

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มร่วมกับรายบุคคลตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงต่อความก้าวร้าวของวัยรุ่น ผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้ารวบรวมเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง โดยนำเสนอในหัวข้อดังต่อไปนี้

1. ความก้าวร้าว

- 1.1 ความหมายของความก้าวร้าว
- 1.2 ลักษณะของความก้าวร้าว
- 1.3 ทฤษฎีและแนวคิดเกี่ยวกับความก้าวร้าว
- 1.4 ประเภทของความก้าวร้าว
- 1.5 สาเหตุของความก้าวร้าว
- 1.6 การวัดความก้าวร้าว

2. วัยรุ่นกับความก้าวร้าว

- 2.1 ความหมายของวัยรุ่น
- 2.2 พัฒนาการของวัยรุ่นที่ส่งผลต่อความก้าวร้าว
- 2.3 แนวทางการช่วยเหลือวัยรุ่นที่มีความก้าวร้าว

3. การให้คำปรึกษากับความก้าวร้าว

- 3.1 ความหมายของการให้คำปรึกษา
- 3.2 วัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษา
- 3.3 ทักษะของการให้คำปรึกษา
- 3.4 ประเภทของการให้คำปรึกษา
- 3.5 การให้คำปรึกษาตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริง
- 3.6 การให้คำปรึกษากับความก้าวร้าว

1 ความก้าวร้าว

1.1 ความหมายของความก้าวร้าว

ความก้าวร้าวมีความหมายกว้างขวางและมีความแตกต่างตามความคิดเห็น ทักษะของแต่ละบุคคลและกลุ่มสังคมวัฒนธรรม นักจิตวิทยาและนักการศึกษาได้ให้ความหมายของความก้าวร้าวไว้หลากหลาย ซึ่งมีรายละเอียด ดังนี้

ความก้าวร้าว คือ การแสดงออกที่ทำให้ผู้อื่นไม่พอใจหรือเจ็บปวดทางกายและ/หรือจิตใจ ตลอดจนการทำให้สิ่งของเสียหายทั้งทางตรงและทางอ้อม เป็นการแสดงออกทางกายและ

ทางวาจาที่มีระดับความรุนแรงต่างกัน แต่ไม่ถึงขั้นผิดกฎหมาย (สมพร สุทัศนีย์, 2530) รวมทั้งพฤติกรรมที่ทำความเสียหายให้แก่ตนเอง (สุขมลัย คำห้วน, 2543) ซึ่งเป็นผลมาจากความคับข้องใจหรือต้องการมีอำนาจเหนือผู้อื่น (สรรสุดา มีชั้นช่วง, 2544) มีวัตถุประสงค์เพื่อมุ่งทำร้ายผู้อื่นให้ได้รับอันตราย บาดเจ็บหรือเกิดความเสียหายทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ ตลอดจนทรัพย์สินต่างๆ โดยเจตนา เพื่อขจัดความคับข้องใจ ความโกรธ ความเครียด และความรู้สึกไม่พอใจต่างๆ ที่มีต่อผู้อื่นหรือสิ่งรอบตัว (สุพัตรา พันธูร, 2546) เป้าหมายของการแสดงออกแบบก้าวร้าว เป็นการแสดงความคิดเพื่อเอาชนะคุกคามผู้อื่นให้เสียหาย ทำให้ผู้อื่นขายหน้า ด้อยค่าลง หมดความสำคัญ และแสดงการต่อสู้โดยตรงไปตรงมา เพื่อให้ได้มาซึ่งสิทธิของตน แสดงให้เห็นถึงความคิด ความรู้สึก และความเชื่อของตนเองในทุกวิถีทาง ภาษาท่าทางของผู้ที่แสดงออกอย่างก้าวร้าวจะประกอบไปด้วยการจ้องมองเพื่อควบคุมผู้อื่น เสียงที่ดังไม่เหมาะสมกับสถานการณ์ การเสียดสี ถากถาง น้ำเสียงที่แสดงการเย่อหยิ่ง (หลุย จำปาเทศ, 2533) นอกจากนี้ สุชา จันทน์เอม (2542) ได้กล่าวว่าความก้าวร้าว นั้น เป็นพฤติกรรมของคนที่ขาดความสุข ซึ่งได้รับการเรียนรู้มาจากสังคม ใช้เพื่อป้องกันตัวเองจากการรุกรานของผู้อื่น นอกจากนี้ยังเป็นวิธีเรียกร้องความสนใจจากผู้อื่น พฤติกรรมก้าวร้าวนี้สังคมมักจะติเตียนทำให้พวกก้าวร้าวต่อต้านสังคม

ซึ่งสอดคล้องกับ Lange & Jakubowski , 1976 ; Galassi , (1977 อ้างถึงใน สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต, 2543) ที่ให้ความหมายของพฤติกรรมก้าวร้าวว่า เป็นพฤติกรรมที่แสดงออกถึงการเรียกร้องถึงสิทธิแห่งตน โดยไม่สนใจว่าจะไปก้าวก่ายสิทธิของผู้อื่นหรือไม่ ซึ่งการแสดงออกจะมีลักษณะของการข่มขู่ บีบบังคับ เรียกร้อง หรือลักษณะของการแสดงออกที่รุนแรง ผู้ที่แสดงความก้าวร้าว นั้นมักจะให้ความสนใจน้อยมาก หรือไม่ให้ความสนใจเลยต่อความรู้สึกและสิทธิของบุคคลที่เป็นเป้าหมายของความก้าวร้าว นอกจากนี้บุคคลที่แสดงพฤติกรรมก้าวร้าว มักจะรับผิดชอบน้อยมากต่อผลที่เกิดขึ้นจากการกระทำของเขา และนพมาศ อุ่มพระ (ธีรเวคิน) (2547) ให้ความหมายของความก้าวร้าวว่าคือ ความจงใจทำร้ายผู้อื่น คล้ายคลึงกับ Baron (1977 อ้างถึงใน สุพัตรา พันธูร, 2546) ที่ให้ความหมายของความก้าวร้าวว่าเป็นรูปแบบของพฤติกรรมที่คิดหรือตั้งใจคุกคามผู้อื่น ซึ่งอาจแสดงออกได้ทั้งการกระทำและคำพูด และยังสอดคล้องกับ Buss (1992) ที่ให้ความหมายของความก้าวร้าวว่าเป็นการแสดงออกทางคำพูดและทางกายที่มีการคิดหรือความตั้งใจที่จะทำให้ผู้อื่นหรือสิ่งอื่นได้รับอันตรายหรือเสียหาย

จากความหมายของความก้าวร้าวที่กล่าวไปแล้ว สามารถสรุปได้ว่าความก้าวร้าวเป็นการแสดงออกทั้งทางกาย วาจา และความคิดที่รุนแรงกว่าปกติ มีเจตนาทำให้ผู้อื่นหรือสิ่งของเสียหาย เพื่อรักษาสิทธิของตนหรือระบายความรู้สึกคับข้องใจ

1.2 ลักษณะของความก้าวร้าว

ลักษณะที่สำคัญของความก้าวร้าว คือ การทำให้บรรลุเป้าหมายตามต้องการโดยไม่สนใจต่อการสูญเสียของคนอื่น เป็นการกระทำที่มักบุคคลอื่นหรืออุปสรรคออกไปให้พ้นทาง ความก้าวร้าว นั้นมักจะส่งผลที่ไม่น่าพึงพอใจทั้งต่อบุคคลที่กระทำและบุคคลที่ถูกกระทำ ซึ่งอาจจะทำให้บุคคลที่ถูกกระทำรู้สึกโกรธจนต้องหาหนทางที่จะแก้แค้นไม่ทางตรงก็ทางอ้อม ส่วนบุคคลที่แสดงความก้าวร้าว นั้น ถ้ามองจากสภาพการณ์ทั่วไปก็อาจจะเห็นว่า ได้บรรลุซึ่งเป้าหมายที่ต้องการ แต่อาจได้รับประสบการณ์ที่ไม่พึงพอใจทั้งในสภาพการณ์ปัจจุบันหรือในอนาคต ความก้าวร้าวที่แสดงออกนั้นบ่อยครั้งที่นำไปสู่การต่อต้านอย่างทันทีทันใด ทั้งในรูปแบบของคำพูดและทางร่างกาย และอาจจะนำไปสู่การต่อต้านในทางอ้อม เช่น ในรูปแบบของการพูดจาเสียดสีหรือถากถาง เป็นต้น ส่วนผลในระยะยาวนั้น ก็อาจทำให้ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลเปลี่ยนแปลงไป การหลีกเลี่ยงการติดต่อจากบุคคลอื่นหลังจากการแสดงความก้าวร้าวแล้ว ผู้แสดงอาจจะมีความรู้สึกผิดต่อการกระทำของเขา อย่างไรก็ตามการที่บุคคลที่แสดงความก้าวร้าวแล้วบรรลุเป้าหมายที่ต้องการ ก็เหมือนกับการได้รับการเสริมแรงต่อความก้าวร้าว นั้น จึงมีแนวโน้มที่บุคคลนั้นจะกระทำพฤติกรรมก้าวร้าวต่อไปในอนาคต แม้ว่าจะต้องทนต่อความรู้สึกผิดที่อาจจะเกิดขึ้น ยกเว้น แต่ว่าความรู้สึกผิดนั้นจะเพิ่มขึ้นอย่างรุนแรงเท่านั้น (สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต, 2543)

กรมพลศึกษา (2533) ได้สรุปลักษณะของความก้าวร้าวจากการศึกษาความก้าวร้าวของนักเรียนนักศึกษาพบว่า พฤติกรรมก้าวร้าว มักจะแสดงออกมาในรูปของการแสดงกิริยา วาจา และการกระทำที่ไม่เหมาะสมกับสภาพและวัย เช่น

- 1) กิริยาวาจา และนิสัยหยาบคาย
- 2) พูดจาอวดดีและไม่แสดงความเคารพผู้ใหญ่
- 3) มีนิสัยชอบทำลายความสงบของชั้นเรียน และก่อความวุ่นวายของครู อาจารย์
- 4) ชอบทำความยุ่งยากเดือดร้อนให้กับผู้อื่น
- 5) ต้องการแสดงออกในลักษณะของการอวดตัวเอง
- 6) ชอบด่าทอและกล่าวโทษผู้อื่น
- 7) ชอบทะเลาะวิวาท ทุบตี และรังแกผู้อื่น
- 8) มักจะทำลายทรัพย์สินส่วนตัวหรือส่วนรวมให้เกิดความเสียหาย

และกรมพลศึกษายังพบว่านักเรียนนักศึกษาที่ก้าวร้าว มักจะมีบุคลิกภาพเด่นชัด คือ ไม่กลัวเสียหน้า คิดว่าตนเองสำคัญกว่าคนอื่น เป็นคนไม่มีหัวใจ ไม่มีความรัก รู้สึกโดดเดี่ยว ความก้าวร้าวทางกายจะเปลี่ยนไปเป็นทางภาษาเมื่ออายุเพิ่มมากขึ้น เมื่อเวลาอยู่ต่อหน้าผู้ใหญ่ ถ้าผู้ใหญ่แสดงท่าทางไม่พอใจไม่พอใจ พฤติกรรมจะยิ่งก้าวร้าวเพิ่มมากขึ้น

นอกจากนี้ ฮัดเลย์ (Hudley, 1993) ได้ศึกษาเปรียบเทียบการรับรู้ของครูและการรับรู้ของเพื่อนเกี่ยวกับความก้าวร้าวของนักเรียนโดยการศึกษาอิทธิพลของสภาพแวดล้อม จาก

การศึกษาพบว่า เด็กจะแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวแตกต่างกันไปตามเพศและวัย ผลการศึกษา ยืนยันว่าเด็กชายมักมีพฤติกรรมก้าวร้าวทางกาย ส่วนเด็กหญิงจะมีพฤติกรรมก้าวร้าวทางวาจา และผลการวิจัยยังพบว่าเด็กมักแสดงความก้าวร้าวเมื่อไม่อยู่ในสายตาครู

ดังนั้นอาจสรุปลักษณะของความก้าวร้าวได้ว่าเป็นการแสดงพฤติกรรมที่ทำให้บรรลุเป้าหมายตามต้องการโดยไม่สนใจต่อการสูญเสียของผู้อื่น ซึ่งแสดงออกได้ทั้งทางกาย เช่น ทะเลาะวิวาท ทบตี รังแกผู้อื่น ทางวาจา เช่น การพูดเสียดสีหยาบคาย ส่งผลให้สัมพันธ์ภาพกับผู้อื่นเปลี่ยนไป

1.3 ทฤษฎีและแนวคิดเกี่ยวกับความก้าวร้าว

ความก้าวร้าวที่พบเห็นโดยทั่วไปปรากฏออกมาในหลายลักษณะ ดังนั้นนักจิตวิทยาจึงมีแนวคิดเกี่ยวกับความก้าวร้าวแตกต่างกันออกไปในหลายแง่มุม ทำให้เกิดแนวคิดทฤษฎีที่อธิบายถึงความก้าวร้าวหลายทฤษฎีด้วยกัน ซึ่งสามารถนำมารวบรวมไว้และสรุปเป็นทฤษฎี ได้ 3 ทฤษฎีด้วยกัน คือ

1.3.1 ทฤษฎีสัญชาตญาณเกี่ยวกับความก้าวร้าว (Instinct Theories of Aggression) เป็นทฤษฎีที่ Freud (1954 อ้างถึงใน สมพร สุทัศน์ย์, 2538) เสนอว่าความก้าวร้าวเป็นสัญชาตญาณ โดย Freud เชื่อว่าพฤติกรรมของมนุษย์เกิดจากแรงกระตุ้นที่เกิดจากภายใน ซึ่งเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า สัญชาตญาณ มี 2 ชนิด คือ สัญชาตญาณทางเพศ เป็นแรงผลักดันให้บุคคลแสดงพฤติกรรมต่างๆ ออกมาเพื่อให้มีชีวิตรอด และสัญชาตญาณความก้าวร้าวเป็นแรงผลักดันให้บุคคลแสดงพฤติกรรมออกมาในลักษณะก้าวร้าว ทำลาย ซึ่งแสดงออกได้ 2 ลักษณะ คือ ก้าวร้าวตนเอง และก้าวร้าวผู้อื่น

1.3.2 ทฤษฎีความก้าวร้าวที่มาจากความคับข้องใจ (Frustration Aggression Theory) กรูซี และลิทตัน (Grusec and Lytton, 1988) ได้ให้ข้อคิดเห็นเกี่ยวกับสาเหตุความก้าวร้าวที่มาจากความคับข้องใจว่า สมมติฐานนี้มีแนวคิดพื้นฐานมาจากทฤษฎีการเรียนรู้ และทฤษฎีจิตวิเคราะห์โดยมีความเชื่อว่า ความก้าวร้าวเป็นผลมาจากการตอบสนองที่มีต่อความคับข้องใจ กล่าวคือ เมื่อบุคคลไม่สามารถบรรลุเป้าหมายจะทำให้เกิดความคับข้องใจและความคับข้องใจจะทำให้เกิดแรงขับ (Drive) เมื่อแรงขับถูกสะสมไว้นานจนเป็นพลังมากพอก็จะทำให้บุคคลมีพฤติกรรมก้าวร้าวได้ ซึ่งแนวคิดนี้สอดคล้องกับ Fehr (1983) ที่ว่าความก้าวร้าวของบุคคลมีสาเหตุมาจากความคับข้องใจเนื่องจากการที่บุคคลสะสมความคับข้องใจไว้และไม่สามารถหาทางระบายออกมาได้จึงเป็นแรงผลักดันให้แสดงพฤติกรรมก้าวร้าว และจากแนวคิดของ เบอร์กอวิทซ์ (Berkowitz, 1964 อ้างถึงใน Mayer, 1990) ที่กล่าวว่า ความคับข้องใจเป็นตัวที่ก่อให้เกิดความก้าวร้าว แต่การแสดงความก้าวร้าวจะมากหรือน้อยนั้น ขึ้นอยู่กับสถานการณ์ที่มากกระตุ้นให้เกิดพฤติกรรม กล่าวคือ แรงขับภายในจะต้องสัมพันธ์กับสถานการณ์ที่มาเร้า เช่น ถ้าความคับข้องใจน้อยถึงแม้สถานการณ์จะเร้ามากก็อาจจะไม่เกิดความก้าวร้าว ตัวอย่างเช่น เมื่อบุคคลถูกหรือสบประมาทก็เกิดความต้องการที่จะแก้แค้นจึงแสดงความก้าวร้าว ออกมาเพื่อให้ตน

