaluation of parent-training interventions for families of chronic delinquents*. *J Abnorm Child Psychol*. 1991;19(1):15-33.
- Baumeister, L.M., Flores, E., & Marin, B.V. (1995). *Sex information given to Latina adolescent by parents*. *Health education Research*, 10(2), 223-239
- Betul, A., & Filis, O. (2001). *Examination of adolescent 's negative thought, depressive mood, and family environment*. *Adolescent*. 141(36), 77-83.
- Bradshaw, M.J. (1988). *Nursing of the Family in Health and Illness : A Development Approach*. New York : Appleton Chicago.
- Bischof GP, Stith SM, Whitney ML. (1995). *Family environments of adolescent sex offenders and other juvenile delinquents*. *Adolescence*. 30(117):157-70.
- Bougers, A.A. (1993). *Adolescent depression and family cohesion*. *Dessertation Abstract International*

- Friedman, M.M. (2003). *Family Nursing : theory and Practice*. 3rd ed. Norwalk, Connecticut : Appleton, & Lange.
- Greenberg, P. E., Stiglin, L. E., & Finkelstein, S. N. (1993). "Economic burden of depression in 1990." *Journal of Clinical Psychiatry*, 54, 405-418.
- Hatzichristou C, Papadatos Y. (1993). Juvenile delinquents' perceptions of childhood parental rearing patterns. *Child Abuse Negl.* 17(4): 487-94.
- Hays, R., Wells, K., & Sherbourne, C. (1995). "Functioning and well-being outcomes of patients with depression compared with chronic general medical illness." *Archives of General Psychiatry*, 52, 11-19.
- Jack E. Bynum and William E. Thomson. (1992). *Juvenile Delinquency ; A sociological approach*. 2<sup>nd</sup> ed. Massachusetts : Simon-Schuster.
- Kathering, M.K.,& Teresa, M.C. (1998). "Patterns of parent - teen sexual risk communication : Implication for intervention." *Family Relation*, (155), 185-193
- Kendler RC. (1997). "The effect of stressful life events on depression." *Annual Review of Psychology*, 48:191-214.
- Levy KS. (2001). "The relationship between adolescent attitudes towards authority, self-concept, and delinquency. *Adolescence*." 36(142):333-46.
- Mc Cabe KM, Lansing AE, Garland A, Hough R. (2002). "Gender differences in psychopathology, functional impairment, and familial risk factors among adjudicated delinquents. J" *Am Acad Child Adolesc Psychiatry*. 41(7):860-7.
- Melatin TK, Rytsala HJ, Leskela US, Lestela-Mielonen PS, Sokero TP, Isometsa ET (2004). "Severity and comorbidity predict episode duration and recurrence of DSM-IV major depressive disorder." *Journal of clinical Psychiatry*, 65(6):810-819.
- Murray, J. L., & Lopez, A. D. eds. (1996). "The global burden of disease and injury series, volume 1: a comprehensive assessment of mortality and disability from diseases, injuries, and risk factors in 1990 and projected to 2020." Cambridge, MA: Published by the Harvard School of Public Health on behalf of the World Health Organization and the World Bank, Harvard University Press.
- Myers WC, Burton PR, Sanders PD, Donat KM, Cheney J, Fitzpatrick TM, (2000). "Monaco L. Project back-on-track at 1 year: a delinquency treatment program for early-career juvenile offenders. J" *Am Acad Child Adolesc Psychiatry*. 39(9):1127-34.



- Pignone MP, Gaynes BN, Rushton JL, Burchell CM, Orleans T, Mulrow CD, Lohr KN (2002). *Screening for Depression in Adults : A Summary of the Evidence for the U.S. Preventive Services Task Force*. *Annals of Internal medicine*, 136(10):765-776.
- Sakuta T. (1996). "Social factors leading to juvenile delinquency." *Keio J Med*. 45(4):287-95.
- The Thai working group on burden of diseases and injuries. (2002). "Burden of disease and injuries in Thailand: Priority setting for policy." Bureau of health policy and planning, Ministry of public health.
- Wells, K., Burman, A., & Rogers, W. et al. (1992). *The course of depression in adult outpatients: results from the Medical Outcomes Study*. *Archives of General Psychiatry*, 49, 788-794.
- Wells, K.B., Stewart, A., & Hays, R. D. (1989). *The functioning and well-being of depressed patients: results from the Medical Outcomes Study*. *JAMA*, 262, 914-919
- Woolfenden SR, Williams K, Peat J. (2002). *Family and parenting interventions in children and adolescents with conduct disorder and delinquency aged. 10-17*. *Evid Based Nurs*. 5(1): 12.

ภาคผนวก

**ภาคผนวก ก**  
**เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย**

## แนวคำถามในการสนทนากลุ่ม สำหรับเด็กและเยาวชนที่กระทำผิด

(ใช้เก็บข้อมูลในระยะที่ 1 ประเมินและวิเคราะห์สถานการณ์ค้นหาประเด็นนำไปสู่การพัฒนา)  
กรอบแนวคิดของแนวคำถามคือความรู้สึกรู้สึกของเด็กต่อบทบาทและความสัมพันธ์ภายในครอบครัว

1. บรรยากาศภายในครอบครัวก่อนที่จะเข้ามาอยู่ในศูนย์ฝึกอบรมเด็กและเยาวชนเป็นอย่างไร
2. บุคคลในครอบครัวที่ทำให้บรรยากาศในครอบครัวไม่น่าอยู่เป็นใคร เพราะอะไร
3. ใครมีอำนาจมากที่สุดในครอบครัว
4. ความภาคภูมิใจของครอบครัวมีอะไรบ้าง
5. ครอบครัวรู้สึกมีความมั่นคงในชีวิตทรัพย์สิน มาก น้อย เพียงใด
6. ใครคือผู้หารายได้หลักให้กับครอบครัว
7. ความรู้สึกต่อสมาชิกในครอบครัวเป็นอย่างไร
8. ครอบครัวมีการส่งเสริมให้รับผิดชอบตนเอง อย่งไรบ้าง ยกตัวอย่าง
9. ครอบครัวได้อบรมขัดเกลารูปแบบหน้าที่เหมาะสมให้กับท่านอย่างไร
10. การสื่อสารภายในครอบครัวเป็นอย่างไร
11. สัมพันธภาพภายในครอบครัวอย่างไร
12. ครอบครัวเป็นแบบอย่างที่ดีในการดำเนินชีวิตหรือไม่ อย่างไร
13. ครอบครัวได้สอนหรือถ่ายทอดสิ่งที่เป็นประโยชน์ต่อการดำรงชีวิตในเรื่องใดบ้าง
14. ครอบครัวเปิดโอกาสให้แสดงความคิดเห็น และมีการปรึกษาหารือกันหรือไม่ อย่างไร
15. ครอบครัวสนับสนุนด้านการเรียน การปฏิบัติงานอย่างไร
16. มุมมองที่มีต่อตนเองเป็นอย่างไร
17. ปมปัญหาของสมาชิกในครอบครัวที่อยากปรับแก้มีหรือไม่ เรื่องใดบ้าง
18. ปัญหาที่ครอบครัวเผชิญอยู่ เรื่องอะไรที่ทำให้ครอบครัวเป็นปัญหามากที่สุด หรือก่อให้เกิดความเครียดและไม่เป็นสุข
19. ครอบครัวจัดการกับปัญหาที่เผชิญอยู่ได้หรือไม่ อย่างไร
20. ถ้าหากเลือกได้ หรือความต้องการที่อยากให้เกิดขึ้นในครอบครัวของท่านคืออะไร ต้องการความช่วยเหลืออะไรบ้าง

**แนวคำถามในการสัมภาษณ์**  
**สำหรับบุคลากรผู้ดูแลเด็กที่กระทำผิด**

(ใช้เก็บข้อมูลในระยะที่ 1 เพื่อประเมินและวิเคราะห์สถานการณ์นำไปสู่การพัฒนา)  
กรอบแนวคิดของแนวคำถามคือทัศนคติของผู้ดูแลต่อเด็ก ครอบครัวและระบบการดูแลเด็ก  
และเยาวชนที่กระทำผิด

1. ท่านมีความคิดเห็นต่อเด็กและเยาวชนในศูนย์ฝึกอบรมเด็กและเยาวชนอย่างไรบ้าง
2. การดูแลเด็กและเยาวชนของศูนย์ฝึกอบรมเด็กและเยาวชนมีระบบการดูแลอย่างไร
3. คิดว่าครอบครัวของเด็กและเยาวชนมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมเด็กอย่างไร โดยเฉพาะเด็กที่กระทำผิดที่อยู่ในศูนย์ฝึกอบรมเด็กและเยาวชน
4. คิดว่าครอบครัวของเด็กและเยาวชนมีส่วนช่วยส่งเสริม สนับสนุนการดูแลที่ครอบคลุมทั้งทางกาย ใจ สังคม อย่างไร
5. ประเด็นปัญหาที่เกิดขึ้นระหว่างเด็ก และเยาวชนกับครอบครัว
6. คิดว่าแนวทาง/วิธีการที่จะให้ครอบครัวมีบทบาทและมีส่วนร่วมในการดูแลเด็ก เพื่อส่งเสริมสุขภาพจิต ภายในครอบครัวน่าจะมีวิธีการอย่างไรบ้าง

**แนวคำถามในการสัมภาษณ์**  
**สำหรับผู้ปกครอง บิดา-มารดาของเด็กที่กระทำผิด**

(ใช้เก็บข้อมูลเพื่อประเมินและวิเคราะห์ที่นำไปสู่การพัฒนา)

กรอบแนวคิดที่ใช้เป็นแนวคำถามคือทัศนคติของผู้ปกครองต่อเด็กและบทบาทภาระรับผิดชอบ  
ในการดูแลเด็กและเยาวชน

1. คิดอย่างไรที่ลูกหรือเด็กที่กระทำผิดและถูกศาลสั่งให้เข้ารับการฝึกอบรม
2. การปฏิบัติบทบาทของแต่ละคนในครอบครัว เป็นอย่างไร
3. ใครเป็นผู้หาเลี้ยงครอบครัว รายได้ครอบครัวได้จากไหน
4. ต้องจนเจอใครบ้าง หรือ ต้องให้ความช่วยเหลือแก่ใคร
5. ลักษณะเพื่อนบ้านและชุมชน มีความสงบ ปลอดภัย มากน้อยเพียงใด
6. ภายในครอบครัวมีปัญหาความเครียดในบทบาทหรือมีความขัดแย้งหรือไม่ เรื่องใดบ้างสามารถ  
ทำบทบาทได้ดีเพียงใด และมีความยืดหยุ่นในบทบาทอย่างไร
7. ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความเป็นอยู่ของสมาชิกในครอบครัว
8. การตอบสนองความต้องการของสมาชิก และแบบแผนการรับรู้ความต้องการของสมาชิกในครอบครัว  
แต่ละคน การแสดงความต้องการ ความรู้สึกกังวลในครอบครัว
9. ความอบอุ่นใกล้ชิดของสมาชิกในครอบครัว และการเป็นตัวของตัวเองเป็นอย่างไร มีสมาชิก  
ในครอบครัวที่แปลกแยกหรือแยกตัวหรือไม่
10. การทำหน้าที่ในการอบรมสมาชิก การฝึกวินัย การชมเชย รางวัล การดู/ทำโทษ ใครเป็นคนรับผิดชอบ
11. ในมุมมองของท่านคิดว่าเด็กและเยาวชนที่เข้ารับการฝึกอบรมรู้สึกต่อตัวเองอย่างไร
12. ปมปัญหาของสมาชิกในครอบครัวที่อยากปรับแก้มีหรือไม่ เรื่องใดบ้าง
13. ปัญหาที่ครอบครัวเผชิญอยู่ เรื่องอะไรที่ทำให้ครอบครัวเป็นปัญหามากที่สุด หรือก่อให้เกิดความเครียด  
ไม่มีความสุข
14. ครอบครัวจัดการกับปัญหาที่เผชิญอยู่ได้หรือไม่ อย่างไร
15. ถ้าหากเลือกได้ หรือความต้องการที่อยากให้เกิดขึ้นในครอบครัวของท่านคืออะไร ต้องการความช่วยเหลือ  
อะไรบ้าง

ส่วนที่ 2 แบบประเมินความพึงพอใจในการทำหน้าที่ของครอบครัว

ประเด็นความพึงพอใจ	เกือบทุกครั้ง	บางครั้ง	แทบไม่เคย
1. ฉันรู้สึกพอใจที่ครอบครัวช่วยเหลือฉันเมื่อฉันเจอปัญหา			
2. ฉันรู้สึกพอใจที่ครอบครัวของฉันสามารถพูดคุยได้ทุกเรื่องและเมื่อมีปัญหา ก็จะเล่าสู่กันฟัง			
3. ฉันรู้สึกพอใจที่ครอบครัวให้การสนับสนุนในสิ่งที่ฉันต้องการทำในสิ่งใหม่ๆ			
4. ฉันรู้สึกพอใจที่ครอบครัวแสดงความรัก ความเอาใจใส่ฉัน และตอบสนองเมื่อฉันมีความรู้สึกโกรธ เศร้า และรัก			
5. ฉันพอใจที่ครอบครัวและฉันมีเวลาอยู่ร่วมกัน รวมทั้งได้ทำกิจกรรมต่างๆร่วมกัน			

### ส่วนที่ 3 แบบประเมินความสุข(สุขภาพจิต)ของเด็กและเยาวชนและผู้ปกครอง

คำชี้แจง	คำถามต่อไปนี้จะถามถึงประสบการณ์ของท่านใน ระยะ 1 เดือนที่ผ่านมา ขอให้ท่านสำรวจตนเอง และประเมินเหตุการณ์ อารมณ์ ความคิดเห็น ความรู้สึกของท่านว่าอยู่ในระดับใด แล้วเลือกคำตอบ ตามเป็นจริงกับตัวท่านมากที่สุด โดยพิจารณาแบบประเมินแต่ละข้อ ซึ่งมีเกณฑ์ในการพิจารณาดังนี้			
มากที่สุด	หมายถึง	อาการ พฤติกรรมและความรู้สึกนึกคิดสอดคล้องกับความเป็นจริงมากที่สุด		
ปานกลาง	หมายถึง	อาการ พฤติกรรมและความรู้สึกนึกคิดสอดคล้องกับความเป็นจริงค่อนข้างมาก		
เล็กน้อย	หมายถึง	อาการ พฤติกรรมและความรู้สึกนึกคิดสอดคล้องกับบ้างแต่ไม่มาก		
ไม่ใช่เลย	หมายถึง	อาการ พฤติกรรมและความรู้สึกนึกคิดไม่สอดคล้องกับความเป็นจริง		

ข้อความ	ไม่ใช่เลย	เล็กน้อย	ตรง ปาน กลาง	ตรง มาก ที่สุด
1. ท่านพึงพอใจในรูปร่างหน้าตาของท่าน				
2. ท่านมีสัมพันธภาพที่ดีกับเพื่อนบ้าน				
3. ท่านมั่นใจที่จะเผชิญกับเหตุการณ์ร้ายแรงที่เกิดขึ้นในชีวิต				
4. ถ้าสิ่งต่างๆ ไม่เป็นไปตามที่คาดหวัง ท่านจะรู้สึกหงุดหงิด				
5. ท่านสามารถปฏิบัติกิจวัตรประจำวันต่างๆ ด้วยตัวท่านเอง				
6. ท่านรู้สึกเป็นสุขในการช่วยเหลือผู้อื่นที่มีปัญหา				
7. ท่านมีความสุขกับการริเริ่มงานใหม่ๆ และมุ่งมั่นที่จะทำให้สำเร็จ				
8. ท่านมีเพื่อนหรือญาติพี่น้องที่คอยช่วยเหลือท่านในยามที่ท่านต้องการ				
9. ท่านมั่นใจว่าชุมชนที่ท่านอยู่อาศัยมีความปลอดภัยต่อท่าน				
10. ท่านมีโอกาสได้พักผ่อนคลายเครียด				



#### ส่วนที่ 4 แบบประเมินสัมพันธภาพในครอบครัว

- คำชี้แจง** ข้อความต่อไปนี้ ต้องการทราบว่าความสัมพันธ์ในครอบครัวของท่านเป็นอย่างไร หลังจากท่านได้ ฟังหรืออ่านข้อความดังกล่าวแล้ว ให้เลือกคำตอบที่ตรงกับความเป็นจริงตามการรับรู้ของท่าน
- มากที่สุด หมายถึง ความสัมพันธ์ของครอบครัวในแต่ละประเด็นอยู่ในระดับร้อยละ 80 ขึ้นไป
- มาก หมายถึง ความสัมพันธ์ของครอบครัวในแต่ละประเด็นอยู่ในระดับ ร้อยละ 60-80
- น้อย หมายถึง ความสัมพันธ์ของครอบครัวในแต่ละประเด็นอยู่ในระดับร้อยละ 40-50
- น้อยที่สุด หมายถึง ความสัมพันธ์ของครอบครัวในแต่ละประเด็นอยู่ในระดับน้อยกว่าร้อยละ 40

ความสัมพันธ์ภายในครอบครัว	ระดับการประเมิน			
	น้อยที่สุด	น้อย	มาก	มากที่สุด
1. คนในครอบครัวของฉันช่วยเหลือซึ่งกันและกัน				
2. คนในครอบครัวของฉันมีเวลาให้แก่กัน				
3. คนในครอบครัวของฉันยอมรับความคิดเห็นซึ่งกันและกัน				
4. ฉันสามารถพูดคุยปรึกษาปัญหาต่าง ๆ กับพ่อแม่หรือผู้ปกครองได้ทุกเวลา				
5. คนในครอบครัวของฉันส่งเสริมสนับสนุนกันและกันอย่างจริงจัง				
6. คนในครอบครัวของฉันใช้เวลาว่างในการทำกิจกรรมร่วมกัน				
7. คนในครอบครัวของฉันสามารถพูดคุยกันได้ทุกเรื่อง				
8. เมื่อมีปัญหาเกิดขึ้นในครอบครัวของฉันสมาชิกในครอบครัวช่วยกันแก้ไขปัญหายู่เสมอ				
9. คนในครอบครัวของฉันมีความสามัคคีกัน				
10. ในครอบครัวของฉันมีกฎระเบียบที่ต้องปฏิบัติตามร่วมกัน				
11. ในครอบครัวของฉันมักมีการตัดสินใจต่าง ๆ ร่วมกัน				
12. ครอบครัวของฉันไม่เคยอิจฉาริษยาหรือกล่าวโทษกันเลย				
13. ฉันรู้ดีกว่าทุกคนในครอบครัวของฉันมีความสุข				
14. เมื่อคนในครอบครัวของฉันมีเรื่องไม่เข้าใจกัน มักจะแก้ไขปัญห โดยการพูดคุยกันด้วยเหตุผลมากกว่าการใช้อารมณ์				
15. คนในครอบครัวของฉันไม่เคยคุยว่ากล่าวกันโดยใช้ถ้อยคำหยาบคาย				
16. คนในครอบครัวของฉันไม่เคยวิพากษ์วิจารณ์ให้กันเสียหาย				
17. คนในครอบครัวของฉันรักและผูกพันกันมาก				
18. คนในครอบครัวของฉันไม่เคยเอาพฤติกรรมของคนในครอบครัวไปเปรียบเทียบกับพฤติกรรมของคนในครอบครัวอื่น				

---

 ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป
 

---

1. เพศ  
 ชาย     หญิง
2. อายุ.....ปี
3. ภูมิลำเนาเดิมจังหวัด.....
4. ที่อยู่ปัจจุบัน .....  
 อาศัยอยู่นาน.....ปี
5. มาด้วยคดี..... จำนวนครั้งที่ถูกจับหรือต้องโทษ.....
6. ระดับการศึกษา  
 ประถมศึกษา                       มัธยมศึกษา  
 ปวส.                                               อุดมศึกษา  
 อื่น ๆ โปรดระบุ.....
7. นับถือศาสนา.....
8. รายได้ของครอบครัว (ต่อเดือน).....บาท  
 รายได้หลักของครอบครัว มาจากใคร.....  
 รายได้กับความเป็นอยู่ของครอบครัวเป็นอย่างไร  
 พอใช้  
 เหลือเก็บ  
 ไม่เหลือเก็บ  
 ไม่พอใช้ เนื่องจาก.....  
 รายได้มีผลต่อการอยู่ร่วมกัน หรือไม่ อย่างไร  
 มี เนื่องจาก.....  
 ไม่มี
9. ลักษณะครอบครัว  
 ครอบครัวเดี่ยว                       ครอบครัวขยาย

**ภาคผนวก ข**  
**โปรแกรมส่งเสริมสุขภาพจิต**

## แผนการจัดกิจกรรมที่ 1 เรื่อง “ความในใจ”

สำหรับเด็กและเยาวชน

เวลา 50 นาที

### จุดประสงค์การเรียนรู้

1. เพื่อให้เด็กและเยาวชนได้ระบายปัญหาและสื่อความในใจ
2. เพื่อให้เด็กและเยาวชนอธิบายถึงประโยชน์และวิธีการระบายปัญหาอย่างถูกต้องและเหมาะสม
3. เพื่อให้เด็กและเยาวชนมีแนวทางในการที่จะปรับตัวเพื่อลดความคับข้องใจ

### สาระสำคัญ

ในช่วงชีวิตของมนุษย์ทุกคนย่อมมีความผิดพลาดเกิดขึ้นด้วยกันทั้งนั้น ซึ่งความผิดพลาดที่เกิดขึ้นอาจแตกต่างกันไปตามลักษณะของกระทำโดยเฉพาะในช่วงชีวิตของวัยรุ่นที่เป็นวัยของการท้าทาย อยากลอง ต้องการการยอมรับจากกลุ่มเพื่อนและการกระทำดังกล่าวอาจนำไปสู่การกระทำผิดของเด็กและเยาวชนและถูกศาลตัดสินให้เข้ารับการฝึกและอบรม ส่งผลให้เด็กและเยาวชนขาดอิสระในการใช้ชีวิตในสังคมปกติ ซึ่งการถูกควบคุมให้อยู่ในบริเวณของศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนจะทำให้รู้สึกคับข้องใจ ไม่สบายใจ อึดอัด ทุกข์ใจ เพราะฉะนั้นการได้รู้จักวิธีระบายปัญหาและความทุกข์ใจที่ถูกต้องและเหมาะสมจะทำให้เด็กและเยาวชนสามารถปรับตัวได้และมีชีวิตที่เป็นสุข

องค์ประกอบ/กลุ่ม/เวลา	กิจกรรมการเรียนการสอน	เนื้อหา/สื่อ
1. <b>ขั้นสร้างความรู้สึก</b> ประสบการณ์ กลุ่มใหญ่ 10 นาที	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. ผู้นำกลุ่มแจกกระดาษและดินสอให้เด็กและเยาวชนกลุ่มเป้าหมายทุกคน</li> <li>2. ให้เขียนระบายปัญหา (ความในใจ) ของตนเองลงในกระดาษที่แจกให้</li> <li>3. เมื่อทุกคนเขียนระบายปัญหาที่อยู่ในใจลงในกระดาษเรียบร้อยแล้ว ผู้นำกลุ่มเก็บกระดาษที่เขียนระบายปัญหาและบอกทุกคนว่า “เราได้ทิ้งปัญหาบางส่วนไปบ้างแล้ว”</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- กระดาษ A4</li> <li>- ดินสอ</li> </ul>
2. <b>ขั้นจัดระบบความคิด</b> สะท้อน/อภิปราย กลุ่ม 6 คน(10 นาที)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. ผู้นำกลุ่มสุ่มถามความรู้สึกของเด็กและเยาวชนประมาณ 3-4 คน จากการเขียนระบายปัญหาความในใจลงในกระดาษ</li> <li>2. ผู้นำกลุ่มแบ่งเด็กและเยาวชนกลุ่มละ 6-8 คน ให้แต่ละกลุ่มพูดคุยกันตามใบกิจกรรม 1</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ใบกิจกรรม 1</li> </ul>

องค์ประกอบ/กลุ่ม/เวลา	กิจกรรมการเรียนการสอน	เนื้อหา/สื่อ
3. ความคิดรวบยอด กลุ่มใหญ่	1. ผู้นำกลุ่มให้ตัวแทนแต่ละกลุ่มออกมารายงานผล การพูดคุยในกลุ่มใหญ่ 2. ผู้นำกลุ่มสรุปตามใบความรู้	- ใบความรู้
4. ประยุกต์แนวคิด กลุ่มใหญ่ 10 นาที	- ผู้นำกลุ่มให้แต่ละคนพูดในประเด็นตามใบกิจกรรม 2	- ใบกิจกรรม 2
5. ความคิดรวบยอด กลุ่มใหญ่ 10 นาที	- ผู้นำกลุ่มสรุปเกี่ยวกับการระบายปัญหาความทุกข์ ในอย่างเหมาะสม	

#### สื่อสารจัดกิจกรรม

1. ใบกิจกรรม 1 และ 2
2. ใบความรู้
3. กระดาษ A4
4. ดินสอ
5. กระดาษโปสเตอร์/กระดานดำ
6. ปากกาไวท์บอร์ด/ชอล์ก

#### การประเมินผล

1. สังเกตความสนใจและการมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม
2. สังเกตความสนใจและการแสดงความคิดเห็นในการพูดคุยในกลุ่ม
3. จากการรายงานผลการพูดคุยในกลุ่ม

#### ข้อเสนอแนะ

1. ใบกิจกรรม 1 และใบกิจกรรม 2 ควรเขียนประเด็นการพูดคุยลงในกระดาษโปสเตอร์/Clip chart เพื่อให้เด็กและเยาวชนเห็นได้ชัดเจน
2. ใบความรู้ ควรเขียนวิธีการระบายปัญหาที่ถูกต้องและเหมาะสมลงในกระดาษโปสเตอร์/เพื่อให้เด็กและเยาวชนได้เข้าใจชัดเจนขึ้น
3. ผู้นำในกลุ่มย่อยเป็นทีมนักวิจัยในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชน

<b>ใบกิจกรรม 1</b> <b>แผนการจัดกิจกรรมที่ 1 เรื่องความเข้าใจ</b>									
<b>คำชี้แจง</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. แบ่งเด็กและเยาวชนเป็นกลุ่ม ๆ ละ 6-8 คน โดยมีผู้นำกลุ่มย่อยทุกกลุ่ม</li> <li>2. ให้แต่ละกลุ่มพูดคุยกันในประเด็นที่กำหนดให้ ใช้เวลา 10 นาที</li> <li>3. ให้ตัวแทนแต่ละกลุ่มออกมารายงานผลการพูดคุย</li> </ol>								
	<b>ประเด็น</b>								
	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. การได้ระบายปัญหา และความทุกข์ใจมีผลดีต่อเราอย่างไรบ้าง</li> <li>2. วิธีการระบายปัญหาและความทุกข์ใจที่เหมาะสม มีอะไรบ้าง</li> </ol>								
	<table style="width: 100%; border: none;"> <thead> <tr> <th style="width: 50%; text-align: center;">วิธีที่เหมาะสม</th> <th style="width: 50%; text-align: center;">วิธีที่ไม่เหมาะสม</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="text-align: center;">1. ....</td> <td style="text-align: center;">1. ....</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">2. ....</td> <td style="text-align: center;">2. ....</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">3. ....</td> <td style="text-align: center;">3. ....</td> </tr> </tbody> </table>	วิธีที่เหมาะสม	วิธีที่ไม่เหมาะสม	1. ....	1. ....	2. ....	2. ....	3. ....	3. ....
วิธีที่เหมาะสม	วิธีที่ไม่เหมาะสม								
1. ....	1. ....								
2. ....	2. ....								
3. ....	3. ....								

