

ผลของกิจกรรมกลุ่มเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อลดความก้าวร้าวของวัยรุ่น

The Effects of Group Process to Enhance Life Skill for Reducing Adolescence's Aggression

ศิริกุล ผินสันเทียะ (Sirigun Phinsuntea)*

มัลลวีร์ อุดุลวัฒน์ศิริ (Mullawee Adunwatthanasiri)**

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi experimental design) มีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบคะแนนความก้าวร้าวของวัยรุ่นกลุ่มทดลองก่อนและหลังการทดลอง และเพื่อเปรียบเทียบคะแนนความก้าวร้าวของวัยรุ่นระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมหลังการทดลอง กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้คือ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนเทศบาล ระดับมัธยม ที่กำลังศึกษาอยู่ในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2554 ที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวสูง จำนวน 60 คน สุ่มเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 30 คน กลุ่มทดลองได้รับกิจกรรมกลุ่มเสริมสร้างทักษะชีวิต จำนวน 12 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที และกลุ่มควบคุมไม่ได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ 1) แบบวัดความก้าวร้าวของวัยรุ่น มีความเชื่อมั่นทั้งฉบับเท่ากับ .92 2) โปรแกรมการใช้กิจกรรมกลุ่มเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อลดความก้าวร้าวของวัยรุ่นและสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล คือ การทดสอบค่าที (t-test) ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนน ความก้าวร้าวต่ำกว่าก่อนเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และต่ำกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

Abstract

The research design of this study was Quasi Experimental Design. The objectives were: to compare adolescence's aggression of the experimental group before and after the experiment and to compare the adolescence's aggression of the experimental group and control group. The samples are grade 9 during the second semester in 2011 at Tasaban Secondary School. They were randomly grouped from high aggressive students to experimental group and control group, 30 students each. The experimental group attended 12 sessions, each session for 50 minutes of training while the control group did not. The instruments consisted of; 1) the Adolescents' Aggressive Scale with reliability coefficient of total issue of 0.92, and 2) Group Process to Enhance Life Skill Program. The analysis of the data was conducted by t-test. The research results showed that: After the experiment was completed, the experimental group had lower aggressive scores than before the experiment at the .05 significant levels and lower aggressive score than the control group at the .05 significant levels.

คำสำคัญ: กิจกรรมกลุ่ม ทักษะชีวิต ความก้าวร้าว

Keyword: Group Process, Life Skill, Aggression

* นักศึกษาหลักสูตรศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาและการให้คำปรึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น

** รองศาสตราจารย์ สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาและการให้คำปรึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ในสภาวะการณ์ปัจจุบัน สังคมไทยมีการเปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็วในทุก ๆ ด้าน ทั้งทางด้านวิทยาศาสตร์ เทคโนโลยี เศรษฐกิจ สังคม และการเมือง การปกครอง ซึ่งการเปลี่ยนแปลงดังกล่าวส่งผลให้อัตราส่วนความเจริญทางด้านวัตถุกับด้านจิตใจของคนในชาติไม่สอดคล้องสัมพันธ์กัน ทำให้บุคคลเกิดปัญหาความเสื่อมทรามทางจริยธรรมโดยเฉพาะเด็กและเยาวชน ซึ่งเป็นประชากรกลุ่มใหญ่และเป็นอนาคตของชาติต่อไป

วัยรุ่นเป็นวัยที่มีอารมณ์เปลี่ยนแปลงได้ง่าย ขาดความเชื่อมั่น ความต้องการตลอดจนปรารถนาต่าง ๆ เป็นไปอย่างรุนแรง ปราศจากความยั้งคิด ชอบทำอะไรตามใจ หรือตามความนึกคิดของตน ต้องการเป็นที่ยอมรับนับถือในเพื่อนฝูง โดยเฉพาะการทำอะไรให้คล้าย ๆ กัน เลียนแบบตามกัน จึงมีวัยรุ่นจำนวนมากที่มีปัญหาและอยู่ในสภาพที่เลวร้าย ปัญหาการทำร้ายร่างกาย ซึ่งมักเกิดกับเด็กวัยรุ่นที่มีอารมณ์รุนแรงและมีลักษณะก้าวร้าว หุนหันพลันแล่น เด็กที่ชอบทำตัวเป็นหัวหน้าหรือจ่าฝูง และเนื่องจากวัยรุ่นเป็นวัยที่ร่างกายเจริญเติบโต บางคนโตและแข็งแรงกว่าผู้ใหญ่ ถ้าหากมีอารมณ์รุนแรงขาดความยั้งคิด เมื่ออยู่ในกลุ่มมักจะยึดอุดมการณ์ของกลุ่มไม่ว่าจะถูกหรือผิดและมักจะแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวชอบก่อเรื่องชกต่อยทะเลาะวิวาทถึงขั้นยกพวกตีกัน ทำร้ายร่างกาย กันซึ่งมีปรากฏตามข่าวหนังสือพิมพ์ วิทยุ โทรทัศน์ อยู่เสมอ (สุชา จันทน์เอม, 2541)