ได้พ้นจากสภาวะความกดดันนั้นๆ เบอร์กอวิทซ์ (Berkowitz, 1983 อ้างถึงใน Mayer, 1990) ยืนยันผลงานวิจัยของเขาว่า ความคับข้องใจเกิดจากสิ่งเร้าที่ไม่พึงประสงค์ (Aversive Occurrence) เช่นการลงโทษ เป็นต้น

1.3.3 ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม (Social Learning Theory) สรรสุตา มีชันช่วง (2544) ได้สรุปแนวคิดของ Penner (1978) โคลแมน และเจควิลิน (Couleman and Jacquelyn, 1978) และโกลสไตน์ (Goldstein, 1975) ได้ว่า มนุษย์จะเรียนรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมก้าวร้าวได้เช่นเดียวกับพฤติกรรมอื่นๆ เด็กไม่ได้เรียนรู้ความก้าวร้าวโดยตรงจากการให้รางวัลหรือการลงโทษจากผู้ปกครองเพียงอย่างเดียว แต่เด็กจะเลียนแบบผู้ที่มีอิทธิพลต่อตนเอง สำหรับในการอบรมสั่งสอนของผู้ปกครองนั้นการบอกเด็กว่า การก้าวร้าวต่อผู้อื่นเป็นสิ่งที่ไม่ดีแต่เด็กยังคงสังเกตเห็นผู้ปกครองของตนแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวอยู่เสมอ เด็กจึงกระทำตามในสิ่งที่ผู้ปกครองทำ มากกว่าการกระทำตามในสิ่งที่ผู้ปกครองสอนเอาไว้ นอกจากนี้ความก้าวร้าวของมนุษย์ได้รับอิทธิพลมาจากการเรียนรู้ในอดีตทั้งสิ้น ถ้ามารดาลงโทษเด็กด้วยการเยียนตีมากเพียงใด เด็กก็จะแสดงความก้าวร้าวต่อเพื่อนพี่น้องและผู้ปกครองมากขึ้นเท่านั้น นอกจากเด็กจะเรียนรู้ความก้าวร้าวจากผู้ปกครอง กลุ่มเพื่อนหรือเด็กอื่นๆ แล้ว สื่อมวลชนแขนงต่างๆ เช่น หนังสือพิมพ์ ภาพยนตร์ ละคร และที่สำคัญที่สุดคือ โทรทัศน์ มีอิทธิพลต่อความก้าวร้าวของเด็กด้วยเช่นกัน

1.4 ประเภทของความก้าวร้าว

การแสดงความก้าวร้าวของแต่ละบุคคลมีความแตกต่างกันไปตามความต้องการของแต่ละบุคคล ซึ่งมีผู้ศึกษาและแบ่งประเภทของความก้าวร้าวไว้หลายประเภท ดังนี้

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2530) แบ่งความก้าวร้าว (Aggression) เป็น 2 ประเภท คือ

1) ความก้าวร้าวด้วยการทำลายโดยตรง (Direct Aggressive) เป็นการต่อสู้ตรงๆ เช่น เมื่อถูกขัดขวางความต้องการของตน ก็จะแสดงความก้าวร้าว โดยการทำลายโดยตรงเพื่อขจัดอุปสรรคนั้นๆ เช่น ด้วยการทุบตี ด้วยการใช้กำลังหรือใช้เสียง ฯลฯ

2) ความก้าวร้าวทางอ้อม (Indirect Aggressive) หรือบางที่เรียกว่าการโต้ตอบหรือการย้ายความโกรธ ความไม่พอใจไปยังสิ่งที่คุณคิดว่าจะเป็นภัยแก่ตนเองน้อยกว่า ทั้งนี้เพราะว่าคุณจะโต้ตอบแรงๆ ไม่ได้ ดังนั้นจึงหันกลับมาโทษตนเอง โดยพยายามโยนความผิดมาให้ตนเองหรือพร่ำกล่าว่าเป็นความผิดของตนเอง จนในที่สุดอาจจะเกิดความรู้สึกผิดที่รุนแรงและมองเห็นว่าตนเองไม่มีค่า

ซึ่งสอดคล้องกับ สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต (2543) ที่กล่าวว่าความก้าวร้าวสามารถแสดงออกได้ 2 ทาง คือ ทางตรง และทางอ้อม ความก้าวร้าวที่เป็นลักษณะทางตรง ได้แก่ การพูดจาข่มขู่ กรรโชก หรือพูดจาถูกเหยียดหยาม นอกจากนี้ยังรวมทั้งการแสดงออกทางท่าทาง ความก้าวร้าวที่แสดงออกในลักษณะทางอ้อมได้แก่ การพูดอย่างอ้อมๆ ที่รวมทั้งการ

พูดจาเสียดสีหรือการนินทาให้ร้าย เป็นต้น ส่วนท่าทางการแสดงออกนั้นก็มักจะแสดงออกเมื่อบุคคลนั้นไปสนใจในสิ่งอื่นหรือแสดงออกต่อบุคคลอื่นหรือวัตถุสิ่งของแทนที่จะแสดงออกต่อบุคคลเป้าหมาย

และ สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต ยังได้กล่าวถึงความก้าวร้าวว่ามีลักษณะเช่นเดียวกับ พฤติกรรมการไม่กล้าแสดงออกนั่นคือ สามารถแบ่งออกเป็น 2 ลักษณะด้วยกันคือ ความก้าวร้าวเฉพาะสถานการณ์ (Situational Aggressiveness) และความก้าวร้าวในลักษณะทั่วไป (General Aggressiveness) ซึ่งคนทั่วไปมักมีความก้าวร้าวในลักษณะเฉพาะสถานการณ์มากกว่าความก้าวร้าวในลักษณะทั่วไป คนที่มีลักษณะของความก้าวร้าวในลักษณะทั่วไปนั้นมักจะปลูกฝังทัศนคติและค่านิยมในลักษณะเช่นนั้นมาก่อน ซึ่งอาจจะเกิดจากการเลี้ยงดูภายในครอบครัวและมีความภูมิใจที่การกระทำดังกล่าวนั้นนำไปสู่เป้าหมายที่ต้องการแม้ว่าจะไม่ค่อยได้รับการยอมรับจากสังคมก็ตาม

ซึ่งสอดคล้องกับ อัลเบอร์ตี และเอ็มมอนส์ (Alberti and Emmons, 1978 อ้างถึงใน พรทิพย์ ทรัพย์สิน, 2532) ที่แบ่งความก้าวร้าวออกเป็น 2 ลักษณะ คือ

1) ความก้าวร้าวโดยทั่วไป หมายถึง ลักษณะที่บุคคลแสดงความก้าวร้าวต่อผู้อื่นในทุกๆ สถานการณ์อันเนื่องมาจากบุคคลเหล่านั้นมีความมั่นใจในตนเองมากเกินไป จะพูดกับใครมักจะออกคำสั่งและพูดดูถูกความคิดของผู้อื่น ดังนั้นบุคคลเหล่านั้นมักจะเกิดความขัดแย้งกับกลุ่มเสมอ จึงทำให้มีเพื่อนน้อยมาก และบุคคลเหล่านั้นต้องการความรักและการยอมรับจากผู้อื่นมากแต่เขามักจะไม่รู้จะอย่างไร เพื่อให้มีพฤติกรรมที่เหมาะสมได้

2) ความก้าวร้าวตามสถานการณ์ หมายถึง ลักษณะที่บุคคลแสดงความก้าวร้าวต่อผู้อื่นตามสถานการณ์ที่เกิดขึ้น และต้องการปรับปรุงพฤติกรรมของตนเองใหม่ ตามที่ได้มีผู้อื่นเสนอแนะไว้

นอกจากนี้ เบอร์กอวิทซ์ (Berkowitz, 1964 อ้างถึงใน คณิต ฤทธิรอด, 2537) ยังได้แบ่งความก้าวร้าวออกเป็น 2 ชนิด ได้แก่

1) ความก้าวร้าวที่เป็นเครื่องมือนำไปสู่เป้าหมาย (Instrumental Aggression) เป็นพฤติกรรมที่ไม่มีเจตนาร้ายแม้จะทำให้บุคคลหรือสิ่งของเสียหาย บุคคลจะแสดงพฤติกรรมเพื่อผลบางอย่าง เช่น เพื่อระบายความคับข้องใจ เพื่อรางวัลหรือเพื่อเรียกร้องความสนใจ พฤติกรรมเช่นนี้จะเปลี่ยนไปตามสภาพการจัดสิ่งแวดล้อมของการให้รางวัลและการลงโทษ

2) ความก้าวร้าวที่เกิดจากความโกรธ (Angry Aggression หรือ Hostility Aggression) เป็นพฤติกรรมที่ต้องการให้บุคคลหรือสิ่งของได้รับอันตราย ตัวกำหนดพฤติกรรมชนิดนี้คือ การได้รับโทษในอดีตและการถูกทำลายศักดิ์ศรีในปัจจุบัน

บาด (Bach, 1970 อ้างถึงใน ศุภกาญจน์ รักความสุข, 2547) แบ่งความก้าวร้าวออกเป็น 2 ลักษณะ คือ

1) ลักษณะความก้าวร้าวที่แสดงความโกรธออกมา เนื่องจากเกิดความคับข้องใจในการแก้ปัญหาและมีเจตนาที่จะทำให้ผู้อื่นได้รับอันตราย บาดเจ็บ หรือเดือดร้อน

2) การแสดงออกถึงความต้องการที่แท้จริง เพื่อที่จะให้อีกฝ่ายหนึ่งได้ปรับปรุงพฤติกรรมของเขา แต่ทำให้มีผลกระทบกระเทือนต่อสัมพันธภาพที่เคยมีต่อกันทั้ง ๆ ที่วัตถุประสงค์จริง ๆ แล้วไม่ต้องการที่จะทำลายหรือทำร้ายผู้อื่น

บัสส์ และเดอร์รี่ (Buss and Durky 1961 อ้างถึงใน Carlson, 1992) ได้แบ่งความก้าวร้าวออกเป็น 7 ด้าน คือ 1) ความโกรธเคือง 2) การมีอารมณ์ฉุนเฉียวหรือหงุดหงิด 3) ความเคลือบแคลงสงสัย 4) การปฏิเสธ 5) ความก้าวร้าวทางวาจา 6) ความก้าวร้าวทางอ้อม และ 7) การใช้กำลังกาย ต่อมาในปี ค.ศ.1967 บัสส์ (Buss, 1967 อ้างถึงใน ศุภกาญจน์ รักความสุข , 2547) ได้แบ่งความก้าวร้าวออกเป็น 2 ชนิด คือ ความก้าวร้าวทางกาย (Physical Aggression) เป็นความก้าวร้าวที่แสดงออกโดยการใช้อวัยวะทางกาย เช่น แขน ขา ฟัน หรือใช้อวัยวะทางกายรวมกับอาวุธ เช่น มีด ปืน เพื่อทำให้ผู้อื่นได้รับความเจ็บปวด และความก้าวร้าวทางวาจา (Verbal Aggression) เป็นการตอบสนองต่อสิ่งเร้าที่มากระตุ้นโดยใช้ถ้อยคำที่ทำให้ผู้อื่นได้รับความเจ็บปวด

และต่อมา บัสส์ และเพอร์รี่ (Buss and Perry, 1992) ได้แบ่งความก้าวร้าวออกเป็น 4 ด้าน คือ 1) ความก้าวร้าวทางกาย ได้แก่ ใช้ความรุนแรง ทำร้ายผู้อื่น 2) ความก้าวร้าวทางวาจา ได้แก่ พูดขู่ข่ม สบประมาท นินทา 3) ความโกรธ ได้แก่ ไม่สามารถควบคุมอารมณ์ได้ และ 4) ความมุ่งร้าย ได้แก่ คิดว่าผู้อื่นคิดไม่ดีกับตนเอง

จากประเภทของความก้าวร้าวที่ได้กล่าวมาแล้วนั้น อาจสรุปได้ว่าบุคคลจะแสดงความก้าวร้าวในลักษณะทั่วไป และความก้าวร้าวเฉพาะสถานการณ์ เพื่อนำไปสู่เป้าหมายที่บุคคลต้องการ หรือเป็นการระบายความโกรธ ซึ่งสามารถแสดงได้ทั้งทางตรงและทางอ้อม และแสดงออกได้ในหลายลักษณะ เช่น ความก้าวร้าวทางกาย ความก้าวร้าวทางวาจา และความก้าวร้าวทางความคิดและ/หรือความรู้สึก ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยศึกษาความก้าวร้าวใน 3 ด้าน คือ ความก้าวร้าวทางกาย ความก้าวร้าวทางวาจา และความก้าวร้าวทางความคิดและ/หรือความรู้สึก

1.5 สาเหตุของความก้าวร้าว

จากการทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความก้าวร้าวพบว่า ความก้าวร้าว นั้นมีสาเหตุที่แตกต่างกันออกไป ซึ่งผู้วิจัยจะได้กล่าวถึงรายละเอียดต่อไป ดังนี้

หลุยส์ จาปาเทส (2533) กล่าวถึงสาเหตุการเกิดความก้าวร้าวว่า คนบางคนเมื่อต้องการรู้สึก หรือคิดเห็นสิ่งใด จะแสดงออกมาอย่างตรงๆ เพื่อให้ได้ซึ่งสิ่งที่ต้องการ โดยไม่คำนึงว่าคนอื่นจะรู้สึกอย่างไร ล่วงละเมิดสิทธิของเขาหรือไม่ จะสนใจแต่เพียงเพื่อให้ได้มาซึ่งความต้องการของตนเองฝ่ายเดียว คนอื่นจะเดือดร้อนหรืออึดอัดใจ เสียหน้า ด้อยค่าลงก็ไม่สนใจ คนพวกนี้

ส่วนมากมักเป็นพวก O Personality คือเป็นคนที่มีบุคลิกภาพที่ชอบแสดงออกแบบก้าวร้าว ซึ่งมีสาเหตุดังต่อไปนี้

1) ความไม่มีอำนาจและการถูกควบคุม คนที่แสดงออกแบบก้าวร้าวจำนวนไม่น้อย รู้สึกว่าเขาได้รับการรุกรานจากการขอร้อง หรือการกระทำของผู้อื่นทำให้รู้สึกด้อยค่า สูญเสียอำนาจ และถูกคุกคามสิทธิ จึงได้แสดงออกแบบก้าวร้าวเพื่อต้านทานการกระทำของผู้อื่น เช่น เด็กโต้เถียงผู้ใหญ่เพราะเข้าใจว่าผู้ใหญ่ทำผิด

2) การเป็นผู้ที่ไม่กล้าแสดงออกในครั้งก่อนๆ ทำให้ได้รับการรุกรานสิทธิและความรู้สึกอยู่เสมอๆ จนในที่สุดไม่สามารถทนต่อไปได้ จึงทำให้แสดงออกมาแบบก้าวร้าว เพื่อเป็นการต่อสู้ให้ได้มาซึ่งสิทธิและความต้องการของตน บางคนอาจได้รับความก้าวร้าวจากหัวหน้าหรือผู้ที่เหนือกว่า ก็เก็บกดอารมณ์ไม่พอใจไว้แล้วถ่ายทอดความก้าวร้าวนั้นให้กับผู้ใต้บังคับบัญชาของตน หรือผู้ที่ต่ำกว่า เป็นการชดเชยความก้าวร้าวที่ตนเองได้รับจากหัวหน้าหรือผู้ที่เหนือกว่า คนบางคนก็ไม่กล้าปฏิเสธคำขอร้องจากคนอื่น แต่เมื่อได้รับการขอร้องบ่อยๆ ครั้งเข้าจนไม่สามารถรับได้อีกต่อไป ก็แสดงการปฏิเสธแบบก้าวร้าวเพื่อเป็นการหยุดการขอร้องที่จะเกิดอีกต่อไป หรือบางคนไม่ยอมรับในสิทธิส่วนบุคคลทั้งของตนเองและผู้อื่น กล่าวคือไม่ยอมรับว่าตนเองสามารถที่จะขอความช่วยเหลือจากผู้อื่น กลัวเสียหน้า ด้อยค่าลง จึงแสดงออกแบบก้าวร้าวเพื่อให้ได้สิ่งที่ตัวเองต้องการโดยไม่ต้องขอร้องผู้อื่น หรือบางคนเชื่อว่าผู้อื่นไม่มีสิทธิที่จะมาขอร้องให้ตนเองช่วยเหลือ จึงได้แสดงความก้าวร้าวต่อบุคคลที่มาขอความช่วยเหลือ เพราะถือว่าการละเมิดสิทธิของตน