<b>ใบกิจกรรม 2</b> <b>แผนการจัดกิจกรรมที่ 1 เรื่องความเข้าใจ</b>	
<b>คำชี้แจง :</b>	ผู้นำกลุ่มถามทุกคนในประเด็นที่กำหนดให้ ใช้เวลา 10 นาที
<b>ประเด็น :</b>	“เมื่ออยู่บ้าน เวลามีปัญหาไม่สบายใจ มีวิธีการที่เหมาะสมที่จะทำให้ตนเองสบายใจ สบายใจได้อย่างไรบ้าง”

**ใบความรู้ 1**  
**แผนการจัดกิจกรรมที่ 1 เรื่องความเข้าใจ**

คนทุกคนย่อมมีปัญหาด้วยกันทั้งนั้น บางคนมีปัญหาหนัก และสะสมเป็นเวลานาน ไม่มีการระบายออก จนรู้สึกทรมานไม่ไหวก็จะระเบิดออกมาเหมือนลูกโป่งที่เป่าลมเข้าไปมาก ๆ เมื่อมีปัญหาทับถมมากและไม่สามารถแก้ไขได้จะทำให้เกิดผลกระทบทางจิตใจ เกิดความเครียด ความกดดัน และความคับข้องใจ และนำไปสู่การเกิดปัญหาสุขภาพจิตตามมา

**ประโยชน์ของการระบายปัญหาและความคับข้องใจ**

การที่เราได้ระบายปัญหาและความคับข้องใจ ถ้าเปรียบเหมือนลูกโป่ง โดยการปล่อยลมออกมาบ้าง ก็เป็นวิธีการระบายปัญหาและความคับข้องใจอย่างหนึ่ง ประโยชน์ของการระบายปัญหาและความคับข้องใจจะทำให้เรารู้สึกดีขึ้น ลดความอึดอัดลงไปได้ ถ้าไม่ได้ระบายปัญหาและความคับข้องใจ จะทำให้เรารู้สึกอึดอัด ทุกข์ใจ

**การระบายปัญหาและความคับข้องใจที่ไม่ถูกต้องและไม่เหมาะสม**

การระบายปัญหาและความคับข้องใจ จะเกิดผลเสียได้ถ้าเราระบายปัญหาโดยวิธีการที่ไม่ถูกต้องและไม่เหมาะสม เช่น ทำร้ายตนเองและผู้อื่น หรือแสดงพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม (คำว่าผู้อื่นกว้างไปถึงของ ฯลฯ)

**วิธีการระบายปัญหาที่ถูกต้องและเหมาะสม**

มีหลายวิธีด้วยกัน แล้วแต่บุคคลว่าจะเลือกใช้วิธีไหน แต่ที่สำคัญที่สุดเป็นจะต้องมีวิธีการที่ไม่ทำร้ายตนเองและผู้อื่นเด็ดขาด ดังนั้นถ้าเราไม่สบายใจหรือมีปัญหาคับข้องใจ จะต้องรู้จักวิธีการระบายปัญหาและความคับข้องใจที่ถูกต้องและเหมาะสม มีดังนี้

1. การเขียนระบายปัญหาลงในกระดาษ สมุดบันทึก ฯลฯ
2. การพูดคุยกับคนที่เราไว้ใจ เช่น ผู้ใหญ่ที่เรานับถือ เพื่อนที่รู้ใจ เจ้าหน้าที่ผู้ดูแล หรือผู้เชี่ยวชาญในโรงพยาบาลจิตเวช เช่น จิตแพทย์ นักจิตวิทยา นักสังคมสงเคราะห์ และพยาบาลจิตเวช
3. หากิจกรรมที่ทำให้ตนเองสบายใจ เช่น ฟังเพลง อ่านหนังสือ ปลูกต้นไม้ เล่นเกมส์
4. ออกกำลังกาย หรือเล่นกีฬา เช่น ฟุตบอล แบดมินตัน ปิงปอง การวิ่ง ฯลฯ

## แผนการจัดกิจกรรมที่ 2 เรื่อง “พ่อของฉัน”

เวลา 60 นาที

### จุดประสงค์การเรียนรู้

1. สามารถระบายความคับข้องใจที่มีต่อพ่อ
2. เข้าใจปัญหาตนเองและผู้อื่นและนำไปสู่การแก้ไขปัญหาที่ถูกต้องเหมาะสม

### สาระสำคัญ

ปัญหาความขัดแย้งระหว่างพ่อกับลูกย่อมเกิดขึ้นได้เสมอ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับว่าคน ๆ นั้นรู้จักที่จะหาทางออกในการแก้ไขปัญหาได้อย่างไรจึงเหมาะสม

องค์ประกอบ/กลุ่ม/เวลา	กิจกรรมการเรียนการสอน	เนื้อหา/สื่อ
1. <b>ขั้นสร้างความรู้สึก</b> ประสบการณ์ กลุ่มใหญ่ 5 นาที	- ผู้นำกลุ่มแสดงรูปโปสเตอร์/แผ่นใส “พ่อของมอส” และบรรยายเรื่องราวตามกรณีศึกษา	- โปสเตอร์/แผ่นใส - รูปผู้ชายถือขวดเหล้า - กรณีศึกษา - “พ่อของฉัน”
2. <b>ขั้นจัดระบบความคิด</b> สะท้อนความคิด/อภิปราย กลุ่มย่อย 5 นาที	- ให้เด็กและเยาวชนแบ่งกลุ่มกลุ่มละ 6-8 คน พูดคุยในประเด็นตามใบกิจกรรม 1	- ใบกิจกรรม 1
3. <b>ความคิดรวบยอด</b> กลุ่มใหญ่ 5 นาที	1. สุ่มถามความคิดเห็นของเด็กและเยาวชน ประมาณ 2-3 คู่ 2. ผู้นำกลุ่มสรุปตามใบความรู้ 1	- ใบความรู้ 1
4. <b>แลกเปลี่ยนประสบการณ์</b> กลุ่มย่อย 30 นาที	- แบ่งเด็กและเยาวชนกลุ่มละ 6-8 คน ให้แต่ละกลุ่ม เล่าเรื่องตามใบกิจกรรม 2	- ใบกิจกรรม 2
5. <b>ความคิดรวบยอด</b> กลุ่มใหญ่ 10 นาที	1. ขออาสาสมัครตัวแทน 1-2 คน ออกมาเล่า เรื่อง “พ่อของฉัน” 2. ผู้นำกลุ่มถามความรู้สึกของผู้เล่า ขณะพูด เรื่อง “พ่อของฉัน” 3. ผู้นำกลุ่มสรุปตามใบความรู้ 2	- ใบความรู้ 2
6. <b>ประยุกต์แนวคิด</b> กลุ่มใหญ่ 5 นาที	- ผู้นำกลุ่มให้แต่ละคนพูดถึงความประทับใจที่มี ต่อพ่อมาคนละ 1 อย่าง	- ใบกิจกรรม 3



### สื่อสารจัดกิจกรรม

1. ใบกิจกรรม 1, 2 และ 3
2. ใบความรู้ 1 และ 2
3. กระดาษ A4
4. ปากกา/ดินสอ
5. โปสเตอร์รูปผู้ชายถือขวดเหล้า/แผ่นใสรูปผู้ชายถือขวดเหล้า
6. กรณีศึกษา “พ่อของมอส”
7. ปากกาไวท์บอร์ด/Clip chart

### การประเมินผล

1. สังเกตความสนใจและการมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม
2. สังเกตความคิดและการแสดงความคิดเห็นในการพูดคุยในกลุ่ม
3. จากการเสนอผลการพูดคุยในกลุ่ม

### ข้อเสนอแนะ

1. ใบกิจกรรม 1, 2 และ 3 ควรเขียนลงในกระดาษโปสเตอร์/Clip chart เพื่อให้เห็นได้ชัดเจน
2. ผู้นำกลุ่มย่อยเป็นทีมนักวิจัยในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชน

<b>กรณีศึกษา เรื่องพ่อของมอส</b> <b>แผนการจัดกิจกรรมที่ 2 เรื่องพ่อของฉัน</b>
<p>มอสเป็นเด็กชายอายุ 12 ปี เป็นลูกชายคนกลางของครอบครัว พ่อของมอสมีอาชีพรับจ้างขับรถสองแถวเช้า-ออกชอยในหมู่บ้าน มอสรับรู้มาตั้งแต่เล็กจนโตว่า พ่อค่อมเหล้าเก่ง เวลาเมาเหล้าก็จะส่งเสียงเอะอะโวยวาย คำพูดกุ่มและเวลาทำอะไรให้ไม่พอใจก็จะลงไม้ลงมือตบตีทำร้ายร่างกายลูก นอกจากนี้พ่อของมอสยังติดการพนัน ชอบเล่นหวย เล่นม้า มีหนี้สินมากมาย ปัญหาที่เกิดขึ้นทุกปัญหา มอสต้องทนเก็บความรู้สึกไม่สบายใจไว้คนเดียวมานานแสนนาน</p>

<b>ใบกิจกรรม 1</b> <b>แผนการจัดกิจกรรมที่ 2 เรื่องพ่อของฉัน</b>
<p><b>คำชี้แจง :</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. แบ่งเด็กและเยาวชนกลุ่มละ 6-8 คน โดยมีผู้นำกลุ่มย่อย</li> <li>2. ให้แต่ละกลุ่มพูดคุยในประเด็นที่กำหนดให้ ใช้เวลา 5 นาที</li> <li>3. ให้ตัวแทนแต่ละกลุ่มออกมารายงาน</li> </ol> <p><b>ประเด็น :</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. “พ่อของมอสเป็นอย่างไร”</li> <li>2. “ถ้าพ่อของมอสเป็นพ่อของคุณ คุณจะรู้สึกอย่างไร”</li> </ol>

<b>ใบกิจกรรม 2</b> <b>แผนการจัดกิจกรรมที่ 2 เรื่องพ่อของฉัน</b>
<p><b>คำชี้แจง :</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. แบ่งเด็กและเยาวชนกลุ่มละ 6-8 คน โดยมีผู้นำกลุ่มย่อย</li> <li>2. ให้แต่ละคนเล่าเรื่องในประเด็นที่กำหนดให้ ใช้เวลาคนละ 5 นาที รวมเวลาทั้งหมด 30 นาที</li> </ol> <p><b>ประเด็น :</b> ให้แต่ละคนเล่าเรื่องในหัวข้อ “พ่อของฉัน”</p>

<b>ใบกิจกรรม 3</b> <b>แผนการจัดกิจกรรมที่ 2 เรื่องพ่อของฉัน</b>
<b>คำชี้แจง :</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ผู้นำกลุ่มถามแต่ละคน ในประเด็นที่กำหนดให้</li> <li>2. ใช้เวลาประมาณ 5 นาที</li> </ol> <b>ประเด็น :</b> “ให้พูดถึงความประทับใจที่มีต่อพ่อมาคนละ 1 อย่าง”

<b>ใบความรู้ 1</b> <b>แผนการจัดกิจกรรมที่ 4 เรื่องพ่อของฉัน</b>
<p>ทุกครอบครัวย่อมประสบปัญหาความขัดแย้ง ซึ่งอาจจะเป็นความขัดแย้งระหว่างที่ น้อง พ่อ แม่ และสมาชิกคนอื่นๆ ในครอบครัว และความขัดแย้งที่เกิดขึ้นมักพบว่าส่วนใหญ่เกิดจากบุคลิกภาพส่วนบุคคลและการปรับเปลี่ยนบุคลิกภาพหรือพฤติกรรมส่วนบุคคล ไม่ใช่เรื่องง่ายจะต้องอาศัยแรงจูงใจและผู้ที่เปลี่ยนแปลงตนเองต้องเห็นประโยชน์และคิดว่าตนเองต้องทำได้จึงจะนำไปสู่การเปลี่ยนแปลง</p>

<b>ใบความรู้ 2</b> <b>แผนการจัดกิจกรรมที่ 4 เรื่องพ่อของฉัน</b>
<p>คนทุกคนจะมีทั้งจุดเด่นและจุดด้อยในตนเองซึ่งบางครั้งคน ๆ นั้นอาจไม่รู้ตัว การที่จะทำให้คน ๆ หนึ่งได้มองเห็นจุดเด่นและจุดด้อยของตนเอง จะต้องอาศัยสัมพันธภาพที่ดีที่มีต่อกัน ความจริงใจและความผูกพัน นอกจากนี้ยังต้องมีเทคนิควิธีที่จะสื่อสารให้เกิดการรับรู้ที่ดีที่นำไปสู่การปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ถ้าหากคิดว่าเราทำได้ทุกอย่างแล้วแต่บุคคลคนนั้นยังไม่เกิดการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมให้เป็นที่พึงประสงค์ของเราได้เราก็ควรมาปรับเปลี่ยนที่ตัวเราโดยการปรับเปลี่ยนวิธีคิดของเราให้เป็นการมองในมุมบวกมากขึ้น จึงจะทำให้ชีวิตมีความสุข</p>

### แผนการจัดกิจกรรมที่ 3 เรื่องแม่ที่แสนดี

เวลา 50 นาที

#### จุดประสงค์การเรียนรู้

1. สามารถระบายความคับข้องใจที่มีต่อแม่
2. ทำให้เข้าใจตนเองดีขึ้นและนำไปสู่การแก้ไขปัญหาที่ถูกต้องเหมาะสม

#### สาระสำคัญ

ปัญหาความขัดแย้งระหว่างแม่กับลูกย่อมเกิดขึ้นได้เสมอ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับว่าคน ๆ นั้นรู้จักที่จะหาทางออกในการแก้ไขปัญหาได้อย่างไรจึงเหมาะสม

องค์ประกอบ/กลุ่ม/เวลา	กิจกรรมการเรียนการสอน	เนื้อหา/สื่อ
1. <b>ขั้นสร้างความรู้สึก</b> ประสบการณ์ กลุ่มใหญ่ 10 นาที	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. ผู้นำกลุ่มสุ่มถามเด็กและเยาวชน 2-3 คน เกี่ยวกับเรื่องแม่บุคคล</li> <li>2. ที่เปรียบเสมือนแม่ว่าเป็นคนอย่างไร</li> <li>3. ผู้นำกลุ่มแจกใบกิจกรรม 1 ให้แต่ละคน เติมข้อความลงไปในช่วงว่างตาม ความรู้สึกนึกคิดของตนเองและพยายาม เขียนให้มากที่สุด (กรณีที่ไม่เขียนหนังสือ ไม่ได้ให้ผู้นำกลุ่มย่อยช่วยเขียนให้)</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ใบกิจกรรม 1</li> <li>- กระดาษ ปากกาคินสอ</li> </ul>
2. <b>ความคิดรวบยอด</b> กลุ่มใหญ่ 10 นาที	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. ผู้นำกลุ่มให้อาสาสมัครอ่านเรื่องที่ตนเอง เขียนขึ้นมา</li> <li>2. ผู้นำกลุ่มสรุปตามใบความรู้ 1</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ใบความรู้ 1</li> </ul>
3. <b>ขั้นจัดระบบความคิด</b> สะท้อนความคิด/ อภิปราย กลุ่ม 4 คน 10 นาที	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ผู้นำกลุ่มแบ่งเด็กกลุ่มละ 3-4 คน ให้แต่ละกลุ่มพูดคุยกันตามใบกิจกรรม 2</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ใบกิจกรรม 2</li> </ul>
4. <b>ความคิดรวบยอด</b> กลุ่มใหญ่ 10 นาที	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. ผู้นำกลุ่มให้ตัวแทนแต่ละกลุ่มออกมา รายงานผลการพูดคุยกัน</li> <li>2. ผู้นำกลุ่มสรุปตามใบความรู้ 2</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ใบความรู้ 2</li> </ul>
5. <b>ประยุกต์แนวคิด</b> กลุ่มใหญ่ 10 นาที	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ผู้นำกลุ่มให้แต่ละคนพูดถึงแม่หรือใครก็ได้ ที่เปรียบเสมือนแม่ที่ตนเองรู้สึกประทับใจ ตามใบกิจกรรม 3</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ใบกิจกรรม 3</li> </ul>

**สื่อสารจัดกิจกรรม**

1. ใบกิจกรรม 1, 2 และ 3
2. ใบความรู้ 1 และ 2
3. กระดาษโปสเตอร์ /Clip chart
4. ปากกาไวท์บอร์ด

**การประเมินผล**

1. สังเกตความสนใจและการมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม
2. สังเกตความสนใจและการแสดงความคิดเห็นในการพูดคุยในกลุ่ม
3. จากการเสนอผลการพูดคุยในกลุ่ม

**ข้อเสนอแนะ**

1. ใบกิจกรรม 1 แจกให้ทุกคน
2. ใบกิจกรรม 2 และ 3 ควรเขียนประเด็นลงในกระดาษโปสเตอร์/Clip chart เพื่อให้เห็นได้ชัดเจน
3. ผู้นำกลุ่มย่อยเป็นทีมนักวิจัยในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชน

**ใบกิจกรรม 1**  
**แผนการจัดกิจกรรมที่ 3 เรื่องแม่ที่แสนดี**

ให้ทุกคนเขียนเรียงความตามประโยคที่ขึ้นต้นไว้ให้ตามความคิดหรือจินตนาการของตนเอง

วันหนึ่งฉันเห็นแม่คนหนึ่ง ถูกลูกเดินเล่นที่สนามหญ้า ฉันรู้สึก.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ชื่อ..... สกุล .....

(ใช้เวลา 10 นาที)

ใบกิจกรรม 2 แผนการจัดกิจกรรมที่ 3 เรื่องแม่ที่แสนดี
<p><b>คำชี้แจง :</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. แบ่งเด็กกลุ่มละ 3-4 คน โดยมีผู้นำกลุ่มย่อย</li> <li>2. ให้แต่ละคนพูดคุยในประเด็นที่กำหนดให้ ใช้เวลา 10 นาที</li> <li>3. ให้ตัวแทนแต่ละกลุ่มออกมารายงาน</li> </ol> <p><b>ประเด็น :</b> “ถ้าเรามีแม่ซึ่งมีอารมณ์ฉุนเฉียวหรือขี้บ่น เราจะแก้สถานการณ์นี้ได้อย่างไร”</p>

ใบกิจกรรม 3 แผนการจัดกิจกรรมที่ 3 เรื่องแม่ที่แสนดี
<p><b>คำชี้แจง :</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ผู้นำกลุ่มถามแต่ละคน โดยให้พูดตามประเด็นที่กำหนดให้</li> <li>2. ใช้เวลา 10 นาที</li> </ol> <p><b>ประเด็น :</b> “ให้แต่ละคนพูดถึงแม่หรือใครก็ได้ที่เปรียบเสมือนแม่และเราประทับใจในตัวบุคคลคนนั้น”</p>

ใบความรู้ 1 แผนการจัดกิจกรรมที่ 3 เรื่องแม่ที่แสนดี
<p>แม่คือบุคคลที่มีบุญคุณที่เป็นคนอุ้มท้องและเลี้ยงดูเราตั้งแต่แรกเกิดจนเติบโตมาจนถึงวันนี้ แม่ให้ความรักและทูลถนอมเราคงดีงแม้ว่าดวงใจจะหาผู้ใดมาเปรียบปาน แม่ไม่เคยมีเงื่อนไขในความรักที่มอบให้ลูก และความรักของแม่ที่มีต่อลูกไม่เคยเสื่อมคลาย แม่มีความหวังดีและเป็นห่วงลูกเสมอ บางครั้งแม่ทนทุกข์ด้วยความเหนื่อยยากลำบากเพื่อให้ลูกได้กินอิ่ม ได้เรียนหนังสือ ได้ซื้อเสื้อผ้าเพื่อให้ลูกได้มีความทัดเทียมกับคนอื่น ๆ ในสังคม</p>

**ใบความรู้ 2**  
**แผนการจัดกิจกรรมที่ 3 เรื่องแม่ที่แสนดี**

การแก้ไขปัญหาในสถานการณ์ที่มีความขัดแย้ง เราสามารถแก้ไขได้หลายวิธี แต่วิธีที่เหมาะสม ควรทำความเข้าใจกับสาเหตุของการเกิดปัญหานั้นว่า มีสาเหตุเนื่องจากตัวเราหรือจากผู้อื่น ถึงแม้ว่าสาเหตุของปัญหาจะเกิดจากตัวเราหรือคนอื่นก็ตาม หากเรามีวิธีการแก้ไขปัญหาอย่างชาญฉลาดด้วยการปรับวิถีคิดจะทำให้เรามีความสุข และในบางครั้งเราอาจจำเป็นต้องแก้ไขปรับปรุงตัวเราให้เป็นเด็กและเยาวชนที่พึงประสงค์ของพ่อ แม่ พี่ น้องและสังคมจะทำให้เรารู้สึกมีคุณค่าในตนเอง การสร้างความมีคุณค่าในตนเองอาจทำได้หลายวิธี เช่น การช่วยทำงาน การตั้งใจฝึกรบรรม การฝึกวินัยและความรับผิดชอบ