สถานการณ์สังคมปัจจุบันจากรายงานของกรมพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนทั่วประเทศ พบว่าเด็กและเยาวชนที่ถูกจับกุมทางคดีอาญา ตามคดีทำร้ายร่างกาย ประทุษร้ายต่อทรัพย์ คดีสะเทือนขวัญ พบว่าผู้กระทำความผิดส่วนใหญ่เป็นกลุ่มอายุ 15-18 ปี ผู้กระทำความผิดอยู่ในระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ร้อยละ 86.3 ซึ่งมากเป็นอันดับหนึ่ง (กลุ่มงานข้อมูลและสารสนเทศสำนักพัฒนาระบบงานยุติธรรมเด็กและเยาวชน กรมพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน กระทรวงยุติธรรม, 2553) และจากการศึกษาวิจัย การติดตามสถานการณ์เด็กและเยาวชนรายจังหวัดในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ พบว่าจังหวัดขอนแก่นมีค่าเฉลี่ยของเด็กที่ถูกกระทำความผิด

ทำร้ายร่างกายในสถานศึกษา (13.75) สูงกว่าค่าเฉลี่ยภาคตะวันออกเฉียงเหนือ (6.99) และสูงที่สุดในภาคตะวันออกเฉียงเหนือและมีค่าเฉลี่ยการพกพาอาวุธ (24.82) สูงกว่าค่าเฉลี่ยภาคตะวันออกเฉียงเหนือ (21.0) (สำนักงานกองทุนสนับสนุนงานวิจัย มหาวิทยาลัยมหาสารคาม, 2551) ซึ่งแสดงให้เห็นถึงปัญหาพฤติกรรมก้าวร้าวของกลุ่มวัยรุ่นที่นำวิกฤตอย่างยิ่งที่เกิดขึ้นในจังหวัดขอนแก่น

ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมที่ก่อให้เกิดความก้าวร้าวมีอยู่ด้วยกันหลายปัจจัย ได้แก่ ปัจจัยส่วนตัว สิ่งแวดล้อม สาเหตุปัญหาความก้าวร้าว สาเหตุเกิดจากปัจจัยในตัวบุคคล ได้แก่ ขาดทักษะทักษะการสื่อสาร การควบคุมอารมณ์ และการชะลอความโกรธ การเกิดอารมณ์โกรธทำให้อารมณ์ก้าวร้าวได้ง่าย (ไกรสิทธิ์ นฤชต์พิชัย, 2552) พฤติกรรมก้าวร้าวก่อให้เกิดความเดือดร้อนรำคาญ ทั้งแก่ตนเองและผู้อื่น ซึ่งถ้าพฤติกรรมก้าวร้าวนี้เกิดขึ้นในโรงเรียนด้วยแล้วจะเป็นการทำให้เกิดการรบกวนการเรียนการสอนในห้องเรียนเป็นอย่างมาก ทำให้การดำเนินการสอนของครูเป็นไปโดยไม่ราบรื่น ผู้แสดงพฤติกรรมก้าวร้าวเหล่านั้นอาจจะให้การแสดงออกทางกายหรือทางวาจาในการทำร้ายผู้อื่นได้ (สุธีรา จำเริญม, 2534)

แนวทางการป้องกันความก้าวร้าวได้แก่ การฝึกระเบียบวินัย การควบคุมตนเองและการฝึกทักษะชีวิต ให้แก้ไขปัญหาก็ได้ถูกต้อง (กรมสุขภาพจิต, 2553) โดยเฉพาะทักษะชีวิตซึ่งเป็นทักษะความสามารถของบุคคลที่จะคิดตัดสินใจแก้ปัญหาและการปรับตัวให้มิพฤติกรรมที่ถูกต้อง สามารถจัดการกับความต้องการ ปัญหา และสถานการณ์ต่าง ๆ เพื่อให้สามารถดำเนินชีวิตอย่างเหมาะสมกับสังคมที่เปลี่ยนไป (กรมสุขภาพจิต, 2549) และประภาวดี แสนสีลา (2543) ได้พัฒนาทักษะชีวิตให้แก่แก่นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในจังหวัดขอนแก่น เพื่อป้องกันจากอุบัติเหตุจากการจักรยานยนต์ นอกจากนี้ นวลศิริ เปาโรหิตย์ (2542) ได้เสนอความเห็นว่าการเสริมสร้างทักษะชีวิตเป็นแนวทางหนึ่งในการป้องกันความรุนแรงในชุมชน ซึ่ง ภูมิภัทร ปาละกะวงศ์ ณ อยุธยา (2547) ได้ศึกษาผลของการพัฒนาทักษะชีวิตที่มีต่อพฤติกรรมทะเลาะวิวาทของเด็กและเยาวชนในสถานพินิจ และ Tolan และ Guerra

(1994 อ้างถึง เพ็ญจันทร์ ประดับขและคณะ, 2551) ศึกษาผลของการพัฒนาทักษะชีวิตที่มีต่อการลดปัญหาความรุนแรงในเด็กและเยาวชน ซึ่งผลการศึกษาพบว่าการพัฒนาทักษะชีวิตให้แก่เด็กและเยาวชน สามารถป้องกันปัญหาและลดความรุนแรงในเด็กและเยาวชนได้

กิจกรรมกลุ่มเป็นกิจกรรมที่เปิดโอกาสให้วัยรุ่นได้สำรวจและเข้าใจตนเองและผู้อื่นได้แลกเปลี่ยนเรียนรู้ประสบการณ์ร่วมกัน จากการที่ได้มีโอกาสปลดปล่อยความตึงเครียดทางอารมณ์ได้ข้อคิดจากสมาชิกกลุ่มในบรรยากาศของความเป็นมิตร ส่งผลให้วัยรุ่นได้ปรับเปลี่ยนตนเองให้มีพฤติกรรมที่เหมาะสมเป็นที่ยอมรับของกลุ่มและสังคม (हररा थावतत, 2536) รวมทั้งได้ฝึกทักษะการแก้ปัญหา และสามารถนำความรู้และทักษะต่าง ๆ ไปประพฤติปฏิบัติในชีวิตประจำวันได้ (ข้อลัดดา ขวัญเมือง, 2541) ได้มีผู้นำกิจกรรมกลุ่มมาใช้เพื่อพัฒนาคุณลักษณะและพฤติกรรมที่พึงประสงค์ รวมทั้งลดพฤติกรรมและคุณลักษณะพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ เช่น ตูยดา वरववववव (2549) ศึกษาผลของการใช้กิจกรรมกลุ่มเพื่อลดความก้าวร้าวของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 : กรณีศึกษา ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวหลังการเข้าร่วมกิจกรรม มีคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวลดลงกว่าก่อนการเข้าร่วมกิจกรรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และผลการศึกษาของ พชรินทร์ แก้วพาดิ (2544) ที่ศึกษาผลของกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 (โรงเรียนขยายโอกาส) : ศึกษาเฉพาะกรณีโรงเรียนบ้านนาเกาะทาด อำเภอลำนวย จังหวัดสกลนคร พบว่านักเรียนที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวหลังจากเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์มีคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวต่ำกว่านักเรียนในกลุ่มที่ไม่ได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ และมีคะแนนความก้าวร้าวหลังจากการเข้ากลุ่มสัมพันธ์ต่ำกว่าก่อนเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์

ดังนั้นผู้วิจัยจึงสนใจที่จะนำกิจกรรมกลุ่มมาใช้เป็นเครื่องมือในการเสริมสร้างทักษะชีวิต เพื่อลดความก้าวร้าวของวัยรุ่นโดยมุ่งเน้นไปที่การสื่อสารและการสร้างสัมพันธภาพ การตัดสินใจและแก้ไขปัญหา และ

การจัดการอารมณ์ ซึ่งจะช่วยให้เยาวชนมีทักษะในการที่เผชิญปัญหาต่าง ๆ ในสภาพสังคมปัจจุบันได้อย่างถูกต้องเติบโตให้เป็นผู้ใหญ่ที่มีคุณภาพ และเป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาประเทศชาติต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อเปรียบเทียบคะแนนความก้าวร้าวของกลุ่มทดลองก่อนและหลังการทดลอง
2. เพื่อเปรียบเทียบคะแนนความก้าวร้าวของกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมหลังการทดลอง

สมมติฐานการวิจัย

1. วัยรุ่นที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มเสริมสร้างทักษะชีวิตมีคะแนนความก้าวร้าวต่ำกว่าก่อนเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม
2. วัยรุ่นที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มเสริมสร้างทักษะชีวิตมีคะแนนความก้าวร้าวต่ำกว่ากลุ่มที่ไม่ได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

วิธีการวิจัย

ระเบียบการวิจัย

การวิจัยนี้เป็นรูปแบบการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi experimental design) โดยมีรูปแบบ Randomized control group pretest posttest design (ลัดดา อะยะวงค์, 2543) ซึ่งมีสัญลักษณ์รูปแบบการทดลองดังนี้

O_{E1}	X	O_{E2}
O_{C1}		O_{C2}

รูปแบบของการวิจัย

- O_{E1} แทน การทดสอบก่อนการทดลองของกลุ่มทดลอง
- O_E แทน การทดสอบหลังการทดลองของกลุ่มทดลอง
- O_{C1} แทน การทดสอบก่อนการทดลองของกลุ่มควบคุม

O₂ แทน การทดสอบหลังการทดลองของกลุ่ม
ควบคุม

X แทน การจัดกิจกรรมกลุ่ม

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ นักเรียนชาย-หญิง ที่กำลังศึกษาอยู่ในชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2554 โรงเรียนเทศบาล จำนวนทั้งหมด 10 ห้องเรียน จำนวนนักเรียนทั้งหมด 490 คน

กลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่ได้จากการสุ่มอย่างง่ายจากกลุ่มประชากรที่มีค่าเฉลี่ยของคะแนนความก้าวร้าวสูงกว่าค่าเฉลี่ยกลุ่ม จำนวน 2 ห้องเรียน แล้วนำมาสุ่มอย่างง่ายเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 30 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. แบบวัดความก้าวร้าวของวัยรุ่น โดยผู้วิจัยได้ใช้แบบวัดความก้าวร้าวของวันเฉลิม แก้วกามา (2549) ร่วมกับ สายชล กังคศิเทียม (2550) ที่พัฒนาจากแบบวัดความก้าวร้าวของ Buss & Perry (1992) มีค่าความเชื่อมั่น .92 โดยมีลักษณะเป็นมาตราประเมินค่า (Rating scale) 4 ระดับ ได้แก่ ไม่จริง ค่อนข้างไม่จริง ค่อนข้างจริง จริง ประกอบด้วยข้อความต่าง ๆ ที่บรรยายถึงความก้าวร้าว 3 ด้าน คือ ความก้าวร้าว ทางกาย ความก้าวร้าวทางวาจา และความก้าวร้าวทางความคิดและ/หรือ ความรู้สึก ด้านละ 12 ข้อ รวม 36 ข้อ

2. โปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อลดความก้าวร้าว ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น จำนวน 12 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที ดังนี้

ครั้งที่ 1	ปฐมนิเทศ
ครั้งที่ 2-4	ทักษะการสื่อสารและ การสร้างสัมพันธภาพ
ครั้งที่ 5-7	ด้านทักษะการตัดสินใจและ การแก้ไขปัญหา
ครั้งที่ 8-12	ด้านทักษะการจัดกับ การอารมณ์/พฤติกรรม

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ใช้วิธีการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

1. หาค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard deviation) ของคะแนนจากแบบวัดความก้าวร้าวก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

2. ทดสอบความแตกต่างของคะแนนความก้าวร้าวก่อนการทดลองและหลังการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมโดยใช้ Paired t-test

3. ทดสอบความแตกต่างของคะแนนความก้าวร้าวหลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมโดยใช้ Independent t-test

สรุปผลการวิจัย

1. วัยรุ่นที่เข้าร่วมกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิตมีคะแนนความก้าวร้าวต่ำกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2. วัยรุ่นที่เข้าร่วมกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิตมีคะแนนความก้าวร้าวต่ำกว่ากลุ่มที่ไม่ได้เข้าร่วมกิจกรรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

การอภิปรายผล

ผู้วิจัยขออภิปรายผลการวิจัยตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ดังนี้

จากสมมติฐานที่ 1 วัยรุ่นที่เข้าร่วมกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิตมีคะแนนความก้าวร้าวต่ำกว่าก่อนเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

ผลการศึกษาพบว่าเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ กล่าวคือ วัยรุ่นที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มเสริมสร้างทักษะชีวิตมีคะแนนความก้าวร้าวต่ำกว่าก่อนเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทั้งนี้เพราะวัยรุ่นที่มีโอกาสเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มเสริมสร้างชีวิตสามารถแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมได้มีการฝึกทักษะการสื่อสาร การสร้างสัมพันธภาพผูกมิตร การรู้จักกล่าวคำขอโทษ ขอบคุน การรู้จักปฏิเสธ กระบวนการคิดแก้ไขปัญหา ขั้นตอนการแก้ไขปัญหา 5 ขั้นตอน การรู้ปัญหา

วิเคราะห์ข้อดี ข้อเสีย และการตัดสินใจเลือกแนวทางได้ด้านการจัดการอารมณ์ วันรุ่นสามารถวิเคราะห์ปัญหาสาเหตุที่ทำให้เกิดความเครียดและบอกวิธีการผ่อนคลายลดความเครียดได้ และได้ฝึกปฏิบัติแสดงบทบาทสมมติทั้ง 3 ทักษะ ซึ่งกรมสุขภาพจิต (2539) ได้กล่าวไว้ว่าเมื่อบุคคลเข้ากลุ่มจะเรียนรู้การปฏิบัติตัวในสังคม รู้จักควบคุมอารมณ์ในการแสดงออก การพัฒนาบุคลิกภาพ และลักษณะของตนให้ดีขึ้น ซึ่งในกิจกรรมในครั้งนี้ได้นำทักษะชีวิตการสื่อสารและการสร้างสัมพันธภาพ การคิด และการตัดสินใจ และการจัดการกับอารมณ์ ให้วัยรุ่นได้ทราบเข้าใจ ขึ้นกระบวนกร การพัฒนาทักษะ และการฝึกทักษะในแต่ละด้าน ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของตุลดา วรณิกาสกุล (2549) ซึ่งศึกษาเกี่ยวกับการใช้กิจกรรมกลุ่ม เพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 : กรณีศึกษา ผลการศึกษาพบว่านักเรียนที่เข้าร่วมคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวลดลงกว่าก่อนการเข้าร่วมกิจกรรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากสมมติฐานที่ 2 วัยรุ่นที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มเสริมสร้างทักษะชีวิตมีคะแนนก้าวร้าวต่ำกว่ากลุ่มที่ไม่ได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

ผลการศึกษาพบว่าเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้กล่าวคือ วัยรุ่นที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มเสริมสร้างทักษะชีวิตมีคะแนนความก้าวร้าวต่ำกว่าวัยรุ่นที่ไม่ได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทั้งนี้เนื่องจากกิจกรรมกลุ่มเสริมสร้างทักษะชีวิต เป็นการช่วยให้วัยรุ่นได้เข้าใจตนเอง ได้สำรวจตัวเอง เข้าใจผู้อื่น ได้ฝึกการสื่อสารและการสร้างสัมพันธภาพ การคิดและตัดสินใจ และการจัดการอารมณ์ ได้สอดคล้องกับแนวคิดของทศไนยวรรณ จินตสุวานนท์ (2546) ที่กล่าวว่ากิจกรรมกลุ่มสามารถนำมาพัฒนาการ ควบคุมตนเองให้สูงขึ้นได้ ซึ่งจะให้นักเรียนสามารถจัดการกับพฤติกรรมของตนเองให้แสดงออกที่เหมาะสม การควบคุมตนเองให้สามารถอยู่ในสภาพสังคมได้อย่างมีความสุข จึงทำให้วัยรุ่นกลุ่มทดลองได้เกิดการเรียนรู้ที่จะลดความก้าวร้าวลงได้ดีกว่าวัยรุ่น

ที่ไม่ได้รับการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาของ พชรินทร์ แก้วพาดิ (2544) เรื่องผลของกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 ผลการวิจัยพบว่าหลังการทดลองนักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวต่ำกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากที่กล่าวมาข้างต้น สามารถสรุปได้ว่า วัยรุ่นที่มีโอกาสเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มเสริมสร้างชีวิตสามารถแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมได้มีการฝึกทักษะการสื่อสาร และการสร้างสัมพันธภาพ การคิดตัดสินใจและแก้ไขปัญหา และการจัดการกับอารมณ์ ผ่านกิจกรรมกลุ่มที่สะท้อนความรู้สึก ระบุข้อดีของกระบวนกรกลุ่ม นักเรียนสัญญาว่าจะปรับเปลี่ยนพฤติกรรมไปในทางที่เหมาะสม เช่น การกล่าวคำว่าขอโทษ แสดงการมีน้ำใจช่วยเหลือเพื่อน รู้จักคิดแก้ไขปัญหเพิ่มเติม และลดพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม เช่น การแกล้งหรือพูดจาไม่สุภาพ รังแกเพื่อน และมีการจัดการกับอารมณ์ในทางที่ดีขึ้น

ข้อเสนอแนะ

1. ควรมีการศึกษาตัวแปรแทรกซ้อนอื่นๆ ที่อาจมีผลต่อความก้าวร้าว เช่น สภาพครอบครัวสิ่งแวดล้อมทางบ้าน และทางโรงเรียน ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว การอบรมเลี้ยงดูระดับการศึกษาของผู้ปกครองและจิตลักษณะของวัยรุ่นเพื่อเป็นแนวทางแก่ผู้ปกครอง และสถานศึกษาในการหาทางลดความก้าวร้าวของเยาวชน
2. ควรมีการศึกษาวิธีการลดความก้าวร้าวในวัยรุ่นด้วยวิธีการอื่น ๆ เช่น การใช้กระบวนกรกลุ่มการใช้ตัวแบบ การศึกษาเป็นรายกรณี (Case study) การวิจัยเชิงคุณภาพ การวิจัยเชิงปฏิบัติการ
3. ควรมีการทดลองเปรียบเทียบผลของวิธีการอื่น ๆ กับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มร่วมกับรายบุคคลตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงต่อความก้าวร้าวของวัยรุ่นเพื่อให้ได้แนวทางที่เหมาะสมในการลดความก้าวร้าวของวัยรุ่น

เอกสารอ้างอิง

- กรมสุขภาพจิต. (2553). **แนวทางการดูแลสุขภาพวัยรุ่น**. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพฯ: สหมิตรพรินต์ติ้งแอนด์พับลิช
ลิ่งจำกัด.
- กลุ่มงานข้อมูลและสารสนเทศ สำนักพัฒนาระบบงานยุติธรรมเด็กและเยาวชน กรมพินิจและคุ้มครองเด็กและ
เยาวชน กระทรวงยุติธรรม. (2553). **สถิติที่น่าสนใจ**. ค้นเมื่อ 16 เมษายน 2555, จาก [http://service.
nso.go.th/nso/nsopublish/theme_2-1-11.html](http://service.nso.go.th/nso/nsopublish/theme_2-1-11.html).
- กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. (2539). **คู่มือกลุ่มจิตบำบัดสำหรับสำหรับนักสุขภาพจิต**. กรุงเทพฯ:
โรงพิมพ์ ร. ส. พ.
- กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. (2549). **คู่มือผู้บริหารทักษะชีวิตในโรงเรียน: ทิศทาง การพัฒนาคนด้าน
สุขภาพ**. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว.
- ไกรสิทธิ์ นฤตพิชัย. (2552). **ลูกก้าวร้าวรับมืออย่างไร**. ค้นเมื่อ 16 เมษายน 2555, จาก [http://www.oknation.
net/blog/print.php](http://www.oknation.net/blog/print.php).
- ชลัดดา ขวัญเมือง. (2541). **กิจกรรมแนะแนวในชั้นเรียน**. กรุงเทพฯ: วิทย์พัฒน์.
- ตุลดา วรณิกาสกุล. (2549). **ผลของการใช้กิจกรรมกลุ่มเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียน ชั้นประถม
ศึกษาปีที่ 6: กรณีศึกษา**. วิทยานิพนธ์ปริญญา ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการแนะแนวและ
ให้คำปรึกษา บัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- ทัศไนยวรรณ จินตสุวานนท์. (2546). **ผลของการใช้กระบวนการกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาการควบคุมตนเองของ
นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนอนุบาลชัยภูมิ อำเภอเมือง จังหวัดชัยภูมิ**. วิทยานิพนธ์ปริญญา
ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการแนะแนวและการให้คำปรึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัย
ขอนแก่น.
- นวลศิริ เปาโรหิตย์. (2542). **นักเรียนนักเลง: ปัญหาที่ทำให้นักศึกษาปัจจุบัน**. **วารสารสุขภาพจิตและจิตเวช**,
2(1), 25-34.
- ประภาวดี แสนสีลา. (2543). **การพัฒนาโปรแกรมทักษะชีวิตป้องกันอุบัติเหตุจากรถจักรยานยนต์สำหรับนักเรียน
มัธยมศึกษาตอนต้น จังหวัดขอนแก่น**. วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตรบัณฑิต.
ศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลชุมชน บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- เพ็ญจันทร์ ประดับมุข. (2551). **มิติทางสังคมที่มีผลต่อความรุนแรงในเด็กและเยาวชน**. กรุงเทพฯ:
คณะสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล.
- พัชรินทร์ แก้วพาดิ. (2544). **ศึกษาผลของกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ 1-3 (โรงเรียนขยายโอกาส) : ศึกษาเฉพาะรายกรณี โรงเรียน บ้านนาเกาะ
อำเภออากาศอำนวย อำนาจ จังหวัดสกลนคร**. วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาสารคาม.
- ภูมิภัทร ปาลกะวงศ์ ณ อยุธยา. (2547). **ผลของโปรแกรมแนะแนวกลุ่มต่อการพัฒนาทักษะชีวิต และเปลี่ยน
เจตคติต่อพฤติกรรมทะเลาะวิวาทของเด็กและเยาวชนชายในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและ
เยาวชนบ้านมุกดา**. วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาและ
การแนะแนว บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- ลัดดา อะยะวงศ์. (2543). **เอกสารประกอบการสอนวิชา 217 720.ระเบียบวิธีวิจัยทางการศึกษา**.
พิมพ์ครั้งที่ 6. ขอนแก่น: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยขอนแก่น.

- วันเฉลิม แก้วกามา. (2549). **ความสัมพันธ์ระหว่างการสื่อสารในครอบครัวตามแนวทฤษฎีวิเคราะห์การสื่อสารระหว่างบุคคลกับพฤติกรรมก้าวร้าวของวัยรุ่น**. วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการแนะแนวและให้คำปรึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- สายชล กังคศิเทียม. (2550). **ผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มร่วมกับรายบุคคลตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงต่อความก้าวร้าวของวัยรุ่น**. วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการแนะแนวและให้คำปรึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- สุชา จันทน์เอม. (2541). **จิตวิทยาเด็ก**. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ: ไทยวัฒนาพานิช.
- สุธีรา ฉ่ำเอี่ยม. (2534). **การศึกษาพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4, 5 และ 6 สังกัดกรุงเทพมหานคร**. วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัย เกษตรศาสตร์.
- สำนักงานกองทุนสนับสนุนงานวิจัย มหาวิทยาลัยมหาสารคาม. (2551). **รายงานการวิจัยการติดตามสภาวะการณ่เด็กและเยาวชนรายจังหวัด (ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ)**. มหาสารคาม: มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม.
- หรรษา แดงทองดี. (2536). **ผลของการใช้กิจกรรมกลุ่มที่มีต่อการปรับตัวด้านสัมพันธ์ภาพกับเพื่อนนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนโสธรวรารามวรวิหาร จังหวัดฉะเชิงเทรา**. วิทยานิพนธ์การศึกษา มหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- Buss, A. H. , & Perry, M. (1992). The Aggression Questionnaire. **Journal of Personality and Social Psychology**, 63(3), 452-459.