

แนวทางการส่งเสริมการลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนในสถานศึกษา
สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษา เขต 1 จังหวัดหนองคาย*
A GUIDELINES OF STUDENT'S AGGRESSIVE BEHAVIORS PROMOTING
ADJUSTMENT IN EDUCATIONAL INSTITUTIONS UNDER THE OFFICE
OF PRIMARY EDUCATION AREA DISTRICT 1 NONG KHAI PROVINCE

เปมิกา สุขสำราญ

Pemiga Suksamran

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

Mahachulalongkornrajavidyalaya University, Thailand.

E-mail: Ploy_Pemiga2533@hotmail.com

บทคัดย่อ

พฤติกรรมความก้าวร้าว เป็นการกระทำที่รุนแรงกว่าปกติ โดยมีมุ่งทำลายตนเองและผู้อื่นได้รับความเจ็บปวดหรือทรัพย์สินเสียหาย ทำให้ผู้อื่นบาดเจ็บทางกายและจิตใจ เป็นพฤติกรรมที่มีการติดต่อกับผู้อื่นอย่างไม่เหมาะสมกับกาลเทศะ ทำให้ล่วงละเมิดสิทธิของผู้อื่น ความก้าวร้าวอาจแสดงได้ทั้งทางตรงและทางอ้อมเพื่อระบายความตึงเครียด ความคับข้องใจ สภาพที่ทำให้เกิดความก้าวร้าวทั้งทางกาย วาจา โดยปัจจัยสำคัญที่ทำให้เกิดพฤติกรรมความก้าวร้าว คือ ด้านกรรมพันธุ์ ด้านอารมณ์ ด้านจิตใจ ด้านสติปัญญา ด้านสิ่งแวดล้อม/สังคม ด้านวัฒนธรรม ด้านครอบครัว ด้านพฤติกรรมกลไกแบบด้านครูผู้สอน และด้านเพื่อน ส่งผลให้แสดงความก้าวร้าวออกมาทางกายและวาจา ดังนั้น แนวทางที่สามารถส่งเสริมการลดพฤติกรรมความก้าวร้าว ควรมีการดำเนินการ คือ 1) การจัดบรรยากาศในการเรียนการสอน เป็นการจัดวัสดุอุปกรณ์สิ่งอำนวยความสะดวกต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับการเรียนการสอน รวมตลอดไปถึงสิ่งต่าง ๆ ที่เสริมความรู้ เช่น ป้ายนิเทศ มุมวิชาการ ชั้นวางหนังสือ โต๊ะวางสื่อการสอน ฯลฯ 2) ศึกษาลักษณะของการปรับพฤติกรรม โดยเน้นการแก้ไขพฤติกรรมที่สังเกตเห็นได้ชัดเจน ไม่ใช่คำที่ประณามหรือตีตรา เน้นสภาพการณ์ในปัจจุบัน เน้นการเพิ่มพฤติกรรมที่พึงประสงค์ ตระหนักในเรื่องความแตกต่างระหว่างบุคคลด้วย 3) ใช้เทคนิคการปรับพฤติกรรม โดยมี 2 แนวทาง คือ แนวทางที่ 1 การจัดบรรยากาศในการเรียนการสอน แนวทางที่ 2 เทคนิคการปรับพฤติกรรม เช่น การให้แรงเสริม การฝึกพฤติกรรมแสดงออกที่เหมาะสม การเตือนตนเอง การเสนอตัวแบบ การชี้แนะ การลงโทษ การควบคุมตนเอง การฝึกสอนตนเอง และวิธีพฤติกรรมบำบัด เป็นต้น

คำสำคัญ: แนวทาง, การส่งเสริม, พฤติกรรมความก้าวร้าว

*Received: 12 October 2021; Revised: 28 November 2021; Accepted: 14 December 2021

Abstract

Aggressive behavior is more violent than usual. By aiming to destroy oneself and others to suffer pain or property damage. injuring others physically and mentally It is a behavior that has contact with others inappropriately for the right time. causing infringement of the rights of others Aggression can be shown directly or indirectly to release tension. grievances The condition that caused aggression both physically and verbally. The main factors that caused aggressive behavior were heredity, emotional, mental, environmental/social, cultural, family, plagiarism. Teacher and friends Resulting in physical and verbal aggression. Therefore, guidelines that can promote the reduction of aggressive behavior. Actions should be taken: 1) setting up an atmosphere in teaching and learning It is an arrangement of materials, equipment, facilities related to teaching and learning. including things that enhance knowledge such as information signs, academic corners, bookshelves Tables for teaching media, etc. 2) Study the characteristics of behavioral adjustments. by focusing on correcting noticeable behaviors Do not use words that condemn or stigmatize. focus on the current situation Emphasis on increasing desirable behaviors Recognize the differences between individuals as well. 3) Apply behavior modification techniques with 2 approaches. behavioral training self reminder Modeling, Guidance, Punishment, Self-control self training and behavioral therapy, etc.

Keywords: A guidelines, Promoting Adjustment, Aggressive Behaviors

บทนำ

พฤติกรรมความก้าวร้าวที่เกิดขึ้นในโรงเรียนสายสามัญในระดับประถมศึกษา และมัธยมศึกษา จะพบพฤติกรรมก้าวร้าวในรูปแบบต่าง ๆ เช่น การตั้งแค้นริดไถเงินเพื่อนหรือรุ่นน้องในโรงเรียน การพูดจาส่อเสียด ล้อเลียน ข่มขู่คุกคามเด็กที่อ่อนแอกว่า แต่ถ้าบุคคลสามารถควบคุมอารมณ์โกรธของตนได้ ก็จะทำให้เข้าอกเข้าใจผู้อื่น รู้จักเอาใจเขามาใส่ใจเรา ซึ่งจะช่วยลดความขัดแย้งและความรุนแรงได้อีก โดยเฉพาะในระดับประถมศึกษา ซึ่งพบว่านักเรียนบางคนมีปัญหาในการควบคุมอารมณ์ของตน โดยจะเห็นได้จากการแสดงออกในรูปของพฤติกรรมก้าวร้าวหลายรูปแบบ จนเป็นสาเหตุให้เกิดการแกล้งเพื่อน การข่มขู่เอาเงิน พูดจาหยาบคาย ใช้ความรุนแรงในการตัดสินปัญหา ฯลฯ ซึ่งพฤติกรรมที่กล่าวมา ล้วนส่งผลเสียต่อระบบการจัดการเรียนการสอนในห้องเรียนทั้งสิ้น และยังเป็นการทำให้อายุสุขภาพจิตทั้งครูและนักเรียนร่วมชั้น อีกสาเหตุหนึ่งที่มีส่วนสำคัญทำให้เกิดพฤติกรรมความก้าวร้าวมากหรือน้อยได้นั้น ก็ขึ้นอยู่กับพื้นฐานของแต่ละครอบครัวด้วย ซึ่งจะพบว่าจากภาวะในสังคมปัจจุบัน พ่อแม่ผู้ปกครองต้องดิ้นรนหาเงินเพื่อมาเลี้ยงดูครอบครัว อาจจะทำให้ไม่สามารถทำหน้าที่ของการเป็น

สมาชิกครอบครัวที่ดีได้เต็มที่ เมื่อกลับมาถึงบ้านอย่างเหน็ดเหนื่อย คำพูดจาอาจจะมีกระทบกระทั่งกัน เมื่อมีปัญหาเกิดขึ้นถ้าขาดความเข้าใจซึ่งกันและกันแล้ว จะทำให้เกิดปัญหาต่าง ๆ ตามมาทั้งด้านความคิด การแสดงออกในหลาย ๆ แบบที่รุนแรงแตกต่างกันไป ถ้าภายในครอบครัวเกิดปัญหาทะเลาะกัน สิ่งที่จะตามมาหลังจากนั้นก็คือปัญหาที่เก็บกดไว้ในใจ เกิดความคับข้องใจ เดือดร้อนใจ และจะไม่มีที่ระบายให้ใครฟัง ในแต่ละครอบครัวจะมีทักษะการแก้ปัญหาที่แตกต่างกัน สมาชิกของครอบครัวที่สามารถแสดงบทบาทหน้าที่ของตนได้อย่างเหมาะสมนั้น จะมีความรักความผูกพัน มีสัมพันธ์ภาพที่ดีต่อกัน เข้าใจกัน ก็จะทำให้สามารถคิดวิธีจัดการแก้ปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในครอบครัวได้อย่างมีประสิทธิภาพ ในสังคมปัจจุบันพบว่าเด็กที่มีพฤติกรรมก้าวร้าว นั้น เมื่อเด็กกระทำความผิด เด็กได้รับการลงโทษที่ไม่เหมาะสมกับความผิดนั้น ๆ เมื่อเด็กกระทำความผิดแต่ได้รับการลงโทษในสถานเบา เด็กก็อาจจะยอมเสี่ยงที่จะกระทำความผิดอีกครั้ง เพื่อจะได้ของที่ต้องการ (มิสชนัญญา เงินเมือง, 2553)