## แผนการจัดกิจกรรมที่ 4 เรื่องครอบครัวของฉัน

เวลา 50 นาที

### จุดประสงค์การเรียนรู้

1. เพื่อให้เด็กและเยาวชนเข้าใจปัญหาของครอบครัวตนเองและผู้อื่น
2. เพื่อให้เด็กและเยาวชนมีแนวทางที่จะกลับไปใช้ชีวิตในการอยู่ร่วมกับสมาชิกในครอบครัวได้อย่างมีความสุข

### สาระสำคัญ

คนทุกคนต้องการมีครอบครัวที่อบอุ่นและเพียบพร้อมไปด้วยทุกสิ่งทุกอย่าง แต่ในความเป็นจริงเราไม่สามารถเลือกครอบครัวที่สมบูรณ์แบบได้ แต่ความสำคัญอยู่ที่การทำให้การอยู่ร่วมกันในครอบครัวมีความสุข โดยทุกคนจะต้องมีความเข้าใจ ยอมรับ เห็นอกเห็นใจและให้อภัยซึ่งกันและกัน จึงจะทำให้ครอบครัวมีความสุข

องค์ประกอบ/กลุ่ม/เวลา	กิจกรรมการเรียนการสอน	เนื้อหา/สื่อ
1. <b>ขั้นสร้างความรู้สึก</b> ประสบการณ์ กลุ่ม 6-8 คน 5 นาที	- ผู้นำกลุ่มแบ่งเด็กและเยาวชนกลุ่มละ 6-8 คน ให้พูดคุยในประเด็นตามใบกิจกรรม 1	- ใบกิจกรรม 1
2. <b>ความคิดรวบยอด</b> กลุ่มใหญ่ 10 นาที	- ผู้นำกลุ่มสรุปตามใบความรู้ 1	- ใบความรู้ 1
3. <b>ขั้นจัดระบบความคิด</b> สะท้อนความคิด/อภิปราย กลุ่ม 6-8 คน 10 นาที	- ผู้นำกลุ่มมอบหมายงานให้กลุ่มเดิม ให้พูดคุยตามใบ กิจกรรม 2	- ใบกิจกรรม 2
4. <b>ความคิดรวบยอด</b> กลุ่มใหญ่ 10 นาที	1. ให้ตัวแทนแต่ละกลุ่มรายงานผลจากการพูดคุย ในกลุ่มย่อย 2. ผู้นำกลุ่มสรุปตามใบความรู้ 2	- ใบความรู้ 2
5. <b>ประยุกต์แนวคิด</b> กลุ่ม 6-8 คน 10 นาที	- ผู้นำกลุ่มให้กลุ่มเดิม พูดคุยตามใบกิจกรรม 3	- ใบกิจกรรม 3
6. <b>ความคิดรวบยอด</b> กลุ่มใหญ่ 5 นาที	- ผู้นำกลุ่มสรุปซ้ำตามใบความรู้ 1 และ 2	

**สื่อสารจัดกิจกรรม**

1. ใบกิจกรรม 1, 2 และ 3
2. ใบความรู้ 1 และ 2
3. กระดาษโปสเตอร์/ปากกาไวท์บอร์ด/Clip chart

**การประเมินผล**

1. สังเกตความสนใจและการฟังเรื่องของสมาชิกในกลุ่ม
2. สังเกตความสนใจและการแสดงความคิดเห็นในการพูดคุยในกลุ่ม
3. จากการรายงานการพูดคุยในกลุ่ม

**ข้อเสนอแนะ**

1. ใบกิจกรรมควรเขียนประเด็นการพูดคุยลงในกระดาษโปสเตอร์/Clip chart เพื่อให้เห็นได้ชัดเจน
2. ผู้นำกลุ่มย่อยเป็นทีมนักวิจัยในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชน

ใบกิจกรรม 1 แผนการจัดกิจกรรมที่ 4 เรื่องครอบครัวของฉัน
<p><b>คำชี้แจง :</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. แบ่งเด็กออกเป็นกลุ่มๆ ละ 6-8 คน โดยมีผู้นำกลุ่มย่อย</li> <li>2. ให้สมาชิกในแต่ละกลุ่มเล่าเรื่องในประเด็นที่กำหนดให้ ใช้เวลา 10 นาที</li> </ol> <p><b>ประเด็น :</b></p> <p>“ให้เล่าเรื่องครอบครัวของตนเองว่ามีสมาชิกเป็นใครบ้าง และมีความสัมพันธ์กันอย่างไร”</p>

ใบกิจกรรม 2 แผนการจัดกิจกรรมที่ 4 เรื่องครอบครัวของฉัน
<p><b>คำชี้แจง :</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. แบ่งเด็กและเยาวชนตามกลุ่มเดิม โดยมีผู้นำกลุ่มย่อย</li> <li>2. ให้แต่ละกลุ่มพูดคุยในประเด็นที่กำหนดให้ ใช้เวลา 10 นาที</li> <li>3. ให้ตัวแทนแต่ละกลุ่มออกมารายงานผลการพูดคุยในกลุ่มใหญ่</li> </ol> <p><b>ประเด็น :</b></p> <p>“ให้ทุกคนในกลุ่มพูดคุยถึงครอบครัวตามความคาดหวัง (บ้านในฝัน) ตามที่กลุ่มต้องการให้เป็น”</p>

ใบกิจกรรม 3 แผนการจัดกิจกรรมที่ 4 เรื่องครอบครัวของฉัน
<p><b>คำชี้แจง :</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. แบ่งเด็กและเยาวชนตามกลุ่มเดิม โดยมีผู้นำกลุ่มย่อย</li> <li>2. ให้แต่ละกลุ่มพูดคุยในประเด็นที่กำหนดให้ ใช้เวลา 10 นาที</li> <li>3. ให้ตัวแทนแต่ละกลุ่มรายงานผลการพูดคุยในกลุ่มใหญ่</li> </ol> <p><b>ประเด็น :</b></p> <p>“ให้ทุกคนในกลุ่มช่วยกันพูดคุยถึงแนวทางที่จะทำให้สมาชิกในครอบครัวอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข”</p>

<b>ใบความรู้</b> <b>แผนการจัดกิจกรรมที่ 4 เรื่องครอบครัวของฉัน</b>
จะเห็นว่าทุกคนที่เล่าเรื่องครอบครัวของตนเอง แต่ละคนมีครอบครัวที่แตกต่างกัน บางคนอาจมีครอบครัวที่มีความสุขแต่บางครอบครัวก็มีปัญหา

<b>ใบความรู้</b> <b>แผนการจัดกิจกรรมที่ 4 เรื่องครอบครัวของฉัน</b>
ทุกคนต้องการมีครอบครัวที่อบอุ่นและเพียบพร้อมทุกสิ่งทุกอย่าง แต่ในความเป็นจริงไม่ได้เป็นอย่างที่เราฝันไว้ ดังนั้นการที่จะอยู่ร่วมกันในครอบครัวจะต้องอาศัยความเข้าใจ การยอมรับความเห็นอกเห็นใจ และการให้อภัยซึ่งกันและกัน จะทำให้เราทุกคนสามารถปรับตัวให้มีความสุขในครอบครัวได้

**แผนการจัดกิจกรรมที่ 5 เรื่องความแตกต่างของคน**  
**สำหรับเด็กและเยาวชน**  
**เวลา 45 นาที**

**จุดประสงค์การเรียนรู้**

1. เพื่อให้เด็กและเยาวชนตระหนักถึงความแตกต่างของแต่ละบุคคล
2. เพื่อให้เด็กและเยาวชนยอมรับความแตกต่างของผู้อื่นได้

**สาระสำคัญ**

คนเรามีความแตกต่างกัน ทั้งทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สติปัญญาและสังคม ดังนั้นการที่จะอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข จะต้องเข้าใจความแตกต่างของคนและยอมรับความแตกต่างของกันและกัน

องค์ประกอบ/กลุ่ม/เวลา	กิจกรรมการเรียนรู้การสอน	เนื้อหา/สื่อ
1. <b>ขั้นสร้างความรู้</b> ประสบการณ์ กลุ่มใหญ่ 10 นาที	- ผู้นำกลุ่มสุ่มถามเด็ก 4-5 คนว่า “คนเรามีความแตกต่างกันในด้านใดบ้าง”	
ความคิดรวบยอด กลุ่มใหญ่ 5 นาที	1. ผู้นำกลุ่มเขียนคำตอบลงในกระดาษโปสเตอร์ 2. ผู้นำกลุ่มสรุปตามใบความรู้ 1	- กระดาษโปสเตอร์/ ปากกาไวท์บอร์ด - ใบความรู้ 1
2. <b>ขั้นจัดระบบความคิด</b> สะท้อนความคิด/ อภิปราย กลุ่ม 6-8 คน 10 นาที	- ผู้นำกลุ่มแบ่งเด็กออกเป็นกลุ่ม ๆ ละ 6-8 คน ให้พูดคุยตามใบกิจกรรม 1	- ใบกิจกรรม 1
ความคิดรวบยอด กลุ่มใหญ่ 10 นาที	1. ให้ตัวแทนแต่ละกลุ่มรายงานผลการพูดคุย 2. ผู้นำกลุ่มสรุปตามใบความรู้ 2	- ใบความรู้ 2
ประยุกต์แนวคิด กลุ่ม 2 คน 5 นาที	- ผู้นำกลุ่มให้เด็กจับคู่ พุดคุยกันตาม ใบกิจกรรม 2	- ใบกิจกรรม 2
ความคิดรวบยอด กลุ่มใหญ่ 5 นาที	1. ผู้นำกลุ่มสุ่มถามประมาณ 2-3 คู่ 2. ผู้นำกลุ่มสรุปข้อใบความรู้ 2	

**สื่อสารจัดกิจกรรม**

1. ใบกิจกรรม 1 และ 2
2. ใบความรู้ 1 และ 2
3. กระดาษโปสเตอร์
4. ปากกาไวท์บอร์ด
5. เทปขาว

**การประเมินผล**

1. สังเกตความสนใจและการมีส่วนร่วมของสมาชิกในกลุ่ม
2. สังเกตความสนใจและการแสดงความคิดเห็นในการพูดคุยในกลุ่ม
3. จากการรายงานการพูดคุยในกลุ่ม

**ข้อเสนอแนะ**

1. ใบกิจกรรม 1 และ 2 ควรเขียนประเด็นการพูดคุยลงในกระดาษโปสเตอร์เพื่อให้เห็นได้ชัดเจน
2. ใบความรู้ 1 ควรเขียนเนื้อหาสำคัญลงในกระดาษโปสเตอร์/กระดานดำเพื่อให้เห็นได้ชัดเจน
3. ผู้นำกลุ่มย่อยเป็นทีมนักวิจัย

ใบกิจกรรม 1 แผนการจัดกิจกรรมที่ 5 เรื่องความแตกต่างของคน
<p><b>คำชี้แจง :</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. แบ่งเด็กออกเป็นกลุ่มๆละ 6-8 คน โดยมีผู้นำกลุ่มย่อย</li> <li>2. ให้แต่ละกลุ่มพูดคุยในประเด็นที่กำหนดให้ ใช้เวลา 10 นาที</li> <li>3. ให้ตัวแทนกลุ่มรายงานผลการพูดคุยในกลุ่มใหญ่</li> </ol> <p><b>ประเด็น :</b> “เมื่อคนเรามีความแตกต่างกัน ควรทำอะไรจึงจะอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข”</p>

ใบกิจกรรม 2 แผนการจัดกิจกรรมที่ 5 เรื่องความแตกต่างของคน
<p><b>คำชี้แจง :</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ให้เด็กจับคู่กัน</li> <li>2. ให้แต่ละกลุ่มพูดคุยตามประเด็นที่กำหนดให้ ใช้เวลา 5 นาที</li> </ol> <p><b>ประเด็น :</b> “คู่ของตนเองที่พูดคุยด้วยแต่ละคนมีความแตกต่างกันในเรื่องอะไรบ้าง”</p>

ใบความรู้ 1 แผนการจัดกิจกรรมที่ 5 เรื่องความแตกต่างของคน								
<p>คนเรามีความแตกต่างกันทางด้านร่างกาย สติปัญญา จิตใจ อารมณ์และสังคมดังนี้คือ</p> <table style="width: 100%; border: none;"> <tr> <td style="width: 30%;">ด้านร่างกาย</td> <td>เช่น ผิวขาว-ผิวดำ อ้วน-ผอม สูง-เตี้ย ผมสั้น-ผมยาว ฯลฯ</td> </tr> <tr> <td>ด้านสติปัญญา</td> <td>เช่น ฉลาดมาก-ฉลาดน้อย</td> </tr> <tr> <td>ด้านจิตใจ อารมณ์</td> <td>เช่น อารมณ์ร้อน-อารมณ์เย็น</td> </tr> <tr> <td>ด้านสังคม</td> <td>เช่น ชอบเข้าสังคม-ชอบเก็บตัว</td> </tr> </table>	ด้านร่างกาย	เช่น ผิวขาว-ผิวดำ อ้วน-ผอม สูง-เตี้ย ผมสั้น-ผมยาว ฯลฯ	ด้านสติปัญญา	เช่น ฉลาดมาก-ฉลาดน้อย	ด้านจิตใจ อารมณ์	เช่น อารมณ์ร้อน-อารมณ์เย็น	ด้านสังคม	เช่น ชอบเข้าสังคม-ชอบเก็บตัว
ด้านร่างกาย	เช่น ผิวขาว-ผิวดำ อ้วน-ผอม สูง-เตี้ย ผมสั้น-ผมยาว ฯลฯ							
ด้านสติปัญญา	เช่น ฉลาดมาก-ฉลาดน้อย							
ด้านจิตใจ อารมณ์	เช่น อารมณ์ร้อน-อารมณ์เย็น							
ด้านสังคม	เช่น ชอบเข้าสังคม-ชอบเก็บตัว							

**ใบความรู้ 2****แผนการจัดกิจกรรมที่ 5 เรื่องความแตกต่างของคน**

คนทุกคนมีความแตกต่างกัน ความแตกต่างบางอย่างเป็นผลดี เพราะทำให้เกิดการช่วยเหลือเกื้อกูลกัน เช่น ในการทำงาน ถ้ามีคนที่มีความรู้ความสามารถหรือความคิดเห็นที่แตกต่างกัน แต่ยอมรับกันได้ ทำให้มีมุมมองที่กว้างขวาง ซึ่งจะส่งผลดีต่องาน แต่ในบางครั้งความแตกต่างก็ทำให้เกิดความขัดแย้งได้ หากไม่เข้าใจ หรือไม่ยอมรับซึ่งกันและกัน เนื่องจากทุกคนต้องการการยอมรับจากผู้อื่น ดังนั้นเราจึงควรยอมรับความแตกต่างของแต่ละคน จะทำให้สามารถอยู่ร่วมกันได้อย่างมีความสุข



**แผนการจัดกิจกรรมที่ 6 เรื่องความรู้สึกและประสบการณ์ในอดีต  
ของเด็กและเยาวชน  
เวลา 50 นาที**

**จุดประสงค์การเรียนรู้**

1. เพื่อให้เด็กและเยาวชนตระหนักถึงความสำคัญของประสบการณ์ในอดีตที่มีผลต่อความรู้สึกและพฤติกรรมในปัจจุบัน
2. เพื่อให้เด็กและเยาวชนตระหนักว่าประสบการณ์ในอดีตที่มีผลต่อความรู้สึกและพฤติกรรมของตนเองนั้นสามารถเปลี่ยนแปลงได้

**สาระสำคัญ**

คนเราทุกคนย่อมมีประสบการณ์ในอดีตซึ่งจะมีผลต่อความรู้สึกของเราทั้งในทางที่ดีและไม่ดี ความรู้สึกที่ดีและไม่ดีจะมีผลต่อพฤติกรรมในปัจจุบัน โดยเฉพาะความรู้สึกที่ไม่ดีเกี่ยวกับประสบการณ์ในอดีตจะทำให้เด็กและเยาวชนไม่มีความสุข แต่อย่างไรก็ตามความรู้สึกที่ไม่ดีนี้สามารถเปลี่ยนแปลงได้ ถ้าตัวเรายอมรับที่จะเปลี่ยนแปลงความรู้สึกที่ไม่ดีนั้น จะนำไปสู่การดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุข

องค์ประกอบ/กลุ่ม/เวลา	กิจกรรมการเรียนการสอน	เนื้อหา/สื่อ
1. <b>ขั้นสร้างความรู้ ประสบการณ์</b> กลุ่มใหญ่ 10 นาที	- ผู้นำกลุ่มถามว่า 1. ใครเคยมีประสบการณ์ในอดีตที่ทำให้ตนเอง ใส่ใจมาจนถึงปัจจุบันนี้ 2. ประสบการณ์ในอดีตเกี่ยวกับเรื่องอะไร 3. ประสบการณ์ในอดีตที่มีผลต่อความรู้สึกและ พฤติกรรมของเราแสดงออกของเราอย่างไรบ้าง	
2. <b>ขั้นจัดระบบความคิด สะท้อนความคิด/อภิปราย</b> กลุ่ม 6 คน 10 นาที	- ผู้นำกลุ่มแบ่งเด็กออกเป็นกลุ่ม ๆ ละ 6 คน พุดคุย ตามใบกิจกรรม 1	- ใบกิจกรรม 1
<b>ความคิดรวบยอด</b> กลุ่มใหญ่ 10 นาที	- ผู้นำกลุ่มให้ตัวแทนแต่ละกลุ่มออกมารายงานผล การพุดคุย	- ใบกิจกรรม 2
<b>ประยุกต์แนวคิด</b> กลุ่ม 6 คน 10 นาที	- ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกกลุ่มเดิมพุดคุยในประเด็น ตามใบกิจกรรม 2	- ใบกิจกรรม 2
<b>ความคิดรวบยอด</b> กลุ่มใหญ่ 10 นาที	1. ผู้นำกลุ่มให้ตัวแทนแต่ละกลุ่มออกมานำเสนอผล การพุดคุยในกลุ่มใหญ่ 2. ผู้นำกลุ่มสรุปใบความรู้	- ใบความรู้

**สื่อสารจัดกิจกรรม**

1. ใบบทกิจกรรม 1 และ 2
2. ใบบทความรู้
3. กระดาษโปสเตอร์/กระดานดำ
4. ปากกาไวท์บอร์ด/ชอล์ก

**การประเมินผล**

1. สังเกตความสนใจและการมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม
2. สังเกตความสนใจและการแสดงความคิดเห็นในการพูดคุยในกลุ่ม
3. จากการรายงานการพูดคุย

**ข้อเสนอแนะ**

1. ใบบทกิจกรรม 1 และ 2 ควรเขียนประเด็นการอภิปราย ลงในกระดาษโปสเตอร์/กระดานดำ เพื่อให้เห็นได้ชัดเจน
2. ใบบทความรู้ควรเขียนเนื้อหาสำคัญลงในกระดาษโปสเตอร์/กระดานดำเพื่อให้เด็กและเยาวชนเข้าใจชัดเจน
3. ผู้นำกลุ่มย่อยเป็นทีมผู้ช่วยนักวิจัย

<b>ใบกิจกรรม 1</b> <b>แผนการจัดกิจกรรมที่ 6 เรื่องความรู้สึกและประสบการณ์ในอดีต</b>	
<b>คำชี้แจง :</b> 1. แบ่งเด็กและเยาวชนออกเป็นกลุ่มๆ ละ 6 คน โดยมีผู้นำกลุ่มย่อย 2. ให้แต่ละกลุ่มพูดคุยในประเด็นที่กำหนดให้ ใช้เวลา 10 นาที 3. ให้ตัวแทนแต่ละกลุ่มออกมารายงานผลการพูดคุยในกลุ่ม	
<b>ประเด็น</b>	: “ประสบการณ์ในอดีตที่ทำให้เราทุกข์ใจ ไม่สบายใจนั้น ไม่สามารถเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้นได้ คุณเห็นด้วยหรือไม่ เพราะเหตุใด”

<b>ใบกิจกรรม 2</b> <b>แผนการจัดกิจกรรมที่ 6 เรื่องความรู้สึกและประสบการณ์ในอดีต</b>	
<b>คำชี้แจง :</b> 1. แบ่งสมาชิกกลุ่มๆ ละ 6 คน โดยมีผู้นำกลุ่มย่อย 2. ให้แต่ละกลุ่มพูดคุยในประเด็นที่กำหนดให้ ใช้เวลา 10 นาที 3. ให้ตัวแทนแต่ละกลุ่มออกมารายงานผลการพูดคุยในกลุ่มใหญ่	
<b>ประเด็น</b>	: “คุณคิดว่ามีวิธีการอย่างไรที่จะช่วยแก้ความรู้สึกที่ไม่ดีต่อสิ่งที่เกิดจากประสบการณ์ในอดีต”

### ใบความรู้

#### แผนการจัดกิจกรรมที่ 6 เรื่องความรู้สึกและประสบการณ์ในอดีต

คนเราทุกคนย่อมมีประสบการณ์ในอดีตที่แตกต่างกัน อาจเป็นความประทับใจหรือฝังใจ และประสบการณ์ดังกล่าว จะมีอิทธิพลต่อความรู้สึกและพฤติกรรมการแสดงออกในปัจจุบัน ถ้าเป็นความรู้สึกทางลบ หรือความฝังใจทำให้คน ๆ นั้นมีปัญหาในการดำเนินชีวิตไม่อาจลืมเลือนได้ แต่ในความเป็นจริงแล้ว ความรู้สึกต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นตามประสบการณ์ในอดีต สามารถเปลี่ยนแปลงได้หรือไม่ขึ้นอยู่กับปัจจัย ดังต่อไปนี้

1. ตัวเราเองยอมรับและต้องการจะเปลี่ยนแปลงความรู้สึกหรือทัศนคติที่ไม่ดีต่อประสบการณ์ในอดีตนั้นหรือไม่ อย่างไร ถ้าเราต้องการเปลี่ยนแปลงจะทำให้บุคคลนั้นเกิดแรงจูงใจที่จะเปลี่ยนแปลงความรู้สึกเหล่านี้ให้ไปในทางที่ตนเองสบายใจได้

2. สิ่งแวดล้อม คนเราอยู่ตามลำพังคนเดียวไม่ได้ต้องพึ่งพิงซึ่งกันและกัน ดังนั้นถ้าความรู้สึกหรือพฤติกรรมอะไรบางอย่างมีผลต่อการปรับตัวเข้ากับบุคคลอื่น ๆ อื่น คนนั้นยอมรับที่จะเปลี่ยนแปลงหรือไม่ ถ้ายอมรับก็สามารถอยู่ในสังคมได้ ถ้าไม่ยอมรับก็ทำให้เกิดปัญหาตามมา

3. บุคลิกภาพ บางคนมีบุคลิกภาพที่ไม่ยืดหยุ่น เปลี่ยนแปลงยากก็จะเป็นอุปสรรคในการปรับเปลี่ยนความรู้สึกและพฤติกรรม

ดังนั้น เราควรพิจารณาว่าเราอยากจะทำหรือไม่อยากจะทำและให้พิจารณาว่าผลของการที่เราไม่เปลี่ยนแปลงนั้นจะเกิดอะไรขึ้นและมีผลต่อชีวิตปัจจุบันอย่างไร

## แผนการจัดกิจกรรมที่ 7 เรื่องการมองข้อดีของตนเอง

สำหรับเด็กและเยาวชน

เวลา 45 นาที

### จุดประสงค์การเรียนรู้

1. เพื่อให้เด็กและเยาวชนมีทัศนคติที่ดีต่อตนเองและผู้อื่น และมีความเชื่อมั่นในตนเองมากขึ้น
2. เพื่อให้เด็กและเยาวชนตระหนักถึงสิ่งที่ดีของตน และเป็นการฝึกฝนการมองโลกในแง่ดีด้วย

### สาระสำคัญ

คนเราจะมีทัศนคติที่ดีต่อตนเองได้ จะต้องมองเห็นจุดดีจุดด้อยของตนเองเสียก่อน แต่ใน สภาพปัจจุบัน คนเรามักจะชินที่จะมองเห็นจุดอ่อนของตนเองและผู้อื่นเท่านั้น ทำให้คุณค่าของตนเองและผู้อื่นต่ำกว่าความเป็นจริง เพราะฉะนั้นการได้รู้จุดดีของตนเอง จะนำไปสู่การมองโลกในแง่ดีและมีสัมพันธภาพที่ดีต่อคนอื่น ๆ