3) การมีปฏิกิริยาที่รุนแรงเกินไป เนื่องมาจากประสบการณ์ทางอารมณ์ที่ผ่านมา ในสถานการณ์ซึ่งบุคคลเกิดความไม่พอใจ โกรธเคือง ในสถานการณ์ที่เพิ่งผ่านมาและยังมีอารมณ์ขุ่นเคืองคุกรุ่นอยู่ เมื่อมาเจอกับอีกสถานการณ์หนึ่งก็ระบายอารมณ์ที่ค้างอยู่นั้น โดยการแสดงออกแบบก้าวร้าวหรือรุนแรงเกินไป

4) ความเชื่อที่เกี่ยวกับการแสดงออกแบบก้าวร้าว บุคคลที่แสดงออกแบบก้าวร้าวเนื่องจากมีความเชื่อว่า การแสดงออกแบบก้าวร้าวเป็นวิธีเดียวที่จะทำให้ตนได้รับสิ่งที่ต้องการจากผู้อื่น

5) ขาดการเสริมแรงและทักษะที่ถูกต้อง คนที่แสดงออกแบบก้าวร้าวส่วนมากจะได้รับรูปแบบการเสริมแรงมาจากครอบครัวหรือสังคมรอบข้าง ซึ่งเมื่อเขาแสดงความก้าวร้าวก็จะได้รับในสิ่งที่ต้องการจึงทำให้เขาคิดว่าการแสดงออกแบบก้าวร้าวจะทำให้ได้สิ่งที่ปรารถนา

6) ขาดการไตร่ตรองที่เหมาะสมก่อนการแสดงออก บุคคลบางคนแสดงออกได้เร็วจากความคล่องตัวที่ผ่านๆ มาจนกระทั่งลืมไตร่ตรองว่า สิ่งทีกล่าวหรือแสดงออกไปนั้นเหมาะสมกับคนบางกลุ่มบางจำพวกหรือไม่ จึงเกิดการแสดงออกที่คุกคามความรู้สึกและสิทธิส่วนตนของคนอื่น พฤติกรรมแบบนี้อาจเป็นการปฏิบัติจนเป็นนิสัย ทั้งๆ ที่ตนเองไม่ได้ตั้งใจ

กรมพลศึกษา (2533) ได้สรุปสาเหตุของความก้าวร้าว ไว้ดังนี้

1) สาเหตุทางกาย จากการศึกษาสาเหตุทางกายที่จะทำให้เด็กมีพฤติกรรมก้าวร้าว เกเร เนื่องมาจากความบกพร่องทางสมอง ถ้าถูกกระตุ้นด้วยยา หรือสารเสพติดบางชนิดจะทำให้เกิดพฤติกรรมก้าวร้าวดุ้นทุ้นทันที

2) สาเหตุทางใจ ในการศึกษาทางจิตวิทยา พบว่าคนที่ก้าวร้าวรุนแรง มักจะมาจากครอบครัวที่ยุ้งยาก คับแค้น มีความรู้สึกรัก และความรู้สึกชิงชังสูง มีความรู้สึกต่อพ่อแม่ไปในทางขัดแย้ง เป็นคนไม่มีระเบียบวินัยและเป้าหมายในชีวิต เก็บกด อยากได้อะไรอยากจะได้ให้ได้ดังใจ

(1) ในวัยเด็กพบว่า พ่อแม่ไม่ให้ความรักความอบอุ่นที่เพียงพอแก่เด็ก การอบรมเลี้ยงดูที่ตึงหรือหย่อนเกินไป จนยากที่เด็กจะปฏิบัติได้ไม่ว่าจะเป็นระเบียบของที่บ้านหรือทางโรงเรียนก็ตาม

(2) ถูกพี่น้องหรือเพื่อนฝูงก้าวร้าวเกเรต่อตนเองก่อนทำให้มีพฤติกรรมก้าวร้าวตอบ

(3) บางรายเกิดจากการเลี้ยงดูในวัยเด็กที่มีการเปลี่ยนพี่เลี้ยงเสมอๆ ทำให้ไม่คุ้นหน้าและเกิดความไม่ไว้วางใจ

(4) ลักษณะของบิดามารดาและผู้ปกครอง เป็นคนมีพฤติกรรมก้าวร้าวทำให้เกิดการเลียนแบบขึ้น

3) สภาพแวดล้อม มีส่วนที่ทำให้เด็กมีพฤติกรรมก้าวร้าว เกเร

(1) กลุ่มเพื่อน คบเพื่อนที่มีความประพฤติไม่เหมาะสม เป็นอันธพาล ดิตยา เล่นการพนัน เป็นต้น

(2) สิ่งแวดล้อมที่เป็นแหล่งอบายมุข มีส่วนสำคัญที่ทำให้เด็กก้าวร้าว เกเร

(3) สื่อมวลชน ได้เสนอผลงานต่างๆ ที่ไม่เหมาะสมกับเด็กและเยาวชนออกมา ทำให้ยั่วแยุและทำให้เกิดการเลียนแบบพฤติกรรมขึ้น

สุชา จันทน์เอม (2541) กล่าวถึงสาเหตุที่ทำให้เด็กก้าวร้าว พวจะรวบรวมสรุปได้ดังนี้

1) ครอบครัวที่ยากจน บ้านแตก ขาดการดูแล เด็กไม่ได้รับการพักผ่อนหย่อนใจในทางที่ถูกต้อง

2) พ่อแม่หรือผู้ปกครองรักและตามใจลูกมากเกินไป ทำให้เด็กหวั่งและต้องการจะได้สิ่งต่างๆ จากเพื่อนที่ตามใจตนเอง เช่นเดียวกับที่ได้รับจากพ่อแม่

3) พ่อแม่หรือผู้ปกครองบังคับเข้มงวดมากเกินไป ทำให้เด็กเกิดความรู้สึกไม่พอใจแล้วแสดงออกกับเพื่อนๆ หรือผู้อื่น

4) การขาดความรัก ความอบอุ่นจากพ่อแม่ ทำให้ไม่มีความสุข

5) การไม่สามารถปรับตัวให้เข้ากับผู้อื่นได้ ทำให้คิดว่าผู้อื่นไม่เป็นมิตรที่ดีกับตน

6) การไม่ชอบครู แต่ไม่กล้าแสดงออกถึงความรู้สึกขัดแย้งนั้น และเก็บความรู้สึกนั้นมาแสดงกับเด็กอื่นๆ

กรมสุขภาพจิต (2544) กล่าวถึงสาเหตุของการเกิดความก้าวร้าวว่า เกิดจาก

- 1) พื้นอารมณ์เดิมมีความรุนแรงขาดความยับยั้งชั่งใจอยู่แล้ว
- 2) ความสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่กับเด็กไม่ดี เด็กอาจหวั่นไหวง่ายนำไปสู่ลักษณะที่ขาด

การควบคุมอารมณ์ตนเอง

3) มีการใช้ความรุนแรงในครอบครัว ไม่ว่าจะเป็นระหว่างพ่อกับแม่ หรือระหว่างพ่อแม่กับลูก เด็กอาจต่อต้าน ซึมซับความรุนแรง หรือรับทัศนคติว่าการใช้ความรุนแรงเป็นวิธีแก้ปัญหาย่อมได้รับการยอมรับได้ การอบรมเลี้ยงดูที่บิดา มารดา ผู้ปกครอง เป็นคนเจ้าอารมณ์ใช้อำนาจบังคับดุด่า หรือมีพฤติกรรมก้าวร้าวแสดงให้เห็นเป็นแบบอย่าง

4) การเลี้ยงดูที่ขาดระเบียบวินัย บิดา มารดา ผู้ปกครอง ไม่สนใจ หรือตามใจมากเกินไป ทำให้เด็กเอาแต่ใจตนเอง แสดงพฤติกรรมก้าวร้าวบุคคลในครอบครัว และกับบุคคลอื่นได้จนติดเป็นลักษณะนิสัย

5) ครอบครัวขาดความรัก ความอบอุ่น ถูกทอดทิ้ง ได้รับความเกลียดชัง ถูกลงโทษรุนแรง ได้รับความกดดัน เกือบเกิดความโกรธ แสดงพฤติกรรมในทางก้าวร้าวเป็นการระบายชดเชย

6) มีปมด้อยด้านร่างกาย การเรียน พยายามสร้างปมเด่น

7) ถูกบุคคลอื่นใช้อำนาจ ข่มขู่ ไม่ได้รับความยุติธรรม แสดงออกเพื่อเป็นการตอบโต้แก้แค้น เคยมีประสบการณ์ถูกทารุณ ไม่ว่าจะจากคนในครอบครัว หรือคนนอกครอบครัว

8) ความเครียด หรือความไม่สบายใจต่างๆ เด็กอาจแสดงออกโดยพฤติกรรมก้าวร้าว

9) สังคมภายนอกที่ส่งเสริมความรุนแรงเลียนแบบอย่างจากสื่อภาพยนตร์ โทรทัศน์ที่รุนแรง เช่น ละคร หรือการ์ตูนที่มีเนื้อหารุนแรง วิดีโอเกมต่อสู้ที่รุนแรง การลงโทษที่รุนแรงจากโรงเรียน เป็นต้น

10) โรคหรือภาวะทางสมองบางอย่าง เช่น โรคสมาธิสั้น โรคทางอารมณ์ โรคจิต ภาวะปัญญาอ่อน หรือ ออทิสซึม โรคหรือภาวะดังกล่าว มักมีอาการก้าวร้าวร่วมด้วย แต่ต้องมีอาการอื่นๆ ที่สอดคล้องกับภาวะนั้นๆ ด้วย

นอกจากนี้ สุรพงษ์ อัมพวันวงษ์ (2547) ได้กล่าวถึงสาเหตุของความก้าวร้าวจากตัวเด็ก และสิ่งแวดล้อมซึ่งสามารถสรุปได้ดังนี้

ด้านชีวภาพ ได้แก่ เรื่องราวของอินทรีย์หรือสิ่งที่ติดตัวมาตามธรรมชาติ เป็นได้ทั้งความผิดปกติเฉพาะบุคคล หรือเป็นส่วนที่ได้รับถ่ายทอดมาทางพันธุกรรม มีการศึกษาที่พบว่าความก้าวร้าว นั้นจะมีมากในผู้ที่มีความผิดปกติในโครงสร้างของสมอง โครโมโซม ฮอร์โมน และสารเคมีที่ช่วยในการส่งถ่ายกระแสประสาท

ด้านจิตใจ ได้แก่ ส่วนที่เป็นลักษณะเฉพาะตัวบุคคลที่ค่อยเป็นค่อยไปได้รับการส่งเสริมกระตุ้นให้เพิ่มมากขึ้นหรือน้อยลงบ้าง จากวิธีการอบรมเลี้ยงดูจากครอบครัวและสังคม เด็กแต่

ละคนจะมีลักษณะเฉพาะที่แตกต่างจากบุคคลอื่น มีอารมณ์ติดกายที่ไม่เหมือนกัน เด็กบางคน เสียงดัง พลังมาก บางคนบอบบาง ร้องคราง ซื่ออ่อน บางคนกล้า บางคนขี้ลาด เป็นต้น

ด้านสังคม ได้แก่ การกระตุ้นเสริมจากสิ่งแวดล้อมภายนอก สิ่งแวดล้อมที่มีส่วนอย่างมากในการกระตุ้นเสริมให้เด็กก้าวร้าวมากขึ้น รุนแรงขึ้น ได้แก่ สิ่งแวดล้อมที่ทำให้เด็กมีความยุ่งยากหรือคับข้องใจมากขึ้น การเสริมหรือให้รางวัลกับการแสดงความก้าวร้าว การได้เห็นตัวอย่างหรือมีตัวแบบของความก้าวร้าวให้ทำตาม และความกังวลรู้สึกผิดจากความประพฤติบางอย่างที่ได้กระทำไป

แลงก์ และจาคูโบวสกี (Lange and Jakubowski, 1978) เชื่อว่าความก้าวร้าวมาจากสาเหตุ 5 ประการ ดังนี้

- 1) ความไร้อำนาจหรือถูกข่มขู่ เมื่อบุคคลรู้สึกถูกข่มขู่ หรือถูกโจมตีจากบุคคลอื่น และมีความรู้สึกที่ไม่มีอำนาจควบคุมสถานการณ์นั้นๆ ได้ บุคคลก็อาจแสดงความก้าวร้าวออกมา
- 2) ความไม่กล้าแสดงออกในครั้งก่อนๆ มีส่วนนำไปสู่ความก้าวร้าวได้ เพราะ

(1) เมื่อบุคคลไม่กล้าแสดงออกนานๆ โดยปล่อยให้สิทธิและความรู้สึกของตนเองถูกล่วงละเมิด ทำให้ต้องเก็บสะสมความโกรธ ความเจ็บปวดไว้ เมื่อถึงจุดหนึ่งที่ทนไม่ได้ ก็ย่อมแสดงความก้าวร้าวออกมา

(2) บุคคลที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวก็เพื่อใช้เป็นแนวทางป้องกันตัวเองที่จะกลายเป็นบุคคลไม่กล้าแสดงออก

(3) เมื่อบุคคลไม่กล้าแสดงออกต่อผู้ที่มีอำนาจเหนือกว่า ทำให้ต้องเก็บกดความรู้สึกไม่พอใจเอาไว้แล้วหาทางไประบายความก้าวร้าวกับบุคคลที่อ่อนแอกว่า

(4) ความเชื่อผิดๆ ของบุคคลที่ว่า ผู้อื่นไม่มีสิทธิ์แสดงพฤติกรรมบางอย่าง เช่น การขอร้อง การยืมสิ่งของรวมทั้งเชื่อว่าสิทธิดังกล่าวนั้นตนเองก็ไม่มีสิทธิกระทำได้ เช่นเดียวกัน ถ้าหากมีผู้อื่นมาใช้สิทธินั้นกับตนเองบุคคลที่มีความเชื่อผิดๆ เหล่านี้ก็มีแนวโน้มที่จะตอบสนองไปด้วยความก้าวร้าว

3) บุคคลก้าวร้าวอาจเนื่องจากได้รับประสบการณ์ทางอารมณ์ในอดีตที่ต้องแสดงความก้าวร้าว เพราะความพ่ายแพ้ตนเอง และประสบการณ์ในอดีตนี้ยังไม่ได้รับการแก้ไข เมื่อมีเหตุการณ์ในปัจจุบันที่คล้ายคลึงกับในอดีต บุคคลนั้นจึงมีแนวโน้มที่จะตอบสนองออกไปดังเช่นที่เคยกระทำไปแล้ว

4) ความเชื่อเกี่ยวกับความก้าวร้าว คือบุคคลมีความเชื่อว่า การแสดงความก้าวร้าวเป็นวิธีการเดียวที่ใช้ได้ตอบผู้อื่น เพื่อให้ได้สิ่งที่ต้องการ

5) บุคคลได้รับการเสริมแรงทางบวกจากทางบ้านหรือชุมชน เมื่อได้แสดงความก้าวร้าว นอกจากนี้การที่บุคคลขาดการเรียนรู้ทักษะเพื่อแสดงออกอย่างเหมาะสมเมื่ออยู่ในสถานการณ์เฉพาะบางอย่าง อาจทำให้บุคคลแสดงความก้าวร้าวได้

นอกจากนี้ สรรสุดา มีชั้นช่วง (2544) ได้ทำการศึกษาปัจจัยบางประการที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียน ในสถานศึกษาสังกัดกรมสามัญศึกษาจังหวัดบุรีรัมย์ : วิเคราะห์สาเหตุ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ถึงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ในสถานศึกษาสังกัดกรมสามัญศึกษาจังหวัดบุรีรัมย์ ปีการศึกษา 2542 จำนวน 382 คน ผลการวิจัยพบว่า ตัวแปรที่มีอิทธิพลเชิงสาเหตุทางตรงต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียน คือการให้แรงเสริม และเชอร์แมค (Chermack, 2003) ศึกษาการทำนายความก้าวร้าวระหว่างลูกที่มีพ่อเป็นแอลกอฮอล์ลิซึม และปู่ที่เป็นแอลกอฮอล์ลิซึม ถึงโอกาสที่จะเกิดความก้าวร้าวในชีวิตการแต่งงานและการเป็นพ่อแม่ พบว่า ความก้าวร้าวส่งผลข้ามรุ่นไปได้ 3 รุ่น และมีโอกาสที่เด็กจะมีพฤติกรรมก้าวร้าวต่อไปเมื่อมีครอบครัว