รัตโนทัย พลบูรณ์การ (2551) ได้กล่าวถึงข้อมูลจากงานวิจัยระบุว่า เด็กและเยาวชนจำนวน 2,897 คน เคยพบเห็นการกระทำความรุนแรงภายในชุมชนภายในระยะเวลา 3 เดือนที่ผ่านมา โดยเด็กและเยาวชนเห็นเด็กและเยาวชนตี ต่อย ตบ ตัวต่อตัวในโรงเรียน รอบ ๆ โรงเรียนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 63.1 รองลงมาเห็นเด็กและเยาวชนตี ต่อย ตบระหว่างบุคคล (ตัวต่อตัว) ในชุมชน คิดเป็นร้อยละ 50.1 จากข้อมูลงานวิจัยที่กล่าวมานั้น จะพบว่า พฤติกรรมก้าวร้าวที่เกิดขึ้นนั้น พบเห็นได้บ่อยครั้ง การที่เด็กและเยาวชนพบเห็นความก้าวร้าวอยู่บ่อยครั้ง จะทำให้เกิดเจตคติต่อพฤติกรรมก้าวร้าว และมีแนวโน้มที่จะแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวออกมา เพราะเจตคติเป็นอารมณ์ความโน้มเอียงกับสิ่งที่พบเห็นแล้ว พร้อมทั้งจะแสดงการกระทำนั้นออกมา ซึ่งถ้าพฤติกรรมก้าวร้าวเกิดขึ้นมาแล้วนั้น ย่อมจะเกิดปัญหาต่าง ๆ ตามมา

พฤติกรรมความรุนแรงของเด็ก เยาวชน และวัยรุ่นนั้น เป็นปัญหาสำคัญที่ส่งผลต่อการจัดการเรียนการสอน รวมทั้งคุณภาพชีวิตของเด็ก ดังนั้น จึงควรหาแนวทางในการส่งเสริมและพัฒนาการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมความก้าวร้าวให้ลดน้อยลง ในการแก้ไขปัญหาคือความก้าวร้าวจะต้องได้รับความร่วมมือจากพ่อ แม่ ครู และพระสงฆ์ในการช่วยให้เด็กสามารถลดพฤติกรรมความก้าวร้าว ซึ่งพ่อแม่จะต้องอบรม สั่งสอน ใช้ออกคำสั่งที่เอาจริง แต่ไม่ใช่อารมณ์โกรธ ให้เด็กรู้จักกฎเกณฑ์ ระเบียบวินัย ซึ่งเป็นสิ่งดี ๆ ที่เราจะให้กับเด็ก การควบคุมต้องไม่เข้มงวดเกินไป และไม่ยอมตามใจเด็กมากเกินไป บางครั้งการควบคุมเด็กขึ้นอยู่กับบุคลิกภาพ และอารมณ์ของพ่อแม่ด้วย พ่อแม่บางคนอาจควบคุมลูกไม่เป็น รู้สึกสงสารลูก ไม่สามารถควบคุมอารมณ์ของตนเองได้ การที่เด็กได้รับการดูแลเอาใจใส่ ความรัก ความอบอุ่น ไปพร้อมกับการควบคุมกฎเกณฑ์ระเบียบวินัยที่เหมาะสม ฝึกให้ช่วยเหลือตนเองได้ตามพัฒนาการที่ควรจะเป็น จะทำให้เด็กมีการควบคุมอารมณ์ตนเองที่ดี รู้จักกฎเกณฑ์ปรับตัวให้เข้ากับสังคมและผู้อื่นได้ง่าย มีมนุษยสัมพันธ์ดี ถ้าคิดกล้าแสดงออก เมื่อโตขึ้นก็สามารถร่วมงานร่วมกิจกรรมกับผู้อื่นได้ดี มีเป้าหมายในชีวิตและพยายามไปถึงจุดหมาย ไม่ย่อท้อ รู้จักสร้างกำลังใจให้ตนเอง ซึ่งเป็นความปรารถนาของพ่อแม่ ผู้ดูแลเด็กทุกคน หมั่นพาบุตรหลานเข้าวัดทำบุญ ฟังเทศน์ ฟังธรรม เพื่อให้เด็กมีอารมณ์ที่สงบ ครูผู้สอนควรกำหนดกติกาให้ชัดเจน เอาจริงกับกฎเกณฑ์ ไม่ปล่อยให้มีทะเลาะกัน ใช้เทคนิค “ขอเวลานอก” เมื่อเด็กทะเลาะกับคนอื่น

“แจ้งข้อหา” อย่างรวบรัด ฟังเหตุการณ์รอบด้านอย่างสงบ เปิดโอกาสให้พูดพอควร แต่อย่าให้เป็นการแก้ตัวเกินไป ตัดสินด้วยความสงบ ตามข้อตกลงของการจัดการเมื่อมีการละเมิดกัน ใช้การลงโทษ ที่ไม่ก้าวร้าวรุนแรง เช่น การตัดรางวัล บำเพ็ญประโยชน์ ออกกำลังกาย ชวนคิดหาวิธีการแก้ไขปัญหาใหม่ ๆ เช่น เวลาเพื่อนล้อเลียน จะมีทางออกอื่น ๆ อย่างไรอีก เช่น ฟ้องครู บอกเพื่อนตรง ๆ ให้เพื่อนช่วย ไม่สนใจ เปลี่ยนความคิดใหม่ เพื่อนล้อเท่ากับเพื่อนสนใจ อยากเล่นด้วย ล้อกลับ ชวนเพื่อนเล่นอย่างอื่น ทำให้เพื่อนรักเสียเลย ชูกลับ หากิจกรรมเบนความสนใจ ใช้กิจกรรมที่ระบายความโกรธ ความก้าวร้าว เช่น เตะฟุตบอล ชกกระสอบทราย เครื่องปั้นดินเผา แกะสลัก เป็นต้น แต่กิจกรรมนั้นต้องมีกติกาควบคุม ให้ทำงานที่เป็นประโยชน์ให้เป็นที่ยอมรับของเพื่อน และครู (พระสรวิน ภูมิปัญญา และนิเวศน์ วงศ์สุวรรณ, 2553)