องค์ประกอบ/กลุ่ม/เวลา	กิจกรรมการเรียนรู้การสอน	เนื้อหา/สื่อ
1. <b>ขั้นสร้างความรู้สึก</b> <b>ประสบการณ์</b> กลุ่ม 2 คน 10 นาที	1. ผู้นำกลุ่มนำเข้าสู่การดำเนินกิจกรรมกลุ่ม โดยชี้ให้เห็นว่าคนทุกคนมีทั้งข้อดีและข้อเสีย ในตัวเอง 2. ให้จับคู่บอกข้อดีของเพื่อน และข้อดีของตนเอง ตามใบกิจกรรม 1	- ใบกิจกรรม 1
2. <b>ขั้นจัดระบบความคิด</b> <b>สะท้อนความคิด/อภิปราย</b> กลุ่ม 6 คน 10 นาที	- แบ่งสมาชิกออกเป็นกลุ่มละ 6-8 คน พุดคุยตาม ใบกิจกรรม 2	- ใบกิจกรรม 2
<b>ความคิดรวบยอด</b> กลุ่มใหญ่ 10 นาที	1. ผู้นำกลุ่มให้ตัวแทนกลุ่มออกมารายงานผล การพุดคุยในกลุ่มใหญ่ 2. ผู้นำกลุ่มสรุปตามใบความรู้	- ใบความรู้
<b>ประยุกต์แนวคิด</b> กลุ่มใหญ่ 10 นาที	1. ผู้นำกลุ่มให้ทุกคนพูดถึงส่วนดีของคน ในครอบครัวหรือบุคคลที่ประทับใจ 2. ผู้นำกลุ่มเขียนคำตอบลงในกระดาษ	- กระดาษโปสเตอร์/ กระดานดำ
<b>ความคิดรวบยอด</b> กลุ่มใหญ่ 5 นาที	- ผู้นำกลุ่มสรุปและให้กำลังใจเด็กและเยาวชน โดยเน้นตามใบความรู้เดิม	- เทปกา - ปากกาไวท์บอร์ด

**สื่อสารจัดกิจกรรม**

1. ใบกิจกรรม 1 และ 2
2. ใบความรู้
3. กระดาษโปสเตอร์/กระดานดำ
4. เทปขาว
5. ปากกาไวท์บอร์ด/ชอล์ก

**การประเมินผล**

1. สังเกตความสนใจและการมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม
2. สังเกตความสนใจและการแสดงความคิดเห็นขณะพูดคุยในกลุ่ม
3. จากการรายงานผลการพูดคุยในกลุ่ม

**ข้อเสนอแนะ**

1. ใบกิจกรรม 1 และ 2 ควรเขียนประเด็นการพูดคุยลงในกระดาษโปสเตอร์หรือกระดานดำ เพื่อให้เห็นได้ชัดเจน
2. ใบความรู้ควรเขียนเนื้อหาสำคัญลงในกระดาษโปสเตอร์หรือกระดานดำ เพื่อให้เข้าใจชัดเจน
3. ผู้นำกลุ่มย่อยเป็นทีมผู้ช่วยนักวิจัย

<b>ใบกิจกรรม 1</b> <b>แผนการจัดกิจกรรมที่ 7 เรื่องการมองข้อดีของตนเอง</b>
<b>คำชี้แจง :</b> ให้จับคู่ และคิดตามประเด็นที่กำหนดให้ ใช้เวลา 10 นาที  <b>ประเด็น</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. “ให้บอกข้อดีของเพื่อน 1 อย่าง”</li> <li>2. “ให้บอกข้อดีของตนเอง 1 อย่าง”</li> </ol>

<b>ใบกิจกรรม 2</b> <b>แผนการจัดกิจกรรมที่ 7 เรื่องการมองข้อดีของตนเอง</b>
<b>คำชี้แจง :</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. แบ่งสมาชิกออกเป็นกลุ่มๆละ 6-8 คน โดยมีผู้นำกลุ่มย่อย</li> <li>2. ให้แต่ละกลุ่มพูดคุยในประเด็นที่กำหนดให้ ใช้เวลา 10 นาที</li> <li>3. ให้ตัวแทนแต่ละกลุ่ม นำเสนอผลการพูดคุยในกลุ่มใหญ่</li> </ol> <b>ประเด็น :</b> “การมองข้อดีของตนเอง และผู้อื่นมีประโยชน์อะไรบ้าง”

<b>ใบความรู้</b> <b>แผนการจัดกิจกรรมที่ 7 เรื่องการมองข้อดีของตนเอง</b>
<b>วิธีการมองข้อดีของตนเองและผู้อื่น</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ต้องรู้ธรรมชาติของคนว่ามีทั้งข้อดีและข้อเสีย อะไรบ้าง</li> <li>2. พยายามมองหาส่วนที่ดีของตนเอง และผู้อื่น</li> </ol> <b>ประโยชน์ของการมองข้อดีของตนเอง</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ทำให้เกิดความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง เช่น รู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า มีความมั่นใจในตนเอง</li> <li>2. ทำให้ตนเองมีความสุข</li> <li>3. เป็นการฝึกฝนให้รู้จักมองโลกในแง่ดี</li> </ol> <b>ประโยชน์ของการมองข้อดีของผู้อื่น</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ทำให้เกิดมีความรู้สึกที่ดีต่อผู้อื่น</li> <li>2. ทำให้สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข</li> </ol>

## หลักสูตร

### เข้าใจวัยรุ่น

#### วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้เข้าใจธรรมชาติและสาเหตุปัญหาของลูกวัยรุ่น
2. เพื่อให้มีแนวทางในการสร้างสัมพันธภาพที่ดีระหว่างพ่อแม่กับลูกวัยรุ่น
3. เพื่อให้มีโอกาสแลกเปลี่ยนประสบการณ์และมีทักษะในการช่วยเหลือลูกวัยรุ่นที่มีปัญหา



## แผนการสอนเรื่อง เข้าใจวัยรุ่น

เวลา 1 ชั่วโมง

**จุดประสงค์การเรียนรู้** เพื่อให้พ่อแม่ ผู้ปกครอง มีความรู้เรื่องพัฒนาการของวัยรุ่น ตระหนักถึงสาเหตุของสภาพปัญหาตามวัยของลูกและมีทัศนคติที่ดีต่อการแสดงออกด้านพฤติกรรมและอารมณ์ของลูกวัยรุ่น

**สาระสำคัญ** การเข้าใจพัฒนาการของลูกวัยรุ่น จะทำให้พ่อแม่ ผู้ปกครอง ตระหนักถึงสาเหตุและสภาพปัญหาตามวัย มีเจตคติที่ดีและสามารถตอบสนองต่อการแสดงออกด้านพฤติกรรมและอารมณ์ของวัยรุ่นได้อย่างเหมาะสม

### กิจกรรมการเรียนการสอน

องค์ประกอบ/กลุ่ม	กิจกรรมการเรียนการสอน	เนื้อหา/สื่อ
ความคิดรวบยอด กลุ่มใหญ่ (10 นาที)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- นำเข้าสู่บทเรียนโดยใช้คำถามนำ เช่น “ท่านรู้สึกหนักใจอะไรกับวัยรุ่น”</li> <li>- วิทยากรเชื่อมโยงปัญหาที่เกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงตามธรรมชาติของลูกวัยรุ่น</li> <li>- บรรยายเรื่อง “ธรรมชาติของวัยรุ่น”</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ใบความรู้ที่ 1-2</li> </ul>
ประสบการณ์จับคู่ (5 นาที)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- วิทยากรอ่านกรณีศึกษาเรื่อง ไคอริ์ของนุช เสร็จแล้วให้จับคู่แลกเปลี่ยนความคิดเห็นว่ารู้สึกอย่างไรเมื่อได้ฟังเรื่องราวของนุช</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- กรณีศึกษาเรื่อง ไคอริ์ของนุช</li> </ul>
สะท้อน/อภิปราย กลุ่มย่อย 3-4 คน (25 นาที) (5 นาที)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. แบ่งกลุ่มย่อยอภิปรายตามใบงาน</li> <li>2. นำเสนอผลงานโดยวิทยากรสุ่มถามทีละข้อ เช่น ข้อ 1 ถามกลุ่มที่ 1, 3, 5 ข้อที่ 2 ถามกลุ่มที่ 2, 4 เป็นต้น</li> <li>3. วิทยากรสรุปและบรรยายเพิ่มเติมเรื่อง วิธีการอยู่ร่วมกับลูกวัยรุ่น</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ใบงานที่ 1</li> </ul>
(5 นาที)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- วิทยากรสรุปและบรรยายเพิ่มเติมเรื่อง วิธีการอยู่ร่วมกับลูกวัยรุ่น</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- แนวทางสรุปสำหรับวิทยากรและใบความรู้ที่ 3</li> </ul>

## ใบงานที่ 1

เวลา 10 นาที

แบ่งกลุ่มผู้เข้ารับการอบรมเป็นกลุ่มย่อย กลุ่มละ 3-4 คน อภิปรายตามประเด็นต่อไปนี้

1. ท่านคิดว่าจะเกิดอะไรขึ้นถ้าพ่อแม่สนับสนุนให้บุตรฝืนใจทำตามพ่อแม่
2. ท่านมีความรู้สึกอย่างไรต่อบุตร ถ้าท่านเป็นบุตรท่านจะทำอย่างไร
3. ท่านมีความคิดอย่างไรต่อการกระทำของพ่อแม่บุตร
4. ถ้าท่านเป็นพ่อแม่ของบุตรท่านจะช่วยบุตรอย่างไร

เสร็จแล้วเตรียมส่งผู้แทนนำเสนอในกลุ่มใหญ่

---

## ใบความรู้ที่ 1

### “ธรรมชาติของวัยรุ่นและการอยู่ร่วมกับวัยรุ่น”

วัยรุ่นมีการเปลี่ยนแปลงหลายประการทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์และสังคม คือ

1. การแตกเนื้อหนุ่มเนื้อสาว มีการเปลี่ยนแปลงขนาดน้ำหนัก ทรวดทรงของร่างกาย อย่างรวดเร็ว เนื่องจากการทำงานของต่อมเพศที่มากขึ้น เช่น มีสภาพร่างกายที่เป็นผู้ใหญ่มากขึ้น การมีประจำเดือน การผื่นเปียก ตลอดจนการมีความรู้สึกทางเพศ ทำให้วัยรุ่นเกิดคำถามในใจมากมายว่า “อะไรเกิดขึ้นกับเขา” “เกิดได้อย่างไร” “เขาจะเหมือนเพื่อน ๆ ไหม” “ทำไมเขาจึงไม่เหมือนเพื่อน ๆ” “เขาผิดปกติหรือเปล่า” ทำให้เขากลายเป็นคนหมกมุ่น ครุ่นคิด ผินกลางวัน หรืออาจมีท่าทีหงุดหงิด หวาดหวั่น ซึ่งเขาควรจะได้เรียนรู้ถึงข้อเท็จจริงในเรื่องเหล่านั้นเพื่อที่เขาจะได้คลายความสงสัยและเข้าใจธรรมชาติของวัยมากขึ้น

2. อารมณ์ของวัยรุ่นจะมีการเปลี่ยนแปลงรวดเร็วโดยไม่ค่อยมีเหตุผลนัก เช่น โกรธง่าย ดีใจง่าย และแสดงออกโดยไม่ค่อยกลั่นกรอง เขาต้องการเวลาสัก 2-3 ปี เพื่อปรับสภาพอารมณ์ที่ผันผวน

3. ความอยากเป็นอิสระ อยากมีเสรีแก่ตน ไม่อยู่ในอาณัติของผู้ใหญ่ เขาจึงมักแสดงท่าทีบางอย่างที่ผู้ใหญ่รู้สึกว่าเขาอวดดี ก้าวร้าว ไม่สุภาพอ่อนน้อม หรือทำท่ายกกฎเกณฑ์ของบ้าน ของ โรงเรียน เขาจึงต้องการการสนับสนุนให้ได้แสดงออกถึงความอยากใหญ่ เช่น อยากมีอำนาจเหนือผู้อื่น อวดโอ่กว่า เหนือคนรับใช้ หรือในบางครั้งอาจแสดงกับพ่อแม่ ซึ่งพ่อแม่จำเป็นต้องมีการอภิปรายร่วมกันเป็นการส่วนตัวกับเขาเพื่อให้เขาได้แสดงออกถึงความคิดเห็นที่เป็นอิสระ โดยพ่อแม่จะช่วยเสริมในส่วนที่เขาคิดเห็นไม่ถูกต้องได้

4. ความอยากเด่น อยากทัดเทียมเพื่อนฝูง ความด้อยในเรื่องรูปโฉม การเงิน สภาพสังคมและครอบครัว มักทำให้เขาเกิดความรู้สึกมีปมด้อยอย่างรุนแรงกว่าเด็กวัยอื่น เด็กจะพยายามกลบเกลื่อนปมด้อยด้วยวิธีการต่าง ๆ เช่น แยกจากกลุ่มเพื่อน แสดงความประพฤติอวดเด่น เรียกร้องความสนใจต่าง ๆ ฉะนั้นพ่อต้องช่วยให้เขาเข้าใจฐานะที่ถูกต้องของครอบครัว ช่วยให้เขาสามารถดึงส่วนดีของเขามาทดแทน ให้เขารู้สึกว่าเป็นที่ยอมรับของกลุ่ม

ความไม่อยากแตกต่างจากกลุ่ม บางทีก็ผลักดันให้เขาประพฤติตนนอกกลุ่มออกไปบ้าง การช่วยสนับสนุนชักจูงให้เด็กรู้จักเลือกกลุ่ม จะพาเขากลับเข้าสู่ทางดีว่าการค้าหนีลงโทษ การเปิดโอกาสให้เด็กพาเพื่อนมามีกิจกรรมในบ้าน รับฟังคำวิพากษ์วิจารณ์จากเด็กท่านก็จะมีโอกาสสอดแทรกทัศนคติของท่านสู่เขาได้โดยง่าย

5. ความอยากลอง อยากรู้ อยากเห็น อยากมีประสบการณ์แปลก ๆ ใหม่ ๆ ทำให้เด็กเกิดความพอใจ ความภาคภูมิใจและมั่นใจในตนเอง รวมทั้งเป็นการระบายพลังทางร่างกายที่มีมากขึ้นในวัยรุ่นออกมา การสนับสนุนให้เด็กวัยรุ่นมีกิจกรรมในทางสร้างสรรค์ทำอยู่เสมอ ไม่ว่าจะเป็นงานการเล่นการแข่งขันทันทีที่ต้องใช้กำลังกาย กำลังความคิด ก็จะช่วยชดเชยความอยากรู้อยากลองในทางที่ผิดได้

6. วัยรุ่นจะมีจินตนาการทางเพศ สนใจเพศตรงข้ามและอยากให้เพศตรงข้ามสนใจเด็ก ๆ ต้องการเรียนรู้ด้วยตนเอง ต้องมีกลุ่มทำกิจกรรมร่วมกันเพื่อเรียนรู้การวางตนให้เหมาะสมกับเพศของเขา การเตรียมเด็กให้เข้าใจบทบาทของเพศหญิงและชาย โดยเปิดโอกาสให้เขาได้เข้าสังคมกับเพื่อนต่างเพศในสายตาของท่าน ดีกว่าปิดกั้นความอยากนี้อย่างเคร่งครัด ซึ่งจะ让孩子หนีไปสังสรรค์ในที่ลับตาผู้ใหญ่ แล้วเกิดความพลั้งพลาดโดยไม่รู้เท่าทันชีวิต

7. ไม่มั่นใจที่ว่า “จะเป็นอะไร” “จะเป็นเหมือนใคร” “จะเป็นหญิงหรือชาย” วัยรุ่นจึงเหมือนอยู่ในทางสองแพร่งที่กำลังมองหาเอกลักษณ์ของตัวเอง ซึ่งประสบการณ์ที่เขาได้พบเห็นมาแต่เขาวัยในครอบครัวที่มั่นคงเป็นสุข จะช่วยให้เขาหาเอกลักษณ์ได้เร็วเข้าและผ่านปัญหาไปได้อย่างมีทิศทาง เด็กวัยรุ่นที่มีชีวิตระหกระเหิน ไม่เป็นสุข ขาดแบบอย่างที่ดี หรือมีครอบครัวไม่เป็นที่ภาคภูมิใจ ย่อมไม่อบอุ่น สับสน และเดินทางผิดได้ง่าย ทำให้เขาต้องหาเอกลักษณ์ของตนเองจากบุคคลที่เขาชื่นชอบซึ่งมักจะเป็นเพื่อนที่เป็นหัวหน้ากลุ่ม อบายมุขทั้งหลายนั่นเอง

-----

## ใบความรู้ที่ 2

### ธรรมชาติของวัยรุ่น

การที่พ่อแม่หรือผู้ใหญ่ไม่สามารถยอมรับธรรมชาติของวัยรุ่นดังกล่าวแล้วได้ เนื่องจากเหตุผลหลายประการ ได้แก่

1. วัฒนธรรมต่างยุคกัน วัฒนธรรมหมายถึง สิ่งที่คนส่วนใหญ่ยอมรับและปฏิบัติต่อกันมาจนเป็นปกติ และแปรเปลี่ยนไปในแต่ละยุคสมัย ผู้ที่ไม่ปฏิบัติตามกระแสวัฒนธรรมมักจะถูกมองว่าหัวโบราณ (ในสายตาของวัยรุ่น) พวกที่มักทำตามวัฒนธรรมมากก็จะถูกมองว่าแหกคอก (ในสายตาของผู้ใหญ่) ผู้ใหญ่จึงมักมองว่าวัยรุ่นสมัยนี้ทำตัวแย่งทุกวัน ทั้ง ๆ ที่เมื่อสมัยที่ผู้ใหญ่เป็นวัยรุ่นเอง ก็อาจจะเคยถูกมองว่าแย่มาก่อนในสายตาของผู้ใหญ่สมัยนั้น เช่น ผู้ใหญ่เองก็อาจเคยใส่รองเท้าส้นตึก กางเกงขาบาน หนี้ออกไปเที่ยวกับเพื่อน โดยไม่กล้าบอกให้พ่อแม่ทราบเพราะกลัวว่าพ่อแม่จะไม่อนุญาต เป็นต้น การที่พ่อแม่ยึดตัวเองเป็นหลัก ไม่ยอมรับค่านิยมสมัยใหม่ เป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้พ่อแม่ไม่เข้าใจ และไม่สามารถปรับตัวเข้ากับลูกวัยรุ่นได้
2. การลืมประสบการณ์ของตนเอง ผู้ใหญ่บางท่านอาจลืมไปว่าในช่วงที่ตนเองเป็นวัยรุ่นก็เคยชอบเรื่องสวย ๆ งาม ๆ (เพียงแต่สิ่งเสริมความงามต่าง ๆ ในสมัยก่อนยังไม่ทันสมัยเท่าสมัยนี้เท่านั้นเอง) เคยแค้นความรู้สึกของเพื่อนมาก เคยพบเพื่อนต่างเพศ เคยจีบกัน เพียงแต่วิธีการไม่ประเจิดประเจ้อเหมือนสมัยนี้ เป็นต้น ฉะนั้นเมื่อนำมาตรฐานเดิมมาเปรียบเทียบกับจึงทำให้ผู้ใหญ่ มักจะรับไม่ได้กับพฤติกรรมของวัยรุ่นสมัยนี้
3. การเคยเจ็บปวดกับความผิดพลาดของตนเอง การที่พ่อแม่เคยมีประสบการณ์ที่ผิดพลาดอะไรบางอย่างในอดีตและไม่ให้อภัยตัวเอง พ่อแม่ก็จะพยายามลืม แต่ก็มักจะอดโทษตนเองและโทษคนอื่นที่ทำผิดพลาด โดยเฉพาะอย่างยิ่งคนใกล้ชิดและจะพยายามปกป้อง กีดกัน ไม่ให้บุคคลใกล้ชิดมีโอกาสมาคิดแบบตน โดยอาจควบคุมลูกในบางเรื่องเป็นพิเศษ โดยไม่รู้ตัวการกระทำเช่นนี้ จึงมักทำให้เกิดการปะทะที่รุนแรงระหว่างพ่อแม่กับลูกวัยรุ่นมากขึ้น ทั้ง ๆ ที่พ่อแม่เองก็อาจไม่ได้ตั้งใจให้เกิดเรื่องเช่นนั้น การที่จะแก้ไขสิ่งเหล่านี้ได้พ่อแม่จะต้องหันมามองตัวเอง หาสาเหตุของความผิดพลาดที่ซ่อนอยู่แล้วขจัดสาเหตุนั้น ๆ เสีย มองความผิดพลาดในทางสร้างสรรค์ คิดว่าการผิดพลาดเป็นการให้ข้อคิดหรือบทเรียน พยายามให้อภัยตัวเองให้ได้ เมื่อพ่อแม่สามารถให้อภัยตัวเองได้ก็จะสามารถมองลูกอย่างเข้าใจมากขึ้น ยอมรับความผิดพลาดของลูกได้ให้อภัย ให้โอกาสในการแก้ตัวใหม่แก่ลูก รวมถึงให้กำลังใจ แนะนำในเชิงสร้างสรรค์ด้วยการใช้วิธีการที่ถูกต้องเหมาะสม เพราะความปรารถนาดีเพียงอย่างเดียวก็อาจจะไม่เพียงพอเสียแล้ว

-----

### ใบความรู้ที่ 3

#### วิธีการอยู่กับลูกวัยรุ่น

1. พยายามสร้างกฎเกณฑ์ให้น้อยที่สุดเท่าที่จะทำได้ และเข้มงวดเฉพาะกับกฎเกณฑ์นั้น ๆ เท่านั้น  
พยายามหลีกเลี่ยงการถกเถียงกับวัยรุ่นในเรื่อง ไร้สาระที่เกิดจากการสร้างกฎเกณฑ์ที่ไม่สมเหตุผล เช่น การไว้ผมยาว การสวมกางเกงยีนส์ขาด ๆ ปะ ๆ เพราะการจู้จี้จุกจิกจากกลางจะเป็นการบั่นทอนสัมพันธภาพที่ดีระหว่างวัยรุ่นกับตัวคุณเอง จนทำให้เขายิ่งทำตัวห่างจากคุณไป ฉะนั้นโปรดสงวนความไม่เห็นด้วยของคุณรวมทั้งกฎเกณฑ์เอาไว้ใช้กับเรื่องที่สำคัญจริง ๆ เท่านั้น
2. รับฟังความคิดเห็นของวัยรุ่นด้วยความสนใจเสมอ  
เพราะมันเป็นเรื่องเจ็บปวดมากสำหรับวัยรุ่นที่รู้สึกว่า พ่อแม่ยุ่งเกินไปกว่าที่จะรับฟังความคิดเห็นของเขา การที่คุณสนใจอยู่แต่หนังสือพิมพ์ในมือ เมื่อลูกต้องการพูดคุยกับคุณด้วยนั้น เป็นการปิดกั้นโอกาสในการสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับลูก เพราะวัยรุ่นต้องการตอบสนองที่กระตือรือร้นจากพ่อแม่ของเขาเป็นที่สุด ดังนั้นทางที่ดีที่สุดคือรับฟังความคิดเห็นของเขาทุกครั้งที่เขาพูด
3. จงใช้เวลาในการพูดคุยและแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับวัยรุ่น  
เพื่อให้วัยรุ่นรู้จักที่จะแยกความฝันออกจากความจริง และสามารถพัฒนาเป็นคนที่พึ่งตนเองได้ การฟังอย่างตั้งใจช่วยให้พ่อแม่สามารถติดตามการเผชิญปัญหาของลูกวัยรุ่น เป็นการสร้างสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน นำไปสู่ความสำเร็จในการให้คำปรึกษากับลูก
4. ปลอ่ยให้วัยรุ่นกำหนดแผนในชีวิตของตนเองได้บ้าง  
พ่อแม่ควรปล่อยให้ลูกวัยรุ่นได้กำหนดแผนในชีวิตของตนเองบ้าง เพื่อให้ลูกได้เรียนรู้และปรับแผนด้วยตนเอง โดยที่พ่อแม่ควรเรียนรู้และยอมรับลักษณะที่แตกต่างระหว่างลูกแต่ละคน เพราะแต่ละคนย่อมแตกต่างกัน จงอย่านำเอาลูกของเพื่อนหรือญาติมาพูดเปรียบเทียบกับลูก ของท่านแม้ว่าเขาจะทำได้ไม่ดังก็นก็ตาม
5. เคารพความคิดเห็นส่วนตัวของวัยรุ่นตามสมควร  
ไม่มีอะไรน่าขำใจมากไปกว่าการที่พ่อแม่รุกรานในเรื่องส่วนตัวของลูกและเที่ยวสอดรู้สอดเห็นไปเสียหมด เช่น แอบฟังการพูดโทรศัพท์ แอบอ่านจดหมาย ส่องดูโต๊ะหรือลิ้นชัก เป็นต้น เพราะฉะนั้นการทำให้เป็นไม่รู้ไม่ชี้จะทำให้เขาไว้ใจและยังเพิ่ม โอกาสในการให้ความร่วมมือกับคุณมากขึ้น
6. จงมีความอดทนยอมรับข้อผิดพลาดของลูกวัยรุ่น  
บางครั้งพ่อแม่อาจลืมหืมตาและเอามาตรฐานของตัวเองมาวัดความผิดพลาดล้มเหลวของวัยรุ่น ซึ่งพ่อแม่ควรให้อภัยและเปิดโอกาสให้เขาได้แก้ตัวใหม่เมื่อทำผิดพลาด
7. อย่ากลัวการยอมรับความผิดพลาดของตัวเอง  
เมื่อคุณทำผิดพลาดต้องกล้ายอมรับความผิด เพื่อแสดงให้วัยรุ่นเห็นว่าคุณเป็นพ่อแม่ยุคประชาธิปไตย ไม่ใช่คนเผด็จการ เพราะจะทำให้เขาไว้วางใจในตัวคุณและพร้อมที่จะยอมรับฟังความคิดเห็นตลอดจนข้อเสนอแนะของคุณมากขึ้น