จากสาเหตุของความก้าวร้าวที่ได้กล่าวมาจะเห็นได้ว่าความก้าวร้าวของวัยรุ่นมีสาเหตุจากหลายประการ ได้แก่ การที่วัยรุ่นเรียนรู้จากครอบครัวว่าการใช้ความก้าวร้าวหรือต่อสู้ด้วยวิธีการที่รุนแรงจะช่วยหยุดปัญหาได้ ขาดการฝึกฝนระเบียบวินัยทางสังคม ขาดการเรียนรู้ในการควบคุมอารมณ์ของตนเองและไม่สามารถแสดงความคับข้องใจในทางที่เหมาะสม ขาดความรักความอบอุ่น ถูกทอดทิ้ง ทำให้วัยรุ่นเก็บกดความโกรธ แสดงพฤติกรรมก้าวร้าวเป็นการระบายออก หรือต้องการเป็นคนเด่น หรือเมื่อแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวแล้วได้รับการเสริมแรง จึงทำให้นุคคลแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวต่อไป นอกจากนี้พฤติกรรมก้าวร้าวอาจเกิดจากการมีพยาธิสภาพทางสมองด้วย

1.6 การวัดความก้าวร้าว

การวัดประเมินความก้าวร้าวเด็กและเยาวชนสามารถวัดได้หลายวิธี เช่น การสังเกตพฤติกรรมแล้วบันทึก หรือให้ตัวเด็ก/เยาวชน ประเมินพฤติกรรม ความคิด ความรู้สึก ของตัวเอง โดยใช้แบบวัดซึ่งมีผู้สร้างแบบวัดความก้าวร้าวไว้หลายฉบับ เช่น Buss & Durkey (1961 อ้างถึงใน สุพัตรา พันธูร, 2546) ได้สร้างแบบวัดความก้าวร้าว โดยใช้ชื่อว่า Buss-Durkey Hostility Inventory : BDHI มีลักษณะเป็นแบบวัดแบบเลือกตอบถูกหรือผิด มีจำนวน 75 ข้อ โดยแบ่งความก้าวร้าวออกเป็น 7 ด้าน ดังนี้

- 1) ความโกรธเคือง (Resentment) เป็นการวัดการแสดงออกด้านความอิจฉาริษยาและความเกลียดชังผู้อื่น โดยแสดงความรู้สึกโกรธอย่างรุนแรงหรือมีความคิดที่จะทำร้ายผู้อื่น
- 2) การมีอารมณ์ฉุนเฉียวหรือหงุดหงิด (Irritability) เป็นการวัด ความพร้อมที่จะแสดงสิ่งที่ทำให้ตนโกรธออกมาให้น้อยที่สุด ซึ่งรวมทั้งการโมโหง่าย หงุดหงิด ความขุ่นเคืองใจ หรือรู้สึกเจ็บใจ และการแสดงความหยาบคายต่างๆ
- 3) ความเคลือบแคลงสงสัย (Suspicion) เป็นการวัดลักษณะของการแสดงความมุงร้ายที่มีต่อผู้อื่น โดยเป็นการแสดงความไม่ไว้วางใจผู้อื่นที่คิดว่าจะทำร้ายตนเอง

4) การปฏิเสธ (Negativism) เป็นการวัดการแสดงการปฏิเสธที่จะยินยอมหรือให้ความร่วมมือ โดยแสดงการขัดขืนต่อข้อบังคับหรือข้อตกลงต่างๆ

5) ความก้าวร้าวทางวาจา (Verbal Aggression) เป็นการวัดการแสดงความก้าวร้าวทางวาจาทั้งในรูปของวิธีการพูดและคำพูดที่ใช้ ได้แก่ การโต้เถียง การตะโกน การกรีดร้อง การข่มขู่ การสาปแช่ง และการวิพากษ์วิจารณ์อย่างรุนแรง

6) การแสดงความก้าวร้าวทางอ้อม (Indirect aggression) เป็นการวัดการแสดงความก้าวร้าวทางอ้อมหรือไม่มีการโต้ตอบโดยตรง ซึ่งได้แก่ การนินทาแบบใส่ร้ายผู้อื่น การปฏิเสธ การระงับอารมณ์เอาไว้แต่ภายในใจมีเจตนาร้ายต่อผู้อื่น รวมทั้งการก้าวร้าวที่ไม่แสดงโดยตรงต่อผู้อื่น เช่น การทำลายวัตถุหรือสิ่งของของผู้อื่น การปิดประตูตุง เป็นต้น

7) การใช้กำลังกาย (Assault) เป็นการวัดการแสดงความรุนแรงทางร่างกายโดยตรงกับผู้อื่น โดยรวมถึงการทำร้ายผู้อื่น การทำลายสิ่งของและการต่อสู้เพื่อป้องกันตัวจากการถูกทำร้าย

ต่อมา Buss & Perry (1992) ได้พัฒนาแบบวัดความมุ่งร้ายของ Buss & Durkey (1961 อ้างถึงใน สุพิตร พันธุม, 2546) โดยใช้ชื่อว่า แบบสอบถามความก้าวร้าว (The Aggression Questionnaire : AQ) จำนวน 29 ข้อ มีลักษณะเป็นมาตรฐานค่า 5 ระดับ คือ 1 ไม่ใช่ลักษณะของฉัน และ 5 ใช่ลักษณะของฉัน โดยวัดความก้าวร้าว 4 ด้าน คือ ความก้าวร้าวทางกาย (Physical Aggression) จำนวน 9 ข้อ ความก้าวร้าวทางวาจา (Verbal Aggression) จำนวน 5 ข้อ ความโกรธ (Anger) จำนวน 4 ข้อ และความมุ่งร้าย (Hostility) จำนวน 8 ข้อ

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ร่วมกับ นายวันเฉลิม แก้วกามา และนางสาวตุลดา วรรณิกสกุล พัฒนาแบบวัดความก้าวร้าวของ Buss & Perry (1992) ซึ่งวัดความก้าวร้าว 3 ด้าน คือ 1) ความก้าวร้าวทางกาย 2) ความก้าวร้าวทางวาจา และ 3) ความก้าวร้าวทางความคิดและ/หรือความรู้สึก ให้นักเรียนประเมินตนเอง

2 วิจัยร่วมกับความก้าวร้าว

2.1 ความหมายของวัยรุ่น

วัยรุ่น หมายถึง ช่วงชีวิตระหว่างวัยเด็กกับผู้ใหญ่ เป็นวัยหัวเลี้ยวหัวต่อที่สำคัญเพราะมีการเปลี่ยนแปลงอันซับซ้อนหลายด้าน ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม สติปัญญา ซึ่งมีจุดเริ่มต้นและการเปลี่ยนแปลงแตกต่างกันไปในแต่ละบุคคล โดยเฉลี่ยแล้ววัยรุ่นจะอยู่ในช่วงอายุระหว่าง 10-19 ปี แบ่งออกเป็น 3 ระยะ คือ วัยรุ่นตอนต้น (อายุ 10-13 ปี) วัยรุ่นตอนกลาง (อายุ 14-16 ปี) และวัยรุ่นตอนปลาย (อายุ 17-19 ปี) (กรมสุขภาพจิต, 2542)

2.2 พัฒนาการของวัยรุ่นที่ส่งผลต่อความก้าวร้าว

วัยรุ่นเป็นวัยแห่งการเปลี่ยนแปลงทั้งร่างกาย จิตใจ อารมณ์ เพราะมีความสับสนวุ่นวายใจอยู่ตลอดเวลา เนื่องจากการไม่รู้ว่าตนเองเป็นเด็กหรือเป็นผู้ใหญ่ ลักษณะที่สำคัญของวัยรุ่น มีดังนี้ (เพชรรัตน์ ศิริวงศ์, 2541)

- 1) เป็นวัยแห่งหัวเลี้ยวหัวต่อของชีวิต ไม่แน่ใจว่าตนเองเป็นเด็กหรือเป็นผู้ใหญ่
- 2) เป็นวัยแห่งการเปลี่ยนแปลงทางพฤติกรรม และทัศนคติในวัยรุ่นจะคู่ไปกับการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายที่เกิดขึ้น
- 3) เป็นวัยแห่งปัญหา อาจกล่าวได้ว่าเกิดจากสาเหตุที่มีการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย ส่งผลต่อภาวะจิตใจ ไม่สบายตัว ไม่สบายใจ
- 4) เป็นวัยที่ต้องการเรียนรู้การเป็นตัวของตัวเอง ต้องการการยอมรับจากกลุ่มมักจะชอบอยู่กับเพื่อน
- 5) เป็นช่วงวัยแห่งจินตนาการ สามารถแสดงออกในรูปของการประพันธ์เพลง แต่งกลอน
- 6) ชอบความเป็นอิสระ ไม่ว่าจะเป็นการแต่งกาย การคบเพื่อน
- 7) เป็นวัยที่เริ่มให้ความสนใจในเพศตรงข้าม
- 8) เป็นวัยที่ต้องการค้นพบความถนัด ความสนใจของตนเองอย่างแท้จริง
- 9) เด็กวัยรุ่นต้องการให้ผู้ใหญ่รับฟังความคิดเห็นของเขาด้วย รวมทั้งไม่ชอบให้ผู้ใหญ่คิดว่าตนเองถูกเสมอไป
- 10) เด็กวัยรุ่นไม่ต้องการเปิดเผยเรื่องราวของตนเองให้พ่อแม่รู้ทั้งหมด เขาต้องการเก็บบางสิ่งบางอย่างไว้เป็นความลับบ้าง ในขณะที่เดียวกันไม่ต้องการให้ใครในบ้านมายุ่งเกี่ยวกับเรื่องส่วนตัวของเขา
- 11) เด็กวัยรุ่นไม่ชอบให้พ่อแม่ทะเลาะกัน โดยเฉพาะการทำเลาะที่มีสาเหตุมาจากเด็ก เด็กจะเกิดความไม่สบายใจ
- 12) เด็กวัยรุ่นไม่ชอบให้ผู้ใหญ่เปรียบเทียบตนเองกับผู้อื่นในทุกเรื่อง การเปรียบเทียบจะทำให้เด็กต่อต้านและมีพฤติกรรมที่ไม่ดีมากขึ้น

พัฒนาการต่าง ๆ ของวัยรุ่นเป็นเรื่องสำคัญเรื่องหนึ่งที่ต้องแก่การศึกษา เพราะจะทำให้ผู้ปกครองและผู้ที่เกี่ยวข้องกับวัยรุ่นสามารถเข้าใจถึงพฤติกรรมต่าง ๆ ของวัยรุ่นได้ดีขึ้น พัฒนาการที่สำคัญ ๆ ของวัยรุ่นมีดังนี้ 1) พัฒนาการทางร่างกาย 2) พัฒนาการทางอารมณ์ 3) พัฒนาการทางสติปัญญา และ 4) พัฒนาการทางสังคม ในที่นี้ขอกล่าวถึงเฉพาะส่วนของพัฒนาการทางร่างกายและพัฒนาการทางอารมณ์ของวัยรุ่น เนื่องจากพัฒนาการทางร่างกายและอารมณ์ส่งผลต่อความก้าวร้าวของวัยรุ่นค่อนข้างมาก

2.2.1 พัฒนาการทางร่างกาย

พัฒนาการทางร่างกายของวัยรุ่นจะเป็นช่วงที่มีการเปลี่ยนแปลงมาก จึงมีความคิดหมกมุ่นกังวลเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลง ทำให้อารมณ์หงุดหงิดแปรปรวนง่ายและส่งผลให้วัยรุ่นมี

ความก้าวร้าว การเปลี่ยนแปลงทางร่างกายที่เห็นได้ชัดคือ ฮอรโมนที่เกี่ยวกับการเจริญเติบโตเพิ่มขึ้นมาก ทำให้เด็กเติบโตสูงใหญ่รวดเร็ว รู้สึกว่าตัวเองมีรูปร่างเก้งก้างน่ารำคาญ ทำให้วัยรุ่นไม่มั่นใจในตนเอง นอกจากนี้การเปลี่ยนแปลงทางร่างกายยังมีผลต่อการสร้างบุคลิกภาพในวัยนี้ได้ เนื่องจากการโตเร็วเกินไปหรือช้าเกินไปทำให้แตกต่างจากเพื่อนส่วนใหญ่ มีผลกระทบต่อภาพพจน์ของตนเอง ความรู้สึกและความนึกคิดของวัยรุ่น (กรมสุขภาพจิต, 2542)

2.2.2 พัฒนาการทางอารมณ์

พัฒนาการทางอารมณ์ของวัยรุ่น ส่วนใหญ่การเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์เป็นผลมาจากการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย กล่าวคือวัยรุ่นบางคนจะรู้สึกวิตกกังวลว่ามีความผิดปกติในร่างกายหรือรู้สึกหงุดหงิด หงุดหงิด ไม่พอใจกับรูปร่างของตน (กรมสุขภาพจิต, 2542) ซึ่งจะทำให้วัยรุ่นมีอารมณ์เปลี่ยนแปลงง่าย สับสน อ่อนไหว มีความเข้มของอารมณ์สูง ไม่มั่นคง ระดับความเข้มของอารมณ์แต่ละอย่างนั้นขึ้นอยู่กับบุคลิกภาพดั้งเดิมของวัยรุ่น ขึ้นอยู่กับตัวเราที่ทำให้วัยรุ่นเกิดอารมณ์ วัยรุ่นแต่ละคนเริ่มแสดงบุคลิกอารมณ์ประจำตัวออกมาให้ผู้อื่นทราบได้อย่างชัดเจน เช่น อารมณ์ร้อน อารมณ์ซี้ดงอแง อารมณ์อ่อนไหวง่าย เจ้าอารมณ์ ขี้ฉ้อ ฉ้อ ฯลฯ มีความรู้สึกเด่นด้อยในแง่อะไร วัยรุ่นสามารถรับรู้และรับทราบได้ นักจิตวิทยาหลายท่านเรียกลักษณะอารมณ์ของวัยรุ่นว่า เป็นแบบ พายุบูแคม (Storm and Stress) อารมณ์ที่เกิดกับวัยรุ่นนั้นมีทุกประเภท อาทิ รัก ชอบ โกรธ เกลียด อิจฉา ริษยา โอ้อวด แข่งดี ถือดี เจ้าทิฐิ อ่อนไหว เปลี่ยนแปลงง่าย หลงใหล วุ่นวายใจ ฯลฯ ไม่ว่าอารมณ์ประเภทใดมักมีความรุนแรง อ่อนไหวง่าย เปลี่ยนแปลงง่าย การควบคุมอารมณ์ยังไม่สู้ดี (ศรีเรือน แก้วกังวาล, 2545) ส่งผลให้วัยรุ่นแสดงอาการก้าวร้าวออกมา อาจกล่าวได้ว่าวัยรุ่นเป็นวัยที่มีปัญหามากที่สุด ปัญหาส่วนใหญ่มีสาเหตุมาจากการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายอย่างรวดเร็วทำให้วัยรุ่นเกิดปัญหาทางอารมณ์และสังคมตามมา (พรพิมล ไทพยางกูร, 2548)

ซึ่งสอดคล้องกับ สุชา จันทน์เอม (2542) ที่ว่าอารมณ์เป็นความรู้สึกหรือความสะเทือนใจที่เกิดจากร่างกายถูกสิ่งเร้าอื่นมาเร้า คนเรานั้นมักมีอารมณ์เกิดขึ้นเสมอทุก ๆ นาที อารมณ์ของวัยรุ่นนั้นเป็นอารมณ์ที่รุนแรง เต็มไปด้วยความเชื่อมั่นในตนเอง ในบางครั้งจึงมักมีความคิดเห็นขัดแย้งกับผู้ใหญ่อยู่เสมอ การที่เกิดอารมณ์ง่ายและรุนแรงเช่นนี้ จึงเป็นเรื่องที่ง่ายต่อการยุแหย่หรือชักนำให้วัยรุ่นเกิดความรู้สึกอยากลองดี ทั้งในทางที่ดีและในทางที่เลว ความคิดชั่ววูบของอารมณ์วัยรุ่น อาจเป็นสิ่งที่ทำให้แสดงความก้าวร้าวออกมา ซึ่งอาจหมายถึงชีวิตและอนาคตของวัยรุ่นเอง

นอกจากนี้ สุชา จันทน์เอม ยังได้แบ่งประเภทอารมณ์ของวัยรุ่นไว้ ดังนี้

1. ประเภทก้าวร้าวรุนแรง เช่น อารมณ์โกรธ อิจฉา เกลียดชัง
2. ประเภทเก็บกดเอาไว้ เช่น ความกลัว ความวิตกกังวล ความเศร้าใจ กระอักกระอ่วนใจ สลดหดหู่ ขยะแขยง เสียใจ อารมณ์ประเภทนี้ เป็นอันตรายต่อวัยรุ่นมากที่สุด
3. อารมณ์สนุก เช่น ความรัก ชอบสุขสบาย พอใจ ตื่นเต้น