พฤติกรรมความก้าวร้าว คืออะไร

พฤติกรรมก้าวร้าวที่เป็นพฤติกรรมทางสังคมทางด้านลบ ที่สามารถพบเห็นได้ทั่วไปในชีวิตประจำวัน ทั้งทางตรงจากการประสพด้วยตนเองหรือทางอ้อมจากข่าวสารผ่านสื่อต่าง ๆ ความก้าวร้าวเป็นประเด็นหนึ่งที่นักจิตวิทยาให้ความสนใจ โดยมีข้อสงสัยว่าความก้าวร้าวแท้จริงเป็นส่วนหนึ่งของมนุษย์หรือเป็นผลพวงจากสถานการณ์ ซึ่งมีนักวิชาการได้ให้ความหมายของพฤติกรรมความก้าวร้าว ดังเช่น กระทรวงสาธารณสุข (2561) กล่าวว่า พฤติกรรมก้าวร้าว เป็นการกระทำที่รุนแรงกว่าปกติ โดยมุ่งทำลายตนเองและผู้อื่นให้ได้รับความเจ็บปวดหรือทรัพย์สินเสียหาย อาจเป็นการกระทำที่กระทำทางร่างกายและทางวาจา โดยทำให้ผู้อื่นบาดเจ็บทางกายและจิตใจ เป็นพฤติกรรมที่มีการติดต่อกับผู้อื่นอย่างไม่เหมาะสมกับกาลเทศะทำให้ล่วงละเมิดสิทธิของผู้อื่น ความก้าวร้าวอาจแสดงได้ทั้งทางตรงและทางอ้อม เพื่อระบายความตึงเครียด ความคับข้องใจ โดยมีระดับความรุนแรงที่แตกต่างกัน ซึ่งพฤติกรรมความก้าวร้าวเป็นพฤติกรรมที่เบี่ยงเบนไปจากบรรทัดฐานทางสังคม ก่อให้เกิดผลเสียทั้งต่อผู้กระทำและผู้ถูกกระทำ ดังที่ รังสรรค์ โฉมยา (2551) กล่าวไว้ว่า พฤติกรรมก้าวร้าว หมายถึง พฤติกรรมที่แสดงออกถึงการเรียกร้องสิทธิแห่งตน โดยไม่สนใจว่าจะไปก้าวร้าวสิทธิของผู้อื่นหรือไม่ ซึ่งการแสดงออกจะมีลักษณะของการข่มขู่ ปิบบังคับ เรียกร้องหรือลักษณะของการแสดงออกที่รุนแรง ลักษณะของเด็กที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวที่แสดงออกมา จะมีทั้งทางตรงและทางอ้อม โดยการพูดจาข่มขู่ กรรโชก ดุถูกเหยียดหยาม ส่งเสียงดัง สบถ พูดคำหยาบ ชกต่อย ขว้างปาข้าวของ ใช้อาวุธทำร้ายร่างกาย เป็นต้น ในทางจิตวิทยา พูนสุข มาศรังสรรค์ (2558) กล่าวว่า พฤติกรรมก้าวร้าวในทางจิตวิทยาระบุไว้ถึงสภาพที่ทำให้เกิดความก้าวร้าว โดยเกิดการเสริมแรง (reinforcement) เกิดขึ้นเมื่อมีการส่งเสริมให้ก้าวร้าว โดยการยกย่องหรือให้กำลังใจ เวลาที่มีความก้าวร้าว หรือการกระทำก้าวร้าวทำให้เกิดผลดี การเลียนแบบ (modeling) การเห็นตัวอย่างที่ก้าวร้าว โดยเฉพาะจากคนที่ตนเองชื่นชอบ ปทัสถาน หรือรูปแบบแห่งการเสนอสนอง (norm of reciprocity) เช่น ความเชื่อ ในสังคมที่ว่าความแค้นต้องมีการชำระแบบตาต่อตา ฟันต่อฟันซึ่งส่งเสริมให้คนในสังคมเกิดความก้าวร้าวความเครียด (stress) อาทิ ความยากจน การตกงาน การถูกสังคมรังเกียจ อาการ้อน พ่อแม่รักลูกไม่เท่ากัน เสี่ยงรบกวนโรคประสาท ความรู้สึกขื่นขมของบุคคลในครอบครัว ฯลฯ สัญญาณความก้าวร้าว (aggressive cues) เช่น การดูความก้าวร้าวจากสื่อต่าง ๆ เช่น ภาพยนตร์ การ

คลุกคลีกับอาวุธต่าง ๆ สามารถเป็นปัจจัยส่งเสริมความก้าวร้าวได้ ส่งผลให้แสดงออกทางกายและวาจา ดังที่ ห์สดิน แก้ววิชิต (2559) ได้กล่าวไว้ว่า พฤติกรรมก้าวร้าว อาจแสดงออกทางร่างกายหรือทางวาจาก็ได้ เช่น การทำลายข้าวของ การทำร้ายร่างกาย การดุด่า การพูดคำหยาบ เป็นต้น การก้าวร้าวเป็นพฤติกรรมที่เด็กเรียนรู้จากสังคม เด็กใช้ป้องกันตนเองจากการรุกรานของผู้อื่น เช่น เมื่อถูกพ่อแม่ดุด่า เด็กมักจะโต้เถียง เมื่อถูกเพื่อนล้อเลียนมักจะชกต่อย เป็นต้น นอกจากนี้ ยังมีวิธีเรียกร้องความสนใจจากเพื่อน ๆ อีกด้วย เพื่อให้เพื่อน ๆ เกรงกลัว พฤติกรรมก้าวร้าวนี้สังคมมักจะตีตรา ทำให้พวกเขาก้าวร้าว มักจะต่อต้านสังคม สอดคล้องกับแนวคิดของ Buss, A.H. (1961) ได้ให้ความหมายของคำว่าก้าวร้าว คือ การแสดงออกของการกระทำเพื่อตอบสนองต่อสิ่งเร้าที่มากระตุ้น โดยมีจุดประสงค์เพื่อให้ผู้อื่นได้รับความเจ็บปวด แบ่งเป็น 2 ประเภท คือ ความก้าวร้าวทางกาย และความก้าวร้าวทางวาจา นอกจากนี้ Zillmann, D. (1979) ได้กล่าวว่า พฤติกรรมก้าวร้าว คือ การรุกรานคนอื่น พยายามให้ผู้อื่นได้รับอันตราย หรือป้องกันตนเองจากการถูกผู้อื่นรุกราน จนทำให้ผู้รุกรานได้รับอันตราย และ Coon, D. & Mitterer, J.O. (2013) กล่าวว่า ความก้าวร้าว (Aggression) หมายถึง การกระทำที่มีเจตนาเพื่อทำให้ผู้อื่นเสียหาย ทั้งทางจิตใจหรือร่างกาย อาทิ สงคราม การฆาตกรรม ความรุนแรงในครอบครัว การลอบสังหาร การข่มขืน การทำร้ายร่างกาย หรือแม้แต่การรังแกหรือการแกล้ง

ปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมความก้าวร้าว

ความก้าวร้าวเป็นพฤติกรรมที่มีความซับซ้อน ไม่ได้จำกัดเพียงแค่พฤติกรรมภายนอกชนิดที่แสดงออกให้ผู้อื่นได้รับรู้รับทราบ หากแต่ยังรวมถึงพฤติกรรมภายในที่เป็นความรู้สึก ความคิด และพฤติกรรมภายนอกชนิดโมเลกุลที่เป็นกระบวนการทำงานของร่างกาย ที่เป็นปฏิกิริยาตอบสนองต่อพฤติกรรมภายใน ทั้งนี้ ขอนำเสนอตัวอย่างปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเกิดความก้าวร้าวพอสังเขปจากแนวคิดของโสมรธรรม จันทระประภา (2543), อุมาพร ตรังคสมบัติ (2544), สมโภชน์ เอี่ยมสุภาชิต (2550), สุรางค์ ไคว้ตระกูล (2553), ตรรกพร สุขเกษม (2554), King, L.A. (2011), Feldman, F.S. (2013), Coon, D. & Mitterer, J.O. (2013) ดังนี้

1) กรรมพันธุ์ หมายถึง ปัจจัยที่ส่งผลต่อความก้าวร้าวที่เกิดจากสายเลือด สืบกรรมพันธุ์จากบิดามารดาที่แสดงพฤติกรรมความก้าวร้าวอยู่เป็นประจำ และถ่ายทอดสู่ลูก หลาน เกิดความบกพร่องทางสมอง โรคทางสมอง โรคซึมเศร้า รวมทั้งโรคสมาธิบกพร่อง อาจทำให้เด็กควบคุมอารมณ์โกรธของตนเองไม่ค่อยได้ และแสดงความก้าวร้าวออกมา

2) อารมณ์ หมายถึง ปัจจัยที่ส่งผลต่อความก้าวร้าวที่เกิดจากพื้นอารมณ์ เด็กที่มีพื้นอารมณ์แบบเด็กเลี้ยงยาก จะเกิดอาการก้าวร้าวได้ง่ายเมื่อมีสิ่งมากระตุ้น เมื่อเด็กมีความเครียดหรือมีปัญหาในการปรับตัว เด็กอาจแสดงพฤติกรรมนั้นออกมาในลักษณะของอาการก้าวร้าว เด็กอาจก้าวร้าวเนื่องมาจากมีความผิดปกติทางจิตใจ เช่น ป่วยเป็นโรคซึมเศร้าหรือโรค Bipolar (ซึ่งมีอาการหงุดหงิดง่ายและก้าวร้าวสลับกับอารมณ์เศร้า) โรคทั้งสองนี้พบได้บ่อยในวัยรุ่น

3) จิตใจ หมายถึง ปัจจัยที่ส่งผลต่อความก้าวร้าวที่เกิดจากการได้รับการกระทบกระเทือนทางจิตใจอย่างรุนแรง เช่น การถูกข่มขืน ทารุณกรรม เป็นต้น เด็กจะมีความกลัวและรู้สึกตนเองเปราะบาง ภาพยนตร์ที่แสดงให้เห็นถึงคนอ่อนแอถูกทำร้าย หรือตกเป็นเหยื่อของคนที่แข็งแกร่งกว่านั้น อาจจะทำให้เด็กเล็ก ๆ โดยแสดงอาการก้าวร้าวต่อผู้อื่นเสียเอง

4) สติปัญญา หมายถึง ปัจจัยที่ส่งผลต่อความก้าวร้าวที่เกิดจากเด็กเกร มีทั้งเด็กโง่และเด็กฉลาด แต่เฉลี่ยแล้วมักมีสติปัญญาไม่สูงนัก จึงแสดงพฤติกรรมความก้าวร้าวได้ ในเด็กเล็กที่ยังพูดไม่เก่ง หรือมีปัญหาทางภาษา อาจเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวได้บ่อย ๆ ทั้งนี้ เพราะรู้สึกขัดใจและอัดอัดใจที่ไม่สามารถบอกกล่าวถึงความต้องการของตนเองได้

5) สิ่งแวดล้อมสังคม หมายถึง ปัจจัยที่ส่งผลต่อความก้าวร้าวที่เกิดจากสังคม มีส่วนทำให้เด็กไปสู่ความพินาศอยู่มาก ได้แก่ สื่อมวลชน ผู้ใหญ่เป็นตัวอย่างที่ไม่ดี สถานที่ที่เป็นอบายมุข

6) วัฒนธรรม หมายถึง ปัจจัยที่ส่งผลต่อความก้าวร้าวที่เกิดจากวัฒนธรรมที่แตกต่าง พบลักษณะของความก้าวร้าวที่แตกต่าง ในบางวัฒนธรรมถือว่าความก้าวร้าวรุนแรงเป็นสิ่งปกติในชีวิตประจำวัน ยกตัวอย่างเช่น บางประเทศในแถบตะวันออกกลางที่ให้ความสำคัญในเกียรติยศของครอบครัวและเพศชาย จนสามารถทำร้ายร่างกายหรือกระทำความรุนแรงต่อผู้หญิงได้โดยไม่ถือเป็นความผิดใด ๆ นอกจากนี้ พบว่าช่องว่างระหว่างฐานะทางเศรษฐกิจของคนในประเทศมีความสัมพันธ์กับการก่อคดีอาญา

7) ครอบครัว หมายถึง ปัจจัยที่ส่งผลต่อความก้าวร้าวที่เกิดจากภาวะของครอบครัว การมีภาวะของครอบครัวไม่สมบูรณ์ เช่น เด็กประเภทพ่อแม่หย่าร้างกัน มีพ่อเลี้ยงแม่เลี้ยง อาศัยคนอื่นอยู่ พ่อแม่เป็นนักเลงอบายมุข ในครอบครัวไม่มีความสุข ฯลฯ สิ่งเหล่านี้ทำให้เด็กเกรได้ ฐานะทางครอบครัว เด็กที่เกิดในครอบครัวที่ยากจน ก็หาทางช่วยตัวเองทั้งในด้านสุจริตและทุจริต ส่วนเด็กที่เกิดในครอบครัวที่มั่งคั่ง ได้รับการตามใจจนเกินไป ก็กลายเป็นเด็กเกรได้ วิธีการอบรมของพ่อแม่และปฏิสัมพันธ์ในครอบครัว ลักษณะของความสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่ลูกที่พบบ่อย ๆ ในครอบครัวของเด็กที่ก้าวร้าว ได้แก่ พ่อแม่อบรมเด็กอย่างเข้มงวดมากและลงโทษเด็กบ่อยเกินไป พ่อแม่พูดกับเด็กอย่างไม่เหมาะสม เช่น มีคำสั่งเชิงลบ ห้ามไม่ให้ทำอย่างนั้นอย่างนี้บ่อย ๆ พูดจาตำหนิตีเยียน ทำให้เด็กเสียหน้าหรืออาย ตะโกนด่า ออกคำสั่งแบบขู่เข็ญ โกรธหรือรำคาญ และวิพากษ์วิจารณ์เด็กบ่อย ๆ พ่อแม่ไม่ค่อยสนใจหรือให้รางวัลเมื่อเด็กทำสิ่งที่ดี เมื่อเด็กทำสิ่งที่ไม่เหมาะสม ดื้อหรือไม่เชื่อฟังกฎระเบียบ พ่อแม่ก็ไม่ได้จัดการ ตั้งแต่ต้นอย่างจริงจัง มีการทำร้ายร่างกายกันในครอบครัว ปฏิสัมพันธ์ดังกล่าวนี้ อาจพบในครอบครัวปกติได้ แต่ก็เป็นบางคราวเท่านั้น แต่ในครอบครัวของเด็กที่ก้าวร้าว จะมีปฏิสัมพันธ์แบบนี้บ่อย ๆ จนเป็นวิถีชีวิตประจำวัน

8) พฤติกรรมการลอกเลียนแบบ หมายถึง ปัจจัยที่ส่งผลต่อความก้าวร้าวที่เกิดจากพ่อแม่ การเลียนแบบความก้าวร้าวจากสิ่งแวดล้อมรอบตัวอื่น ๆ เช่น เพื่อนฝูง โทรทัศน์ ภาพยนตร์หรือสื่ออื่น ๆ ความก้าวร้าวที่เป็นส่วนหนึ่งของความเกร หรือบุคลิกภาพอันธพาล เด็กบางคนไม่ได้ก้าวร้าวอย่างเดียว แต่มีปัญหาพฤติกรรมเกรด้วย เช่น หนีโรงเรียน โกหก ขโมยของ ชอบทะเลาะวิวาท ข่มขู่ผู้อื่นหรือมีบุคลิกภาพแบบอันธพาล

9) ครูผู้สอน หมายถึง ปัจจัยที่ส่งผลต่อความก้าวร้าวที่เกิดจากเด็กไม่กล้าแสดงออกถึงความรู้สึก ขัดแย้งกับครู และเก็บความรู้สึกนั้น มาแสดงกับเด็กคนอื่น ๆ ครูชอบใช้อำนาจเกินเหตุกับเด็ก ครูไม่ ยุติธรรมต่อเด็ก นักเรียนบางคนแสดงความก้าวร้าวกับครูผู้สอน เพราะมีปัญหาบางประการเกิดขึ้น เช่น ไม่ชอบเพราะคิดว่าครูไม่ยุติธรรม หรือถูกดูโดยไม่ผิด

10) การคบเพื่อนและวัตถุที่เกี่ยวข้องกับความรุนแรง สื่อต่าง ๆ หมายถึง ปัจจัยที่ส่งผลต่อความ ก้าวร้าวที่เกิดจากคบเพื่อนหรือมีผู้นำที่ไม่ดี เป็นสาเหตุที่สำคัญที่สุดสาเหตุหนึ่ง ตามธรรมชาติของเด็กวัยรุ่น มีเด็กเป็นอันมากที่เกรง เสียคน เช่น ดิทยาเสพติด เป็นอันธพาล เล่นการพนัน ฯลฯ เพราะมีเพื่อนหรือผู้นำ ประเภท “ลูกพี่” ชักนำ

แนวทางการส่งเสริมการลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียน

ความก้าวร้าวเป็นพฤติกรรมที่มีความซับซ้อน ไม่ได้จำกัดเพียงแค่พฤติกรรมภายนอกชนิดที่ แสดงออกให้ผู้อื่นได้รับรู้รับทราบ ทั้งนี้ ผู้วิจัยขอเสนอแนวทางการส่งเสริมการลดพฤติกรรมความ ก้าวร้าว จากแนวคิดของอุมพร ตรังคมสมบัติ (2544), สุรางค์ โค้วตระกูล (2553), โสธิดา อนุชธรรม และดุสิตา ดิบุคคำ (2562), พนม เกตุมาน (2562), ประไพพรรณ ภูมิวิมลสาร และพรรณระพี สุทธิวรรณ (2562) และ Feldman, F.S. (2013) ซึ่งสามารถสรุปได้ดังนี้

1. การจัดบรรยากาศในการเรียนการสอน การจัดบรรยากาศในการเรียนการสอน เป็นการ จัดวัสดุอุปกรณ์สิ่งอำนวยความสะดวกต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับการเรียนการสอน รวมตลอดไปถึงสิ่งต่าง ๆ ที่เสริม ความรู้ เช่น ป้ายนิเทศ มุมวิชาการ ชั้นวางหนังสือ โต๊ะวางสื่อการสอน ฯลฯ ให้เป็นระเบียบเรียบร้อย ทำให้เกิดความสบายตา สบายใจ แก่ผู้พบเห็น โดยการจัดสิ่งต่อไปนี้

1.1 การจัดโต๊ะเรียนและเก้าอี้ของนักเรียน ให้มีขนาดเหมาะสมกับรูปร่างและวัยของนักเรียน ให้มีช่องว่างระหว่างแถวที่นักเรียนจะลุกนั่งได้สะดวก และทำกิจกรรมได้คล่องตัว ให้มีความสะดวกต่อ การทำความสะอาดและเคลื่อนย้ายเปลี่ยนรูปแบบที่นั่งเรียน ให้มีรูปแบบที่ไม่จำเจ เช่น อาจเปลี่ยนเป็น รูปตัวที ตัวยู รูปครึ่งวงกลม หรือเข้ากลุ่มเป็นวงกลม ได้อย่างเหมาะสมกับกิจกรรมการเรียนการสอน ให้ นักเรียนที่นั่งทุกจุดอ่านกระดานดำได้ชัดเจน แถวหน้าของโต๊ะเรียนควรอยู่ห่างจากกระดานดำพอสมควร ไม่น้อยกว่า 3 เมตร ไม่ควรจัดโต๊ะติดกระดานดำมากเกินไป ทำให้นักเรียนต้องแหงนมองกระดานดำ และหายใจเอาฝุ่นขอลักเข้าไปมาก ทำให้เสียสุขภาพ

1.2 การจัดโต๊ะครู ให้อยู่ในจุดที่เหมาะสม อาจจัดไว้หน้าห้อง ข้างห้อง หรือหลังห้องก็ได้ งานวิจัยบางเรื่องเสนอแนะให้จัดโต๊ะครูไว้ด้านหลังห้อง เพื่อให้มองเห็นนักเรียนได้อย่างทั่วถึง อย่างไรก็ตาม การจัดโต๊ะครูนั่นขึ้นอยู่กับรูปแบบการจัดที่นั่งของนักเรียนด้วย ให้มีความเป็นระเบียบเรียบร้อย ทั้ง บนโต๊ะและในลิ้นชักโต๊ะ เพื่อสะดวกต่อการทำงานของครู และการวางสมุดงานของนักเรียน ตลอดจน เพื่อปลูกฝังลักษณะนิสัยความเป็นระเบียบเรียบร้อยแก่นักเรียน

1.3 การจัดป้ายนิเทศ ป้ายนิเทศไว้ที่ฝาผนังของห้องเรียน ส่วนใหญ่จะติดไว้ที่ข้างกระดานดำ ทั้ง 2 ข้าง ครูควรใช้ป้ายนิเทศที่เป็นประโยชน์ต่อการเรียนการสอน โดยจัดตกแต่งออกแบบให้สวยงาม

นำดู สร้างความสนใจให้แก่นักเรียน จัดเนื้อหาสาระให้สอดคล้องกับบทเรียน อาจใช้ติดสรุปบทเรียน ทบทวนบทเรียน หรือเสริมความรู้ให้แก่นักเรียน จัดให้ใหม่อยู่เสมอ สอดคล้องกับเหตุการณ์สำคัญ หรือ วันสำคัญต่าง ๆ ที่นักเรียนเรียนและควรรู้ จัดติดผลงานของนักเรียนและแผนภูมิแสดงความก้าวหน้าในการเรียนของนักเรียนจะเป็นการให้แรงจูงใจที่น่าสนใจวิธีหนึ่ง

1.4 การจัดสภาพห้องเรียน ต้องให้ถูกสุขลักษณะ คือ มีอากาศถ่ายเทได้ดี มีหน้าต่างพอเพียง และมีประตูเข้าออกได้สะดวก มีแสงสว่างพอเหมาะ เพื่อช่วยให้ผู้เรียนอ่านหนังสือได้ชัดเจน เพื่อเป็นการถนอมสายตา ควรใช้ไฟฟ้าช่วย ถ้ามีแสงสว่างน้อยเกินไป ปราศจากสิ่งรบกวนต่าง ๆ เช่น เสียง กลิ่น ควัน ฝุ่น ฯลฯ มีความสะอาด โดยฝึกให้นักเรียนรับผิดชอบช่วยกันเก็บกวาด เช็ดถู เป็นการปลูกฝังนิสัยรักความสะอาด และฝึกการทำงานร่วมกัน

1.5 การจัดมุมต่าง ๆ ในห้องเรียน ได้แก่ 1) มุมหนังสือ ควรมีไว้เพื่อฝึกนิสัยรักการอ่าน ส่งเสริมให้นักเรียนอ่านคล่อง ส่งเสริมการค้นคว้าหาความรู้ และการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ ครูควรหาหนังสือหลาย ๆ ประเภท ที่มีความยากง่าย เหมาะสมกับวัยของนักเรียนมาให้อ่าน และควรหาหนังสือชุดใหม่มาเปลี่ยนบ่อย ๆ การจัดมุมหนังสือ ควรจัดให้เป็นระเบียบเรียบร้อยเพื่อสะดวกต่อการหยิบอ่าน 2) มุมเสริมความรู้กลุ่มประสบการณ์ต่าง ๆ ควรจัดไว้ที่น่าสนใจ ช่วยเสริมความรู้ ทบทวนความรู้ เช่น มุมภาษาไทย คณิตศาสตร์ วิทยาศาสตร์ สังคมศึกษา มุมความรู้ข่าว เหตุการณ์ ฯลฯ 3) มุมแสดงผลงานของนักเรียน ครูควรติดบนป้ายนิเทศ แขนงหรือจัดวางไว้บนโต๊ะ เพื่อให้นักเรียนเกิดความภูมิใจในความสำเร็จ และมีกำลังใจในการเรียนต่อไป อีกทั้งยังสามารถแก้ไขพัฒนาผลงานของนักเรียนให้ดีขึ้นโดยลำดับได้อีกด้วย 4) ตู้เก็บสื่อการเรียนการสอน เช่น บัตรคำ แผนภูมิ ภาพพลิก กระดาษ สี กาว ฯลฯ ควรจัดไว้ให้เป็นระเบียบ เป็นสัดส่วน สะดวกต่อการหยิบใช้ อุปกรณ์ชิ้นใดที่เก่าเกินไปหรือไม่ใช้แล้วไม่ควรเก็บไว้ในตู้ให้ดูรุงรัง 5) การประดับตกแต่งห้องเรียน ครูส่วนใหญ่มักนิยมประดับตกแต่งห้องเรียนด้วยสิ่งต่าง ๆ เช่น ม่าน มู่ลี่ ภาพ ดอกไม้ คำขวัญ สุภาษิต ควรตกแต่งพอเหมาะไม่ให้ดูรุงรัง สีสันที่ฉูดฉาด หรือใช้สีสะท้อนแสง อาจทำให้นักเรียนเสียสายตาได้ การประดับตกแต่งห้องเรียน ควรคำนึงถึงหลักความเรียบร้อย เป็นระเบียบ ประหยัด มุ่งประโยชน์ และสวยงาม 6) มุมเก็บอุปกรณ์ทำความสะอาด ตลอดจนชิ้นวางเครื่องมือเครื่องใช้ของนักเรียน เช่น แปรงสีฟัน ยาสีฟัน แก้วน้ำ กล่องอาหาร ปิ่นโต ฯลฯ ควรจัดวางไว้อย่างเป็นระเบียบ และหมั่นเช็ดถูให้สะอาดเสมอ

2. ลักษณะของการปรับพฤติกรรม

2.1 เน้นการแก้ไขพฤติกรรมหรือกิริยาอาการที่สังเกตเห็นได้ชัดเจน เช่น พูดเสียงดัง เดิน ตะโกน เป็นต้น พฤติกรรมดังกล่าวสามารถมองเห็นได้ตรงกัน วัดได้เป็นรูปธรรม

2.2 ไม่ใช่คำที่ประณามหรือตีตรา เช่น คำว่า ชน ก้าวร้าว ดื้อ ขอบขโมย โกหก เป็นต้น เพราะเป็นพฤติกรรมที่มีลักษณะของการประเมิน มีความหมายกว้างและซับซ้อน มีหลายพฤติกรรมรวม ๆ กัน ยากแก่การสังเกตหรือสังเกตเห็นได้ แต่ต่างคนต่างก็เข้าใจไม่ตรงกัน ทำให้ยากแก่การจัดโปรแกรมการปรับหรือแก้ไขพฤติกรรม

2.3 พฤติกรรมต่าง ๆ เกิดจากการเรียนรู้พฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม ก็เกิดจากการเรียนรู้ที่ไม่เหมาะสม ฉะนั้น พฤติกรรมย่อมเปลี่ยนแปลงได้โดยการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เหมาะสมหรือการจัดสภาพแวดล้อมใหม่ที่เหมาะสม

2.4 การปรับพฤติกรรมเน้นสภาพการณ์ในปัจจุบันเท่านั้น แม้ว่าพฤติกรรมนั้นเกิดจากการเรียนรู้ในอดีต แต่เงื่อนไขสิ่งเร้าและผลกรรมในสภาพการณ์ปัจจุบัน เป็นตัวกำหนดว่าพฤติกรรมนั้นมีแนวโน้มจะเกิดขึ้นบ่อยครั้ง หรือมีแนวโน้มที่จะลดลง ถ้าสามารถรู้ว่สิ่งเร้าหรือผลกรรมใดทำให้พฤติกรรมเกิดขึ้นบ่อยครั้งหรือลดลง ก็สามารถจัดสภาพการณ์สิ่งเร้าและผลกรรมนั้นได้เหมาะสม เพื่อให้พฤติกรรมเปลี่ยนไปตามเป้าหมาย

2.5 การปรับพฤติกรรมเน้นการเพิ่มพฤติกรรมที่พึงประสงค์ โดยการให้สิ่งที่เด็กพอใจหลังจากเด็กแสดงพฤติกรรมที่พึงประสงค์นั้น มากกว่าการลดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ โดยการให้สิ่งเร้าที่เด็กไม่พอใจหลังการแสดงพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์นั้น หรือพูดอีกนัยหนึ่งว่า เน้นวิธีการทางบวกมากกว่าการลงโทษ

2.6 วิธีการปรับพฤติกรรมแต่ละวิธีนั้น จะใช้ได้เหมาะสมหรือไม่ขึ้นขึ้นอยู่กับปัญหาแต่ละปัญหา เนื่องจากเด็กแต่ละคนย่อมมีภูมิหลังที่แตกต่างกัน การปรับพฤติกรรมจึงต้องตระหนักในเรื่องความแตกต่างระหว่างบุคคลด้วย

2.7 วิธีการปรับพฤติกรรม เป็นวิธีการทางวิทยาศาสตร์ที่มีระบบและขั้นตอน ที่ได้รับการทดสอบแล้วว่าเป็นวิธีการที่มีประสิทธิภาพ ขั้นตอนการปรับพฤติกรรมที่นำมาใช้ในชั้นเรียน

3. ใช้เทคนิคการปรับพฤติกรรม โดยมีแนวทางการปรับลดพฤติกรรมความก้าวร้าว ดังนี้

แนวทางที่ 1 การจัดบรรยากาศในการเรียนการสอน เป็นการเน้นแนวคิดของมนุษยนิยมที่เน้นอารมณ์ความรู้สึกและความต้องการ โดยเฉพาะความต้องการตามลำดับขั้นของมาสโลว์ ซึ่งได้แก่ 1) ความต้องการทางด้านร่างกาย 2) ความต้องการความมั่นคงปลอดภัย 3) ความต้องการความรักและความเป็นเจ้าของ 4) ความต้องการเกียรติและการยอมรับ 5) ความต้องการตระหนักในตน

เพื่อให้เด็กที่มีปัญหาเศรษฐกิจ ความมั่นคงปลอดภัย ขาดความรัก ความอบอุ่นและการยอมรับให้เด็กได้รับในสิ่งที่ไม่เคยได้รับมาก่อน ให้เด็กรู้สึกว่โรงเรียนเป็นสถานที่ที่น่าอยู่น่าเล่าเรียน ดังนั้น การจัดบรรยากาศในการเรียนการสอน มีดังนี้

1. ควรสร้างบรรยากาศในห้องเรียนที่ช่วยให้นักเรียนมีความรู้สึกว่ตนเป็นส่วนหนึ่งของห้อง หรือเป็นสมาชิกคนหนึ่งห้องเรียน และมีแรงจูงใจภายในที่จะเรียนรู้ บรรยากาศในห้องเรียนไม่ร้อนอบอ้าว ห้องเรียนควรโปร่ง อากาศถ่ายเทได้สะดวกหรือมีพัดลมระบายอากาศ จัดโต๊ะ เก้าอี้ให้เด็กนั่งสบาย ๆ เหมาะกับวัยและรูปร่างของเด็ก ครูควรเปิดโอกาสให้เด็กผ่อนคลายความตึงเครียดบ้างหลังจากนั่งเรียนมาเป็นเวลานานพอสมควร โดยอนุญาตให้ออกไปล้างหน้า หรือทำตัวให้สบายที่สุด

2. คำนึงถึงสภาพร่างกายว่าเด็กได้รับอาหารเพียงพอแล้วหรือยัง ควรจัดอาหารกลางวัน เด็กที่ขัดสนจัดหาน้ำดื่มไว้ให้เพียงพอ จัดหาของว่างให้เด็กได้รับประทานในเวลาบ่าย หรือให้มีเวลาพักตอนบ่ายสัก

10 - 15 นาที เพื่อให้เด็กออกไปหาอาหารรับประทาน นอกจากนี้ ครูควรสำรวจว่าเด็กคนใดเจ็บป่วยบ้าง ถ้ามีเด็กเจ็บป่วยควรให้พักผ่อน รับประทานยาให้ร่างกายพร้อมที่จะเรียนได้

3. ทำให้เด็กรู้สึกมั่นคงปลอดภัยทั้งทางร่างกายและจิตใจ เช่น โต๊ะเรียน ม้านั่งควรอยู่ในสภาพที่แข็งแรงทนทาน อาคารเรียนก็ต้องมั่นคงแข็งแรง สามารถต้านทานลมพายุได้ เพดานห้องเรียนไม่เก่า ผุ จนเกิดความน่ากลัว อุปกรณ์เครื่องใช้ในห้องเรียน เช่น พัดลมที่ติดอยู่บนเพดานอยู่ในสภาพแข็งแรง เครื่องใช้ไฟฟ้าอยู่ในสภาพดีปลอดภัย นอกจากนี้ ครูควรจัดบรรยากาศที่ส่งเสริมความมั่นคง ปลอดภัย

4. จัดประสบการณ์การเรียนรู้ที่ช่วยให้เด็กประสบความสำเร็จ เมื่อเด็กประสบความสำเร็จจะรู้สึกภาคภูมิใจและมีความรู้สึกรักนึกคิดเกี่ยวกับตนเอง (self – concept) ไปในทางที่ดีวิธีที่จะช่วยให้เด็กประสบความสำเร็จ

5. ครูควรแสดงการยอมรับเด็ก ไม่ว่าเด็กจะอยู่ในสภาพใด เช่น ถ้าเป็นเด็กที่เรียนอ่อน มีปมด้อย ครูก็ควรแสดงให้เห็นว่าครูยอมรับในสภาพที่เด็กเป็นอยู่ และเปิดโอกาสให้เด็กได้แสดงความสามารถด้านอื่น ๆ เป็นการชดเชยเพื่อช่วยให้เด็กรู้สึกว่าคุณค่า

6. การเปิดโอกาสให้เด็กได้รับการยอมรับอีกวิธีหนึ่งคือ การให้ทำงานเป็นกลุ่ม จากการศึกษาและวิจัยพบว่า การทำงานเป็นกลุ่มมีประสิทธิภาพมากกว่าการทำงานคนเดียว เพราะคนต้องการมีความสัมพันธ์กับคนในกลุ่ม ต้องการปรึกษาหารือ ดังนั้น การทำงานเป็นกลุ่มย่อมทำให้เด็กได้รับการยอมรับและได้รับความสำคัญ แม้ว่าบางครั้งการทำงานเป็นกลุ่มจะทำให้คนทำตามกลุ่มและสูญเสียอิสรภาพ ความเป็นตัวของตัวเองไปบ้างก็ไม่เป็นไร

แนวทางที่ 2 เทคนิคการปรับพฤติกรรม เป็นวิธีการปรับพฤติกรรมที่อยู่บนพื้นฐานการเรียนรู้ในรูปแบบต่าง ๆ เช่น

1. การให้แรงเสริม การให้แรงเสริมเป็นวิธีการของการเรียนรู้แบบวางเงื่อนไขการกระทำของสกินเนอร์ เป็นวิธีการที่สามารถนำมาใช้ในการแก้ไขพฤติกรรมของเด็กในโรงเรียนได้อย่างมีประสิทธิภาพ มีข้อมูลยืนยันการใช้แรงเสริมในหลายรูปแบบ เช่น การให้แรงเสริมที่เป็นสิ่งของที่จับต้องได้กินได้ แรงเสริมทางสังคมที่เป็นคำชมเชย การให้ความสนใจ แรงเสริมที่เป็นกิจกรรมที่เด็กชอบมากกว่ากิจกรรมการเรียน แรงเสริมที่แลกเปลี่ยน ฯลฯ มีงานวิจัยตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบันที่ยืนยันว่า แรงเสริมประสิทธิภาพแก้ไขพฤติกรรมการเรียนรู้ พฤติกรรมทางสังคมและอื่น ๆ

2. การฝึกพฤติกรรมแสดงออกที่เหมาะสม (Assertive behavior) เป็นเทคนิคการปรับพฤติกรรมที่ใช้ในการแก้ไขความกลัวและความวิตกกังวล โดยจะใช้วิธีการและขั้นตอนในการฝึกพฤติกรรมแสดงออกอย่างเหมาะสม ซึ่งประกอบด้วย การฝึกทักษะทางสังคม (Social Skills) และการใช้เทคนิคต่าง ๆ เช่น การให้คำแนะนำ (Coaching Instruction) การแสดงตัวอย่าง (Modeling) การซ้อมบทบาทของพฤติกรรม (Behavior rehearsal) การให้แรงเสริมทางบวก (Positive reinforcement) การแสดงบทบาทสมมติ (Role-playing) และการให้การบ้าน (Home assignment) เพื่อให้เกิดการแสดงออกตามความรู้สึกนึกคิด และความต้องการที่แท้จริงของแต่ละคนได้อย่างเหมาะสมเป็นธรรมชาติ ด้วยความมั่นใจอย่างตรงไปตรงมา ตาม

สิทธิของแต่ละบุคคลอีกด้วย ในการวิจัยครั้งนี้พฤติกรรมการแสดงออกอย่างเหมาะสมวัดด้วยคะแนนจากแบบวัดพฤติกรรม การแสดงออกอย่างเหมาะสม

3. การเตือนตนเอง (Self – monitoring) เป็นเทคนิคง่าย ๆ ที่ให้บุคคลหรือเด็กที่มีพฤติกรรมที่เป็นปัญหาสังเกตและรายงานพฤติกรรมของตนเองว่าเกิดขึ้นเวลาใด ในสถานการณ์ใดมากที่สุด แล้วรายงานต่อผู้ที่จะแก้ปัญหาหรือรายงานให้ครูทราบ เพื่อจะได้ดำเนินการแก้ไขพฤติกรรมต่อไป วิธีนี้เป็นวิธีควบคุมตนเองจากทั้งภายนอกและภายใน นั่นคือ การสังเกตและจดบันทึกพฤติกรรมตนเอง นับเป็นวิธีควบคุมจากภายใน แต่การที่ครูหรือบุคคลภายนอกให้แรงเสริมเป็นวิธีควบคุมจากภายนอก

4. การเสนอตัวแบบ (Modeling Procedure) การเสนอตัวแบบเป็นเทคนิคที่พัฒนามาจากงานของแบนดูราในช่วงปี ค.ศ. 1969 คือ การเสนอตัวแบบในโรงเรียน การเสนอตัวแบบเป็นเทคนิคที่สามารถใช้ปรับพฤติกรรมทางอารมณ์ทางสังคม หรือทักษะทางกาย ซึ่งนับว่าเป็นเทคนิคที่ใช้ได้อย่างกว้างขวางและเป็นธรรมชาติซึ่งแบนดูรา (Bandura, 1969) กล่าวว่า ตัวแบบนั้นให้ประโยชน์ 3 ด้าน คือ ช่วยให้บุคคลเรียนรู้พฤติกรรมใหม่ ช่วยให้พฤติกรรมที่เรียนรู้มาแล้วได้มีโอกาสแสดงออก และมีผลให้เกิดการระงับพฤติกรรมบางอย่าง การเสนอตัวแบบทำให้เด็กเกิดการสังเกตและทำตามแบบอย่าง เช่น สังเกตตัวแบบจริง ตัวแบบจากภาพยนตร์จากรูปภาพ ฯลฯ การเสนอตัวแบบจะมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของเด็กมาก ดังตัวอย่างเช่น ให้เด็กที่แยกตัวออกจากสังคมดูตัวแบบจากรูปภาพการเล่าเรื่อง ภาพยนตร์ และตัวแบบคนจริงซึ่งแสดงการติดต่อสัมพันธ์กับผู้อื่นให้เด็กดูและให้แรงเสริมเมื่อเด็กมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น

5. การชี้แนะ (Prompts) เป็นการให้สิ่งเร้ากระตุ้นให้เด็กแสดงพฤติกรรมตามที่ต้องการ การชี้แนะมักนิยมใช้ร่วมกับการให้แรงเสริม การชี้แนะอาจจะเป็นคำพูด กิริยาท่าทางหรือสื่อต่าง ๆ เครื่องชี้แนะอาจจะช่วยปรับพฤติกรรมทางการเรียน หรือพฤติกรรมทางสังคม ถ้าเป็นเด็กที่มีปัญหาทางการเรียน แก้ได้โดยตรงด้วยการอาศัยเครื่องชี้แนะ ได้แก่ “บทเรียนแบบโปรแกรม” หรือสื่ออย่างอื่น สำหรับเครื่องชี้แนะในการปรับพฤติกรรมอื่น ๆ มีหลายวิธี เช่น การพูดกระตุ้น การใช้กิริยาท่าทาง เป็นต้น

6. การลงโทษ เป็นการให้สิ่งเร้าที่ก่อให้เกิดความไม่พึงพอใจ (aversive stimulus) หลังจากการตอบสนองอันใดอันหนึ่ง ซึ่งทำให้โอกาสที่จะแสดงออกแล้วควบคุมด้วยสิ่งเร้าที่ไม่น่าพึงพอใจ ซึ่งเป็นวิธีการควบคุมพฤติกรรมที่ก่อให้เกิดผลเสีย เพราะเป็นการให้สิ่งที่ไม่น่าพึงพอใจหลังจากพฤติกรรมนั้นเกิดขึ้น การลงโทษมักจะเป็นวิธีที่ใช้กับเด็กที่ปรับตัวไม่ได้อย่างรุนแรง เช่น ก้าวร้าว ต่อสู้ทุปตี เป็นต้น การลงโทษอาจจะเป็นการทำให้เจ็บกาย เช่น ตีและเจ็บปวดทางใจ เช่น ตาหนีบเย็บ นอกจากนี้ ยังมีการช็อตด้วยไฟฟ้าเสี่ยงรบกวน เป็นต้น

7. การควบคุมตนเอง วิธีการควบคุมตนเองที่ใช้ในห้องเรียนนั้น จะกระทำตามขั้นตอนที่กล่าวไว้แล้ว คือ การกำหนดพฤติกรรมเป้าหมายด้วยตนเอง กำหนดเงื่อนไขแรงเสริมหรือการลงโทษด้วยตนเอง การสังเกตและบันทึกพฤติกรรมด้วยตนเอง การประเมินตนเอง ให้แรงเสริมหรือลงโทษตนเอง

8. การฝึกสอนตนเอง (Self-instructional Training) เป็นเทคนิคได้พัฒนามาจากแนวคิดทฤษฎีการเรียนรู้ การวางเงื่อนไขแบบการกระทำของสกินเนอร์ และงานของนักจิตวิทยาชาวรัสเซีย ที่ศึกษาถึงพัฒนาการความสัมพันธ์ระหว่างภาษา ความคิด และพฤติกรรมและได้เสนอว่า การควบคุมพฤติกรรมของ

บุคคลนั้นเริ่มจากบุคคลที่มีความสำคัญต่อเขา โดยเริ่มจากการควบคุมด้วยคำพูดหรือภาษา ซึ่งเป็นสภาพแวดล้อมทางสังคม พัฒนาไปสู่การควบคุมตนเองโดยการที่เด็กใช้คำพูดภายนอก (พูดเสียงดัง) ต่อมาจึงพูดจากภายในใจตนเอง เขาจึงได้พัฒนาโปรแกรมการสอนตนเองขึ้นสอนเด็กที่มีลักษณะหุนหันพลันแล่น (Impulsive) โดยเริ่มให้เด็กดูตัวแบบว่าเขาจะทำอะไร แล้วให้เด็กพูดตามด้วยเสียงดัง จากนั้นค่อย ๆ พูดให้เบาลง จนในที่สุดพูดกับตัวเองภายในใจซึ่งพบว่าได้ผลดี

9. วิธีพฤติกรรมบำบัด เป็นวิธีการที่มีคนนิยมใช้กันมากในคลินิก โดยอาศัยหลักการเรียนรู้ในห้องทดลองมาใช้บำบัดคนเป็นโรคจิต โรคประสาท เพราะเชื่อว่า อาการของโรคจิต โรคประสาทนั้นเป็นพฤติกรรมที่เกิดจากการเรียนรู้ที่ไม่สมเหตุสมผล และขาดการปรับตัวที่ดี จึงทำให้คนไข้แสดงพฤติกรรมออกมาในลักษณะที่ผิดปกติธรรมดา

สรุป

แนวทางการส่งเสริมการลดพฤติกรรมความก้าวร้าว เพื่อลดการกระทำที่รุนแรงกว่าปกติ โดยมุ่งทำลายตนเองและผู้อื่นให้ได้รับความเจ็บปวด การทำลายทรัพย์สิน เช่น การขว้างปาข้าวของ การทุบตีสิ่งของเครื่องใช้ เป็นต้น การกระทำที่ทำให้ผู้อื่นบาดเจ็บทางกายและจิตใจ โดยการพูดจาข่มขู่ กรรโชก คุกเขี่ยดุด่า สบถ พูดคำหยาบ ขกต้อย ใช้อาวุธทำร้ายร่างกาย เป็นต้น พฤติกรรมที่มีการติดต่อกับผู้อื่นอย่างไม่เหมาะสมกับกาลเทศะ ทำให้ล่วงละเมิดสิทธิของผู้อื่น เป็นพฤติกรรมที่มีการติดต่อสัมพันธ์กับผู้อื่นทั้งทางตรงและทางอ้อม โดยปัจจัยสำคัญที่ทำให้เกิดพฤติกรรมความก้าวร้าว คือ ด้านกรรมพันธุ์ ด้านอารมณ์ ด้านจิตใจ ด้านสติปัญญา ด้านสิ่งแวดล้อม/สังคม ด้านวัฒนธรรม ด้านครอบครัว ด้านพฤติกรรม การลอกเลียนแบบ ด้านครูผู้สอน และด้านเพื่อน

การส่งเสริมการลดพฤติกรรมความก้าวร้าว นั้น ต้องอาศัยการมีส่วนร่วมจากผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้อง โดยเฉพาะอย่างยิ่งผู้ปกครองนักเรียน สถานศึกษาโดยผู้บริหารสถานศึกษาและครูผู้สอน รวมทั้งตัวนักเรียน เพื่อให้พฤติกรรมความก้าวร้าวลดลง ซึ่งมีแนวทางการส่งเสริมการลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียน คือ 1) การจัดบรรยากาศในการเรียนการสอน 2) ศึกษาลักษณะของการปรับพฤติกรรม และ 3) ใช้เทคนิคการปรับพฤติกรรม ในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ให้กับนักเรียนระดับปฐมวัยถึงระดับประถมศึกษา เพื่อเสริมสร้างคุณภาพชีวิตและลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนให้มีประสิทธิภาพ ทำให้เด็กรู้สึกมั่นคงปลอดภัยทั้งทางร่างกายและจิตใจ จัดประสบการณ์การเรียนรู้ที่ช่วยให้เด็กประสบความสำเร็จ และสอนให้เห็นโทษของการใช้ความรุนแรง โดยการชี้แนะทำให้เด็กรู้สึกภาคภูมิใจ และมีความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับตนเอง รู้จักควบคุมตนเองให้มากที่สุด และควรแสดงการยอมรับเด็ก ไม่ว่าเด็กจะอยู่ในสภาพใด ทำการเปิดโอกาสให้เด็กได้รับการยอมรับจากกลุ่มเพื่อนให้ได้มากที่สุด

เอกสารอ้างอิง

- กระทรวงสาธารณสุข. (2561). *ความหมายของการส่งเสริมสุขภาพ*. กรุงเทพมหานคร: สำนักส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข.
- ตรรกพร สุขเกษม. (2554). *พฤติกรรมมนุษย์ ปัจจัยพื้นฐานด้านจิตวิทยา*. เรียกใช้เมื่อ 1 มิถุนายน 2562. จาก http://www.novabizz.com/NovaAce/Behavior/Factor_Psyco.htm.
- ประไพพรรณ ภูมิวุฒิสาร และพรรณระพี สุทธิวรรณ. (2562). *การป้องกันและแก้ไขปัญหาพฤติกรรมนักเรียน*. กรุงเทพมหานคร: คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- พนม เกตุมาน. (2562). *คู่มือครู ปัญหาพฤติกรรมที่พบบ่อยในนักเรียนและแนวทางการแก้ไข*. กรุงเทพมหานคร: คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล.
- พระสรวิน อภิปัญญา และนิเวศน์ วงศ์สุวรรณ. (2553). *การสร้างและพัฒนารูปแบบการลดพฤติกรรมความรุนแรงของวัยรุ่นตามแนวทางพระพุทธศาสนา*. ใน *รายงานการวิจัยคณะกรรมการ ศาสนา พุทธบริหารการศึกษา*. มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พีร วงศ์อุปราช. (2555). *ความซาซนจากการเผชิญความรุนแรงใน 3 จังหวัดชายแดนใต้: ความสัมพันธ์ระหว่างความรุนแรงในชุมชน องค์ประกอบทางปัญญา ทางอารมณ์และพฤติกรรมก้าวร้าว*. *วารสารวิชาการมหาวิทยาลัยธนบุรี*, 6(11), 14-36.
- พูนสุข มาศรังสรรค์. (2558). *การจัดการความรุนแรงในครอบครัวเชิงพุทธบูรณาการ*. พระนครศรีอยุธยา: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- มิสชนัญญา เงินเมือง. (2553). *ความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์ การทำหน้าที่ของครอบครัว และพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนชายระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 6*. ใน *รายงานการวิจัยในชั้นเรียน สังกัดงานแนะแนว ฝ่ายวิชาการ โรงเรียนอัสสัมชัญแผนกประถม*. โรงเรียนอัสสัมชัญแผนกประถม.
- รังสรรค์ โฉมยา. (2551). *การศึกษาพฤติกรรมความก้าวร้าวในการขับชู้ของนิสิตมหาวิทยาลัยมหาสารคาม*. ใน *รายงานการวิจัยประจำปี 2551*. มหาวิทยาลัยมหาสารคาม.
- รัตน์ทัย พลบุรีการ. (2551). *พฤติกรรมก้าวร้าวในเด็ก*. กรุงเทพมหานคร : โฮลิสติกพับลิชชิง.
- สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต. (2550). *ทฤษฎีและเทคนิคการปรับพฤติกรรม*. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุรางค์ ไคว์ตระกูล. (2553). *จิตวิทยาการศึกษา*. พิมพ์ครั้งที่ 9. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- โสธิตา ผุฏฐธรรม และดุสิตา ดีบุกคำ. (2562). *ลูกก้าวร้าว (Aggressive Behavior)* เรียกใช้เมื่อ 1 มิถุนายน 2562. จาก <http://taamkru.com/th/>
- โสธรธัมม์ จันทร์ประภา. (2553). *การบริหารทางจิตสำหรับเด็กวัยรุ่น*. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์คุรุสภา.
- หัสติน แก้ววิชิต. (2559). *พฤติกรรมมนุษย์เพื่อการพัฒนาตน*. อุดรธานี : มหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี.

อุมาพร ตรังคสมบัติ. (2544). *สร้างวินัยให้ลูกคุณ*. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร: ศูนย์วิจัยและพัฒนาครอบครัว.

Buss, A. H. (1961). *The psychology of aggression*. New York: John Wiley and Sons.

Coon, D. & Mitterer, J. O., (2013). *Introduction to Psychology: Gateways to Mind and Behavior*. 13rd ed. New Tech Park: WADSWORTH CENGAGE Learning.

Feldman. F. S., (2013). *Understanding Psychology*. 7thed. New York: McGraw Hill.

King, L. A.. (2011). *The Science of Psychology*. 2nded. New York: McGraw Hill.

Zillmann, D. (1979). *Hostility and aggression*. New Jersey: Lawrence Erlbaum.