8. เมื่อวัยรุ่นประสบความสำเร็จต้องชมเชยเขาอย่างจริงใจ

ทำให้เขารู้สึกว่าคุณมีความภาคภูมิใจในตัวเขา ซึ่งทำให้เขารู้สึกว่าตนเองเป็นที่ยอมรับของผู้อื่น เพราะวัยรุ่นเป็นวัยที่ต้องการการยอมรับนับถือมาก

9. จงหลีกเลี่ยงการตำหนิติเตียน

เมื่อคุณไม่เห็นด้วยกับการตัดสินใจของเขา แม้ว่า คุณจะไม่เห็นด้วยอย่างมาก ๆ ก็ตาม แต่จงทำให้เขารับรู้ว่าคุณไม่เห็นด้วยกับเขาด้วยการพูดกันอย่างมีมิตรภาพ ร่วมอภิปรายถึงข้อผิดพลาดนั้น ๆ ด้วยความอดกลั้นอย่างที่สุด เพื่อแสดงความเคารพในการตัดสินใจของเขาและพัฒนาความแข็งแกร่งของบุคลิกภาพต่อไปในอนาคตได้

10. ในกรณีที่ลูกวัยรุ่นมีพฤติกรรมไม่เหมาะสม

เขาอาจถูกประทัບตราว่าเป็นนักเลงหรือเป็นไอ้ตัวยุ่งเพราะเขามีพฤติกรรมที่เกรงเมื่อถูกตำหนิบ่อย ๆ จะยังทำให้เขารู้สึกว่าเขาคงจะเป็นคนแบบนั้นจริง ๆ เมื่อรู้ว่าการตอกย้ำข้อบกพร่องยิ่งผลักดันให้เด็กมีพฤติกรรมไม่ดีต่อไป ฉะนั้นจึงควรเน้นพฤติกรรมที่ดีของเขา บางทีเขาอาจตอบสนองความศรัทธาของเราโดยการทำตัวเป็นคนดีก็ได้

11. จงทำตัวเป็นแบบอย่างที่ดีแก่ลูก

ให้ลูกเกิดความศรัทธาในตัวของคุณแม่ เพราะวัยรุ่นเป็นวัยที่ต้องการลอกเลียนแบบ เพื่อนำมาเป็นเอกลักษณ์เฉพาะตัวของตัวเอง โดยโปรดระลึกไว้เสมอว่าท่านต้องการให้เด็กวัยรุ่นเติบโตเป็นคนอย่างไร ก็ขึ้นอยู่กับท่านเองจะเป็นแบบอย่างให้เขาเป็นตามที่ท่านต้องการได้หรือไม่

12. สร้างความสัมพันธ์ที่ดีภายในบ้าน

เพื่อให้บ้านน่าอยู่และเป็นที่พักผ่อนได้เสมอสำหรับวัยรุ่นในบ้าน พ่อแม่ควรมีความรักใคร่ปรองดองกัน ประกอบอาชีพมีหลักฐาน ให้ความรักแก่บุตรเท่าเทียมกัน ไม่ทอดทิ้งบุตร มากเกินไป สมาชิกในบ้านควรมีเวลาอยู่พร้อมหน้ากัน เช่น รับประทานอาหารเย็นร่วมกัน พูดคุยกันอย่างเป็นกันเอง มีปัญหาอะไรก็จะได้ช่วยกันแก้ไข บุคคลในครอบครัวควรมีกิจกรรมที่สนใจร่วมกัน เช่น การปลูกต้นไม้ เล่นกีฬา เพราะกิจกรรมเหล่านี้จะทำให้สมาชิกในครอบครัวมีความสนิทสนมกลมเกลียวกันมากยิ่งขึ้น เมื่อเขามีปัญหาเขาก็จะกล้าเดินเข้ามาปรึกษากับพ่อแม่ด้วยความสนิทใจ

กล่าวโดยรวม วัยรุ่นเป็นวัยต่อจากวัยเด็กสู่วัยหนุ่มสาว ที่มีการเปลี่ยนแปลงมากมาย เห็นได้ชัดคือมีการหลังของฮอร์โมนเพศมากขึ้น ที่ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย เป็นผลให้วัยรุ่นสับสน ไม่มั่นใจในตนเอง ประกอบกับการที่เขาพยายามที่จะหาเอกลักษณ์ให้กับตัวเอง ต้องการความเป็นอิสระ อยากรู้อยากลอง แต่ความคิดและประสบการณ์ของเขายังน้อยนัก จึงทำให้บางครั้งวัยรุ่นอาจทำอะไรไม่เหมาะสม โดยรู้เท่าไม่ถึงการณ์ ฉะนั้นเมื่อท่านหนักใจเกี่ยวกับลูกวัยรุ่นของท่าน อย่าเพิ่งด่วนลงโทษ โกรธ ประณามเขาว่าคือ เลว ไม่รักดี โปรดงหาต้นตอของปัญหา แล้วลองตอบสนองเขาอย่างใจเย็น เป็นกันเอง รับฟังอย่ามีสติ แต่ถ้ายังไม่สามารถแก้ไขอย่าเพิ่งหือแท้ พยายามหาคนกลางที่จะช่วยให้ท่านเข้าใจเด็กของท่านได้อย่างชัดเจนขึ้น

-----

## เรื่องไคอารีของนุช

สมุดจำ.....

วันนี้เป็นวันที่ฉันสับสนมากที่สุดเลย คุณพ่อไปปรับฉันที่โรงเรียนหลังเลิกเรียน ตอนเย็นเหมือนอย่างเคย คุณพ่อได้เล่าถึงลูกชายเพื่อนของคุณพ่อที่ทำงานว่า ปีนี้ที่ไค่สอบเอ็นทรานซ์เข้ามหาวิทยาลัยคณะแพทยจุฬา เพื่อน ๆ ของพ่อที่ทำงานต่างแสดงความยินดีและชื่นชมกับเพื่อนคนนี้มาก พ่อบอกฉันว่า “นุชต้องสอบเอ็นทรานซ์ให้ได้นะ และต้องเลือกคณะแพทยจุฬาเหมือนพี่เค้านะ” แถมยังกำกับเสียงดังอีกว่าต้องสอบเข้าให้ได้ นะ พอดตกเย็นขณะรับประทานอาหารที่โต๊ะ คุณแม่ได้บอกฉันว่า “นุชแม่ได้ไปซื้อใบสมัครเรียนกวดวิชาที่โรงเรียนกวดวิชาภาคฤดูร้อนให้แล้ว อยู่ติด ๆ กับที่ทำงานของคุณพ่อ จะได้สะดวกเวลาที่คุณพ่อไปรับส่ง” และ ยังย้ำอีกว่า “ปีหน้าสอบเอ็นทรานซ์จะได้สอบติดคณะแพทยศาสตร์เหมือนลูกชายเพื่อนคุณพ่อ นุชคือความหวัง และหน้าตาของพ่อแม่ล่ะ”

สมุดจำ.....

ฉันจะบอกคุณพ่อคุณแม่อย่างไรดี ว่าฉันชอบ บริหารการตลาด และฉันก็เรียนอยู่สายศิลป์ ฉันสับสน ว่าวุ่นใจจึงเลิกกลัวคุณพ่อคุณแม่จะเสียใจ ถ้าไม่ทำตามความต้องการของท่าน

สมุดจำ.....

ฉันจะทำอย่างไรดี เพื่อให้คุณพ่อคุณแม่ที่ฉันรักได้สมหวัง เพราะฉันคือลูกคนเดียวของท่าน เสียงของคุณแม่ยังก้องในหูของฉัน ลูกคือความหวังและหน้าตาของพ่อแม่ล่ะ

สมุดจำ.....

ช่วยด้วย ๆ ๆ ๆ

-----



แนวทางการสรุปสำหรับวิทยากร

เรื่อง ไคอารีของนุช

คำถาม	แนวทางการสรุป
1. อะไรจะเกิดขึ้นถ้าพ่อแม่สนับสนุนให้นุชฝันทำตามพ่อแม่	1. อาจเกิดผลเสียต่อนุช นุชอาจมีปฏิกิริยาต่อต้านหรือหาทางออกผิด ๆ
2. ถ้าท่านเป็นนุชจะทำอย่างไร	2. นุชตัดสินใจค่อนข้างยากเพราะไม่ว่าจะเลือกวิธีการใดก็จะนำความยุ่งยากใจมาให้
3. มีความคิดอย่างไรต่อการกระทำของพ่อแม่	3. พ่อแม่ทุกคนล้วนมีความคาดหวังต่อลูก แต่ความคาดหวังควรตั้งอยู่บนความถนัดความสามารถ และความสนใจของลูกเอง ไม่ควรเปรียบเทียบกับลูกคนอื่น หรือให้ลูกทำเพื่อทดแทนความต้องการของพ่อแม่
4. ถ้าเป็นพ่อแม่ นุช ท่านจะช่วยนุชอย่างไร	พ่อแม่ควรพูดคุยกับนุช เปิดโอกาสให้นุชแสดงความต้องการและความรู้สึกที่แท้จริงบ้าง

**แผนการสอนเรื่อง บทบาทการเป็นพ่อแม่**  
**เวลา 60 นาที**

**จุดประสงค์การเรียนรู้**

ให้พ่อแม่ตระหนักในความสำคัญของการใช้เวลาอยู่ร่วมกับลูกอย่างมีคุณภาพ

**สาระสำคัญ**

ในปัจจุบัน พ่อแม่ส่วนใหญ่ไม่ค่อยมีเวลาอยู่ร่วมกับลูกหรือมีเวลาอยู่ร่วมกับลูก แต่ไม่สามารถที่จะใช้เวลาที่มีอยู่ได้อย่างมีคุณภาพ ต่างฝ่ายต่างทำกิจกรรมของตนเอง ขาดการดูแลเอาใจใส่ซึ่งกันและกัน ทำให้ครอบครัวอยู่ในลักษณะตัวใครตัวมัน ดังนั้นการที่พ่อแม่ได้มีแนวทางที่จะทำกิจกรรมร่วมกับลูก จะทำให้พ่อแม่อยู่ร่วมกับลูกอย่างมีคุณภาพ อันจะเป็นการส่งเสริมบทบาทการเป็นพ่อแม่ให้มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

องค์ประกอบ/กลุ่ม	กิจกรรมการเรียนการสอน	เนื้อหา/สื่อ
ประสบการณ์ กลุ่มใหญ่ (15 นาที)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- นำเข้าสู่บทเรียน โดยถามผู้เข้ารับการฝึกอบรมว่า “การเป็นพ่อแม่ที่ดี เป็นอย่างไร”</li> <li>- สุ่มถาม 3-4 คน</li> <li>- วิทยากรอ่านกรณีศึกษา</li> <li>- วิทยากรถามผู้เข้ารับการอบรมว่า               <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ มีความรู้ดีทุกอย่างต่อเรื่องนี้</li> </ul> </li> <li>- สุ่มถาม 3-4 คน และสรุป</li> </ul>	- กรณีศึกษาเรื่อง “จะโทษใคร”
สะท้อนและอภิปราย กลุ่ม 3-4 คน (20 นาที)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- แบ่งกลุ่มย่อย กลุ่มละ 3-4 คน อภิปรายตามใบงาน</li> <li>- วิทยากร สุ่มผู้แทนกลุ่มย่อยเสนอผลจนครบทุกประเด็น แล้วสรุป</li> </ul>	- ใบงานที่ 1
ความคิดรวบยอด กลุ่มใหญ่ (5 นาที)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- วิทยากรบรรยายเรื่อง “การอยู่ร่วมกันอย่างมีคุณภาพ”</li> </ul>	- ใบความรู้ 1
ประยุกต์แนวคิด กลุ่มใหญ่ (20 นาที)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- จากกลุ่มเดิม ร่วมกันอภิปรายตามใบงาน</li> <li>- สุ่มกลุ่มนำเสนอผล</li> <li>- วิทยากรสรุป ตามแนวคิดที่ควรใช้</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ใบงานที่ 2</li> <li>- แนวคิดที่ควรได้</li> </ul>

**ใบงานที่ 1**  
**(ใช้เวลา 20 นาที)**

แบ่งกลุ่มย่อย กลุ่มละ 3-4 คน ให้ร่วมกันอภิปรายตามประเด็นต่อไปนี้

กลุ่มที่ 1, 2 ครอบครัวบุญบันเทิงดูเหมือนจะมีคุณภาพ แต่ทำไมจึงเกิดปัญหานี้ขึ้นได้ เพราะเหตุใด?

กลุ่มที่ 3, 4 ทำไมแอนเกิดปัญหาแล้วไม่ปรึกษาพ่อกับแม่?

กลุ่มที่ 5, 6 พ่อแม่เลี้ยงแอนกับเอกด้วยวิธีการ อย่างไร?

กลุ่มที่ 7, 8 ถ้าท่านเป็นพ่อแม่ของแอน ท่านจะมีวิธีการป้องกันปัญหานี้อย่างไร?

และเตรียมผู้แทนเสนอผลต่อกลุ่มใหญ่

---

**ใบงานที่ 2**  
**(ใช้เวลา 20 นาที)**

จากกลุ่มเดิม ร่วมกันอภิปรายแนวทางการอยู่ร่วมกันระหว่างพ่อแม่กับลูกวัยต่าง ๆ ตามประเด็นต่อไปนี้

กลุ่มที่ 1, 2 การอยู่ร่วมกันกับลูกวัย (0-5 ปี)

กลุ่มที่ 3, 4 การอยู่ร่วมกันกับลูกวัย (6-12 ปี)

กลุ่มที่ 5, 6 การอยู่ร่วมกันกับลูกวัยรุ่นเรียน

และเตรียมผู้แทนกลุ่มเสนอผลต่อกลุ่มใหญ่

## ใบความรู้ที่ 1

### เรื่อง การอยู่ร่วมกันอย่างมีคุณภาพ

การอยู่ร่วมกันเป็นครอบครัวนั้น ถ้าไม่มีสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน หรือได้ทำกิจกรรมร่วมกัน ก็เหมือนกับต่างคนต่างอยู่ ต่างคนต่างมีปัญหา และแก้ปัญหาด้วยตนเอง ไม่มีการพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกัน ทำให้การอยู่ร่วมกันไม่มีความสุข รู้สึกว่าครอบครัวไม่มีคุณค่า การที่สมาชิกในครอบครัว โดยเฉพาะพ่อแม่ มีวิธีการหรือจัดกิจกรรมร่วมกันในครอบครัวอย่างมีคุณภาพ ก็จะทำให้ครอบครัวน่าอยู่ และมีชีวิตที่เป็นสุขยิ่งขึ้น

วิธีการอยู่ร่วมกันอย่างมีคุณภาพ มีดังนี้

1. มีการพูดจาสื่อสารที่ดีต่อกัน โดย

- มีการรับฟังและแสดงความปรารถนา ความต้องการของตนเองได้
- มีการพูดจาเพื่อลดหรือแก้ไขปัญหาทางอารมณ์ เช่น ความทุกข์ใจ ความวิตกกังวล ความกลัว และมีการให้กำลังใจซึ่งกันและกัน

2. มีการตอบสนองความต้องการของกันและกันตามความเหมาะสม เช่น พ่อแม่สังเกตว่าลูกอย่างใดห่มวก พ่อแม่ก็ซื้อให้เมื่อถึงวันเกิด เป็นต้น

3. มีการทำกิจกรรมที่ทุกคนพอใจและรู้สึกผ่อนคลายร่วมกัน เช่น ไปเที่ยว รับประทานอาหารนอกบ้าน ช้จักรยาน

4. มีการส่งเสริมประสบการณ์ชีวิตให้กับลูก เช่น พาลูกไปวัดฝึกให้ลูกรู้จักช่วยเหลืองานบ้าน ฝึกให้ลูกได้ตัดสินใจเลือกด้วยตัวเอง

ช่วงเวลาเหล่านี้ จะเป็นโอกาสให้พ่อแม่ได้สังเกตพฤติกรรมของลูกพฤติกรรมใดที่เหมาะสมแล้ว พ่อแม่ก็ควรส่งเสริมให้มันต่อไป ส่วนพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม พ่อแม่ก็ไม่ควรปล่อยให้ผ่านเลยไป ควรแนะนำตักเตือนหรือปรับพฤติกรรมนั้นให้ดีขึ้น

สิ่งสำคัญที่สุดของช่วงเวลาที่มึคุณภาพ ก็คือ พ่อแม่ต้องทำตัวให้เป็นตัวอย่างที่ดีให้ลูกได้เห็นและเลียนแบบได้ ทั้งนี้ การอยู่ร่วมกันอย่างมีคุณภาพ ไม่ได้ขึ้นอยู่กับระยะเวลาว่าพ่อแม่ต้องอยู่กับลูกยาวนานได้ แต่ขึ้นอยู่กับว่าพ่อแม่ปฏิบัติอย่างไรกับลูก หรืออยู่ร่วมกับลูกอย่างไร

-----

## แนวคิดที่ควรได้

ประเด็นปัญหา	แนวคิดที่ควรได้
1. การอยู่ร่วมกันกับลูกวัย 0-2 ปี	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. ชวนพ่อเลี้ยงลูก ชวนพี่เลี้ยงน้อง เพื่อผ่อนคลายความเครียด เนื่องจากการเลี้ยงดูลูก</li> <li>2. เอาใจใส่ดูแลตอบสนองตามความต้องการของลูก เช่น เรื่องอาหาร ความสะอาด</li> <li>3. พุดคุย หยอกล้อร่วมกันกับลูก ชวนกันไปเที่ยว เช่น สวนสัตว์</li> </ol>
2. การอยู่ร่วมกันกับลูกวัยก่อนเรียน 3-5 ปี	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. เล่นกับลูก เช่น เล่นทราย เล่นลูกบอล</li> <li>2. ฝึกลูกให้ช่วยเหลือตนเอง เช่น แต่งตัว กินข้าว ทำความสะอาด หลังจากขับถ่าย</li> <li>3. พุดคุย ตอบคำถามลูกเมื่อลูกซักถาม เพราะวัยนี้เป็นวัยช่างซักถาม พ่อแม่ควรเข้าใจ จะได้มีความอดทนในการอยู่ร่วมกันกับเด็กวัยนี้ได้มากขึ้น</li> </ol>
3. การอยู่ร่วมกันกับลูกวัยเรียน 6-12 ปี	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. สังเกตว่าลูกมีความสนใจ หรือถนัดในด้านใด ควรส่งเสริม ตามความเหมาะสม เช่น กีฬา ดนตรี และควรเปิดโอกาสให้ลูก ได้รับประสบการณ์อื่น ๆ เช่น การเข้าค่ายเยาวชน การเที่ยวชม พิพิธภัณฑ์ หรือ โบราณสถาน</li> <li>2. สมาชิกทุกคนในครอบครัวควรร่วมกันรับผิดชอบทำงานบ้าน สิ่งเหล่านี้จะทำให้ลูกเกิดความรับผิดชอบในตนเองขึ้น และทำให้เกิดความภาคภูมิใจในตนเอง</li> <li>3. ครอบครัวควรมีโอกาสได้รับประทานอาหารร่วมกันทุกวัน พุดคุยถามไถ่ทุกข์สุขร่วมกันบ้าง หากลูกคิดซัดอะไร พ่อแม่ควรให้ความช่วยเหลือลูกตามสมควร</li> <li>4. พ่อแม่ควรให้ความสนใจสนทนพุดคุยในเรื่องที่ลูกสนใจ และอธิบายให้ลูกเข้าใจ เช่น เพศ ความรัก</li> </ol>
4. การอยู่ร่วมกันกับลูกวัยรุ่น	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. พ่อแม่ควรทำตัวให้ร่วมสมัยกับลูกบ้าง ติดตามข่าวสารที่จะเป็นประโยชน์กับลูกวัยรุ่น และร่วมกิจกรรมที่ลูกสนใจ</li> <li>2. มีข้อตกลงร่วมกัน ระหว่างพ่อแม่กับลูกวัยรุ่น เช่น การคบเพื่อน การเรียน ความรับผิดชอบในบ้าน</li> <li>3. ถ้าลูกมีพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม พ่อแม่ควรควบคุมอารมณ์ตนเอง ให้ได้ก่อน ควรใช้วิธีการเตือนมากกว่าด่าว่า หรือทำให้ลูกอับอาย และควรสังเกตด้วยว่าลูกพร้อมที่จะรับฟังคำเตือนหรือไม่</li> <li>4. ไม่ควรมีทัศนคติทางลบหรือมองลูกว่าเป็นศัตรู ควรพุดคุยเป็นเพื่อนลูก และพร้อมรับฟังเรื่องราวต่าง ๆ จากลูก</li> </ol>

### เรื่อง “จะโทษใคร?”

ครอบครัวบุญบันเทิง เป็นครอบครัวที่ประกอบด้วย พ่อ แม่ และลูก อีก 2 คน ครอบครัวนี้มีฐานะอยู่ในระดับปานกลาง ในวันธรรมดาพ่อและแม่ต่างก็ต้องออกไปทำงานแต่เช้า ทิ้งให้แอนซึ่งมีอายุ 16 ปี และเอกซึ่งมีอายุ 13 ปี อยู่กันเองตามลำพัง แม่จะเตรียมอาหารเช้าเอาไว้ให้ทุกวันก่อนลูกจะไปโรงเรียน และจะใช้วิธีการเขียนข้อความทิ้งไว้ที่โต๊ะอาหาร เมื่อต้องการจะสื่อสารเรื่องอะไรกับลูก ในวันหยุดต่างคนก็จะทำกิจกรรมที่ตนเองชอบ พ่อก็จะนั่งอ่านหนังสือพิมพ์ หรือไม่ก็ลงไปดูแลต้นไม้หน้าบ้าน แม่ก็เอาแต่ทำความสะอาดบ้าน แอนก็หมกตัวอยู่บนห้อง เขาก็เอาแต่ดูโทรทัศน์ทั้งวัน วัน ๆ ไม่มีการพูดคุยสื่อสารกัน นาน ๆ ครั้งจึงได้ยินเสียงพูดคุยกันขึ้น จนเมื่อวันหนึ่ง แม่เริ่มรู้สึกที่แอนไม่ลงมาทานข้าวเย็น จึงได้วานให้เอกขึ้นไปดูพี่ที่ข้างบน เอกได้ยินเสียงพี่สาวร้องครวญครางอยู่ในห้องน้ำ จึงวิ่งลงมาบอกพ่อแม่ว่าพี่แอนเป็นอะไรก็ไม่รู้ ร้องอยู่ในห้องน้ำ พ่อกับแม่จึงรีบวิ่งขึ้นไป พังประตูห้องน้ำเข้าไป และพบแอนนอนจมกองเลือดอยู่ในห้องน้ำ พ่อและแม่รีบนำตัวแอนไปโรงพยาบาลหมอบอกว่าแอนแท้งและตกเลือดมาก อาการอยู่ในขั้นอันตราย ทุกคนรู้สึกตกใจมากเมื่อได้ยินเช่นนั้น พ่อแม่ต่างก็ถามกันว่าเรื่องนี้เกิดขึ้นได้อย่างไร ทั้ง ๆ ที่ครอบครัวก็สงบสุขดี