และสุชา จันทน์เอม ยังได้กล่าวถึงความโกรธว่า เป็นการแสดงออกของอารมณ์ประเภท ก้าวร้าว รุนแรง ประเภทเดียวกับความอิจฉาริษยาและความเกลียดชัง โดยจะแสดงออกทั้งทางตรงและทางอ้อม เป็นต้นว่า มือสั่น เท้าสั่น หน้าตาแดงก่ำ หายใจถี่ หุนหันพลันแล่น ขาดความยั้งคิด อาจจะแสดงออกหลายแบบ เช่น ทำร้ายผู้อื่นให้ได้รับบาดเจ็บ หรืออาจทำร้ายตนเอง ทำลายข้าวของที่อยู่ใกล้มือ ร้องไห้ กระตืบเท้า ส่งเสียงดัง หรืออาจแสดงออกทางอ้อม โดยการเก็บตัวเงียบๆ คนเดียว และไม่ยอมพูดจากับใคร ความโกรธส่วนใหญ่มักเกิดจากได้รับการขัดขวางมิให้ทำในสิ่งที่ตนปรารถนา โดยมีสิ่งหนึ่งสิ่งใดหรือมีบุคคลหนึ่งบุคคลใดมาขัดขวาง ทำให้ไม่ได้รับความสำเร็จสมประสงค์ ความรุนแรงของความโกรธนั้นขึ้นอยู่กับความคับข้องใจที่เกิดขึ้น ถ้าได้รับการต่อต้านอย่างรุนแรง หรือสิ่งที่ปรารถนานั้นมีความหมายต่อตัวเขามาก อารมณ์โกรธก็จะรุนแรงมากและมีระยะเวลาตามไปด้วย

พรพิมล เจียมนครินทร์ (2539) ได้กล่าวถึงสาเหตุของความสับสนในอารมณ์ของวัยรุ่นว่า โดยทั่วไป ในช่วงวัยรุ่นจะรู้สึกสับสนทางอารมณ์มากกว่าในวัยที่ผ่านมา เพราะสาเหตุเกี่ยวพันซับซ้อนหลายประการด้วยกัน เช่น

1. เป็นช่วงเปลี่ยนวัย เป็นระยะหัวเลี้ยวหัวต่อของชีวิต เป็นระยะที่เด็กเรียนทำบทบาทย่างผู้ใหญ่ ในด้านความประพฤติ ความปรารถนาในชีวิต ความรับผิดชอบ นิสัยใจคอ แต่เนื่องจากเป็นระยะแรกเริ่มเด็กจึงมีความสับสนลังเลใจ ไม่แน่ใจ ไม่ทราบว่าจะถูกที่ควรนั้นควรจะเป็นเช่นไร

2. ร่างกายเติบโตเป็นชายหนุ่มหญิงสาวเต็มที่ ต้องวางตัวในสังคมกับเพื่อนร่วมวัย เพื่อนต่างเพศ และเพื่อนต่างวัยในแนวใหม่ การวางตัวอย่างถูกต้องนั้นกระทำไม่ได้ง่ายๆ ต้องอาศัยเวลาบ้าง ในระยะที่ปรับตัวไม่ได้เด็กจึงมีความรู้สึกสับสนในใจเมื่ออย่างเข้าสู่วัยรุ่น

3. เด็กจะต้องเลือกอาชีพเพื่อเตรียมตัวสำหรับประกอบอาชีพต่อไปในระยะวัยผู้ใหญ่ การเลือกอาชีพเป็นเรื่องที่สำคัญต่อชีวิตจิตใจ อารมณ์ ความต้องการของเด็ก และบุคคลที่เกี่ยวข้องทั้งที่บ้าน โรงเรียน และกลุ่มเพื่อน ความสับสนเกิดง่ายเพราะเด็กอยู่ภายใต้การบีบบังคับข้อจำกัดของระบบการศึกษา สติปัญญา ฐานเศรษฐกิจของครอบครัว และยังไม่ทราบในแง่ความถนัด ความสนใจ ความต้องการ และบุคลิกภาพของตนเอง

4. สภาพปัจจุบันของสังคมเป็นสาเหตุใหญ่ซึ่งพอแยกย่อยได้ว่า

- (1) สังคมเปลี่ยนแปลงง่ายและรวดเร็ว เด็กปรับตัวตามไม่ทันเพราะยังมีความชัดเจนในโลกและชีวิตไม่เพียงพอ

- (2) สภาพเศรษฐกิจและสังคมปัจจุบันทำให้เด็กต้องใช้เวลาฝึกฝนอาชีพนานขึ้น ไม่มีโอกาสเป็นผู้ใหญ่และประกอบกิจกรรมของชีวิตอย่างผู้ใหญ่สนใจปรารถนา ต้องเก็บกดความรู้สึกเช่นนี้ไว้ การเก็บกดหนักหน่วงขึ้นเมื่อผู้สูงวัยกว่าเหมาเอาว่าหนุ่มสาววัยรุ่นที่กำลังศึกษาอยู่ไม่ว่าระดับใดก็ตามยังอยู่ในฐานะเหมือนเด็ก

(3) วัยรุ่นสมัยปัจจุบันจำนวนไม่น้อยต้องออกจากความคุ้มครองของพ่อแม่ ต้องช่วยตัวเองเร็วขึ้น บางคนอาจยังไม่พร้อมสำหรับการออกจากความคุ้มครองของพ่อแม่ จึงตกไปเป็นเหยื่อของผู้หวังเอาประโยชน์จากเด็กโดยปราศจากความหวังดี

(4) ครอบครัวมีขนาดเล็กลง ความอบอุ่นจึงมีน้อยกว่าครอบครัวใหญ่

วัยรุ่นส่วนใหญ่มักมีอาการฉุนเฉียวง่าย จึงทำให้เกิดปัญหาได้ง่าย ปัญหาที่น่าหนักใจของวัยรุ่นในปัจจุบันจึงไม่พ้นปัญหาเรื่องพฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรง ซึ่งนับวันจะเพิ่มมากขึ้น อันเป็นผลเนื่องมาจากการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายอย่างรวดเร็ว ส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ของวัยรุ่น ทำให้วัยรุ่นบางคนเกิดความสับสนไม่สามารถหาทางออกที่ถูกต้องได้ จึงแสดงออกมาในรูปแบบของพฤติกรรมก้าวร้าว

2.3 แนวทางช่วยเหลือวัยรุ่นที่มีความก้าวร้าว

การช่วยเหลือวัยรุ่นที่มีปัญหาต้องใช้ความมั่นคงทางจิตใจ ให้เกียรติต่อความคิดและความรู้สึกของวัยรุ่น มีเจตคติที่ดีว่าเขาจะเปลี่ยนแปลงได้ พยายามช่วยเหลืออย่างจริงใจ (กรมสุขภาพจิต, 2547)

กรมพลศึกษา (2533) กล่าวถึงวิธีแก้ไขความก้าวร้าว ซึ่งสามารถสรุปได้ดังนี้

1) บิดา มารดาและผู้ปกครอง ควรเป็นตัวอย่างที่ดีให้กับบุตรหลาน มีเวลาอบรมแนะนำ พูดคุยกับเด็กเป็นประจำทุกวัน ในการไต่ถามปัญหา ความสุข ความทุกข์ของบุตรหลาน เพื่อช่วยแก้ไขปัญหที่เกิดขึ้น พยายามจัดกิจกรรม หรืองานอดิเรก ที่เด็กชอบ เพื่อเป็นการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ และยังเป็นการลดหรือระบายความก้าวร้าวออกไปในตัว

2) ครู อาจารย์ ต้องมีความเข้าใจเด็ก มีหลักจิตวิทยา มีความยุติธรรมในการลงโทษ ให้ความเป็นกันเองกับเด็กทุกคนให้ช่วยเหลือและแก้ไขปัญหา ส่งเสริมให้เด็กมีส่วนร่วมในการปกครองมีตัวแทนนักเรียนเป็นกรรมการของโรงเรียนด้วย

3) โรงเรียนจะต้องสร้างบรรยากาศทางวิชาการที่ดี มีสถานที่พักผ่อนหย่อนใจ และการจัดกิจกรรมต่าง ๆ ให้นักเรียนนักศึกษาได้เข้ามามีส่วนร่วม

4) บิดา มารดาและผู้ปกครอง ร่วมมือกับครู อาจารย์ และสถานศึกษา เพื่อควบคุมดูแลกลุ่มเพื่อน แนะนำการเลือกคบเพื่อนที่ดี สำหรับเด็กในรายที่มีพฤติกรรมผิดปกติทางจิต มีลักษณะของการเก็บกด คับแค้นใจ พาไปพบจิตแพทย์เพื่อตรวจสอบสภาพจิตใจ และติดตามและแก้ไขปัญหาวัยรุ่นก้าวร้าวของเด็ก

5) แหล่งอบายมุขและสื่อมวลชนต่างๆ เจ้าหน้าที่และผู้มีส่วนเกี่ยวข้องความจะมีมาตรการในการป้องกัน และแก้ไขไม่ให้เกิดปัญหาจากแหล่งอบายมุข และปัญหาอันเนื่องมาจากการเผยแพร่ผลงานจากสื่อมวลชน มาส่งเสริมและช่วยให้นักเรียนนักศึกษามีพฤติกรรมก้าวร้าวเกร

สุชา จันทน์เอม (2541) เสนอวิธีแก้ไขความก้าวร้าวในวัยรุ่น ดังนี้

1) พ่อแม่ ผู้ปกครอง หรือครู จะต้องแก้ไขอย่างช้าๆ ด้วยความอดทนและใจเย็น

- 2) หาทางให้เด็กทำงานที่ใช้กำลังให้เป็นประโยชน์ เช่น เล่นกีฬา ปลูกต้นไม้ และอื่นๆ
- 3) ให้เด็กมีโอกาสได้ระบายอารมณ์ที่ก้าวร้าวออกมาทางด้านศิลปะ ดนตรี การปั้น หรือแกะสลัก ซึ่งจะทำให้ไม่มีใครได้รับความเดือดร้อน
- 4) ผู้ใหญ่จะต้องพยายามเข้าใจ สร้างความเป็นเพื่อนกับเด็ก และพยายามมองข้ามสิ่งเล็กๆ น้อยๆ เกี่ยวกับตัวเด็กลงเสียบ้าง

- 5) ให้เด็กมีความรับผิดชอบ โดยการยกย่องให้เป็นผู้นำหรือหัวหน้า
 - 6) ถ้าจะมีการตำหนิตัวเด็ก หรือว่ากล่าวเด็ก ก็ควรเรียกมาพูดชี้แจงกันเป็นส่วนตัว
- ผกา สัตยธรรม (2545) เสนอแนวทางที่ควรช่วยเหลือปฏิบัติคือ

1) ให้ความเข้าใจ ความเป็นกันเองหรือความใกล้ชิดสนิทสนมกับเด็ก มีความเมตตา เพื่อให้เด็กเกิดความไว้วางใจ รักเคารพครู ได้มีโอกาสระบายความขุ่นเคืองหรือข้อขัดข้องของเด็กออกมา เพื่อให้ครูได้ทราบถึงสาเหตุของความก้าวร้าวของเด็ก จะได้ช่วยแก้ไข ดักเตือน ด้วยการพูดจาชี้แจงข้อบกพร่องให้ชัด เพื่อให้เด็กได้เข้าใจในการปฏิบัติตนให้ถูกต้อง

2) ฝึกให้เด็กได้ทำกิจกรรมต่างๆ เช่น การทำงานศิลปะ ดนตรี ที่ทำให้เด็กได้ใช้ความสามารถไปในทางที่ถูกที่ควร ไม่มีเวลาไปก้าวร้าวรังแกผู้อื่น

3) ฝึกความรับผิดชอบในการทำหน้าที่ต่างๆ ในโรงเรียน หรือในชั้นเรียน โดยมีหน้าที่ดูแลและให้ความช่วยเหลือผู้อื่น เช่น เป็นหัวหน้ากลุ่ม หัวหน้ากิจกรรมพิเศษต่างๆ ถ้าให้เด็กได้มีการออกแรงในการฝึกใช้กำลังด้วยก็จะดี เพราะเป็นการใช้แรงงานที่จะก้าวร้าวมาทำประโยชน์ให้ตนเองและส่วนรวม เช่น เป็นหัวหน้าฝึกซ้อมกีฬา เป็นต้น

4) ความร่วมมือระหว่างครูในโรงเรียน และผู้ปกครองในการแก้ไขปัญหาอย่างต่อเนื่อง จะช่วยได้มากกว่าต่างคนต่างทำ บางครั้งการปรึกษาเพื่อให้จิตแพทย์ช่วยเหลือก็เป็นสิ่งจำเป็น

5) การแก้ไขความก้าวร้าวของเด็กจะต้องทำทันที ติดต่อกันไปโดยไม่ปล่อยปละละเลย และต้องค่อยๆ ทำค่อยๆ ไปด้วยความอดทน เพื่อแก้ไขนิสัยที่สะสมมาเป็นเวลานาน

6) พยายามหาวิธีการป้องกัน ไม่ให้เด็กก่อความไม่สงบ ก่อวุ่นวายในชั้นเรียน ด้วยวิธีการต่างๆ ที่เหมาะสม เช่น เด็กไปรังแกเพื่อนก็เรียกมาหน้าชั้นให้ทำกิจกรรมประกอบการเรียน เช่น การแสดงท่าทางหรือละครประกอบบทเรียน เรียกเด็กมาสนทนาด้วยถ้ามีโอกาส ให้เขาได้เล่าเรื่องเกี่ยวกับตัวเขาเอง ครูจะได้รู้จักเด็กในแง่ต่างๆ มากขึ้น

กรมสุขภาพจิต (2547) ได้เสนอแนะหลักการช่วยเหลือวัยรุ่นที่มีความก้าวร้าว ไว้ดังนี้

1. ให้ความเข้าใจ สนใจ รับฟังคำพูด ความรู้สึก ในการกระทำ
2. ให้ประเมินผลที่เกิดขึ้นต่อตนเองและผู้อื่น และชี้ให้เห็นผลเสียของการกระทำ
3. ให้ทางเลือกในการระบายความโกรธ ก้าวร้าว ไม่พอใจ ในวิธีการที่เหมาะสม เช่น การเล่นกีฬา ดนตรี งานศิลปะอื่นๆ ตามความสามารถ
4. ให้ค้นหาศักยภาพของตนเอง ส่งเสริม เปิดโอกาสให้แสดงออก เช่น เป็นผู้นำหรือสมาชิกกลุ่มกิจกรรมต่างๆ ชมรมโต้วาที ชมรมกีฬา เป็นต้น

5. ใช้หลักการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมโดยใช้แรงเสริมทางบวก

นอกจากนี้ กรูซี และลิทตัน (Grusee and Lytton, 1988) ยังได้กล่าวไว้ว่า การย้ายที่และการระบายอารมณ์ (Displacement and Catharsis) เป็นวิธีการลดความคับข้องใจได้ กล่าวคือ เมื่อมีความก้าวร้าวแต่ไม่สามารถจะแสดงต่อสิ่งที่เป็สาเหตุที่ทำให้เกิดความคับข้องใจ ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากการกลัวการลงโทษ ดังนั้น การแสดงออกซึ่งความก้าวร้าวก็จะเปลี่ยนเป้าหมายไปสู่สิ่งที่คล้ายคลึงกับสาเหตุ เช่น นักเรียนถูกครูดุกลับมาจากโรงเรียนก็มาเตะสุนัขหรือตีสอง เพื่อระบายความคับข้องใจออก ซึ่งเราจะเห็นได้ว่าการย้ายที่และการระบายอารมณ์จะสัมพันธ์กับสาเหตุหรือสถานการณ์ที่เป็นตัวกระตุ้นให้เกิดความก้าวร้าว

สมพร สุกตัญญู (2538) ได้กล่าวถึงวิธีการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลที่ก้าวร้าวไว้ดังนี้

1. ใช้คำสังเชิงขอร้อง เพื่อแสดงการยกย่องให้เกียรติกับเขา
2. ควรฟังให้มากเพราะบุคคลประเภทนี้มักชอบร้องเรียน เพื่อเป็นการเรียกร้องความสนใจ
3. ไม่ควรใช้คำชมเชยที่พร่ำเพรื่อ แต่จะชมเฉพาะเรื่องที่สำคัญเท่านั้น ควรใช้คำชมสั้นๆ เพื่อแสดงให้เห็นว่าเราพอใจความสามารถของเขา
4. ควรอธิบายเป็นขั้นตอนตามข้อเท็จจริงตัวต่อตัว เมื่อพูดถึงข้อบกพร่องของเขา เพื่อให้เขาเข้าใจและยอมรับข้อบกพร่องนั้น
5. พยายามศึกษาความสามารถ หรือจุดเด่นของคนที่กำลังก้าวร้าว เพื่อจะได้ใช้จุดเด่นของเขาให้เป็นประโยชน์