---

## แผนการสอนเรื่อง เปิดใจให้กัน

เวลา 1 ชั่วโมง

## จุดประสงค์การเรียนรู้

เพื่อให้พ่อแม่มีโอกาสระบายความคับข้องใจ แลกเปลี่ยนแนวคิด และทักษะในการเข้าใจ และการช่วยเหลือลูกที่มีปัญหา

## สาระสำคัญ

การแลกเปลี่ยนประสบการณ์ระหว่างพ่อแม่ของวัยรุ่นในด้านแนวคิดและวิธีการในการเข้าใจ และการช่วยเหลือลูก จะช่วยลดความคับข้องใจและทำให้พ่อแม่เกิดกำลังใจในการช่วยเหลือลูก

องค์ประกอบ/กลุ่ม	กิจกรรมการเรียนรู้การสอน	เนื้อหา/สื่อ
ประสบการณ์ กลุ่ม 2 คน (5 นาที)	- วิทยากรตั้งคำถามว่า "ปัญหาที่พบในลูกวัยรุ่นส่วนใหญ่มีอะไรบ้าง" - วิทยากรถามผู้เข้ารับการอบรมทุกคนและเลือกปัญหา 3-5 ปัญหา เพื่อใช้ในการอภิปราย	
สะท้อน/อภิปราย กลุ่ม 3-4 คน (30 นาที)	- อภิปรายตามประเด็นในงานเรื่อง ปัญหาของลูกวัยรุ่น - ให้แต่ละกลุ่มส่งผู้แทนมานำเสนอผล - วิทยากรสรุปผล	- ใบงานที่ 1
ความคิดรวบยอด กลุ่มใหญ่ (5 นาที)	- วิทยากรบรรยายเพิ่มเติมแนวทางการช่วยเหลือลูกวัยรุ่นที่มีปัญหา	- ใบความรู้ที่ 1
ประยุกต์แนวคิด กลุ่ม 3-4 คน (20 นาที)	- แบ่งกลุ่มอภิปรายตามใบชี้แจง - วิทยากรสรุป	- ใบชี้แจง - แนวทางการสรุปสำหรับวิทยากร

## ข้อเสนอแนะ

วิทยากรอาจใช้ปัญหาอื่น ๆ ดังรายละเอียดในใบความรู้สำหรับวิทยากรมาเป็นประเด็นการอภิปรายประยุกต์แนวคิดได้

**ใบงานที่ 1**  
**ใช้เวลา 30 นาที**

ให้ผู้เข้ารับการอบรมร่วมกันอภิปรายในเรื่อง "ปัญหาของลูกวัยรุ่น" โดย

1. ให้เลือกปัญหาจากการอบรมในช่วงแรกที่กลุ่มเห็นว่าสำคัญ หรือต้องการความช่วยเหลือ
  2. ร่วมกันเสนอวิธีการช่วยเหลือในปัญหานั้น
  3. นำเสนอกรณีตัวอย่างหรือประสบการณ์ที่น่าสนใจต่อกลุ่มใหญ่
-



**ใบชี้แจง**  
**ใช้เวลา 20 นาที**

แบ่งกลุ่ม 3-4 คน ร่วมกันอภิปรายเรื่อง ท่านจะช่วยเหลือลูกอย่างไร เมื่อท่านพบว่า

1. ลูกสูบบุหรี่
  2. ลูกไม่ตั้งใจเรียน
-

แนวทางการสรุปสำหรับวิทยากร  
การช่วยเหลือลูกวัยรุ่นที่มีปัญหา

ปัญหา	ขั้นตอนการแก้ไขปัญหา
พบว่าลูกวัยรุ่นชายสูบบุหรี่	<ol style="list-style-type: none"> <li>ค้นหาสาเหตุของปัญหา พูดคุยกับลูกตรงไปตรงมา ตามถึงสาเหตุของการสูบบุหรี่ เป็นเพราะอยากลอง/ตามเพื่อน หรือคิดว่าเป็นทางออกของความไม่สบายใจ</li> <li>ใช้เทคนิคการเตือน โดยแสดงถึงความห่วงใยของพ่อแม่ บอกถึงความต้องการของพ่อแม่ และเปิดโอกาสให้ลูกแสดงความคิดเห็น</li> <li>ส่งเสริมให้ทำกิจกรรมอื่น เช่น ออกกำลังกาย ทำงานอดิเรก</li> <li>คอยติดตามพฤติกรรมของลูก</li> </ol>
ลูกไม่ตั้งใจเรียน	<ol style="list-style-type: none"> <li>พูดคุยกับลูกเพื่อค้นหาสาเหตุของปัญหาว่าอยู่ที่ตัวลูก ครู เพื่อน หรือพ่อแม่เอง</li> <li>แก้ไขต้นเหตุ เช่น ลูกเรียนหนังสือไม่เข้าใจ-เรียนพิเศษ หรือหาคนอธิบายเพิ่มเติม เพื่อนล้อเลียน-พูดคุยกับลูกถึงเรื่องที่เพื่อนล้อเลียน</li> <li>ปรึกษากับครูประจำชั้นหรือครูแนะแนวเพื่อขอความช่วยเหลือ</li> </ol>

## ใบความรู้ที่ 1

### แนวทางในการช่วยเหลือลูกวัยรุ่นที่มีปัญหา

ศิลปะของการเป็นพ่อแม่จะต้องเข้าใจว่าเมื่อใดควร “ตึง” และเมื่อใดควร “หย่อน” กับลูก โดยเฉพาะอย่างยิ่งกับลูกที่อยู่ในวัยรุ่น การวางตัวของพ่อแม่เป็นสิ่งสำคัญมาก พ่อแม่หลายคนมองลูกที่กำลังจะก้าวเข้าสู่วัยรุ่นด้วยสายตาแห่งความกังวลห่วงใย เพราะวัยรุ่นเป็นวัยที่เด็กมักจะชอบความมีอิสระ ทำให้พ่อแม่หลายคนไม่แน่ใจว่าเมื่อลูกย่างเข้าวัยรุ่นเขาจะยังเชื่อฟังเราเหมือนเมื่อก่อนหรือไม่ เขาจะสร้างปัญหาอะไรให้เราและเขายังมีความสัมพันธ์ที่ใกล้ชิดกับเราเหมือนเมื่อก่อนอยู่หรือไม่

ความจริงสิ่งที่พ่อแม่ห่วงกังวลเกี่ยวกับลูกวัยรุ่นนี้มีไม่ใช่เป็นสิ่งแปลกประหลาดแต่อย่างใด ถ้าเราลองไปถามพ่อแม่วัยรุ่นทั้งหลายดู เราอาจจะพบว่าทุกคนกำลังกังวลใจสิ่งเดียวกันกับลูก วัยรุ่นของตนทั้งสิ้น แต่ความวิตกกังวลเหล่านี้มิได้หมายความว่ามันจะต้องเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นหลายต่อหลายครั้ง ความกังวลพ่อแม่เป็นสิ่งที่ยังไม่เกิด และเป็นการคาดเดาไปเองทั้งสิ้น มันเป็นการเข้าใจผิดพลาดของคนทั่วไปเกี่ยวกับคำว่า “วัยรุ่น” ที่ว่าจะต้องเป็นวัยของปัญหาระหว่างพ่อแม่ลูก ซึ่งจริง ๆ แล้ววัยรุ่นก็เป็นเพียงวัยหนึ่งของการพัฒนาการทางร่างกายและจิตใจเช่นเดียวกับวัยอื่น ๆ เท่านั้นเอง

เป็นที่น่าเสียใจว่าพ่อแม่หลายคนมีทัศนคติที่ไม่ดีต่อคำว่าวัยรุ่น เขาเหล่านั้นอาจจะเคยได้ยินเรื่องราว (ที่อาจไม่ถูกต้องนัก) เกี่ยวกับวัยรุ่น ทำให้พ่อแม่กลุ่มนี้ดูจะมีความกังวลใจมากกว่าปกติ ดังนั้นจึงมีการคาดเดาที่ไม่ถูกต้องเกี่ยวกับพฤติกรรมของลูกเมื่อย่างเข้าสู่วัยรุ่นและอาจจะปฏิบัติต่อลูกตามที่ได้ยินได้ฟังมา

สมมติว่าเคยทราบว่ามีเด็กย่างเข้าสู่วัยรุ่นจะชอบคบเพื่อนเที่ยวเตร่และทำให้เสียการเรียน พ่อแม่ก็อาจจะต้องมาตักเตือนควบคุมลูกอย่างเข้มงวด จนทำให้ลูกรู้สึกมีความกดดันมาก ทำให้อาจทำพฤติกรรมที่ต่อต้าน ทำทนาย หรือประชดประชันพ่อแม่และเกรงเสียคนไปได้ในที่สุด จริง ๆ ตามการคาดเดาของพ่อแม่ซึ่งเป็นที่น่าเสียใจอย่างยิ่ง เพราะจริง ๆ แล้วสื่อเหล่านี้เป็นเรื่องที่เราสามารถป้องกันได้ แต่ทราบใดที่พ่อแม่ปฏิบัติต่อลูกในลักษณะของความไม่ไว้ใจ คิดว่าเขาจะมีพฤติกรรมที่เป็นปัญหา ลูกก็จะเป็นไปตามการคาดคะเนของพ่อแม่ได้จริง ๆ

จากการวิจัยศึกษาทางจิตวิทยาพบว่า วัยรุ่นที่ “ไม่มีปัญหา” มักจะเป็นเด็กที่มีความสุข ไม่มีความกดดันจากพ่อแม่ของตนในวัยเด็ก เพราะการพัฒนาชีวิตเป็นของต่อเนื่องกัน บุคลิกของเขาในปัจจุบันจะเป็นผลมาจากการหล่อหลอมในวัยเด็กทั้งสิ้น เด็กวัยรุ่นที่มีความสุข มีการบังคับใจตนเองได้ มักจะมีประสบการณ์ในวัยเด็กที่มาจากครอบครัวอบอุ่น มีพ่อแม่ที่ให้ความสนใจเขามากกว่าการใช้วิธีการบังคับขู่เข็ญ

บางครอบครัวอาจจะคิดว่าการลงโทษเด็กทำให้เด็กดี เข้าตำรา “รักวัวให้ผูก รักลูกให้ตี” แต่คำพังเพยนั้นเป็นภาษิตโบราณที่อาจจะต้องมีการเปลี่ยนแปลงไปตามกาลสมัย เช่นเดียวกับเรื่องอื่น ๆ ในชีวิต คำพังเพยต่อไปนี้น่าจะเหมาะกับยุคปัจจุบัน

“โบราณว่ารักวัวถ้ากลัวหาย

จนผูกมิตรเรียงรายไว้ทุกที่

ถ้ารักลูกผูกใจหวังให้ดี

จงหมั่นตีตัวเองอย่าเกรงใจ”

ดังนั้นพ่อแม่ยุคปัจจุบันควรมีมุมมองในประเด็นที่ว่า

“เด็กสามารถจะพัฒนาเป็นคนดี มีความสุข โดยพ่อแม่ไม่จำเป็นต้องใช้การเขียนตีในการอบรมเลี้ยงดู”

เพื่อพ่อแม่จะได้ลองใช้วิธีอื่น ๆ เช่น การสร้างความอบอุ่น ผูกพันกันระหว่างพ่อแม่ลูกหรือการเป็นแบบอย่างที่ดีของพ่อแม่ ซึ่งจะช่วยให้เด็กได้พัฒนาเป็นบุคคลที่มีคุณภาพของสังคมไทยต่อไป

**แนวทางการช่วยเหลือลูกวัยรุ่นที่มีปัญหา มีดังนี้**

1. ค้นหาปัญหาและต้นเหตุของปัญหา พ่อแม่เป็นบุคคลที่ใกล้ชิดวัยรุ่น อาจจะสังเกตเห็นได้ว่าวัยรุ่นมีพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงไป เช่น ซึมเศร้า กลับบ้านค่ำ ผลการเรียนต่ำลง พ่อแม่ควรพูดคุยกับวัยรุ่น ถามถึงทุกข์สุขว่าลูกไม่สบายใจเรื่องอะไร เหตุเกิดจากอะไร ต้นเหตุของปัญหารู้อาจจะเกิดจากหลายสาเหตุ เช่น การใช้จ่ายฟุ่มเฟือย อาจจะเป็นเพราะพ่อแม่ให้เงินไว้ ใช้จ่ายมาก และเพื่อน ๆ ในกลุ่มก็ชอบชักชวนกันไปซื้อของ เป็นต้น

2. ปรึกษาหารือแก้ไขที่ต้นเหตุของปัญหา และใช้เทคนิคการเตือน เช่น ลูกเรียนหนังสือค่อยลงเนื่องจากสายตาสั้น ก็จัดหาแว่นให้ มอบหมายงานในบ้านให้ลูกทำ และลูกไม่รับผิดชอบก็คอยเตือน เป็นต้น

3. ปรับความเข้าใจ/พูดคุยด้วยเหตุผล สาเหตุของปัญหาบางอย่างอยู่ที่ความคิดความเข้าใจแตกต่างกัน พ่อแม่ควรรหาโอกาสพูดคุยปรับความเข้าใจกับลูก เช่น ลูกคิดว่าพ่อแม่รักน้องมากกว่าเพราะเป็นห่วงแต่น้องพ่อแม่ก็อาจพูดคุยกับลูกรู้อว่าน้องไม่คอยแข็งแรง พ่อแม่อาจจะต้องดูแลใกล้ชิด แต่ไม่ได้หมายความว่า จะรักลูกคนโตซึ่งเป็นพี่น้องลงไป

4. ปรับพฤติกรรม ปัญหารู้อบางอย่างเป็นผลจากการเลี้ยงดูในวัยเด็ก ซึ่งต้องอาศัยวิธีการปรับพฤติกรรมเข้าช่วย เพื่อสร้างเสริมพฤติกรรมปรับพฤติกรรมที่เหมาะสมกับรู้อได้แก่

4.1 การทำข้อตกลงระหว่างพ่อแม่กับรู้อ โดย

- พ่อแม่กำหนดพฤติกรรมที่ต้องการให้ลูกแก้ไขให้ชัดเจน โดยปรับพฤติกรรม ทีละ 1 ปัญหา เช่น ตื่นนอนให้เก็บที่นอนให้เรียบร้อย กลับบ้านให้ตรงเวลา ถ้าจะกลับช้าควรถอดโทรศัพท์หรือบอกล่วงหน้าว่าจะไปไหน

- พูดคุยให้ลูกรู้อถึงความจำเป็นในการแก้ไขปัญหานั้นหรือความรู้สึกรู้อที่มี เช่น ลูกโตแล้วควรรับผิดชอบเรื่องของตัวเองได้ เช่น การเก็บที่นอน ถ้าไม่เก็บให้เรียบร้อยห้องก็จะ รกรุงรัง ที่นอนก็มีฝุ่นด้วย

- ทำความตกลงกับลูก เช่น ตื่นนอนแล้วให้เก็บที่นอนทุกวัน บางเรื่องลูกรู้ออาจจะต่อรองถ้าเป็นเรื่องที่ยืดหยุ่นได้ พ่อแม่ก็อาจจะยืดหยุ่นบ้าง แต่ถ้าเป็นเรื่องที่ไม่มีทางเลือกอื่น ๆ พ่อแม่ก็ควรจะยืนยันให้ลูกรู้อทำตามข้อตกลง

- คอยติดตามอย่างสม่ำเสมอว่าลูกรู้อทำตามข้อตกลงหรือไม่ ถ้าลูกรู้อทำได้เรียบร้อยดี ก็ควรชมเชย

4.2 การชมเชยพฤติกรรมที่เหมาะสม จะช่วยให้รู้อสนใจที่จะทำพฤติกรรมดีมากขึ้น

4.3 การใช้กิจกรรมทดแทน เช่น ส่งเสริมให้ลูกรู้อเล่นกีฬาเพื่อระบายความเครียด ความก้าวร้าว เป็นต้น

**ข้อคิดในการช่วยเหลือลูกวัยรุ่นที่มีปัญหา**

1. ควรเป็นพวกเดียวกับลูก อย่าตีตราหรือมีคิดว่าลูกเป็นคนไม่ดี
  2. เลือกแก้ปัญหาทีละปัญหา โดยเลือกเรื่องที่สำคัญเป็นอันดับแรก
  3. ยืดหยุ่นหรือควรวางทางออกอื่น ๆ ให้ลูกบ้าง เช่น กำหนดว่าทุกวันเลิกเรียนแล้วให้กลับบ้านวันเสาร์-อาทิตย์ก็อาจจะเปิดโอกาสให้ลูกไปเล่นกีฬากับเพื่อนบ้าง เป็นต้น
  4. ไม่ควรใช้วิธีคำทอหรือลงโทษรุนแรง เพราะวัยรุ่นโตแล้ว เข้าใจเหตุผลได้ดี
  5. ปัญหาวัยรุ่นบางอย่างซับซ้อน พ่อแม่แก้ไขเองไม่ได้ ควรปรึกษาหรือขอความร่วมมือในการแก้ปัญหาจากครูหรือผู้เชี่ยวชาญ
-

**ใบความรู้สำหรับวิทยากร**  
**ประกอบการอภิปรายเรื่อง ปัญหาของลูกวัยรุ่น**

แนวทางการแก้ไขปัญหาพฤติกรรม และปัญหาจิตใจของวัยรุ่น

ปัญหาของวัยรุ่นบางอย่าง มีแนวทางแก้ไขเป็นการเฉพาะ ดังนี้

ปัญหาและการแสดงออก	แนวทางการแก้ไข
<p>1. ขาดความรับผิดชอบ</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ไม่ดูแลรับผิดชอบเรื่องส่วนตัว เช่น ที่นอน เสื้อผ้าทิ้งไว้รกรุงรัง</li> <li>- ไม่ช่วยเหลือรับผิดชอบงานบ้าน</li> <li>- ไม่รับผิดชอบต่อการเรียน ไม่ทำการบ้าน เอนแต่ฟังวิทยุ หรือเที่ยวเล่น</li> </ul>	<p>พ่อแม่ควรฝึกฝนให้ลูกมีความรับผิดชอบตั้งแต่เล็ก เมื่อลูกเข้าวัยรุ่น พ่อแม่อาจแก้ปัญหาคาดความรับผิดชอบได้ โดย</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. พ่อแม่ควรกำหนดกฎเกณฑ์หรือข้อตกลงที่วัยรุ่นทำได้ เช่น ตื่นแล้วต้องเก็บที่นอนทุกวัน กลับมาจากโรงเรียนต้องทำการบ้านให้เสร็จจึงจะดูโทรทัศน์ได้ เป็นต้น ซึ่งพ่อแม่ควรติดตามและคอยเตือนให้ทำตามข้อตกลงนั้น</li> <li>2. ควรพูดจาดกลงกับลูกให้ชัดเจนว่า ถ้าเกิดปัญหานี้ควรทำอะไร เช่น ถ้ากลับบ้านค่ากว่าปกติควรจะโทรศัพท์มาบอกพ่อแม่</li> <li>3. เลือกแก้ปัญหาทีละเรื่อง เฉพาะเรื่องที่เป็นปัญหา มาก ๆ ในขณะนั้น การแก้ไขรวมกันหลาย ๆ เรื่อง ทำให้ลูกไม่รู้ว่าพ่อแม่ต้องการอะไรแน่</li> <li>4. ไม่ควรใช้วิธีการตำหนิ วิจารณ์ จู้จี้หรือรื้อเรื่องเก่ามาพูด เพราะไม่ช่วยให้ลูกปรับเปลี่ยนพฤติกรรม</li> <li>5. ไม่ควรพูดจามือทั้งพ่อแม่และลูกด่ามีอารมณ์ไม่ดี</li> <li>6. การแก้ปัญหาคติกรรมลูกทุกวัยต้องใช้เวลาลูกบ้าง</li> </ol>
<p>2. ปัญหาการแต่งตัวของวัยรุ่น</p> <p>วัยรุ่นบางคนมักแต่งตัวสะทุดตา เปลี่ยนแปลงแฟชั่นเรื่อย ๆ ตามกลุ่มเพื่อน ซึ่งก่อให้เกิดปัญหาการใช้ย่ำยี่ สิ้นเปลือง ถ้อยแหลม อันตราย และไม่เหมาะสมกับกาลเทศะ</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. พ่อแม่ควรพูดคุยกับวัยรุ่นถึงขอบเขตการแต่งตัว เช่น อย่านำให้ล่อแหลมอันตราย ต้องแต่งตัวเรียบร้อย เมื่อไปงาน กับพ่อแม่</li> <li>2. กำหนดค่าใช้จ่ายสำหรับลูกให้พอเหมาะ ไม่ต้องให้เหลือใช้จ่ายอย่างฟุ่มเฟือย</li> <li>3. เสริมจุดเด่นเรื่องอื่น ๆ ของลูก เช่น ความเอื้อเฟื้อช่วยเหลือการเรียน การศึกษา</li> <li>4. พ่อแม่ควรเข้าใจว่าปัญหานี้เป็นเพียงชั่วคราวชั่วคราว</li> </ol>

ปัญหาและการแสดงออก	แนวทางการแก้ไข
<p>3. การคบเพื่อนที่ไม่ดี</p> <p>กลุ่มเพื่อนของลูกมีพฤติกรรมไม่เหมาะสม เช่น ไม่ตั้งใจเรียน มั่วสุมเรื่องเพศ ดิคยาสพคิค อินทพาล เกร</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. พ่อแม่ควรให้อิสระลูกในการคบเพื่อนและควรบอกแนวทางในการคบเพื่อนด้วย เช่น <ul style="list-style-type: none"> <li>- เพื่อนที่คบต้องไม่นำไปสู่การเกิดอันตรายต่อตนเองและผู้อื่น</li> <li>- เพื่อนที่คบต้องไม่นำไปสู่ปัญหาการเรียน เช่น หนีเรียน</li> <li>- การคบเพื่อนต้องช่วยกันนำไปสู่ความดีงามในกรอบศีลธรรม</li> <li>- ไม่ควรมีกิจกรรมที่ใช้จ่ายฟุ่มเฟือย</li> </ul> </li> <li>2. พ่อแม่ไม่ควรต่อต้านเพื่อนลูกอย่างรุนแรง แต่ควรถามหรือให้ข้อคิดว่าเพื่อนคนนั้นคืออะไร มีข้อดีข้อเสียอะไรบ้าง เตือนลูกให้แยกแยะคนให้ถูกต้อง</li> <li>3. พ่อแม่ควรรับฟังลูกเพื่อลูกมาปรึกษาหาหรือเรื่องเพื่อน</li> </ol>
<p>4. การหมกมุ่นเรื่องเพศ</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- พ่อแม่พบว่าลูกอ่านหนังสือโป๊หรือคู่มือหนังเอ็กซ์บ้อย ๆ</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. ปัจจุบันสื่อเกี่ยวกับเรื่องเพศมีมาก พ่อแม่ไม่ควรปิดบังหรือขู่ใจให้ลูกเห็นเป็นเรื่องตลกปรก แต่ควรพูดคุยกับลูกตามธรรมชาติ และตอบข้อสงสัยเรื่องที่เขาสนใจ</li> <li>2. พ่อแม่ควรเปิดโอกาสให้ลูกได้คุยเกี่ยวกับเรื่องเพศ และมีการสื่อสารกับลูกเพื่อรับรู้ข้อมูลและตรวจสอบความเข้าใจที่ถูกต้อง</li> <li>3. พ่อแม่ควรอธิบายถึงผลเสียของการมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่เหมาะสม เช่น การอยู่สองต่อสองกับเพื่อนต่างเพศ การมีเพศสัมพันธ์โดยขาดความรับผิดชอบ การแก้ไขความหมกมุ่นเรื่องเพศ</li> <li>4. ส่งเสริมการออกกำลังกาย และการทำกิจกรรมร่วมกันในครอบครัว</li> </ol>