จากแนวทางการให้ความช่วยเหลือแก่วัยรุ่นที่มีความก้าวร้าวดังที่ได้กล่าวถึงแล้วนั้น จะเห็นได้ว่าผู้ใหญ่หรือผู้เกี่ยวข้องต้องให้ความสนใจ รับฟังความคิด ความรู้สึก ซึ่งวิธีการดังกล่าวเป็นส่วนหนึ่งของการให้คำปรึกษา ดังนั้นการให้คำปรึกษาจึงน่าจะเป็นวิธีการที่ใช้ลดความก้าวร้าวให้มีประสิทธิภาพวิธีหนึ่ง ซึ่งจะได้กล่าวถึงรายละเอียดในหัวข้อถัดไป

3 การให้คำปรึกษากับความก้าวร้าว

3.1 ความหมายของการให้คำปรึกษา

ได้มีผู้ให้ความหมายของการให้คำปรึกษาไว้ในหลายประเด็น ดังเช่น การให้คำปรึกษาเป็นการช่วยให้บุคคลหรือกลุ่มบุคคลได้เข้าใจในปัญหา ความสามารถ ความต้องการ และมองเห็นแนวทางในการแก้ปัญหาของตนเองได้ (ลักขณา สรวิวัฒน์, 2543) เน้นการสร้างสัมพันธภาพระหว่าง ผู้ให้คำปรึกษา (Counselor) และผู้รับคำปรึกษา (Counselee) ในการร่วมมือช่วยเหลือกันเพื่อให้สามารถปรับตัวใช้ศักยภาพของตนในการคิด ตัดสินใจ หาแนวทางในการแก้ปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพสามารถปรับเปลี่ยนความคิด พฤติกรรม มีทักษะมีแรงจูงใจ

มีกำลังใจในการดำเนินชีวิตเพื่อการพัฒนาตนเองได้ต่อไป (กรมสุขภาพจิต, 2544) โดยอาศัยการสื่อสารสองทางจนเกิดความร่วมมือโดยผู้ให้การศึกษาเป็นผู้ช่วยเหลือด้วยการใช้คุณสมบัติของผู้ให้การศึกษา และทักษะต่างๆ เพื่อเอื้ออำนวยให้ผู้รับการปรึกษาได้ใช้ศักยภาพของตนเองในการสำรวจตัวเอง (กรมสุขภาพจิต, 2547) ซึ่งสอดคล้องกับ ยอร์ช และคริสเตียนี (George and Cristiani, 1990 อ้างถึงใน วัชร ทรัพย์มี, 2547) ที่กล่าวว่า การให้คำปรึกษาเป็นความร่วมมือกันระหว่างผู้ให้คำปรึกษากับผู้รับคำปรึกษา เพื่อช่วยให้ผู้รับคำปรึกษารู้จักตนเองและสิ่งแวดล้อม เพื่อจะได้นำไปใช้ในการตัดสินใจหรือแก้ปัญหาได้ด้วยตนเอง

จากความหมายของการให้คำปรึกษา สรุปได้ว่า เป็นกระบวนการช่วยเหลือซึ่งอยู่ในรูปของความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลอย่างน้อย 2 คน ได้แก่ บุคคลหนึ่งเป็นผู้รับคำปรึกษา ส่วนอีกบุคคลหนึ่งเป็นผู้ให้คำปรึกษาซึ่งมีคุณสมบัติด้านส่วนตัวและคุณสมบัติด้านวิชาชีพที่เหมาะสม ซึ่งได้รับการฝึกฝนมาอย่างดี โดยมีจุดประสงค์เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษามีความเข้าใจตนเอง สามารถพัฒนาตนเองอย่างเหมาะสม และดำเนินชีวิตด้วยความสุขอันควรแก่อัตภาพ

3.2 วัตถุประสงค์ของการให้การศึกษาวัยรุ่น

กรมสุขภาพจิต (2547) ได้กล่าวถึงวัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษาวัยรุ่นว่า เป็นการช่วยให้วัยรุ่นเข้าใจตนเอง เข้าใจความคิด บุคลิกภาพ อารมณ์จิตใจ และบทบาทหน้าที่ของตนเอง รู้เป้าหมายในชีวิต ข้อดีข้อบกพร่อง ความสามารถของตนเอง มีแรงจูงใจและนำความสามารถของตนมาใช้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ และช่วยให้วัยรุ่นเข้าใจบุคคลอื่นและสิ่งแวดล้อม สามารถยอมรับและรู้จักเลือกรับสิ่งที่ดีของผู้อื่นเพื่อนำมาใช้ให้เกิดประโยชน์กับชีวิตของตนเองและผู้อื่นได้ และยังช่วยให้วัยรุ่นได้พัฒนาตนเองตามศักยภาพและสภาพแวดล้อมที่เป็นอยู่ นอกจากนี้ยังทำให้วัยรุ่นสามารถปรับตัว เปลี่ยนแปลงพฤติกรรม แก้ไขปัญหาได้ โดยการร่วมกันค้นหาทางเลือก วิธีการแก้ปัญหา การฝึกทักษะ การปรับความคิด การปรับเปลี่ยนพฤติกรรม สามารถหาวิธีการในการปฏิบัติได้อย่างเหมาะสมกับตนเองและสร้างสรรค์

3.3 ทักษะของการให้คำปรึกษา

องค์ประกอบหนึ่งที่มีความสำคัญอย่างมากต่อประสิทธิภาพของการให้คำปรึกษาคือ ผู้ให้คำปรึกษาสามารถใช้ทักษะการให้คำปรึกษาได้อย่างเหมาะสม ทักษะการให้คำปรึกษาที่สำคัญมีดังนี้ (George & Cristiani, 1995)

1. การฟัง หมายถึง การฟังอย่างเข้าใจ และตอบสนองได้อย่างเหมาะสมโดยใช้ทั้งภาษาและท่าทาง
2. การถาม หมายถึง การกระตุ้นให้ผู้รับคำปรึกษาได้พูดเล่าบรรยายความรู้สึก หรือแสดงความคิดเห็นในประเด็นใดประเด็นหนึ่ง เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาลดความทุกข์ความกังวลและเกิดการเรียนรู้ รวมทั้งเข้าใจตนเองและเรื่องราวต่างๆ มากยิ่งขึ้น ซึ่งมีทั้งการถามที่ต้องการคำตอบยาวและคำถามที่ให้ตอบรับหรือปฏิเสธสั้นๆ

3. การสะท้อนความรู้สึก หมายถึง การทราบความรู้สึก ความต้องการตลอดจน การรับรู้ที่แท้จริงของผู้รับคำปรึกษาโดยการถาม เพื่อให้เกิดความเข้าใจที่ตรงกันของผู้ให้ คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษา และระหว่างผู้รับคำปรึกษากับตนเอง

4. การให้ข้อมูลย้อนกลับ หมายถึง การบอกข้อมูลที่เป็นผลจากการกระทำ การคิดและ การรู้สึกของผู้รับคำปรึกษาที่ผู้ให้คำปรึกษาได้รับ เพื่อช่วยให้ผู้รับคำปรึกษารู้จักและเข้าใจตนเอง มากขึ้น

5. การเชื่อมโยง หมายถึง การปะติดปะต่อเรื่องราว ความคิด ความรู้สึกตลอดจน ปัญหา สาเหตุและแนวทางการแก้ไขที่ผู้รับคำปรึกษากล่าวถึงในกลุ่ม เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาเข้าใจ ตนเองและผู้อื่น

6. การนำไปสู่ประเด็น หมายถึง การใช้คำพูดที่นำไปสู่การอภิปราย การเสนอแนะใน เรื่องที่จะให้ผู้รับคำปรึกษาเข้าใจตัวเอง เข้าใจปัญหาและสาเหตุที่แท้จริง รวมไปถึงการ แสวงหาแนวทางแก้ไขปัญหา

7. การเผชิญหน้า หมายถึง การใช้คำพูดหรือท่าทางที่กระตุ้นให้ผู้รับคำปรึกษาหยุดคิด และพิจารณาความคิด ความรู้สึกและพฤติกรรมของตนเอง เพื่อให้เกิดการยอมรับและเข้าใจ ตนเองมากขึ้นซึ่งจะนำไปสู่การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของผู้รับคำปรึกษา

8. การสรุปความ หมายถึง การรวบรวมเรื่องราว เหตุการณ์ หรือประเด็นต่างๆ ที่ เกิดขึ้นระหว่างการให้คำปรึกษาให้ชัดเจน เพื่อให้การให้คำปรึกษาดำเนินต่อไปได้

ในการวิจัยนี้จะใช้ทักษะทั้ง 8 ทักษะในโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มร่วมกับรายบุคคล เพื่อลดความก้าวร้าวของวัยรุ่น

3.4 ประเภทของการให้คำปรึกษา

การให้คำปรึกษาสามารถแบ่งได้เป็น 2 ประเภท คือ การให้คำปรึกษารายบุคคล และการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม (วัชร ทรัพย์มี, 2533) ซึ่งจะได้กล่าวถึงแนวคิดในการให้ คำปรึกษาแต่ละประเภทดังนี้

3.4.1 การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม เป็นกระบวนการที่ผู้ให้คำปรึกษาจัดขึ้น เพื่อเป็น การช่วยเหลือผู้รับคำปรึกษาซึ่งมีจำนวนตั้งแต่ 4-8 คน ซึ่งเป็นผู้ที่มีปัญหาลักษณะคล้ายคลึงกันหรือมี ความต้องการเหมือนกัน (กาญจนา ไชยพันธุ์, 2541) มาเข้าร่วมกลุ่มกัน โดยมีผู้ให้คำปรึกษา ซึ่งเป็นผู้ที่มีคุณลักษณะและบุคลิกภาพที่เหมาะสมในการเป็นผู้นำกลุ่ม ทำหน้าที่อำนวยความสะดวกใน กลุ่มมีความอบอุ่นเป็นกันเอง รู้สึกปลอดภัยจนทำให้สมาชิกรู้สึกไว้วางใจซึ่งกันและ กัน และนำไปสู่การเปิดเผยตนเอง (จิราภรณ์ อารยะรังษฤษฎ์, 2541) โดยที่ผู้รับคำปรึกษา จะได้รับฟังความรู้สึกและความคิดเห็นของผู้อื่น และได้ตระหนักว่าผู้อื่นก็มีความรู้สึกขัดแย้งหรือ ความคิดเห็นเช่นเดียวกับตนไม่ใช่ตนเองคนเดียวที่มีปัญหา (วัชร ทรัพย์มี, 2547) และช่วยให้ ผู้รับคำปรึกษาเกิดประโยชน์ เกิดการเปลี่ยนแปลงทัศนคติ ความเชื่อ ความรู้สึก พฤติกรรม

เกิดการเรียนรู้ในการแก้ไขปัญหามีทักษะในการสร้างสัมพันธภาพมากขึ้น รวมทั้งประยุกต์สิ่งที่ได้จากการทำกลุ่มไปใช้ในชีวิตประจำวัน (Corey, 1995)

3.4.2 การให้คำปรึกษารายบุคคล เป็นกระบวนการช่วยเหลือเป็นรายบุคคลโดยมีการพบปะเป็นการส่วนตัวระหว่างผู้ให้คำปรึกษากับผู้รับคำปรึกษา (วัชร ทรัพย์มี, 2533) ซึ่งมีจุดมุ่งหมายเฉพาะระหว่างผู้ให้คำปรึกษากับผู้รับคำปรึกษา โดยดำเนินการตามความต้องการของผู้รับคำปรึกษา (ลักขณา สรวิวัฒน์, 2543) ในกระบวนการให้การช่วยเหลือ จะเน้นสัมพันธภาพระหว่างผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษา (จุไรวรรณ ศรีศักดิ์นอก, 2547) ด้วยบรรยากาศที่เป็นส่วนตัว เพื่อช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาสามารถที่จะเข้าใจตนเองและสิ่งแวดล้อม เข้าถึงปัญหาที่เกิดขึ้น และสามารถที่จะตัดสินใจและแก้ปัญหาได้ด้วยตนเองอย่างถูกต้อง (กัญญ์จิรา ศรีภา, 2547) นอกจากนี้ เจริญย์ ทรงชัยกุล (2533) ได้กล่าวถึงข้อดีของการให้คำปรึกษาไว้ว่า ผู้รับคำปรึกษาได้รับความช่วยเหลือในการแก้ไขปัญหามาจากผู้ให้คำปรึกษาโดยตรงด้วยความละเอียด ครอบคลุมและรอบคอบจึงทำให้ในการเข้ารับคำปรึกษาแต่ละครั้งผู้รับคำปรึกษาจะได้รับประโยชน์อย่างเต็มที่

จากประเภทของการให้คำปรึกษาที่ได้กล่าวมาแล้วนั้นอาจกล่าวได้ว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเหมาะที่จะนำมาใช้ในการลดความก้าวร้าวของวัยรุ่นเพราะ การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเป็นการช่วยเหลือผู้ที่มีปัญหาลักษณะคล้ายคลึงกัน ผู้รับคำปรึกษาไม่รู้สึกละแวกเดียวและได้ตระหนักว่าผู้อื่นก็มีความรู้สึกขัดแย้งเช่นเดียวกับตนเอง ทำให้ผู้รับคำปรึกษารู้สึกปลอดภัยและไว้วางใจซึ่งกันและกัน ซึ่งจะนำไปสู่การเปิดเผยตนเอง การเปลี่ยนแปลงทัศนคติ ความเชื่อ ความรู้สึก พฤติกรรม เกิดการเรียนรู้ในการแก้ไขปัญหามีทักษะในการสร้างสัมพันธภาพมากขึ้น รวมทั้งประยุกต์สิ่งที่ได้จากการทำกลุ่มไปใช้ในชีวิตประจำวัน

การที่วัยรุ่นมีพฤติกรรมก้าวร้าว นั้นอาจมีสาเหตุมาจากการเรียนรู้ในการควบคุมอารมณ์ของตนเองและไม่สามารถแสดงความต้องการในทางที่เหมาะสมได้ การจะลดพฤติกรรมก้าวร้าวของวัยรุ่นนั้นจึงมีความจำเป็นที่จะต้องให้วัยรุ่นได้เรียนรู้ในการควบคุมอารมณ์ของตนเองและแสดงความต้องการในทางที่เหมาะสม ซึ่งความคับข้องใจของวัยรุ่นแต่ละคนมีสาเหตุแตกต่างกัน ดังนั้นการให้คำปรึกษารายบุคคลจึงเหมาะสำหรับการลดความคับข้องใจของวัยรุ่น เพราะการให้คำปรึกษารายบุคคลดำเนินการตามความต้องการของผู้รับคำปรึกษา ด้วยบรรยากาศที่เป็นส่วนตัว เพื่อช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาสามารถที่จะเข้าใจตนเองและสิ่งแวดล้อม เข้าถึงปัญหาที่เกิดขึ้น และสามารถที่จะตัดสินใจและแก้ปัญหาได้ด้วยตนเองอย่างถูกต้อง ซึ่งเป็นการช่วยเหลือวัยรุ่นตามสาเหตุที่แตกต่างกันไปของแต่ละบุคคล

ในการที่ใช้การให้คำปรึกษาเพื่อช่วยลดความก้าวร้าวในวัยรุ่นนั้น ทฤษฎีการให้คำปรึกษาที่น่าจะเหมาะสมในการนำมาใช้ลดความก้าวร้าวของวัยรุ่นคือ ทฤษฎีการให้คำปรึกษาตามแนวเผชิญความจริง เนื่องจากวิธีการของทฤษฎีนี้จะให้อิสระแก่วัยรุ่นในการมองหาวิธีการในการแก้ไขปัญหามาจากตนเอง เน้นถึงการมีส่วนร่วมในการให้คำปรึกษา สัมพันธภาพที่อบอุ่น มีความจริงใจ

ในขณะเดียวกันก็เน้นการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมมากกว่า อารมณ์ ความรู้สึก และทัศนคติ วิธีการแก้ไขปัญหของทฤษฎีการให้คำปรึกษาตามแนวเผชิญความจริงนี้ถือได้ว่าเป็นรูปแบบหนึ่งของการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม (พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา, 2543) ซึ่งจะได้กล่าวถึงรายละเอียดในหัวข้อต่อไป