ปัญหาและการแสดงออก	แนวทางการแก้ไข
<p>5. ปัญหาการคบเพื่อนต่างเพศ</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ลูกสนใจเพื่อนต่างเพศ และมีนัดกับเพื่อนต่างเพศ</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. พ่อแม่ควรป้องกันปัญหาที่อาจจะเกิดขึ้นเสียแต่เนิ่น ๆ โดยกำหนดขอบเขตการคบเพื่อนต่างเพศ เช่น ให้ออกไปเป็นกลุ่ม ไม่ควรไปกินตามลำพังหรือกลางคืน</li> <li>2. กำหนดขอบเขต การคบเพื่อนต่างเพศ เช่น ต้องไม่ให้เสียการเรียน ต้องรับผิดชอบเรื่องต่าง ๆ เหมือนเดิมการใช้จ่ายเงินให้พอเหมาะ เป็นต้น</li> <li>3. สอนให้ลูกแสดงออกอย่างเหมาะสม และเมื่อลูกพาเพื่อนมาแนะนำ พ่อแม่ก็ควรมีท่าทียอมรับบ้าง</li> <li>4. สอนให้ลูกเข้าใจความต้องการทางเพศของหญิงชาย ซึ่งแตกต่างกัน ผู้หญิงต้องการเพียงสัมผัสที่ใกล้ชิด อบอุ่น เป็นมิตร โดยไม่มีเพศสัมพันธ์ แต่ผู้ชายมีความตื่นเต้นทางเพศสูงกว่า สอนลูกว่าควรควบคุมตัวเองและรู้จักปฏิเสธเมื่อเหตุการณ์จะเกินเลย</li> <li>5. สอนลูกให้มองคนอย่างรอบด้าน</li> <li>6. พ่อแม่ควรเข้าใจว่าเป็นธรรมชาติของวัยนี้</li> </ol>
<p>6. ปัญหาการเบี่ยงเบนทางเพศ</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ลูกชายกระตุงกระต้าง ทำทางผิดจากเพื่อน ๆ</li> <li>- ลูกมีพฤติกรรมสนิทสนมกับเพื่อนเพศเดียวกันมากเกินไป</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. ถ้าพ่อแม่สงสัยว่าลูกเป็นรักร่วมเพศควรล่อมถามให้ลูกเปิดเผยความรู้สึกที่แท้จริง</li> <li>2. ถ้าเป็นจริง พ่อแม่ไม่ควร โกรธ เอะอะ ้วยวาย แต่ควรถามลูกว่ามีปัญหาเรื่องปรับตัวหรือไม่ ลูกเพื่อนล้อเลียนหรือเปล่า อยากให้พ่อแม่ช่วยอะไร</li> <li>3. พ่อแม่อาจเปิดเผยความรู้สึกแต่ควรยอมรับในท่าทีของลูก</li> <li>4. พ่อแม่ควรเข้าใจว่าเรื่องการเบี่ยงเบนทางเพศไม่ใช่เรื่องผิดปกติกทางจิตใจแต่เป็นรสนิยมทางเพศ</li> </ol>



ปัญหาและการแสดงออก	แนวทางการแก้ไข
<p>7. มีอาการซึมเศร้า</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- แยกตัว ไม่สนใจสิ่งรอบข้าง นอนไม่หลับ ทำทาง เครื่องเครียด น้ำหนักเปลี่ยนแปลง ทำทางสั้น หวัง การเรียนตกต่ำ ไม่สนใจดูแลตัวเอง โทษตัวเอง ต่ำหนีดตัวเอง</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. ควรถาม ได้ทุกข์สุขของลูกด้วยความห่วงใยอย่าง จริงจัง และเริ่มฟังด้วยความเต็มใจเมื่อลูกพูด</li> <li>2. พ่อแม่ควรปลอบใจ ให้กำลังใจ และหาทาง ช่วยเหลือหรือหาทางออกให้ลูก อย่าปล่อยให้ลูก เผชิญปัญหาหรือแก้ปัญหาเพียงลำพัง</li> <li>3. พ่อแม่ควรพยายามชักชวนพูดคุยให้ลูกทำ ในสิ่งที่ลูกมีหน้าที่รับผิดชอบ</li> <li>4. พ่อแม่ไม่ควรวิพากษ์วิจารณ์หรือบ่นจุกจิกจู้จี้</li> <li>5. หากมีอาการซึมเศร้านานกว่า 1 สัปดาห์ ควรพาลูกไปพบแพทย์หรือจิตแพทย์</li> </ol>
<p>8. ก้าวร้าวเกร</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- เมื่อเกิดความไม่พอใจ ควบคุมอารมณ์ตนเอง ไม่ได้</li> <li>- เอะอะโวยวาย ทะเลาะวิวาท หรือมีเรื่อง ชกต่อยเสมอ</li> <li>- ไม่สนใจการเรียน สนใจรวมกลุ่มกับเพื่อน ที่มีพฤติกรรมคล้ายคลึงกัน</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. ควร ใกล้ชิดสนิทสนมปฏิบัติต่อลูกให้ลูกรู้ว่าพ่อแม่ รักและห่วงใย</li> <li>2. พ่อแม่ควรสังเกตจุดเด่นที่ดีของลูก และสนับสนุน ให้แสดงออก เช่น กีฬา ดนตรี พ่อแม่ควรชื่นชม ให้ลูกเกิดความภาคภูมิใจในตนเอง และหากลูกมี ปมด้อย เช่น เรียนหนังสือไม่เก่ง ก็ควรใช้ปมด้อย สร้างปมเด่น เช่น เรียนไม่เก่ง แต่ทำงานเก่งหรือ มีความรับผิดชอบ เป็นต้น</li> <li>3. พยายามให้ลูกเข้าใจถึงผลเสียของการ ไม่ควบคุม อารมณ์ตนเอง และการมีเรื่องทะเลาะวิวาทกับผู้อื่น และให้กำลังใจเมื่อลูกเริ่มฝึกควบคุมอารมณ์ของ ตนเอง</li> <li>4. ส่งเสริมให้ลูกได้ฝึกงานหรือทำงานเพื่อหารายได้ พิเศษ</li> <li>5. พ่อแม่ไม่ควรพูดคุยกับลูกเมื่อต่างฝ่ายต่างมีอารมณ์</li> </ol>

**แผนการสอนเรื่อง แผนที่ความสุข**  
**เวลา 1 ชั่วโมง**

**จุดประสงค์การเรียนรู้**

เพื่อให้ตระหนักถึงความสำคัญในสัมพันธภาพระหว่างพ่อแม่ลูก และมีแนวทางในการสร้าง สัมพันธภาพกับลูกวัยรุ่น

**สาระสำคัญ**

สายสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่กับลูกเป็นสิ่งที่มอิทธิพลต่อพัฒนาการทางด้านจิตใจของลูกมาก โดยเฉพาะความผูกพันระหว่างแม่กับลูกในทุกช่วงวัยจะมีผลต่อพัฒนาการทางร่างกาย สังคม จิตใจของลูก และการตอบสนองความต้องการของลูกอย่างเหมาะสมจะช่วยให้ลูกเจริญเติบโตดีทั้งสติปัญญา อารมณ์และจิตใจ

องค์ประกอบ/กลุ่ม	กิจกรรมการเรียนการสอน	เนื้อหา/สื่อ
ประสบการณ์ กลุ่มใหญ่ (10 นาที)  กลุ่ม 2 คน (5 นาที)	1. นำเข้าสู่บทเรียน โดยถามกลุ่มใหญ่ว่า ความรักระหว่างพ่อแม่ลูก แตกต่างจากรักระหว่างเพื่อนกับเพื่อนหรือระหว่างคู่รักอย่างไร 2. สร้างความรู้สึกร่วมโดยอ่านกรณีศึกษาเรื่องของตัวเอง 3. เปิดเผยตนเอง โดยจับคู่แลกเปลี่ยนความคิดเห็นและความรู้สึกเพื่อตอบคำถามว่า รู้สึกอย่างไรต่อกรณีนี้และเพราะอะไรเขาจึงล้มเหลวในชีวิต 4. วิทยากรสุ่มถาม 3-4 คู่ โดยไม่ต้องสรุป	- กรณีศึกษาเรื่องของตัวเอง
สะท้อน/อภิปราย กลุ่ม 3-4 คน (20 นาที)	- แบ่งกลุ่มย่อย 3-4 คน อภิปรายตามประเด็นในใบงาน	- ใบงานที่ 1
ความคิดรวบยอด กลุ่มใหญ่ (10 นาที)	- สุ่ม 2-3 กลุ่ม รายงาน และวิทยากรสรุปพร้อมบรรยาย	- ใบความรู้ที่ 1
ประยุกต์แนวคิด กลุ่ม 3-4 คน (15 นาที)	1. มอบหมายให้กลุ่มย่อยกลุ่มเดิม คิดว่าจะมีวิธีเลี้ยงลูก วัยรุ่นอย่างไร เพื่อสร้างความรักความผูกพันระหว่างพ่อแม่ลูก 2. สุ่มกลุ่มรายงาน/วิทยากรนำอภิปราย และสรุป	- ใบงานที่ 2 - แนวทางสรุปสำหรับวิทยากร

**ใบงานที่ 1**  
**เวลา 20 นาที**

แบ่งกลุ่มย่อย 3-4 คน ร่วมกันอภิปรายเพื่อหาข้อสรุปตามประเด็นต่อไปนี้ แล้วให้ตัวแทนกลุ่ม  
รายงานต่อกลุ่มใหญ่

1. ปัญหาของเอกคืออะไร ทำไมเอกจึงไม่มีความสุขในชีวิต
2. ถ้าท่านเป็นพ่อแม่ของเอก ท่านจะมีวิธีการเลี้ยงดูเอกอย่างไร  
เพื่อป้องกันไม่ให้เอกมีปัญหาแบบนี้

-----

**ใบงานที่ 2**  
**เวลา 15 นาที**

ให้แต่ละกลุ่มคิดว่าจะมีวิธีเลี้ยงดูลูกวัยรุนอย่างไร เพื่อสร้างความรักความผูกพันระหว่าง  
พ่อแม่ลูก

-----

## ใบความรู้ที่ 1

### เรื่อง การสร้างความรักความผูกพัน

ความรักความผูกพันของพ่อแม่ที่มีต่อลูกมีความสำคัญต่อการพัฒนาจิตใจลูกมาก สำหรับเด็กที่ขาดความรักความผูกพันจะมีปัญหาเรื่องการสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่น มักจะเกะกะตีแม่หรือคนเลี้ยง ไม่ยอมห่าง ร้องไห้งอแง บางคนไม่สนใจพ่อแม่หรือคนเลี้ยง ไม่มีความผูกพันทางอารมณ์กับใคร จะเล่นคนเดียว โตขึ้นพบว่า อาจจะมีปัญหาเรื่องบุคลิกภาพบกพร่อง มีปัญหาทางอารมณ์หรือปัญหาทางพฤติกรรม

ความผูกพันระหว่างแม่ลูกเริ่มเกิดตั้งแต่แรกคลอด การที่แม่ได้อุ้ม กอด สัมผัสตัวลูก มองดูลูก พูดยคุยสื่อความรู้สึกกับลูก และให้ลูกคืบนมจากอกแม่ เป็นจุดเริ่มต้นของการสร้างความรักความผูกพัน ลูกจะได้รับรู้ถึงความปลอดภัย ดูแลเอาใจใส่ แม่เองก็จะได้ตระหนักถึงพันธะความรับผิดชอบที่จะต้องดูแลปกป้องคุ้มครองลูก

ความผูกพันจะใกล้ชิดยิ่งขึ้น ถ้าพ่อแม่สามารถตอบสนองตามความต้องการของลูก เช่น เมื่อหิวหรือเปียก พ่อแม่คอยดูแลไม่ปล่อยให้ปละละเลย จะทำให้ลูกเกิดความเชื่อมั่นว่าพ่อแม่จะคอยให้ความช่วยเหลือ สนับสนุนอยู่เสมอ ดังนั้นลูกที่ได้รับความรักความผูกพันจากพ่อแม่จะเป็นเด็กที่สดชื่นมีชีวิตชีวา กล้าที่จะเคลื่อนไหว เช่น คลาน เกาะ เดิน สนใจสภาพแวดล้อม ใครพูดด้วยก็สนใจมอง ทำให้ลูกจะได้รับการพัฒนา ทั้งสติปัญญา อารมณ์ และสังคม

---

## กรณีศึกษาเรื่องของเอก

เอกเกิดมาในครอบครัวที่มีอันจะกิน พ่อแม่เป็นนักธุรกิจชื่อดังของจังหวัด มีกิจการค้าขายใหญ่โต กว้างขวาง จึงไม่ค่อยมีเวลาอยู่กับลูก เอกเติบโตมากับพี่เลี้ยง ซึ่งพ่อแม่จ้างมาอย่างดี และเปลี่ยนหน้าเข้าออกจนเอกจำไม่ได้ว่ามีใครบ้างที่เลี้ยงเอกมา พออายุประมาณ 6 ปี พ่อแม่ส่งเอกไปเรียน โรงเรียนประจำที่มีชื่อเสียงแห่งหนึ่ง เวลาว่างเอกชอบเล่นคนเดียว สิ่งที่ชอบทำที่สุดคือจับสัตว์เล็ก ๆ มาขังไว้ เช่น จิ้งจก กิ้งก่า เอามาผูกห่วงที่คอแล้วลากไปเรื่อย ๆ ปิดทอมพ่อแม่ฝากเอกไว้กับครูที่โรงเรียน ให้เรียนเสริมพิเศษ เอกก็รู้สึกเคียดแค้นอะไรเพราะกลับบ้านก็ต้องอยู่กับพี่เลี้ยง อยู่โรงเรียนยังมีที่เล่นเรื่องชนไปได้วันหนึ่ง ๆ จบมัธยมปีที่ 3 แล้ว พ่อแม่ส่งเอกไปเรียนมัธยมปลายที่ต่างประเทศ เอกเรียนต่างประเทศจนจบปริญญาตรี อยู่ต่างประเทศ 8 ปี พ่อแม่ไปเยี่ยมเอก 3 ครั้ง เพราะเป็นทางฝ่ายของการติดต่อธุรกิจ เอกกลับมาเมืองไทยเข้าทำงานที่ฝ่ายการตลาดของบริษัทแห่งหนึ่ง เอกไม่เคยมีเพื่อนสนิท เพื่อนร่วมงานที่ชอบพอกันก็ไม่มี เอกไปไหนมาไหนคนเดียว มีปัญหาที่แก้ปัญหาลองเอง เอกจึงไม่ค่อยได้รับการสนับสนุนให้ก้าวหน้าในหน้าที่การงานเท่าที่ควร อายุได้ 28 ปี เอกแต่งงานกับอุ้ม ผู้หญิงที่น่ารักคนหนึ่ง เอกบอกอุ้มว่า เขาเคยชินกับการที่ไม่มีใครมายุ่งเรื่องของเขาและเขาไม่ชอบยุ่งเรื่องของใคร มีอยู่วันหนึ่งอุ้มเล่าปัญหาเรื่องที่ทำงานให้เอกฟัง เอกถามอุ้มว่ามาเล่าให้เขาฟังทำไม เขาไม่สนใจ อุ้มอยากให้เอกไปเยี่ยมพ่อแม่ของอุ้มบ้าง เอกก็ให้คำตอบว่าท่านก็อยู่ของท่านดีแล้วจะไปยุ่งกับท่านทำไม พ่อแม่ผม ๆ ยังไม่ไปเยี่ยมเลย ถ้ามีปัญหาอะไรก็คงคิดต่อมาเอง กับเพื่อนของอุ้มเองเอกก็ไม่เห็นด้วยที่จะไปคบหาสมาคม โดยให้เหตุผลว่าไม่เห็นจะได้อะไรขึ้นมา อุ้มไม่เข้าใจเอกแต่ด้วยความรักก็พยายามอดทนไปเรื่อย ๆ เป็นการอยู่ร่วมกับแบบไม่มีความสุข อุ้มคิดว่าสักวันหนึ่งอุ้มอาจจะหมดความอดทน

-----

## แนวทางสรุปสำหรับวิทยากร

พ่อแม่มีวิธีสร้างความผูกพันกับลูกวัย 0-2 ปี ดังนี้

1. ได้สัมผัสลูกตั้งแต่แรกคลอด และให้ลูกกินนมแม่ การกินนมทุกครั้งควรอุ้มลูกแนบอกและป้อนนมลูก
  2. กอดลูกด้วยความนุ่มนวล อ่อนโยน
  3. สัมผัสลูกที่ผิวหนัง ด้วยการจับมือ อุ้ม กอด หอมแก้ม
  4. พูดคุยหยอกล้อ เข้าหาห่มลูก
  5. ลูกร้องไห้ทุกครั้งควรหาสาเหตุและแก้ไขที่สาเหตุนั้น เช่น หิว เปียก ง่วงนอน ไม่จับลูกอย่างรุนแรง หรือกระแทกกระทั้น
  6. สนองตอบความต้องการของลูกตามความเหมาะสม
  7. อยู่กับลูก อุ้มลูกเมื่อพบสถานการณ์ใหม่ ๆ ที่อาจทำให้ตกใจ
-

**แผนการสอนเรื่อง สื่ออย่างไรให้ใจเป็นสุข**  
**เวลา 1 ชั่วโมง**

**จุดประสงค์การเรียนรู้**

1. เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมอธิบายความหมายของการสื่อสารและการสร้างสัมพันธภาพได้
2. เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมมีทักษะในการสื่อสารและการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับวัยรุ่น

**สาระสำคัญ**

การสื่อสารที่เหมาะสมของพ่อแม่สามารถสร้างเสริมความภาคภูมิใจให้ลูกวัยรุ่น และนำไปสู่การสร้างสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน ส่วนการตกเดือนที่เหมาะสมจะช่วยให้เกิดความเข้าใจระหว่างพ่อแม่และลูกวัยรุ่น

องค์ประกอบ/กลุ่ม	กิจกรรมการเรียนการสอน	เนื้อหาสื่อ
ความคิดรวบยอด กลุ่มใหญ่ (5 นาที)	- วิทยากรบรรยายเรื่อง การสื่อสาร	- ใบความรู้ที่ 1
สะท้อน/อภิปราย กลุ่ม 3-4 คน (15 นาที)	1. วิทยากรให้ผู้เข้ารับการอบรมแต่ละกลุ่มทำแบบฝึกหัดเรื่อง การสื่อสาร (กลุ่มละ 1 ชุด) 2. วิทยากรเฉลย และสรุปรูปแบบการสื่อสารที่วัยรุ่นต้องการ	- แบบฝึกหัดเรื่องการสื่อสาร
ความคิดรวบยอด กลุ่มใหญ่ (10 นาที)	1. วิทยากรสุ่มถามประสบการณ์เดิมของผู้เข้ารับการอบรมที่เคยใช้ในการเตือนลูกและผลกระทบที่เกิดขึ้น และบรรยายเรื่องเทคนิคการเตือน 2. วิทยากรเสนอบทสาธิต การเตือน	- ใบความรู้ที่ 2 - บทสาธิตการเตือน
ประสบการณ์กลุ่มใหญ่ (10 นาที)	1. วิทยากรสุ่มถามผู้เข้ารับการอบรม 5 คน ให้ผู้เข้ารับการอบรมอภิปรายว่า 1.1 ท่านคิดอย่างไรต่อวิธีการเตือนของพ่อ 1.2 ท่านคิดว่าลูกจะรู้สึกอย่างไร 1.3 ท่านคิดว่าวิธีการอื่นจะได้ผลหรือไม่อย่างไร 2. วิทยากรสรุปการอภิปรายของผู้เข้ารับการอบรม	
การประยุกต์ใช้ กลุ่ม 3-4 คน (20 นาที)	- ให้ผู้เข้ารับการอบรมฝึกการเตือน	- ใบงานที่ 1 เรื่องฝึกทักษะการเตือน



## แบบฝึกหัดเรื่อง การสื่อสาร

จงพิจารณาว่าเป็นการสื่อสารทางบวก ทางลบ หรือการสื่อสารแบบไม่ตรงไปตรงมา

ข้อความ	ชนิดของการสื่อสาร	เหตุผล
1. อากาศเริ่มหนาวแล้ว ใส่เสื้อหนาว นะลูก	..... .....	..... .....
2. สมน้ำหน้า อย่าก่อกวน กูกุเสียบ้าง ก็ดี	..... .....	..... .....
3. ไม่อาบน้ำ จี๊ดลากขึ้นแน่ ไปอาบน้ำ เถอะ	..... .....	..... .....
4. คุณนี่ลายมือสวยจริง ใช้มือเขียน หรือเท้าเขียน	..... .....	..... .....
5. เธอจะน่ารักมากถ้าหยุดพูดบ้าง	.....	.....
6. เธอมีตำรับขึ้นนะ ดูสวยน่ารักจริง ๆ	.....	.....
7. เหนื่อยไหมจ๊ะ เหนื่อยนักพักก่อนนะ	.....	.....
8. แม่วันนี้หนูสอนการบ้านน้อง หนูเก่ง นะแม่นะ	..... .....	..... .....
9. คຸ້ມູເຮອສວຍເດ່ນ ໂຮງຖອກັບກະຈຶ່ງ ແນ່ນະ	..... .....	..... .....
10. เพื่อนลูกนะนิสัยคืออยู่หรือก เสียอย่าง เดียวเลวมากกว่านะ	..... .....	..... .....

เฉลย  
แบบฝึกหัดเรื่อง การสื่อสาร

ข้อความ	ชนิดของการสื่อสาร	เหตุผล
1. อากาศเริ่มหนาวแล้ว ใส่เสื้อหนาวนะลูก	ทางบวก	เป็นความห่วงใย
2. สมน้ำหน้า อย่าก่อกวน กูกุเสียบ้างก็ดี	ทางลบ	เป็นการทับถม
3. ไม่อาบน้ำ จีกลากขึ้นแน่ ไปอาบน้ำเถอะ	ทางลบ	เป็นการขู่ให้กลัว
4. คุณนี่ลายมือสวยจริง ใช้มือเขียนหรือเท้าเขียน	การสื่อสารที่ ไม่ตรงไปตรงมา	พูดเหมือนชมเชย แต่แท้จริงต้องการตำหนิ
5. เธอจะน่ารักมากถ้าหยุดพูดบ้าง	การสื่อสารที่ ไม่ตรงไปตรงมา	พูดเหมือนชมเชย แต่แท้จริงต้องการตำหนิ
6. เธอนี้ถ้ารูปขึ้นนะ ดูสวยน่ารักจริง ๆ	ทางบวก	ชมเชย
7. เหนื่อยไหมจ๊ะ เหนื่อยนักพักก่อนนะ	ทางบวก	เห็นอกเห็นใจ
8. แม่วันนี้หนูสอนการบ้านน้อง หนูเก่งนะ แม่ล่ะ	เคลือบแฝง	อยากให้แม่ชมเชยตนเอง
9. คุ้มหูเธอสวยเด่น ใหญ่พอกับกระดิ่งแม่	เคลือบแฝง	พูดเหมือนชมเชยแต่ แอบแฝงการประชดประชัน
10. เพื่อนลูกนะนิสัยคือขู่หรือก เสียวอย่างเดียวเลย มากกว่านะ	เคลือบแฝง	พูดเหมือนชมเชย แต่แท้จริงต้องการตำหนิ

**บทสาธิต**  
**เรื่อง การเตือน**

**ตัวละคร 2 คน**

**สถานการณ์**

- ลูกสาวกับพ่อ  
ลูกสาวชอบนุ่งกระโปรงสั้น พ่อเป็นห่วงกลัวจะเป็นการชั่วร้ายทางเพศ จึงอยากเตือน  
ลูกสาวเรื่องการแต่งตัว
- พ่อ : พ่อสังเกตว่าหมูนี้อูกลงใส่กระโปรงสั้นขึ้น คุณมันล่อแหลมไปหน่อยนะลูกพ่อเป็นห่วง  
จริง ๆ
- ลูกสาว : ไร้ คุณพ่อคะ สั้นขนาดนี้ลูกว่ากำลังดีเลย และเป็นแฟชั่นสมัยนี้ด้วย
- พ่อ : แต่ผู้ชายจะมองว่าการแต่งตัวแบบนี้เข้าชวนใจเขาซะลูกนะ ใส่กระโปรงที่ยาวกว่านี้  
จะปลอดภัยกว่า หรือใส่กางเกงก็ได้นี่ลูก มีให้เลือกตั้งหลายแบบ
- ลูกสาว : ค่ะ ลูกจะใส่กระโปรงให้ยาวกว่านี้
- พ่อ : ดีลูกดี

## ใบงานที่ 1

### ฝึกทักษะการเขียน

แบ่งกลุ่มย่อยกลุ่มละ 3-4 คน ให้แต่ละกลุ่มเลือกฝึกการเขียน 1 หัวข้อ โดยให้สมาชิกเป็นตัวละคร 2 คน และเป็นผู้สังเกตการณ์ 1-2 คน ให้ผู้สังเกตการณ์ประเมินว่าเทคนิคการเขียนที่ใช้มีความเหมาะสมหรือข้อดีข้อเสียประการใด และสลับให้ทุกคนได้เล่นจนครบทุกบทบาท

- |                                            |                                                                                                                                                 |
|--------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. <u>ตัวละคร 2 คน</u><br><u>สถานการณ์</u> | ลูกชายกับพ่อ พ่อเป็นฝ่ายเดือน<br>ลูกชายกับบ้านคึกบ๋อย ๆ เพราะชอบไปนั่งคุยอยู่บ้านเพื่อนพ่อเป็นห่วง<br>จึงเดือนลูกไม่ให้กลับบ้านคึก              |
| 2. <u>ตัวละคร 2 คน</u><br><u>สถานการณ์</u> | ลูกสาวกับแม่ แม่เป็นฝ่ายเดือน<br>ลูกสาวชอบสวมเสื้อผ้ารูป แม่เห็นว่าเป็นการแต่งตัวล่อแหลม<br>จึงอยากเดือนลูกเรื่องการแต่งตัว                     |
| 3. <u>ตัวละคร 2 คน</u><br><u>สถานการณ์</u> | ลูกสาวกับแม่ แม่เป็นฝ่ายเดือน<br>ลูกสาวใช้เงินจับจ่ายซื้อของที่ไม่น่าเป็น บางครั้งราคาแพงเกินไป<br>แม่อยากจะเดือนลูกให้ใช้จ่ายเป็นอย่างมีเหตุผล |

-----

## ใบความรู้ที่ 1

### เรื่อง การสื่อสาร

#### ความหมาย

การสื่อสารเป็นการส่งข้อมูลข่าวสารจากบุคคลหนึ่งไปยังอีกบุคคลหนึ่ง การสื่อสารอาจจะทำให้เกิดความพอใจหรือไม่พอใจก็ได้ แต่เป็นสิ่งที่สำคัญที่ทำให้บุคคลที่ปฏิสัมพันธ์กัน

#### ลักษณะของการสื่อสาร

การสื่อสารมีทั้งทางบวกและทางลบ รวมทั้งการสื่อสารที่ไม่ตรงไปตรงมา

การสื่อสารทางบวก ทำให้ผู้รับพอใจ และทำให้ภูมิใจ เช่น การชื่นชม ยอมรับ มอง สบตา จับมือ พุดคุยด้วยความเป็นมิตร การให้สิ่งที่ต้องการ ฯลฯ

การสื่อสารทางลบ ทำให้ผู้รับเสียใจ และรู้สึกด้อย เช่น การพูด คำว่า คำหยาบ คำทอ ประชดประชัน เปรียบเทียบกับผู้อื่นในทำที่ดูหมิ่นหรือมีการให้แต่บ่นว่า ถ้าเลิกไปด้วย ฯลฯ

การสื่อสารที่ไม่ตรงไปตรงมา เป็นการแสดงออกอย่างหนึ่งแต่มีความคิดและความรู้สึกอีกอย่างหนึ่ง ซ่อนอยู่ เป็นลักษณะไม่จริงใจ ไม่ซื่อสัตย์ เช่น แสดงท่าทีคำพูดเหมือนชื่นชม แต่คอนทายจะดูสับสน หรือมีความไปทางลบ เช่น

“เธอเป็นคนดีที่สุดในคนหนึ่งในโลก... ถ้าคนอื่นตายหมด” หรือ “ลายมือสวยจริงๆ เหมือนยูงตีกัน” ฯลฯ ความใส่ใจแสดงออกได้ทั้งคำพูด สายตา ท่าทาง ซึ่งแต่ละคนอาจเลือกรับการใส่ใจทางบวก ปฏิเสธการใส่ใจทางลบและความใส่ใจเคลือบแฝงและเราสามารถปรับเปลี่ยนการใส่ใจให้เหมาะสมกับบุคคล เวลา สถานการณ์

#### การสื่อสารที่วัยรุ่นต้องการ

วัยรุ่นแม้จะเป็นเด็กที่เริ่มเปลี่ยนวัย แต่ยังคงต้องการความรัก ความอบอุ่น ความสนใจจากพ่อแม่ เช่นเดียวกับเด็กวัยอื่น ๆ เพียงแต่รูปแบบของความรักความสนใจ อาจแตกต่างกันไปบ้าง เช่น

1. ต้องการความชื่นชมในสิ่งที่เขาภูมิใจชอบได้ หรือสิ่งที่เขาตั้งใจทำ แม้จะไม่เก่ง ไม่ฉลาดเท่าคนอื่น แต่เป็นความสามารถและความเป็นตัวของตัวเอง
2. ต้องการให้ปลอบใจ ให้กำลังใจเมื่อคราวผิดหวัง หรือท้อแท้
3. ต้องการความรักที่ให้อิสระ ให้โอกาสเป็นส่วนตัวในขอบเขตที่เป็นธรรม
4. ไม่ต้องการสื่อสารทางลบ เช่น การดูว่า คำ ประชดประชัน เปรียบเทียบให้ด้อย
5. ยังต้องการความสะดวกสบายในกิจวัตรประจำวันที่เกี่ยวข้องกับการกินอยู่ ค่าใช้จ่ายส่วนตัว
6. ต้องการคำพูดที่อ่อนโยน ไพเราะในการตักเตือน หรือชี้แนะทางการปรับตัว

**ผลของการสื่อสารที่เหมาะสม**

เป็นสิ่งที่ช่วยให้เกิดความภาคภูมิใจในตัวเอง และเป็นปัจจัยสำคัญในการสร้างสัมพันธภาพที่ดีระหว่างคนในครอบครัว และเป็นแนวทางให้เรียนรู้ที่จะปรับตัวให้สังคมต่อไป ในทางกลับกัน ถ้าได้รับการสื่อสารทางลบอยู่เสมอ จะทำให้เกิดความรู้สึกไม่พอใจ น้อยใจ และไม่ร่วมมือในคำตักเตือนบางครั้งมีการต่อต้าน เรียกร้องความสนใจจากผู้อื่นแทน ซึ่งเกิดปัญหาอื่น ๆ ได้ เช่น หนีออกจากบ้าน ถูกชักจูงเข้ากลุ่มเสี่ยงต่าง ๆ ติดยาเสพติด มั่วสุมกับกลุ่มอันธพาล ฯลฯ

-----

**ใบความรู้ที่ 2**  
**เทคนิคการเตือนลูกวัยรุ่น**

ก่อนเตือน	ขณะเตือน	หลังเตือน
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. ตั้งเกศอารมณ์ของผู้เตือนและผู้ถูกเตือน</li> <li>2. จัดการกับอารมณ์ไม่พึงพอใจของพ่อแม่เสียก่อน</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. สื่อความรู้สึกปัจจุบันของตนต่อพฤติกรรม ณ ขณะนั้นของลูก</li> <li>2. ให้ข้อเสนอแนะในสิ่งที่พ่อแม่ต้องการให้ลูกเปลี่ยนหลายๆทางเลือกโดยอย่าให้เสียประโยชน์ของผู้ถูกเตือนมากนัก</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. รับฟังและยอมรับทางเลือกของลูก และให้ความมั่นใจแก่การตัดสินใจปฏิบัติของลูก</li> <li>2. ติดตามดูแลอยู่ห่าง ๆ ว่าลูกปฏิบัติตามข้อตกลงหรือไม่ และคอยเตือนเป็นครั้งคราว</li> <li>3. ชมเชยเมื่อลูกปฏิบัติได้อย่างเหมาะสมหลังการเตือน</li> </ol>
<p style="text-align: center;"><b>ข้อคิด</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ฟังตระหนักเสมอว่าพ่อแม่ลูกเป็นพวกเดียวกัน</li> <li>2. ครอบครัวควรมีการกำหนดกฎเกณฑ์ หรือข้อตกลงในการปฏิบัติร่วมกันที่เรียกว่ากฎของครอบครัว เช่น ข้อห้าม : พฤติกรรมที่ขัดต่อกฎหมายหรือศีลธรรม ข้อพึงหลีกเลี่ยง : การไม่กลับบ้าน หรือการคบเพื่อนไม่ดี เป็นต้น</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. อย่าด่วนสรุปว่าการกระทำของลูกนั้นชั่วหรือเลว</li> <li>2. ห้ามตำหนิหรือประจาน</li> <li>3. การเตือนควรใช้ปิยวาจาซึ่งมีลักษณะดังนี้ พูดจากใจจริง ไม่โกหก กล่าวยอมรับความจริง ใช้ถ้อยคำอ่อนหวาน น่าฟัง เกิดประโยชน์ต่อผู้ฟัง คำพูดถูกกาลเทศะ คำพูดต้องประกอบด้วยความเมตตา</li> </ol>	<p>- ให้โอกาสลูกตัดสินใจเลือกวิธีปฏิบัติเอง</p>

ใบความรู้ที่ 2 (ต่อ)  
เทคนิคการเตือนจะใช้ไม่ได้ผล เมื่อ...

1. พ่อแม่ไม่รู้วิธีการกับอารมณ์ของตนเอง
  2. มีความเข้าใจผิดในเรื่องอำนาจของพ่อแม่ ทำให้เกิดความเคยชินกับการใช้อำนาจและยึดติดกับการแสดงอำนาจที่ไม่เหมาะสม เช่น ช่มชู้ คำหยาบ ใช้อำนาจขู่
  3. พ่อแม่ที่ต้องการเอาชนะลูก ทำให้ไม่ยอมรับความคิด
  4. พ่อแม่ที่ไม่ยืดหยุ่น
  5. พ่อแม่ที่ยอมลูก กลัวลูกไม่รัก
  6. พ่อแม่ที่ไม่เคยตั้งกฎเกณฑ์กับลูก ไม่มีระเบียบวินัย ตามใจลูก
-



## แผนการสอนเรื่อง ครอบครัวของฉัน

เวลา 1 ชั่วโมง

### จุดประสงค์การเรียนรู้

เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมมีความเข้าใจพัฒนาการของชีวิตครอบครัว และมีแนวทางในการใช้ชีวิตครอบครัวให้คงอยู่ด้วยความสุขและมั่นคง

### สาระสำคัญ

ชีวิตครอบครัวย่อมมีทั้งสุขและทุกข์ ซึ่งสาเหตุการเกิดสุขทุกข์แตกต่างกันออกไป โดยเฉพาะครอบครัวที่มีบุตรวัยรุ่นจะต้องเผชิญกับช่องว่างระหว่างวัยรุ่นกับผู้ใหญ่ การเข้าใจธรรมชาติของชีวิต การเผชิญปัญหาของครอบครัวและการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ของครอบครัวโดยการสร้างความเข้าใจและให้กำลังใจซึ่งกันและกัน จะทำให้ครอบครัวมั่นคงและดำรงอยู่ได้

องค์ประกอบ/กลุ่ม	กิจกรรมการเรียนการสอน	เนื้อหาสื่อ
ประสบการณ์ กลุ่ม 3-4 คน (20 นาที)	1. วิทยากรกล่าวนำเข้าสู่บทเรียน 2. ให้สมาชิกกลุ่มทำกิจกรรม “ขดลวดชีวิต” โดยให้สมาชิกคิดถึงชีวิตครอบครัวที่ผ่านมา ตั้งแต่เริ่มต้นชีวิตครอบครัวจนถึงปัจจุบัน และให้คัดลวดตามจังหวะชีวิต ถ้าชีวิตครอบครัวประสบความสำเร็จก็ให้คัดลวดขึ้น ถ้าชีวิตครอบครัวมีปัญหาที่คัดลวดลง หลังจากนั้นให้ผู้เข้ารับการอบรมทุกคนเล่าขดลวดชีวิตให้กลุ่มสรุปสาระสำคัญ	- ลวดดอกไม้ไหว - ถ้าไม่มีให้เขียนเป็นลายเส้นลงในกระดาษ - เทปเพลงเปิดประกอบ การทำกิจกรรม - ใบงานที่ 1
ความคิดรวบยอด กลุ่มใหญ่ (10 นาที)	- วิทยากรถามแต่ละกลุ่มถึงสาระสำคัญที่ได้และบรรยายเพิ่มเติมเรื่อง ชีวิตครอบครัว	- ใบความรู้ที่ 1
อภิปราย/สะท้อน ความคิด กลุ่ม 3-4 คน (25 นาที)	- กลุ่มย่อยกลุ่มเดิม อภิปรายตามประเด็นต่อไปนี้ 1. สาเหตุอะไรบ้างที่ทำให้ชีวิตครอบครัวเป็นทุกข์ 2. วิธีการใดที่ทำให้ครอบครัวผ่านพ้นความทุกข์ได้ - ทุกกลุ่มส่งผู้แทนเสนอผล	- ใบงานที่ 2
ประยุกต์ใช้ กลุ่ม 3-4 คน (5 นาที)	1. วิทยากรบรรยายเรื่อง ความสุขในชีวิตครอบครัว 2. กลุ่มย่อยกลุ่มเดิมคิดคำขวัญสำหรับชีวิตครอบครัว กลุ่มละ 1-2 คำขวัญ เขียนลงกระดาษแล้วเอาไปปิดไว้หลังห้อง	- ใบความรู้ที่ 2

**ใบงานที่ 1**  
**กิจกรรมขดลวดชีวิต**  
**เวลา 20 นาที**

แบ่งกลุ่มย่อย กลุ่มละ 3-4 คน แจกลวดดอกลำไยให้ทุกคนในกลุ่ม ให้สมาชิกกลุ่มแต่ละคนคิดถึงชีวิตครอบครัวที่ผ่านมา ตั้งแต่เริ่มต้นชีวิตครอบครัวจนถึงปัจจุบัน (ให้นึกถึงครอบครัวของตนเอง) และให้ตัดขดลวดตามจังหวะของชีวิต ถ้าชีวิตประสบความสำเร็จก็ให้ตัดลวดขึ้น ถ้าชีวิตครอบครัวมีปัญหาหรือมีความทุกข์ก็ให้ตัดลวดลง ในกรณีที่ไม่มีลวดดอกลำไยให้เขียนเป็นลายเส้นลงในกระดาษแทน เมื่อเสร็จเรียบร้อยแล้วให้สมาชิกกลุ่มทุกคนเล่าถึงขดลวดชีวิตของตนเองให้กลุ่มฟังและให้กลุ่มสรุปสาระสำคัญตามแบบฟอร์มข้างท้ายนี้ แล้วส่งผู้แทนเสนอผลในกลุ่มใหญ่

เรื่องสุข	เรื่องทุกข์	ข้อคิดที่ได้

**ใบงานที่ 2**  
**กลุ่มย่อยกลุ่มเดิม อภิปรายตามประเด็นต่อไปนี้**

1. เลือกแบ่งปัญหาที่ทำให้ครอบครัวเป็นทุกข์ 1 เรื่อง
2. ค้นหาสาเหตุของปัญหาหรือความทุกข์นั้น
3. วิธีการที่ทำให้ครอบครัวผ่านพ้นความทุกข์ไปได้  
โดยกรอกรายละเอียดลงในตารางข้างล่างนี้ และเตรียมส่งผู้แทนเสนอผลในกลุ่มใหญ่

ปัญหา	สาเหตุ	วิธีแก้ไข

## ใบความรู้ที่ 1

### เรื่อง ความสุขในชีวิตครอบครัว

ชีวิตครอบครัวย่อมมีทั้งทุกข์และสุขเปลี่ยนแปลงไป องค์ประกอบหนึ่งที่ทำให้ครอบครัวมีความสุขหรือทุกข์คือสัมพันธภาพระหว่างคู่สมรส ซึ่งมี 3 ระยะ คือ

1. ระยะความหวานชื่น (Passion) เป็นระยะแรกของการใช้ชีวิตร่วมกันคู่สมรสจะรู้สึกซาบซึ้งใจประทับใจซึ่งกันและกัน มีความคิดความรู้สึกที่สอดคล้องกัน

2. ระยะความเข้าใจลักษณะนิสัยของกันและกัน (Intimacy) คู่สมรสเริ่มมองเห็นความแตกต่างของกันและกัน ทำความเข้าใจลักษณะนิสัยกัน ก่อนที่จะมาถึงช่วงนี้ คู่สมรสต้องผ่านระยะความหวานชื่นมาแล้ว

3. ระยะที่คู่สมรสมีข้อตกลงร่วมกัน (Commitment) เป็นช่วงที่คู่สมรสต่างมีพันธะรับผิดชอบต่อครอบครัว เช่น การเลี้ยงดูบุตร การรับภาระค่าใช้จ่ายในครอบครัว สัมพันธภาพของคู่สมรสเป็นความผูกพันต่อกันมากกว่าความหวานชื่นเหมือนเป็นข้อตกลงว่าจะร่วมกันดูแลครอบครัวทั้งยามทุกข์ ยามสุข อบรมเลี้ยงดูลูกให้เป็นคนดี คู่สมรสที่อยู่ร่วมกันเป็นเวลานานจะมีความผูกพันกันสูง และเมื่อฝ่ายหนึ่งจากไป อีกฝ่ายหนึ่งจะรู้สึกเศร้าเสียใจมาก

ความสุขความทุกข์ของครอบครัวปะปนอยู่ทุกขั้นขั้นตอนของพัฒนาการชีวิตครอบครัว โดยเฉพาะช่วงที่ต้องเหน็ดเหนื่อยกับภาระต่าง ๆ และช่วงที่ครอบครัวมีปัญหาความยุ่งยากอันเกิดจากอุปสรรคในการดำเนินชีวิตหรือจากสมาชิกครอบครัว ซึ่งความเปลี่ยนแปลงเหล่านี้เกิดเหมือนกันในทุกครอบครัว แตกต่างกันที่ความมากน้อยและความรุนแรงของปัญหาเท่านั้น

-----

## ใบความรู้ที่ 2

### ความสุขในชีวิตครอบครัว

ชีวิตครอบครัวมีการเปลี่ยนแปลงตั้งแต่ การเริ่มต้นชีวิตคู่ การมีบุตร การเลี้ยงดูบุตร จนเจริญเติบโต ปัจจัยที่ส่งเสริมให้ชีวิตครอบครัวมีความสุขได้แก่

1. มีการแบ่งบทบาทหน้าที่ความรับผิดชอบของครอบครัว มีการช่วยเหลือกันสับเปลี่ยนกันทำหน้าที่ที่มีความยืดหยุ่น โดยเฉพาะเรื่องการดูแลบ้านและการเลี้ยงดูลูก
2. มีการสื่อสารที่ดี เพื่อสร้างสัมพันธภาพของความรักความอบอุ่นในครอบครัว เช่น ทำทีโกลีซิดนุ่มนวล มีวิธีการพูดจาสื่อสารเมื่อขัดแย้งในครอบครัว เช่น นอกจากตนเองจะแสดงความไม่พอใจอย่างเหมาะสมแล้วยังเปิดโอกาสให้อีกฝ่ายแสดงความรู้สึกและหาข้อยุติร่วมกัน มีการให้กำลังใจซึ่งกันและกัน เมื่อครอบครัวมีความสุข เป็นต้น
3. สามารถรยาพึงพอใจในเพศส รัจักโอนอ่อนผ่อนปรน และสามารถสนองความต้องการทางเพศของอีกฝ่ายได้
4. สามารถเลี้ยงดูบุตร ให้เติบโตติดตามพัฒนาการได้

-----

**ภาคผนวก ค**  
**รายนามผู้เชี่ยวชาญ**

## รายนามผู้เชี่ยวชาญ

1. นายภูมิพงษ์ ชุนฉนมกล้า
2. คร.รุ่งรัมย์ วิบูลชัย
3. คร.เพชรมณี วิริยะสีบพงษ์
4. แพทย์หญิงนันทิยา จิระทรัพย์

**ภาคผนวก ง**  
**จดหมายขอความอนุเคราะห์**





## บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ กลุ่มงานพัฒนาสุขภาพจิตชุมชน โรงพยาบาลพระศรีมหาโพธิ์

ที่ \_\_\_\_\_ วันที่ 4 ตุลาคม 2550

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์เก็บข้อมูลในการทำวิทยานิพนธ์เรื่องการพัฒนารูปแบบการส่งเสริมสุขภาพจิตครอบครัวเด็กและเยาวชนที่กระทำผิด

เรียน ผู้อำนวยการศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนเขต 5

ด้วยข้าพเจ้านางจรัสกร ฉัตรรังสี พยาบาลวิชาชีพ 7 โรงพยาบาลพระศรีมหาโพธิ์ได้เข้าศึกษาในหลักสูตรปริญญาโทศึกษาศาสตร์มหาบัณฑิต วิชาเอกการพัฒนาคครอบครัวและสังคม สาขาวิชามนุษยนิเวศศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช ซึ่งในหลักสูตรการเรียนการสอนจะต้องทำวิทยานิพนธ์และข้าพเจ้ามีความสนใจที่จะทำวิทยานิพนธ์เรื่อง การพัฒนาแบบการส่งเสริมสุขภาพจิตครอบครัวเด็กและเยาวชนที่กระทำผิด และในกระบวนการทำวิทยานิพนธ์ครั้งนี้จำเป็นต้องขอความร่วมมือจากบุคลากร เด็กและเยาวชนที่กระทำผิดรวมถึง บิดา มารดา ผู้ปกครองที่อยู่ในเขตพื้นที่จังหวัดอุบลราชธานี เนื่องจากเป็นกลุ่มเป้าหมายหลักในการให้ข้อมูลและเป็นกลุ่มตัวอย่างในการเก็บข้อมูลในการทำวิทยานิพนธ์ครั้งนี้

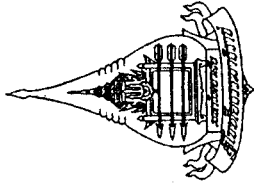
ในการนี้ข้าพเจ้าจึงขอความอนุเคราะห์จากท่าน ได้อนุญาตให้นักวิชาการ บุคลากรในศูนย์ฝึกอบรมเด็กและเยาวชนเขต 5 ร่วมพัฒนาแบบการส่งเสริมสุขภาพจิตครอบครัวเด็กและเยาวชนที่กระทำผิด โดยใช้สถานที่ดำเนินการตลอดกระบวนการทำวิทยานิพนธ์ในศูนย์ฝึกอบรมเด็กและเยาวชนเขต 5 แห่งนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาอนุเคราะห์ด้วย จะขอบคุณยิ่ง

(นางจรัสกร ฉัตรรังสี)  
พยาบาลวิชาชีพ 7

**ภาคผนวก จ**

**เกียรติบัตรผู้นำเสนอผลงานวิจัยแบบบรรยาย**



ที่ประชุมคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยของรัฐ (ทคปร.)

และ

มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช (มสอ.)

มอบเกียรติบัตรนี้ไว้เพื่อแสดงว่า

นางจิงกูร ญัฐรังสี

เป็นผู้นำเสนอผลงานวิจัยแบบบรรยาย

ในการประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับบัณฑิตศึกษาแห่งชาติ ครั้งที่ 10

มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช

วันที่ 11 - 12 กันยายน 2551

(รองศาสตราจารย์ ดร.สุรศักดิ์ วัฒนเสถ์)

ประธานที่ประชุมคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยของรัฐ

(รองศาสตราจารย์ ดร.ปราณี สังขะตะวราชน)

อธิการบดีมหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช

## ประวัติผู้วิจัย

ชื่อ	นางจิ่งกูร ญัฐรังสี
วัน เดือน ปีเกิด	23 ธันวาคม 2506
สถานที่เกิด	อำเภอเมือง จังหวัดอำนาจเจริญ
ประวัติการศึกษา	ประกาศนียบัตรการพยาบาลและผดุงครรภ์ชั้นสูง พ.ศ.2529 ประกาศนียบัตรการพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวช พ.ศ.2532 ครุศาสตรมหาบัณฑิต (ค.ม)การบริหารการศึกษา พ.ศ.2543
สถานที่ทำงาน	โรงพยาบาลพระศรีมหาโพธิ์ อำเภอเมือง จังหวัดอุบลราชธานี โทรศัพท์ 0-4531-2550-4 0-4528-5673
ตำแหน่ง	พยาบาลวิชาชีพ 7