3.5 ทฤษฎีและวิธีการให้คำปรึกษาตามแนวเผชิญความจริง

การให้คำปรึกษาตามแนวเผชิญความจริงเป็นแนวทางของกระบวนการให้คำปรึกษา ที่เน้นกระบวนการช่วยเหลือและพัฒนาบุคคล สนับสนุนให้บุคคลรู้จักตนเอง มุ่งให้ผู้รับคำปรึกษาได้สำรวจตนเอง วิเคราะห์การกระทำของตนเองในปัจจุบัน และประเมินพฤติกรรมตนเองตามความเป็นจริง รู้จักประเมินสิ่งถูกสิ่งผิด การตระหนักถึงผลที่เกิดจากการกระทำของตน รับผิดชอบที่จะสนองความต้องการของตนเรียนรู้วิธีการที่จะให้และรับความรัก มีการวางแผนป้องกันและแก้ไขปัญหของตน และมุ่งมั่นที่จะปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ลักษณะสำคัญของการให้คำปรึกษาตามแนวเผชิญความจริง เน้นในเรื่องพฤติกรรมมนุษย์เกิดจากแรงผลักดัน มนุษย์เป็นผู้กำหนดเองมนุษย์ทุกคนต้องรู้ว่าตนเองมีคุณค่า ตนเองต้องการความรัก การยอมรับและความสำเร็จ ซึ่งทำให้เกิดการเห็นคุณค่าในตนเอง สิ่งเหล่านี้ทำให้มนุษย์เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมตัวเองได้ (Glasser, 1981 ; Corey, 1995)

ซึ่งสอดคล้องกับ วัชร ทรัพย์มี (2547) ที่ว่าจุดเด่นของการให้คำปรึกษาตามแนวเผชิญความจริง คือ เน้นความสำคัญต่อสภาวะปัจจุบันและพฤติกรรมของผู้มารับคำปรึกษา รู้จักประเมินสิ่งถูก สิ่งผิด การรับผิดชอบในการแก้ปัญหา มีทักษะในการคิดแก้ปัญหา และมีการกำหนดเป้าหมาย วางแผนปฏิบัติอย่างมีเหตุผล เพื่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมตนเอง โดยผู้ให้กำเนิดทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง คือ William Glasser

3.5.1 ลักษณะการให้คำปรึกษาตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริง

Glasser (1965 อ้างถึงใน อาภา จันทรสกุล, 2535) ได้กล่าวถึงลักษณะของการให้คำปรึกษาตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริง ที่สำคัญ 8 ประการ ได้แก่

1. ไม่ใช้วิธีการวินิจฉัยความผิดปกติทางจิตของบุคคล เน้นที่พฤติกรรมของบุคคลที่ขาดความรับผิดชอบเท่านั้น และถือว่าผู้ที่มีสุขภาพจิตดีเป็นบุคคลที่มีความรับผิดชอบ
2. เป็นพฤติกรรมที่แสดงออกในปัจจุบันมากกว่าที่จะเน้นความรู้สึกหรือทัศนคติ โดยพยายามเน้นให้บุคคลได้รู้จักตนเองในขณะที่กำลังแสดงพฤติกรรมอยู่ในขณะนั้น โดยไม่ต้องคำนึงว่าจะมีทัศนคติอย่างไร เพราะการให้คำปรึกษาตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงเชื่อว่าทัศนคติจะเปลี่ยนตามพฤติกรรมที่เปลี่ยนไป
3. เน้นที่ปัญหาปัจจุบัน ไม่คำนึงถึงเรื่องราวในอดีตเพราะอดีตของบุคคลเป็นเรื่องที่ไม่สามารถจะเปลี่ยนแปลงได้ สิ่งที่จะเปลี่ยนแปลงได้คือปัจจุบัน และอนาคตเท่านั้น ผู้ให้คำปรึกษาควรมองถึงศักยภาพของผู้รับคำปรึกษา และพยายามเน้นถึงจุดนั้นให้มาก

4. เน้นถึงการตัดสินใจด้วยค่านิยม เป็นการเน้นความสำคัญถึงบทบาทของผู้รับคำปรึกษา โดยการตัดสินใจถึงคุณค่าของพฤติกรรม ซึ่งจะทำให้ผู้รับคำปรึกษามองเห็นว่าอะไรคือความล้มเหลวในชีวิต พฤติกรรมที่แสดงออกมานั้นทำให้ตนเองมีความสุขหรือเกิดความเดือดร้อน โดยพิจารณาว่าพฤติกรรมนั้นเป็นการสร้างสรรค์หรือทำลาย ถ้าผู้รับคำปรึกษาตระหนักได้ว่าพฤติกรรมที่แสดงออกมานั้น เป็นการทำลายตนเองแล้วผู้รับคำปรึกษาจะมีความรับผิดชอบ และจะมีการเปลี่ยนแปลงในทางที่ดี

5. ไม่เน้นถึงเทคนิคของการถ่ายทอดความรู้สึก แต่จะเน้นถึงแนวทางอันแท้จริงของผู้ให้คำปรึกษาโดยการเป็นตัวของตัวเอง ไม่แสดงบทบาทเป็นบิดา มารดาของผู้รับคำปรึกษา และผู้รับคำปรึกษาไม่ควรมองย้อนอดีตที่ล้มเหลว แต่จะแสวงหาความพอใจในความเป็นมนุษย์กับบุคคลที่ผู้รับคำปรึกษาเคยมีอยู่ในอดีต ซึ่งผู้ให้คำปรึกษาสามารถจะให้ความช่วยเหลือโดยมีสัมพันธภาพที่อบอุ่น และจริงใจควบคู่ไปด้วย

6. เน้นที่จิตสำนึก แต่ไม่สนใจจิตไร้สำนึก การให้คำปรึกษาตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงเห็นว่า จิตไร้สำนึกเป็นศูนย์กลางที่ทำให้ผู้รับคำปรึกษาแสดงพฤติกรรมที่ไม่รับผิดชอบ และใช้คำว่าขอภัยหรือขอโทษ เพื่อหลีกเลี่ยงสภาพความเป็นจริง ดังนั้นถึงแม้ว่าจิตไร้สำนึกจะเป็นสิ่งที่น่าสนใจเพียงใด แต่ก็ไม่เห็นว่าจะเป็นส่วนสำคัญที่จะทำให้พฤติกรรมมีการเปลี่ยนแปลงขึ้นมา

7. ไม่ใช่วิธีการลงโทษ ซึ่งการลงโทษเป็นวิธีการที่นำมาเพื่อเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมอย่างไร้ประสิทธิภาพ แต่กลับยิ่งทำให้บุคคลเพิ่มความรู้สึกว่าชีวิตมีความล้มเหลวมากยิ่งขึ้น อีกทั้งยังมีผลเสียต่อสัมพันธภาพระหว่างผู้ให้คำปรึกษากับผู้รับคำปรึกษาอีกด้วย

8. มุ่งถึงความรับผิดชอบ ความรับผิดชอบในการเรียนรู้เป็นขบวนการที่ต่อเนื่องกันตลอดชีวิต ถึงแม้ว่าทุกคนต้องการที่จะรักหรือเป็นที่รัก ต้องการรู้ว่าตนเองเป็นคนมีคุณค่าแต่เราก็ไม่สามารถสนองตอบความต้องการเหล่านี้ได้ทั้งหมด ความรับผิดชอบนั้นประกอบด้วยการเรียนรู้ว่าจะทำอย่างไรเพื่อให้ความต้องการนั้นเป็นจริงขึ้นได้ ซึ่งขึ้นอยู่กับตัวของมนุษย์เองที่จะเรียนรู้และสั่งสอนถึงความรับผิดชอบดังกล่าวได้ เพื่อที่จะเป็นบุคคลที่มีความรับผิดชอบต่อไป

ซึ่งสอดคล้องกับ Glasser (1972, อ้างถึงใน George & Cristiani, 1995) กำหนดแนวทางของการให้คำปรึกษาตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงไว้ ดังนี้

1. ผู้ให้คำปรึกษาเป็นผู้ให้ความรู้ ความหวังใจ ความอบอุ่นและความเข้าใจต่อผู้รับคำปรึกษา
2. เน้นพฤติกรรมมากกว่าความรู้สึก
3. เน้นพฤติกรรมปัจจุบัน โดยยึดหลักว่าอดีตเป็นเพียงสิ่งที่เกี่ยวข้องกับปัจจุบันเท่านั้น
4. เน้นคุณค่าของการกระทำ โดยผู้รับคำปรึกษาจะต้องรับผิดชอบต่อการทำงานของตนเอง
5. ผู้ให้และผู้รับคำปรึกษาจะเลือกพัฒนาพฤติกรรมที่เจาะจงและวางแผนเปลี่ยนพฤติกรรมที่ไม่รับผิดชอบเป็นพฤติกรรมที่รับผิดชอบ

6. มีการทำสัญญาผูกมัด ระหว่างผู้ให้และผู้รับคำปรึกษาเพื่อกระตุ้นให้ลงมือปฏิบัติตามสัญญา
7. ไม่ยอมรับคำขอโทษจากผู้รับคำปรึกษาเมื่อไม่ได้กระทำตามแผนที่วางไว้ มีแต่การนำแผนการนั้นๆ มาพัฒนาใหม่ให้สามารถปฏิบัติได้จริง
8. ไม่มีการลงโทษผู้รับคำปรึกษาเมื่อแผนการล้มเหลว จะมีแต่การตรวจสอบผลของการปฏิบัติ

3.5.2 จุดประสงค์ของการให้คำปรึกษาตามแนวเผชิญความจริง

Glasser (1981) กล่าวถึงจุดประสงค์ของการให้คำปรึกษาตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริง ดังนี้

- 1) ช่วยให้บุคคลรับผิดชอบที่จะแก้ปัญหา และมีทักษะในการคิดแก้ปัญหาโดยพิจารณาความเป็นจริง
- 2) ป้องกันไม่ให้คุณคนปล่อยชีวิตล่องลอย โดยสนับสนุนให้วางโครงการในอนาคต และมีความมุ่งมั่นที่จะดำเนินการไปตามโครงการที่วางไว้
- 3) ส่งเสริมให้บุคคลมีวุฒิภาวะ คือ เป็นตัวของตัวเองและสามารถช่วยตัวเองได้
- 4) ช่วยให้คุณคนรู้จักตนเองว่าเขาเป็นใคร ต้องการอะไรในชีวิต
- 5) ช่วยให้คุณคนค้นพบวิธีสนองความต้องการของตนเองอย่างมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น โดยไม่กระทบกระเทือนสิทธิของผู้อื่น
- 6) ให้บุคคลตระหนักถึงคุณค่าของตน โดยแนะแนวทางให้รู้จักวิธีสร้างสัมพันธภาพอันดีกับบุคคลอื่น ให้ได้รับประสบการณ์เกี่ยวกับความผูกพันทางสังคม การให้และได้รับความรักจากผู้อื่น ซึ่งจะก่อให้เกิดความรู้สึกว่าตนมีค่า
- 7) ช่วยให้คุณคนรู้จักประเมินค่านิยม รู้จักพิจารณาว่าอะไรถูก อะไรผิด สิ่งใดควรกระทำหรือพึงละเว้น

นอกจากนี้ Wubbolding & Wallace (1991 อ้างถึงใน Gladding, 1996) ได้กล่าวถึงจุดประสงค์ของการให้คำปรึกษาตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริง ดังนี้

- 1) ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษามีจิตใจที่เข้มแข็ง มีเหตุผล มีพฤติกรรมที่มีความรับผิดชอบต่องานตนเองและผู้อื่น
- 2) ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาเข้าใจถึงความต้องการในชีวิตของตนเอง มีเป้าหมายในการดำเนินชีวิต และมีพฤติกรรมที่มีความรับผิดชอบ

3.4.3 เทคนิคการให้คำปรึกษาตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริง

Glasser (1965 อ้างถึงใน มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, 2533) ได้กล่าวถึงเทคนิคการให้คำปรึกษาตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงว่าประกอบด้วยเทคนิคดังต่อไปนี้

- 1) การมีส่วนร่วมในการแก้ปัญหา โดยผู้รับคำปรึกษาเป็นศูนย์กลาง ผู้ให้คำปรึกษาต้องสร้างสัมพันธภาพอันดี เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาเกิดความไว้วางใจ เพื่อนำไปสู่การเปิดเผยตนเอง

ยอมรับตนเองและกล้าเผชิญความจริง และกระตุ้นให้ผู้รับคำปรึกษามีส่วนร่วมในการอภิปรายเสนอแนะ มีทักษะดังนี้

(1) การฟัง คือการเอาใจจดจ่อติดตามเรื่องราวที่ผู้รับคำปรึกษาเล่าให้ฟังไม่ว่าเรื่องนั้นจะถูกหรือผิด

(2) การยอมรับนับถือ การยอมรับศักยภาพที่ผู้รับคำปรึกษามีเท่ากับบุคคลธรรมดา

(3) การตั้งใจจริง การช่วยเหลือด้วยความจริงใจ ผู้ให้คำปรึกษาแสดงออกทางสีหน้าการมองหน้า เอาใจจดจ่ออย่างเหมาะสม รู้ว่าเวลาใดควรจ้องหน้าหรือมองไปที่อื่น

2) การใช้ตัวแบบทางสังคม เป็นเทคนิคที่ใช้ในการให้คำปรึกษาตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริง หลังจากที่ได้รับคำปรึกษาตระหนักในความรับผิดชอบแล้ว และพร้อมที่จะเรียนรู้พฤติกรรมใหม่จากตัวแบบทางสังคม การแสดงแบบให้ผู้อื่นเห็นว่าทำอะไรย่อมมีประสิทธิภาพมากกว่าการบอกว่าทำอะไร Krumboltz and Thoresen (1969) กล่าวว่า ควรเลือกใช้ตัวแบบที่มีความสามารถ มีความรู้ มีเสน่ห์ และมีอำนาจ มีลักษณะคล้ายกับผู้รับคำปรึกษา เช่นเพศเดียวกัน มีวัยใกล้เคียงกันจะเป็นตัวแบบที่มีประสิทธิภาพมากขึ้น

3) การสอนผู้ให้คำปรึกษาในฐานะผู้เป็นครูต้องแนะนำสั่งสอนให้ผู้รับคำปรึกษาเข้าใจและตระหนักถึงความรับผิดชอบและแนะนำในการวางแผนโครงการในการแก้ปัญหา

4) การให้แรงเสริม อาศัยหลักการเรียนรู้ที่ว่า บุคคลแสดงพฤติกรรมใดแล้วได้รับผลเป็นที่พึงพอใจ บุคคลจะแสดงพฤติกรรมนั้นอีก เทคนิคการเสริมแรง หมายถึง การทำให้ความถี่ของพฤติกรรมเพิ่มขึ้นอันเป็นผลเนื่องมาจากบุคคลได้รับสิ่งที่พึงพอใจ ภายหลังจากการแสดงพฤติกรรมนั้นๆ โดยมีหลักการเสริมแรงคือการให้แรงเสริมทันที ตัวเสริมแรงต้องสอดคล้องกับความต้องการของผู้รับ เสริมแรงในพฤติกรรมเป้าหมายเฉพาะ

5) การแสดงบทบาทสมมติ เป็นวิธีการแสดงพฤติกรรมให้เหมือนกับตัวแบบโดยการฝึกซ้อมพฤติกรรมและแสดงพฤติกรรมใหม่ในที่ปลอดภัยกว่า มีการอภิปรายสิ่งที่เกิดขึ้น การแสดงบทบาทสมมติจะได้ผลต้องมีการแสดงอย่างต่อเนื่องและได้รับรางวัลเมื่อพฤติกรรมพัฒนาขึ้น

6) วิธีการเผชิญหน้า เนื่องจากการเผชิญหน้าเป็นวิธีที่ตรง คือผู้ให้คำปรึกษาพูดถึงสิ่งที่ผู้รับคำปรึกษาต้องการหลีกเลี่ยงหรือปิดบังตรงๆ ซึ่งอาจทำให้ผู้รับคำปรึกษายอมรับไม่ได้ควรใช้เทคนิคอื่นร่วมด้วย คือ การมีส่วนร่วมในการแก้ปัญหา การเปิดเผยตนเอง การสร้างความคุ้นเคย การยอมรับอย่างจริงใจ ตระหนักถึงความรู้สึกของผู้รับคำปรึกษา การให้ข้อมูลย้อนกลับลักษณะของความคิดเห็น ใช้ทักษะการพูดซ้ำคำ หรือข้อความเพื่อเป็นการระบายความรู้สึก ทักษะการเชื่อมโยง เพื่อเปิดโอกาสให้ผู้รับคำปรึกษาได้พูดถึงสิ่งต่างๆ ได้อย่างอิสระ

7) การมีพฤติกรรมเชิงบวก พฤติกรรมเชิงลบเป็นพฤติกรรมที่ทำลายตนเอง ไร้สาระ เกือบกต ทำให้เกิดความสิ้นหวัง ออกนอกกลุ่มนอกทาง เป็นสิ่งที่ไม่ก่อให้เกิดการเรียนรู้แนวทางที่จะ

รับผิดชอบ และพบกับความต้องการ สูญเสียความสามารถ การพัฒนาพฤติกรรมเชิงบวก Glasser ได้เสนอรูปแบบการปฏิบัติไว้ 5 รูปแบบคือ

- (1) พฤติกรรมต้องไม่เกี่ยวข้องกับการแข่งขันและสามารถกระทำได้ด้วยตัวเอง
- (2) พฤติกรรมจะต้องทำให้สำเร็จโดยความพยายามที่เกิดขึ้นภายในจิตใจและร่างกาย
- (3) พฤติกรรมจะมีคุณค่าสำหรับผู้กระทำ
- (4) พฤติกรรมที่กระทำสามารถนำไปสู่การพิสูจน์แนวทางบางอย่างได้
- (5) ต้องเป็นการกระทำที่หลีกเลี่ยงการวิจารณ์

ซึ่งในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยจะเลือกใช้เทคนิคต่างๆ ได้แก่ การเผชิญหน้า การใช้ตัวแบบทางสังคม การแสดงบทบาทสมมติ การสอน การให้ข้อมูล การให้แรงเสริม การให้มีส่วนร่วมในการแก้ปัญหา และการให้การบ้าน เพื่อให้บรรลุถึงเป้าหมาย ในการให้คำปรึกษา

ต่อมา Wubbolding (1991 อ้างถึงใน Corey, 1995) ได้เสนอแนะเพิ่มเติมว่าปัจจัยที่ทำให้คำปรึกษาตามแนวคิดของ Glasser ประสบความสำเร็จขึ้นอยู่กับสิ่งต่อไปนี้ คือ

1. สิ่งแวดล้อมขณะให้คำปรึกษา ได้แก่ บรรยากาศของความเป็นมิตรของผู้ให้และผู้รับคำปรึกษา ซึ่งผู้ให้คำปรึกษาจะต้องระมัดระวังไม่ให้เกิดความโต้แย้ง การดูถูก การวิพากษ์วิจารณ์ รวมถึงการซ้ำเติมผู้รับคำปรึกษาและไม่ควรเปิดโอกาสให้ผู้ขอรับคำปรึกษาแก้ตัวและยอมแพ้ง่ายๆ

2. กระบวนการที่จะนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของผู้รับคำปรึกษา คือ วิธี WDEP (The WDEP System) ซึ่งประกอบด้วย

W = Explore the client's **wants** and perception คือการสำรวจความต้องการและการรับรู้ของผู้รับคำปรึกษา รวมทั้งอุปสรรคที่ทำให้เขาไม่สามารถได้ในสิ่งที่ต้องการ

D = Explore **doing** : actions, thinking and feelings คือการสำรวจการกระทำ ความคิดและความรู้สึกของผู้รับคำปรึกษา โดยเน้นที่การกระทำในปัจจุบัน

E = Help clients self-**evaluate** คือการช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาประเมินตนเองว่าการกระทำในปัจจุบันของตนเองเป็นสิ่งที่ดีหรือไม่ และจะสามารถนำไปสู่สิ่งที่ต้องการได้หรือไม่ ซึ่งจะทำให้ผู้รับคำปรึกษารับรู้และเข้าใจว่าพฤติกรรมใดควรทำต่อไป และพฤติกรรมใดควรปรับเปลี่ยนเพื่อให้เขาได้ในสิ่งที่ต้องการ

P = Help clients make action **Plans** คือการช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาทำแผนปฏิบัติการที่สามารถปฏิบัติได้ง่าย บรรลุผลได้จริง สามารถวัดและประเมินผลได้ รวมทั้งสามารถทำได้ทันที และเป็นแผนที่สามารถควบคุมได้โดยผู้รับคำปรึกษา

นอกจากนี้ Wubbolding ยังได้เสนอแนะให้มีการติดตามประเมินผลผู้รับคำปรึกษาหลังจากที่กำหนดแผน และปฏิบัติตามแผนไปแล้วระยะเวลาหนึ่ง เพื่อปรับแผนและปฏิบัติต่อไป โดยไม่มีการตำหนิหากผู้รับคำปรึกษาไม่สามารถปฏิบัติตามแผน ขณะเดียวกันก็ให้ปฏิเสธการแก้ตัวของผู้รับคำปรึกษาด้วย

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยใช้การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มร่วมกับรายบุคคลตามแนวทฤษฎี
เผชิญความจริงด้วยวิธี WDEP ของ Wubbolding (1991) โดยมีการติดตามผลด้วย

3.6 งานวิจัยที่เกี่ยวกับการให้คำปรึกษากับความก้าวร้าว

จากการทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษา ผู้วิจัยไม่พบการให้
คำปรึกษาแบบกลุ่มร่วมกับการให้คำปรึกษารายบุคคลต่อความก้าวร้าวโดยตรง พบแต่งงานวิจัยที่
ใช้การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มหรือรายบุคคลเพียงแบบเดียว คือ การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเพื่อ
ลดพฤติกรรมก้าวร้าว ซึ่งศุภกาญจน์ รักความสุข (2547) ได้ศึกษาผลการให้คำปรึกษาแบบ
กลุ่มตามทฤษฎีการใช้เหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม เพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ 3 กลุ่มตัวอย่างได้มาจากการเลือกแบบเจาะจง จำนวน 5 คน ผลการวิจัย
พบว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีการใช้เหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม เพื่อลด
พฤติกรรมสามารถลดความถี่การเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนได้ในอัตราร้อยละ 64.84
ในรายวิชาวิทยาศาสตร์ และร้อยละ 57.91 ในรายวิชาพลศึกษา และนาร์โดน (Nardone,
1982 อ้างถึงในยุพิน กองธรรม, 2532) ได้ศึกษาการจัดโปรแกรมการบำบัดแบบกลุ่ม (Group
Therapy Program) เพื่อสอนให้เด็กชายควบคุมความก้าวร้าวและการใจเร็ว หุนหัน โดย
ทดลองกับเด็กชายในสถานสงเคราะห์ จำนวน 20 คน ในโปรแกรมประกอบด้วย เทคนิค
ต่างๆ เช่น การใช้สติควบคุมตนเอง การฝึกแก้ปัญหา การกำหนดพฤติกรรมกลุ่มสัมพันธ์ และ
การฝึกผ่อนคลาย ผลการทดลองพบว่า พฤติกรรมก้าวร้าว การใจเร็วและความหุนหันพลันแล่น
ของเด็กชายทั้งหมดลดลงอย่างมีนัยสำคัญ เด็กชายเหล่านี้สามารถแก้ปัญหาความคับข้องใจของ
ตนเองได้มากขึ้น

นอกจากนี้ยังมีการศึกษาผลของการให้คำปรึกษาตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงต่อลักษณะ
อื่นๆ เช่น การศึกษาของ อัจฉนันท์ ทินกระโทก (2547) ทำการศึกษา ผลของการให้
คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงด้วยวิธี WDEP ต่อความรับผิดชอบด้าน
การศึกษาเล่าเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 จำนวน 16 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและ
กลุ่มควบคุม กลุ่มละ 8 คน กลุ่มตัวอย่างได้มาจากการเลือกแบบเจาะจง กลุ่มทดลองได้รับการ
ให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงด้วยวิธี WDEP 12 ครั้ง ครั้งละประมาณ
45-50 นาที และกลุ่มควบคุมไม่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริง
ด้วยวิธี WDEP เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือ แบบวัดความรับผิดชอบทางการศึกษาเล่าเรียนมีค่า
ความเชื่อมั่นทั้งฉบับ 0.82 และโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริง
ด้วยวิธี WDEP พบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองมีความรับผิดชอบด้านการศึกษาเล่าเรียนเพิ่มขึ้น
กว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และเนาวรัตน์ กะการดี (2544) ได้
ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวเผชิญความจริงเพื่อเพิ่มการเห็นคุณค่าในตนเอง
และลดพฤติกรรมเสี่ยงใช้ยาเสพติดของวัยรุ่น กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นที่

มีพฤติกรรมเสี่ยงใช้ยาเสพติด จำนวน 16 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 8 คน กลุ่มทดลองได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวเผชิญความจริง 12 ครั้ง ครั้งละ 60-90 นาที ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มทดลองมีการเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้นและพฤติกรรมเสี่ยงลดลง

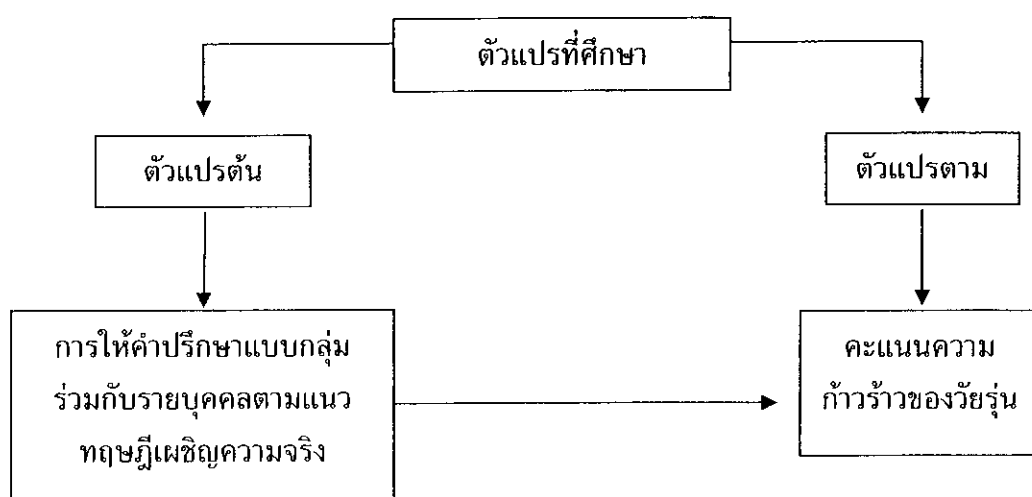
ส่วนการให้คำปรึกษารายบุคคลนั้น ยูวดี สุ่มมาตย์ (2541) ทำการศึกษาเรื่องผลของการให้คำปรึกษารายบุคคลต่อสุขภาพจิตของผู้ป่วยคลุ้มคลั่งกระตุก และข้อจากอุบัติเหตุการจราจรที่ถูกจำกัดการเคลื่อนไหวในโรงพยาบาลขอนแก่น กลุ่มตัวอย่างจำนวน 8 คน ได้รับโปรแกรมเป็นเวลา 2 สัปดาห์ๆ ละ 3 ครั้งๆ ละ 45-60 นาที รวม 6 ครั้ง ผลการวิจัยพบว่า ผู้ที่ได้รับการให้คำปรึกษารายบุคคลมีคะแนนระดับภาวะสุขภาพจิตลดลงก่อนการเข้ารับคำปรึกษา นอกจากนี้ จุไรวรรณ ศรีศักดิ์นอก (2547) ทำการศึกษาเรื่องการให้คำปรึกษาแบบรายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริงเพื่อพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเอง แก่ผู้พยายามฆ่าตัวตายจังหวัดชัยภูมิ กลุ่มตัวอย่างจำนวน 2 คน ได้รับโปรแกรมเป็นเวลา 6 สัปดาห์ๆ ละ 2 ครั้งๆ ละ 1 ชั่วโมง รวม 12 ครั้ง ผลการวิจัยพบว่า ผู้ที่ได้รับการให้คำปรึกษารายบุคคลมีความภาคภูมิใจในตนเองดีขึ้นก่อนการเข้ารับคำปรึกษา

สำหรับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มและการให้คำปรึกษาแบบรายบุคคลต่อคุณลักษณะอื่นนั้น กานดา ช่วยเมือง (2542) ได้ทำการศึกษาเปรียบเทียบระหว่างการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มและการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริงต่อการปรับตัวทางสังคมของผู้ติดยาเสพติดระยะฟื้นฟูสมรรถภาพ บ้านพิชิตใจ สำนักอนามัย กรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่างจำนวน 16 คน กลุ่มทดลองที่ 1 ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง และกลุ่มที่ 2 ได้รับการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง ผลการวิจัยพบว่า ทั้งผู้ที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มและผู้ที่ได้รับการให้คำปรึกษารายบุคคลมีการปรับตัวทางสังคมดีขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และผู้ที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม และผู้ที่ได้รับการให้คำปรึกษารายบุคคลมีการปรับตัวทางสังคมแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยผู้ที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มมีการปรับตัวทางสังคมดีกว่าผู้ที่ได้รับการให้คำปรึกษารายบุคคล

นอกจากนี้ยังมีผู้สนใจศึกษาวิธีการอื่นๆ เพื่อลดความก้าวร้าว เช่น พัทธรินทร์ แก้วพาดิ (2544) ศึกษาผลของกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 - 3 (โรงเรียนขยายโอกาส) : ศึกษาเฉพาะกรณีโรงเรียนบ้านนาเกาะทาด อำเภอบางสะพานน้อย จังหวัดนครศรีธรรมราช พบว่า นักเรียนที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวหลังจากเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์มีคะแนนพฤติกรรมก้าวร่วมน้อยกว่านักเรียนในกลุ่มที่ไม่ได้เข้ากิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ และมีคะแนนความก้าวร้าวหลังจากการเข้ากลุ่มสัมพันธ์ลดลงจากเดิม และยังมีงานวิจัยต่างประเทศของ แมคคัลลอก และคนอื่นๆ (Mc Cullough and others, 1977 อ้างถึงในพัชรินทร์ แก้วพาดิ, 2544) ได้ทำการศึกษาเป็นรายกรณีเพื่อบำบัดปัญหาความก้าวร้าวของเด็กวัยรุ่นอายุ 16 ปี คนหนึ่ง โดย

ใช้แนวคิดเรื่องรูปแบบของพฤติกรรม ที่เกิดจากปฏิสัมพันธ์ระหว่างอินทรีย์และสิ่งแวดล้อม โดยใช้วิธีให้เด็กเปลี่ยนแปลงการแสดงพฤติกรรมของตนเองก่อนเพื่อปรับการตอบสนองต่อสิ่งแวดล้อมใหม่ ซึ่งช่วยให้อารมณ์ก้าวร้าวถูกกระตุ้นน้อยลง จากการบันทึกของผู้ปกครองและครูที่โรงเรียนพบว่า พฤติกรรมก้าวร้าวลดลงจนในที่สุดก็ไม่เกิดขึ้นอีกแม้ในช่วงติดตามระยะ 12 ถึง 22 เดือน และสมิท, สตีเฟน – ดับเบิลยู และคนอื่นๆ (Smith , Stephen – W and other, 1994) ยังได้ศึกษาผลของการใช้พฤติกรรมทางปัญญาต่อพฤติกรรมความโกรธและความก้าวร้าวของนักเรียนในระดับประถมศึกษาปีที่ 3 และปีที่ 4 จำนวน 3 คน เพื่อศึกษาผลของการใช้พฤติกรรมทางปัญญาในการลดพฤติกรรมก้าวร้าวและพฤติกรรมความโกรธของนักเรียน 3 คนในห้องเรียนที่มีสื่อการสอนที่หลากหลาย พบว่า การฝึกพฤติกรรมทางปัญญาสามารถลดพฤติกรรมก้าวร้าวและความโกรธได้

จากงานวิจัยดังกล่าว จึงอาจสรุปได้ว่าการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มและการให้คำปรึกษารายบุคคลสามารถลดพฤติกรรมก้าวร้าวได้ โดยเฉพาะการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มและการให้คำปรึกษารายบุคคลตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริง ที่สามารถเพิ่มพฤติกรรมที่พึงประสงค์และลดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ได้ ดังนั้นในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยจึงมีความสนใจใช้การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มร่วมกับการให้คำปรึกษารายบุคคลตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริง ในการลดความก้าวร้าวของวัยรุ่นโดยสามารถสรุปเป็นกรอบแนวคิดในการวิจัยครั้งนี้ ได้ดังนี้



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย