วารสารพัฒนาการเรียนการสอน มหาวิทยาลัยรังสิต
Journal of Rangsit University: Teaching & Learning
ISSN 2822-1400 (Print)
ISSN 2822-146X (Online)
available online at *jrtl.rsu.ac.th*

ปีที่ 18 ฉบับที่ 1 มกราคม - มิถุนายน 2567
Vol.18 No.1 January - June 2024

การศึกษากระบวนการพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการใช้ความรุนแรงของเด็กวัยรุ่น
A Study of Development Process of Life Skills on Violence Prevention for Adolescents

นววิช นวชีวินมัย*
Nawawit Navachewinmai*

กลุ่มวิชาจิตวิทยาและการแนะแนว คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม
Guidance and Psychology Department, Faculty of Education, Nakhon Pathom Rajabhat University
**Corresponding author, E-mail: nawawit54@gmail.com, โทร. 090-9210333*
วันที่ส่งบทความ 9 กรกฎาคม 2565 วันที่แก้ไขครั้งสุดท้าย 18 กรกฎาคม 2565
วันที่ตอบรับบทความ 22 กรกฎาคม 2565 วันที่เผยแพร่ออนไลน์ 1 กรกฎาคม 2567

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อศึกษาสภาพปัญหาและสาเหตุการถูกกระทำความรุนแรงของเด็กวัยรุ่น 2) เพื่อศึกษากระบวนการพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการใช้ความรุนแรงของเด็กวัยรุ่น กลุ่มเป้าหมายผู้ให้ข้อมูลประกอบด้วย นักจิตวิทยา นักวิชาการด้านเทคโนโลยีและนวัตกรรมการศึกษา นักวิชาการด้านการจัดกิจกรรมการเรียนรู้นักวิชาการผู้มีประสบการณ์การทำงานด้านการจัดการความรุนแรงของเด็กวัยรุ่น ผู้ปกครอง เด็กวัยรุ่น ซึ่งได้มาโดยการเลือกแบบเฉพาะเจาะจงจำนวน 12 คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล คือ แบบสัมภาษณ์แบบกึ่งมีโครงสร้าง โดยดำเนินการในพื้นที่ภาคกลาง ดำเนินการสัมภาษณ์ครั้งละประมาณ 60 นาที แล้วดำเนินการวิเคราะห์เนื้อหา ผลการวิจัยสรุปว่า 1) สภาพปัญหาและสาเหตุการถูกกระทำความรุนแรงของเด็กวัยรุ่นเกิดจากการขาดทักษะการแก้ปัญหา ขาดการรับรู้คุณค่าในตนเอง ขาดการรับรู้คุณค่าในตนเอง รวมถึง ขาดทักษะในการระบายความเครียดและจัดการกับอารมณ์ความรู้สึกในด้านลบ 2) กระบวนการพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการใช้ความรุนแรงของเด็กวัยรุ่น ควรดำเนินการด้วยกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เสริมทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการใช้ความรุนแรง ซึ่งผู้วิจัยมีการพิจารณานำบริบทปัญหาและสาเหตุการถูกกระทำความรุนแรงเพื่อนำไปสู่การพัฒนากระบวนการพัฒนาทักษะชีวิตได้อย่างเหมาะสม โดยองค์ประกอบของทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการใช้ความรุนแรงที่ต้องดำเนินการพัฒนาประกอบด้วย ทักษะการจัดการกับอารมณ์และความเครียด ทักษะการรับรู้คุณค่าของตนเอง ทักษะการแก้ปัญหา และทักษะการปฏิสัมพันธ์และการสร้างเครือข่ายสนับสนุน

คำสำคัญ: *ทักษะชีวิต การป้องกันการใช้ความรุนแรง วัยรุ่น*

Abstract

This research aimed to: 1) study the violence conditions and causes of victimization of violence among adolescents; and 2) study the development process of life skills on violence prevention for adolescents. The informants were psychologists, educational technologists and innovation specialists, learning activities specialists, academicians with experience in violence management of adolescents, parents and adolescents who were selected by purposive sampling. The instrument used was a semi-structured interview about violence conditions and development process of life skills on violence prevention for adolescents. This process was conducted in the central region and the duration of each interview was approximately 60 minutes. Data were analyzed by content analysis. The research results indicated that: 1) the conditions and risk factors of violence victims were namely: lack of problem-solving skill, lack of self-esteem and lack of self-appreciation as well as lack of skill in stress management and management of negative emotions 2) the development process of life skills on violence prevention for adolescents should be operated by group dynamic activities to enhance life skill on violence prevention for adolescents. In addition, the researcher has considered using the information from the contextual conditions of the problem and the causes of violence victims to design the suitable process of life skills development that included four components as follows: emotional and stress management skill, self-esteem recognition skill, problem-solving skill and appropriate relationship building as well as social support building skill.

Keywords: *Life skills, Violence prevention, adolescents*

บทนำ

ความรุนแรง ถือเป็นปัญหาที่เกิดขึ้นอย่างต่อเนื่องกับประเทศไทย โดยเฉพาะเมื่อพิจารณาถึงช่วงวัยรุ่นที่เป็นอนาคตสำคัญของชาติที่จะขับเคลื่อนประเทศ แต่กลับพบว่าวัยรุ่นจำนวนมากต้องตกเป็นผู้ถูกกระทำความรุนแรงหรือเรียกได้ว่าตกเป็นเหยื่ออย่างต่อเนื่อง โดยจากข้อมูลของงานเสวนาหัวข้อ “ BULLYING “ กลั่นแกล้งความรุนแรงที่รอวันปะทุ ที่จัดโดยศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชน (ชาย) บ้านกาญจนาภิเษก มูลนิธิเครือข่ายครอบครัว และเครือข่ายนักกฎหมายเพื่อเด็กและเยาวชน ซึ่งได้รับการสนับสนุนโดยสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ในปี พ.ศ. 2563 ที่ผ่านมาได้มีการเปิดเผยข้อมูลสถิติจากเครือข่ายนักกฎหมายเพื่อเด็กและเยาวชน เรื่อง “การข่มเหงกลั่นแกล้ง ความรุนแรงในสถานศึกษา” ในกลุ่มนักเรียนช่วงอายุ 10 - 15 ปี พบสถิติที่น่าตกใจว่า ร้อยละ 91.79 วัยรุ่นเคยมีประสบการณ์ตกเป็นเหยื่อของการถูกข่มเหงรังแก (สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ, 2563) อีกทั้งข้อมูลจาก เบญจพร ตันตสูติ (2562) ยังได้เปิดเผยถึงข้อมูลการใช้ความรุนแรงจากกรมสุขภาพจิตในปี พ.ศ. 2561 ที่ได้มีการสำรวจข้อมูลสถิติจากโครงการติดตามสภาวการณ์เด็กและเยาวชนเป็นรายจังหวัด พบว่ามีเยาวชนได้รับการกระทำความรุนแรง การข่มเหงรังแกปีละประมาณกว่า 6 แสนราย อีกทั้งในปี พ.ศ.2553 ยังพบอีกว่า ร้อยละ 43 เคยมีประสบการณ์การตกเป็นผู้ถูกกระทำความรุนแรงมาแล้ว

เมื่อกล่าวถึงความรุนแรง มีการให้คำจำกัดความว่าเป็นการแสดงพฤติกรรมที่ล่วงละเมิดสิทธิส่วนบุคคลซึ่งมนุษย์ทุกคนพึงมี อีกทั้งยังเป็นกระทำที่ทำให้บุคคลได้รับความเจ็บปวดไม่สบายทั้งร่างกายและจิตใจโดยเจตนา

และเกิดขึ้นต่อเนื่อง ซึ่งความรุนแรงนั้น ปรากฏได้ทั้งการแสดงออกทางร่างกายในรูปแบบการทำร้ายร่างกาย การทะเลาะวิวาท ต่อยตี รวมถึงปรากฏได้ในการกระทำต่อจิตใจ ทั้งความคิด อารมณ์ ความรู้สึก อีกทั้งยังเกิดได้ผ่านการแสดงพฤติกรรมรุนแรงทางวาจาที่ปรากฏ ทั้งการพูดเยาะเย้ย ดูหมิ่น ข่มขู่ คุกคาม ฯลฯ มุ่งร้ายให้ผู้อื่นเสียหายทางจิตใจ รู้สึกหวาดระแวงไม่ปลอดภัย (ศรัญญา อิชิดะ, 2556) รวมถึงการล้อเลียนปมด้อย การข่มขู่หรือแม้กระทั่งการล่วงละเมิดสิทธิ ตลอดจนเพศสภาพ ซึ่งเมื่อศึกษาถึงผลกระทบจากความรุนแรงข้างต้น พบว่าส่งผลต่อชีวิตวัยรุ่นที่ถือเป็นกำลังหลักที่จะขับเคลื่อนชาติ ทั้งในแง่ส่งผลให้วัยรุ่นผู้ถูกกระทำจะได้รับความเจ็บปวดจนขาดความพร้อมในการศึกษา ผลการเรียนที่ตกต่ำ ไม่อยากไปโรงเรียน การพ้นสภาพจากการศึกษาก่อนวัยอันควร อีกทั้งนำไปสู่ปัญหาในการใช้ชีวิตในสังคมร่วมกับเพื่อน ทั้งในแง่ไม่อยากเข้าสังคม มีปัญหาสันธภาพกับเพื่อน ๆ รวมถึงรู้สึกว่าคุณค่าของตนเองลดลงอย่างมาก (Gordon, 2022) เมื่อความรุนแรงเกิดขึ้นต่อเนื่องยังนำสู่ผลกระทบระยะยาวทั้ง การนำมาซึ่งอารมณ์เครียด ความโกธรแค้น เสี่ยงต่อการแก้ปัญหาตอบโต้ความรุนแรงนั้นด้วยการแสดงความรุนแรงตอบสนองคืน จนกระทั่งกลายเป็นการกระทำที่วนเวียนอยู่ในวงจรของความรุนแรง อาจนำไปสู่เหตุแห่งการกระทำผิดกฎหมาย ก่อเป็นคดีความ มีปัญหาความประพฤติ เกิดปัญหาทางสุขภาพกาย ทั้งป่วย นอนไม่หลับ และปัญหาทางสุขภาพจิต ความเครียด ความวิตกกังวล ภาวะซึมเศร้า ฯลฯ ส่งผลให้วัยรุ่นหลายคนต้องสูญเสียโอกาสในการดำเนินชีวิต (สถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์, 2556)

จากความรุนแรงที่เกิดขึ้นกับวัยรุ่น จะพบว่าเป็นสถานการณ์ที่เกิดขึ้นได้ทุกสถานที่ทุกเวลา ไม่เว้นแม้กระทั่งเมื่อเด็กคนดังกล่าวเติบโตไปเข้าสู่สังคมแห่งการทำงาน ก็ยังมีโอกาสจะประสบกับความรุนแรงในที่ทำงานได้เนื่องด้วยเกิดได้ทั้งการเผชิญหน้ากันซึ่ง ๆ หน้า หรือแม้กระทั่งเกิดขึ้นได้ในโลกออนไลน์ ดังนั้น ความรุนแรงจึงยากมากต่อการแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นให้ครอบคลุมหรือหมดไป จึงกล่าวได้ว่าการทำงานในเชิงป้องกันและส่งเสริมพัฒนาให้วัยรุ่นทุกคนมีทักษะบางประการที่จำเป็นต่อการป้องกันหรือรับมือกับการใช้ความรุนแรงที่เข้ามาปะทะกับตนเองจึงเป็นสิ่งที่จำเป็น โดยจะเป็นความรุนแรงที่เข้ามาในรูปแบบไหนลักษณะไหนก็ตาม ถ้าวัยรุ่นมีทักษะดังกล่าวก็จะสามารถป้องกันและรับมือกับความรุนแรงได้อย่างมีประสิทธิภาพเสมือนภูมิคุ้มกันติดตัวที่ยั่งยืน จึงถือเป็นปัจจัยสำคัญที่สุดในการดำเนินการพัฒนาให้กับวัยรุ่นสามารถเติบโตไปเป็นบุคลากรของประเทศชาติที่สมบูรณ์พร้อมทั้งทางร่างกายและจิตใจ จากข้อมูลดังกล่าว เมื่อต้องพัฒนาทักษะบางประการให้แก่วัยรุ่นเพื่อป้องกันการใช้ความรุนแรงอย่างมีประสิทธิภาพ อีกทั้งผู้ที่มีส่วนในการเลี้ยงดูและพัฒนาวัยรุ่น ก็จำเป็นต้องรู้ถึงรายละเอียดสาเหตุปัจจัยที่ก่อให้เกิดความเสี่ยงที่จะไม่สามารถป้องกันหรือรับมือกับความรุนแรงได้ ซึ่งเกิดขึ้นได้จากหลายปัจจัย โดยเกิดได้จากปัจจัยทั้งการขาดการตระหนักคุณค่าในตนเอง การขาดทักษะการคิดพิจารณาแก้ปัญหาตัดสินใจเลือกแนวทางรวมถึงการแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ อีกทั้งยังหมายรวมถึงการขาดทักษะการสร้างสัมพันธภาพที่เหมาะสม ทักษะการจัดการความขัดแย้ง ซึ่งส่งผลให้ขาดเครือข่ายกัลยาณมิตรที่จะคอยสนับสนุนให้มีความมั่นใจ ทั้งทางร่างกายและจิตใจเมื่อต้องรับมือกับปัญหาที่เกิดขึ้น รวมถึงการขาดทักษะการจัดการอารมณ์ทางลบความเครียดที่เกิดขึ้น การมีสติตระหนักรู้ในตนเอง เมื่อพิจารณาข้อมูลเพิ่มเติมจากประเด็นข้างต้น พบว่าเคลลี่ ฟลานาแกนและคณะ (Flanagan, Vanden Hoek, Shelton, & Kelly, 2013) ได้ระบุถึงปัจจัยที่จำเป็นซึ่งบุคคลต้องเสริมสร้างเพื่อป้องกันการกระทำความรุนแรง ทั้งการใช้การสื่อสารเพื่อโต้ตอบสถานการณ์ขัดแย้งให้ยุติลงอย่างเหมาะสม การแสวงหาและสร้างสัมพันธภาพกับกลุ่มเพื่อน กลุ่มทางสังคมและผู้อาวุโสที่จะเป็นเครือข่ายให้ความช่วยเหลือทั้งทางร่างกายและจิตใจ การคิดพิจารณาและแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ และการจัดการความเครียด อารมณ์ทางลบอย่างเหมาะสม ซึ่งจากข้อมูลดังกล่าวพบว่า มีความสอดคล้องกันอย่างเหมาะสม เมื่อศึกษารายละเอียดความถี่ของช่วงวัยที่มักประสบกับการใช้ความรุนแรง พบว่า อยู่ในช่วงวัยรุ่น โดยระบุเป็นอายุประมาณ 15 - 18 ปี (สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ, 2553) ซึ่งเมื่อพิจารณาในประเด็นการป้องกันปัญหาข้างต้น จึงมีความจำเป็นต้องดำเนินการพัฒนาวัยรุ่นในช่วงก่อนอายุ 15 ปี เพื่อเป็นการเตรียมความพร้อมและป้องกันป้องกันก่อนที่จะเกิดขึ้น ด้วยตามแนวคิดจิตวิทยาพัฒนาการ (Developmental

Psychology) ถือเป็นจุดเริ่มเริ่มต้นแห่งการเข้าสู่ความเป็นผู้ใหญ่ หรือเรียกอีกอย่างว่า วัยแรกรุ่น ซึ่งอยู่ในช่วงอายุประมาณ 12 - 15 ปี (ศรีเรือน แก้วกังวาล, 2553) โดยยังมีการให้ข้อมูลเพิ่มเติมถึงลักษณะของวัยแรกรุ่นจาก เอมี่ มอริน (Morin, 2019) ว่าช่วงวัยดังกล่าว เป็นวัยที่คาบเกี่ยวกับช่วงพัฒนาการที่สำคัญแห่งชีวิตซึ่งเรียกอย่างเป็นทางการว่า วัยแรกรุ่น (Tween) ที่อยู่ในช่วงอายุประมาณ 10 – 12 ปี ซึ่งถือเป็นช่วงวิกฤตสำคัญของมนุษย์อีกช่วงหนึ่ง โดยระบุว่าเป็นช่วงที่ เด็กจะพ้นจากความเป็นเด็กเล็ก ๆ แล้ว แต่ก็ยังไม่ได้เป็นวัยรุ่นอย่างเต็มตัว เป็นช่วงที่เด็กจำเป็นต้องได้รับการพัฒนาเสริมสร้างเอกลักษณ์ที่ดีแห่งตนในการพลเมืองที่สมบูรณ์เพื่อใช้ชีวิตทั้งในแง่ส่วนตัวและอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคม อีกทั้งยังสอดคล้องกับ ขั้นพัฒนาการทางสังคมของ อิริคสัน (Erikson) อ้างถึงใน เชอร์รี่ (Cherry, 2020) ที่กล่าวว่าเมื่อมนุษย์เข้าสู่ช่วงอายุ 12 ปี เป็นช่วงวัยที่จำเป็นต้องพัฒนาเพื่อแสวงหาเอกลักษณ์แห่งตน (Identity) ที่สร้างสรรค์ ซึ่งควรเป็นเอกลักษณ์ที่มีความเหมาะสมในการอยู่ร่วมกับผู้อื่น เนื่องด้วยเอกลักษณ์ดังกล่าวจะส่งผลถึงพฤติกรรมที่บุคคลนั้นจะแสดงออกในการดำเนินชีวิตส่วนตัวและการปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นในสังคมต่อยอดไปเป็นผู้ใหญ่ตลอดช่วงอายุของเขา ดังนั้น จึงกล่าวได้ว่าเป็นช่วงอายุที่สำคัญที่ควรให้การส่งเสริมทักษะที่สำคัญในการอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมที่เหมาะสมตามบริบทของป้องกันการใช้ความรุนแรง และสมควรอย่างยิ่งที่จะดำเนินการกับเด็กวัยรุ่นในช่วงวัยแรกรุ่น ช่วงอายุ 11 - 15 ปี ที่ถือว่ามีศักยภาพเต็มเปี่ยมด้วยความพร้อม สามารถคิดพิจารณาเรียนรู้แนวทางการปฏิบัติตนที่ดีได้ อีกทั้งเป็นช่วงสำคัญสำหรับเตรียมความพร้อมให้สามารถรับมือกับความเปลี่ยนแปลงทั้งทางร่างกายและจิตใจ เพื่อเป็นสมาชิกที่ดีทั้งในการชีวิตส่วนตัวและการใช้ชีวิตในสังคม โดยรับมือกับสถานการณ์รุนแรงที่ผลักดันให้เกิดปัญหาขึ้นในการดำเนินชีวิตอย่างสร้างสรรค์

เมื่อพิจารณาถึงทักษะที่มีความจำเป็นต่อการป้องกันการใช้ความรุนแรง พบว่ามีความสอดคล้องกับองค์ประกอบของทักษะชีวิต (Life skills) ซึ่งถือเป็นความสามารถของบุคคลที่จะจัดการกับปัญหาต่าง ๆ ของตนเองในสภาพสังคมปัจจุบัน และเป็นทักษะที่ช่วยเตรียมพร้อมสำหรับการปรับตัวภายใต้ความเปลี่ยนแปลงเมื่อมีสถานการณ์ที่รุนแรงเข้ามากระทบตนเอง และสามารถจัดการตนเองไปในทิศทางที่สร้างสรรค์เหมาะสมได้ (World Health Organization, 2010) ซึ่งองค์ประกอบของทักษะชีวิตนั้นมีการศึกษาวิจัยอย่างกว้างขวาง มีการบูรณาการนำไปใช้กับการแก้ปัญหา การพัฒนาตนเองในบริบทที่หลากหลาย รวมถึงมีการแบ่งองค์ประกอบของทักษะชีวิตอย่างหลากหลายตามบริบทการศึกษา วิจัย และพัฒนาซึ่งยึดโยงกับตัวแปรที่ผู้วิจัยตั้งใจจะศึกษาในครั้งนั้น ๆ โดยในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยตั้งใจ ศึกษาทักษะที่ใช้เพื่อป้องกันการใช้ความรุนแรง ซึ่งจากการศึกษาเอกสารในเบื้องต้น มีการตั้งสมมติฐานว่ามีความสอดคล้องกับทักษะชีวิต ประกอบกับสถานการณ์ปัญหาข้างต้นพบว่า สถานศึกษาหรือบุคคลที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาเด็กวัยรุ่น จำเป็นต้องมีข้อมูลที่ชัดเจนเกี่ยวกับแนวทางที่เหมาะสมเพื่อนำไปสู่การประยุกต์ใช้ในการศึกษาและพัฒนาผู้เรียนในลักษณะต่อยอดให้มีทักษะในการป้องกันการใช้ความรุนแรง ดังนั้น การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยจึงดำเนินการวิจัยในเชิงป้องกันการใช้ความรุนแรง ตามบริบทของผู้ถูกกระทำความรุนแรง (Victim) ด้วยการศึกษากระบวนการพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการใช้ความรุนแรงของเด็กวัยรุ่น เพื่อเป็นแนวทางเบื้องต้นสู่การศึกษาและพัฒนาทักษะที่เป็นเสมือนภูมิคุ้มกันให้แก่เด็กวัยรุ่นที่จะเติบโตเป็นผู้ใหญ่ท่ามกลางสภาพการณ์ที่หลากหลายในวันหน้าอย่างยั่งยืน

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาสภาพปัญหาและสาเหตุการถูกกระทำความรุนแรงของเด็กวัยรุ่น
2. เพื่อศึกษากระบวนการพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการใช้ความรุนแรงของเด็กวัยรุ่น

ขอบเขตการวิจัย

กลุ่มเป้าหมายที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ นักจิตวิทยา นักวิชาการด้านเทคโนโลยีและนวัตกรรมการศึกษา นักวิชาการด้านการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ นักวิชาการผู้มีประสบการณ์การทำงานด้านการจัดการความรุนแรงของเด็กวัยรุ่น ผู้ปกครอง และเด็กวัยรุ่นที่ศึกษาในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น จำนวน 12 คน โดยเป็นกลุ่ม

เป้าหมายที่อยู่ในพื้นที่ภาคกลาง มีรายละเอียดและเกณฑ์การคัดเลือก ดังต่อไปนี้

ผู้ให้ข้อมูลหลักกลุ่มที่ 1 นักจิตวิทยา จำนวน 2 คน ที่ชำนาญการให้คำปรึกษาและการจัดกิจกรรมแนะแนว ที่มีประสบการณ์ทำงานกับบริบทความรุนแรงของวัยรุ่น อย่างน้อย 5 ปี

ผู้ให้ข้อมูลหลักกลุ่มที่ 2 นักวิชาการด้านเทคโนโลยีและนวัตกรรมการศึกษา จำนวน 2 คน ที่มีประสบการณ์ผลิตพัฒนาสื่อการศึกษาที่เกี่ยวข้องกับการป้องกันความรุนแรง อย่างน้อย 5 ปี

ผู้ให้ข้อมูลหลักกลุ่มที่ 3 นักวิชาการด้านการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ จำนวน 2 คน ที่มีประสบการณ์การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ให้กับวัยรุ่น อย่างน้อย 5 ปี

ผู้ให้ข้อมูลหลักกลุ่มที่ 4 นักวิชาการผู้มีประสบการณ์การทำงานด้านการจัดการความรุนแรงของเด็กวัยรุ่น จำนวน 2 คน ที่มีประสบการณ์การทำงานกับการเสริมสร้างและฟื้นฟูวัยรุ่นที่ถูกกระทำความรุนแรง อย่างน้อย 5 ปี

ผู้ให้ข้อมูลหลักกลุ่มที่ 5 ผู้ปกครอง จำนวน 2 คน ที่มีบุตรหลานอยู่ในช่วงวัยรุ่น และอาศัยอยู่ร่วมกับวัยรุ่นอย่างน้อย 5 ปี

ผู้ให้ข้อมูลหลักกลุ่มที่ 6 เด็กวัยรุ่น จำนวน 2 คน ที่ศึกษาในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น อยู่ในช่วงวัยรุ่นตอนต้น ผู้มีประสบการณ์เผชิญกับความรุนแรง

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยใช้รูปแบบการวิจัยเชิงสำรวจ (survey research) โดยมีวิธีดำเนินการวิจัยตามขั้นตอนดังนี้

1. การออกแบบและพัฒนาเครื่องมือเพื่อเก็บข้อมูล โดยเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบสัมภาษณ์แบบกึ่งมีโครงสร้าง (Semi-Structured Interview) ผู้วิจัยมีลำดับขั้นในการสร้าง ดังนี้

1.1 ผู้วิจัยศึกษาเอกสารที่เกี่ยวข้องกับสภาพปัญหา สาเหตุการถูกกระทำความรุนแรงของเด็กวัยรุ่น รวมถึงศึกษากระบวนการพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการใช้ความรุนแรงของเด็กวัยรุ่น เพื่อนำไปสู่การกำหนดประเด็นการสัมภาษณ์และการตั้งจุดมุ่งหมายแนวทางในการสร้างแบบสัมภาษณ์

1.2 ผู้วิจัยนำแนวคิด ทฤษฎี ข้อค้นพบต่าง ๆ ที่มีความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ในการศึกษาครั้งนี้ ได้แก่ สภาพปัญหาและสาเหตุการถูกกระทำความรุนแรงของเด็กวัยรุ่น และ กระบวนการพัฒนาการทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการใช้ความรุนแรงของเด็กวัยรุ่น มากำหนดเป็นรหัสข้อมูลแบบนิรนัย (Deductive Coding)

1.3 ผู้วิจัยให้ความหมายของรหัส (Coding) เพื่อนำรหัสไปใช้กำหนดเป็นตัวแทนของข้อมูลที่ได้ทำการสัมภาษณ์ ผ่านการกำหนดนิยามความหมายด้วยการลงรหัสข้อมูล จากนั้นผู้วิจัยนำรหัสที่ได้มากำหนดรวบรวมกันเป็นลักษณะของกลุ่มข้อมูล (Category) ตามความหมายที่เชื่อมโยงกัน

1.4 นิยามให้ความหมายของสภาพปัญหา สาเหตุการถูกกระทำความรุนแรงของเด็กวัยรุ่น รวมถึงศึกษากระบวนการพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการใช้ความรุนแรงของเด็กวัยรุ่นที่จะทำการสัมภาษณ์ โดยแยกเป็นรายละเอียดที่จะนำไปสู่การสร้างเป็นข้อกระทงคำถามที่จะทำการสัมภาษณ์

1.5 สร้างเป็นแบบสัมภาษณ์ โดยร่างข้อคำถามที่จะสัมภาษณ์ แบ่งเป็น สภาพปัญหาและสาเหตุการถูกกระทำความรุนแรงของเด็กวัยรุ่น และกระบวนการพัฒนาการทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการใช้ความรุนแรงของเด็กวัยรุ่น

1.6 นำแบบสัมภาษณ์ ที่สร้างขึ้นเสนอผู้ทรงคุณวุฒิ/ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 5 คน เพื่อตรวจสอบความสอดคล้องของแบบสัมภาษณ์ ด้านความเที่ยงตรงของเนื้อหา (Content Validity) ความชัดเจน ความถูกต้องเหมาะสมของภาษาที่ใช้ด้วยดัชนีความสอดคล้อง (Index of Item Objective Congruence: IOC) พบว่ามีค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) อยู่ระหว่าง 0.80 – 1.00 ถือว่าใช้ได้

1.7 นำผลการประเมินจากผู้ทรงคุณวุฒิ/ผู้เชี่ยวชาญมาปรับปรุงแก้ไข เพื่อนำไปใช้ดำเนินการสัมภาษณ์กับกลุ่มเป้าหมาย

2. การคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างในการสัมภาษณ์ โดยการสุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive sampling) โดยผู้วิจัยมีการศึกษาข้อมูลผู้ที่มีความเกี่ยวข้องและสามารถเป็นผู้ให้ข้อมูลที่มีเหมาะสมตามบริบทของงานวิจัย

3. การดำเนินการสัมภาษณ์ จัดเตรียมอุปกรณ์ ประสานงาน และติดต่อนัดหมายผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องเพื่อดำเนินการเก็บข้อมูล โดยผู้วิจัยเป็นผู้เก็บข้อมูลด้วยตนเองซึ่งจะใช้เวลาในการสัมภาษณ์ประมาณ 60 นาที

4. การตรวจสอบข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์ ด้วยการตรวจสอบความน่าเชื่อถือของข้อมูลด้วยวิธีการตรวจสอบสามเส้าด้านข้อมูล (Data Triangulation) ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้จากการดำเนินการระหว่างการสัมภาษณ์ด้วยการค้นหาและพิจารณาข้อมูลที่แตกต่างจากการสัมภาษณ์ของกลุ่มตัวอย่าง โดยผู้วิจัยไม่นำความคิดเห็นของตนเองมาปะปนกับการบันทึกหรือตรวจสอบข้อมูล โดยผู้วิจัยมุ่งเน้นการตรวจสอบข้อมูลจากผู้ให้ข้อมูลมากกว่าหนึ่งคนส่งผลให้ได้ข้อมูลที่มีความหลากหลาย รวมถึงผู้วิจัยยังเก็บรวบรวมข้อมูลกับกลุ่มตัวอย่างในช่วงเวลาที่แตกต่างกัน จากนั้นจึงนำข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์มาทำการวิเคราะห์ข้อมูลต่อไป

5. การวิเคราะห์ข้อมูล ด้วยการวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) ซึ่งมีการดำเนินการ ดังนี้

5.1 การจัดระเบียบข้อมูล ด้วยการวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากการการสัมภาษณ์ นำมาแตกรายละเอียดของสภาพปัญหาและสาเหตุการถูกกระทำความรุนแรงของเด็กวัยรุ่น ตลอดจนกระบวนการพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการใช้ความรุนแรงของวัยรุ่นที่ปรากฏอยู่ในข้อมูลแต่ละส่วน เพื่อคัดแยกจัดสรรข้อมูลออกเป็นประเด็นให้เกิดความชัดเจน

5.2 ผู้วิจัยทำการปรับปรุงรหัสและคำอธิบายของรหัสระหว่างการสัมภาษณ์และหลังจากการสัมภาษณ์กับกลุ่มอย่าง

5.3 ผู้วิจัยพิจารณาข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์ ด้วยการให้คำบรรยายสำหรับประเด็นต่าง ๆ และทำการคัดเลือกคำพูด (Quotation) เฉพาะข้อมูลที่มีความสอดคล้อง เกี่ยวข้องวัตถุประสงค์ในการศึกษาและรหัสที่ได้ทำการกำหนดไว้

5.4 ผู้วิจัยทำการกำจัดข้อมูล ด้วยการสรุปเชื่อมโยงรหัสข้อมูลที่เกี่ยวข้องเข้าด้วยกัน ทำให้ข้อมูลที่ได้ทำการวิเคราะห์ถูกลดทอน ให้เหลือเฉพาะประเด็นที่มีความสำคัญเกี่ยวข้อง มีความกระชับ

5.5 การตรวจสอบคุณภาพของข้อมูลจากการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยใช้การตรวจสอบข้อมูลแบบสามเส้าด้านทฤษฎี (Theory Triangulation) แล้วจึงดำเนินการสร้างบทสรุป

6. ผู้วิจัยนำผลจากกาวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากการศึกษาเอกสารที่เกี่ยวข้องและการสัมภาษณ์มาใช้ในการเขียนนิยามศัพท์เฉพาะและองค์ประกอบของการพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการใช้ความรุนแรงของเด็กวัยรุ่น

7. ผู้วิจัยพิจารณาเลือกกระบวนการพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการใช้ความรุนแรงของเด็กวัยรุ่น เป็นกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เสริมทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการใช้ความรุนแรงของเด็กวัยรุ่น ที่ประกอบด้วย 5 องค์ประกอบ ได้แก่ ทักษะการจัดการกับอารมณ์และความเครียด ทักษะการรับรู้คุณค่าของตนเอง ทักษะการแก้ปัญหา และทักษะการปฏิสัมพันธ์กับสร้างเครือข่ายสนับสนุน

8. ผู้วิจัยนำกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เสริมทักษะทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการใช้ความรุนแรงของเด็กวัยรุ่นให้ผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 ท่าน ประเมินความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) เพื่อดำเนินการตรวจสอบและพิจารณาความถูกต้องของความสอดคลองทั้งในด้านเนื้อหา แนวคิด ทฤษฎี เทคนิค วัตถุประสงค์ วิธีการกระบวนการดำเนินการพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการใช้ความรุนแรง แล้วจึงนำมาหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC)

9. ผู้วิจัยนำผลการประเมินจากผู้ทรงคุณวุฒิตลอดจนข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิ ไปปรับปรุงแก้ไขและพัฒนาเป็นกระบวนการพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการใช้ความรุนแรงของเด็กวัยรุ่นในรูปแบบของกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์

ผลการวิจัย

เมื่อได้ประเด็นหลักแล้วนำข้อมูลมาสังเคราะห์ตามกรอบแนวคิด แบ่งเป็นประเด็น ดังนี้

1. สภาพปัญหาและสาเหตุการถูกกระทำความรุนแรงของเด็กวัยรุ่น

1.1 สถานการณ์การใช้ความรุนแรงของวัยรุ่นในสถานศึกษา

การใช้ความรุนแรงที่เกิดขึ้นกับวัยรุ่น เป็นการแสดงผ่านการกระทำ การสื่อสาร หรือแม้กระทั่งการแสดงออกทางสังคม ให้วัยรุ่นผู้ถูกกระทำนั้นได้รับความเจ็บปวดทั้งทางร่างกาย ซึ่งหมายถึงการกระทบ กระเทือนร่างกายทำให้เกิดความเจ็บปวด เกิดร่องรอย บาดแผลต่าง ๆ เช่น การชกต่อย ทุบตี ฯลฯ อีกทั้งยังรวมถึงได้รับความเจ็บปวดทางจิตใจ ซึ่งหมายถึงอารมณ์ความรู้สึกที่แย่ ความคิดต่อตนเองในแง่ลบรับรู้ว่าตัวเองด้อยลง รวมถึงความคิดต่อผู้อื่นและเหตุการณ์ปัญหา ส่งผลให้เกิดความเครียด ความหวาดกลัว มีความสามารถในการแก้ปัญหาต่ำลงหรือบางคนก็หนีปัญหาในลักษณะที่ไม่กล้าเผชิญหรือจัดการกับปัญหาความรุนแรงที่เกิดขึ้นในแง่ใดแง่หนึ่ง ซึ่ง ณ ปัจจุบันความรุนแรงเกิดขึ้นได้หลายสถานการณ์ หลายช่วงเวลา ทั้งการถูกกระทำระหว่างอยู่ในสถานศึกษา ถูกกระทำเมื่ออยู่ที่บ้าน ถูกกระทำเมื่อกำลังใช้งานอินเทอร์เน็ต จากเรื่องราวของผู้ให้ข้อมูล

ผู้ให้ข้อมูลหลักกลุ่มที่ 6 *“หลายครั้งเพื่อนก็มีเรื่องกัน มาจากการยั่วยุทั้งการมองหน้า มองแรง หรือมันก็มีเหตุการณ์ที่เรารู้ว่าเพื่อนคนนี้มันไม่ค่อยชอบเรา แล้วมันก็ กดปุ่มว้าว หรือ ปุ่มหัวเราะ (ปุ่มแสดงใบหน้าความรู้สึก) ใน facebook ของเรา เราก็ตีความได้ว่ามันน่าจะหาเรื่องเรา พอมาโรงเรียนก็มาต่อยอดมีเรื่องตบตีกันในชีวิตจริง ด่าว่ากระทบกัน หาเรื่องล้อปมด้อยกันได้เลย”*

ผู้ให้ข้อมูลหลักกลุ่มที่ 3 *“การชกต่อยทะเลาะวิวาทก็ยังมีอยู่เหมือนเดิม หลายครั้งเกิดจากการไม่ให้เกียรติกัน ต้องการประกาศศักดากันว่าตนเองอยู่เหนือกว่า ต้องการสร้างตัวตนของตนเองให้รอบข้างยอมรับ จะได้ป้องกันตนเองไปในตัวด้วย”*

ผู้ให้ข้อมูลหลักกลุ่มที่ 4 “การแสดงความรุนแรงต่อกัน หลายครั้งเกิดจากการรู้จักกัน กลุ่มนี้ไม่ถูกกับกลุ่มนี้ เป็นอริกัน รุกรานกัน ข่มขู่กัน ตรงนี้กลุ่มนี้นั่งอยู่ไม่มีสิทธิ์เดินผ่าน อย่างเด็กผู้หญิงคนหนึ่งมีปัญหากับผู้หญิงอีกคนหนึ่งก็ไปฟ้องแฟนตัวเอง แล้วอีกฝ่ายก็ไปฟ้องพี่ชาย กลายเป็นเกิดความรุนแรงที่ฝ่ายชายทั้งแฟนและพี่ชายก็เข้ามามีเรื่องทะเลาะวิวาทกันไปด้วย ฝ่ายหนึ่งก็หาพวกมาเพิ่มเรื่อย ๆ อีกฝ่ายก็หาพวกมาเพิ่มเรื่อย ๆ”

ผู้ให้ข้อมูลหลักกลุ่มที่ 1 *“เป้าของความรุนแรง การคุกคาม การรังแกกัน บางทีชอบเกิดกับคนที่มีความแตกต่างไม่เหมือนคนอื่นในสังคมส่วนใหญ่ ก็เลยเริ่มล้อกัน พูดบ้าง ตั้งฉายาบ้าง ล้อเลียนบ้าง ไม่ให้ทำกิจกรรมบ้าง เวลามีประเด็นอะไรที่ไม่ดีก็โยนให้เพื่อนคนนี้บ้าง คนโดนก็แสดงออกแหละว่ารู้สึกแย่ หงอ ๆ แต่ทำอะไรมากไม่ได้ เพราะ อีกฝ่ายมีพวกมาก เป็นกลุ่มใหญ่ ทีนี้พอคนส่วนใหญ่หรือสังคมส่วนใหญ่ในชั้นเรียนมันมีค่านิยมล้อเลียนปมด้อยกันแบบนี้ ก็กลายเป็นมาตรฐานไม่มีใครกล้าแหกมาตรฐานนี้ หลายคนก็ร่วมกันล้อไปด้วย”*

จากข้อมูลข้างต้น จะพบว่า สถานการณ์ความรุนแรงนั้นเกิดขึ้นกับเด็กวัยรุ่น ทั้งการกระทำ ทั้งการสื่อสาร ทั้งการแสดงออกทางสังคม ซึ่งจะพบว่า ณ ปัจจุบันความรุนแรงนั้นเกิดขึ้นได้ทุกที่ ทุกเวลา เนื่องจากสามารถเกิดได้ทั้งการเผชิญหน้ากันตรง ๆ หรือแม้กระทั่งเผชิญกันในอินเทอร์เน็ต ซ้ำร้าย ณ ปัจจุบันชีวิตของเราล้วนต้องผูกกับการใช้งานอินเทอร์เน็ตอยู่เกือบตลอดเวลา อีกทั้งจะพบว่าความรุนแรงในแต่ละรูปแบบนั้นมีความสัมพันธ์กัน เมื่อเกิดความรุนแรงในรูปแบบหนึ่ง อาจเชื่อมโยงไปสู่การแสดงความรุนแรงในรูปแบบอื่น ๆ ต่อไป จึงกล่าวได้ว่าการแก้ปัญหาความรุนแรงไม่ให้ผู้กระทำใช้ความรุนแรงอาจเป็นเรื่องยาก

1.2 สาเหตุการถูกกระทำความรุนแรงของเด็กวัยรุ่น

สาเหตุที่ก่อให้เกิดความรุนแรงของเด็กวัยรุ่น ประกอบด้วยรายละเอียดต่าง ๆ ทั้งบริบทที่วัยรุ่นมีความต้องการมีเกียรติมีคุณค่า ความต้องการศักดิ์ศรี ความต้องการการยอมรับจากเพื่อน โดยเฉพาะกับกลุ่มเพื่อนที่มีการนิยมใช้ความรุนแรงอยู่แล้ว การแสดงความรุนแรงก่อน ตลอดจนกลุ่มที่มองการใช้ความรุนแรงแก้ปัญหาและสร้างชื่อเสียงให้ตนหรือกลุ่มเป็นแนวปฏิบัติ แม้กระทั่งการแสดงความรุนแรงเพื่อการโต้ตอบ การขู่เตือนการป้องกันตนเอง หรือในกรณีที่มีความต้องการไม่ตรงกันก็เกิดเป็นความขัดแย้งจนกระทั่งมีการใช้ความรุนแรงเพื่อแก้ปัญหาทั้งในแง่การระบายอารมณ์การเอาชนะ จึงจะกล่าวได้ว่าหลายครั้งความรุนแรงอาจเกิดจากการที่บุคคลมีความต้องการไม่ตรงกันนำไปสู่การเกิดความขัดแย้งที่เป็นอีกปัจจัยนำไปสู่ความรุนแรง

ผู้ให้ข้อมูลหลักกลุ่มที่ 1 *“วัยรุ่น พอเข้าสู่ช่วงวัยนี้ ก็คล้ายคนโตในบางส่วนมีร่างกายที่พร้อม มีสมองดี มีแรง มีกำลัง ต้องการพิสูจน์ตัวเองต้องการการยอมรับว่าเจ๋ง ต้องการมีชีวิตที่มันมีความสุข แต่หลายครั้งยังขาดทักษะบางอย่างที่ต้องฝึก มันไม่ได้มาพร้อมอายุที่โตขึ้น คือ อยากให้เขารู้จักการแก้ปัญหาที่มันสร้างสรรค์ ไม่ใช่ว่าเขามาตีเรา เราไปตีเขากลับแล้วปัญหามันจะจบไหม? มันไม่น่าใช่การจัดการกับปัญหาที่ยั่งยืน ตัววัยรุ่นเองก็จะได้ผลเสียจากการเลือกใช้วิธีการที่เป็นความรุนแรงด้วย”*

จากข้อมูลข้างต้น จะพบว่า ความขัดแย้ง ความต้องการการยอมรับจากกลุ่มสังคม ความต้องการที่ไม่ตรงกัน ปัญหาต่าง ๆ ที่มาขัดใจวัยรุ่นเป็นธรรมชาติของชีวิตที่ไม่สามารถระงับให้หมดไปได้ แต่ประเด็นสำคัญคือ วัยรุ่นนั้นเมื่อเปิดปัญหาข้างต้นมัดเลือกใช้ความรุนแรงซึ่งเป็นวิธีการที่ไม่เหมาะสม จึงสามารถกล่าวได้ว่าสาเหตุสำคัญประการหนึ่งของการถูกกระทำความรุนแรงของเด็กวัยรุ่น คือ การขาดทักษะการแก้ปัญหา

อีกทั้งในกรณีบุคคลที่ตกอยู่ในสถานการณ์ถูกกระทำความรุนแรงมักมุ่งเน้นการรับรู้เพียงลักษณะความแตกต่างที่ตนเองมีซึ่งจะยิ่งถูกขับดันจากการถูกกระทำ เช่น การถูกล้อเลียนปมด้อยในทุก ๆ วัน จนกระทั่งเกิดเป็นการขาดการรับรู้คุณค่าในตนเอง

ผู้ให้ข้อมูลหลักกลุ่มที่ 3 *“หลายครั้งเราจะเห็นเด็กที่ถูกรังแก ถูกกระทำ ไม่กล้าทำกิจกรรมอะไร ไม่กล้าแสดงความโดดเด่นของตนเอง เพราะ กลัวจะยิ่งไปสะกิดใจความหมั่นไส้ให้กับคนที่เขาจะเข้ามารังแกตนเอง ซึ่งมันยิ่งเหมือนเป็นการซ้ำร้าย ทำให้เด็กยิ่งจมกับความทุกข์ว่าตัวเองไม่มีความสามารถ ไม่มีคุณค่า และจริง ๆ มันยิ่งทำให้ตนเองมีโอกาสมีเพื่อนน้อยลง และโดนกระทำมากขึ้น”*

จากข้อมูลข้างต้น จึงกล่าวได้ว่าการขาดการเห็นคุณค่าในตนเอง หรือ การขาดการรับรู้คุณค่าของตนเอง ถือเป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งผลให้บุคคลยิ่งเสี่ยงต่อการตกเป็นเป้าหมายของการถูกกระทำความรุนแรง อีกทั้งยังส่งผลต่อการดำเนินชีวิต การทำกิจกรรมต่าง ๆ ให้ประสบความสำเร็จที่เป็นเหตุนำมาซึ่งการได้รับการยอมรับและการได้รับเครือข่ายเพื่อนที่จะมาช่วยสนับสนุนป้องกันความรุนแรง ตลอดจน การขาดซึ่งคุณลักษณะข้างต้นยังส่งผลเมื่อบุคคลถูกกระทำการใช้ความรุนแรงบุคคลดังกล่าวจะขาดซึ่งสิ่งยึดเหนี่ยวทำให้การรับรู้คุณค่าตนเองต่ำลง การรับรู้สถานะของตนเองต่ำลง ตามธรรมชาติของผู้ถูกกระทำความรุนแรงที่มักจะรับรู้สถานะของตนเองว่าต่ำกว่าผู้ที่กระทำตนเอง

รวมถึงประเด็นการคบเพื่อนการปฏิสัมพันธ์กับเพื่อน ในกรณีของผู้ถูกกระทำความรุนแรงอย่างต่อเนื่องมักเป็นผู้ที่ขาดการสนับสนุนทางสังคม ขาดเพื่อนที่เป็นเหมือนกัลยาณมิตร เป็นเครือข่ายที่จะคอยช่วยเหลือซึ่งยิ่งทำให้เสี่ยงต่อการถูกกระทำความรุนแรง อีกทั้งยังมีแนวโน้มที่เมื่อถูกกระทำแล้วจะทำให้บุคคลนั้นไม่มีเพื่อนคู่คิดในการช่วยแก้ปัญหาหรือช่วยสนับสนุนทางอารมณ์ความรู้สึก คอยปลอบใจ คอยให้กำลังใจ ตลอดจนการที่บุคคลขาดการรับรู้คุณค่าในตนเองหรือไม่ได้กิจกรรมอะไรที่ทำแล้วเก่ง หรือ ไม่ได้มีกิจกรรมสร้างสรรค์อะไรที่ทำเป็นทีมร่วมกันกับเพื่อน ยังจะส่งผลให้บุคคลขาดการยอมรับจากสังคมรอบข้างหรือขาดซึ่งกลุ่มเพื่อนที่ได้มาจากการทำกิจกรรมเดียวกัน ที่ธรรมชาติของกิจกรรมที่ทำเป็นทีมงานย่อมมีเป้าหมายเดียวกันซึ่งรวมใจให้คนในทีมเสมือนเพื่อนร่วมอุดมการณ์ซึ่งกันและกัน ดังนั้นจึงเป็นสิ่งที่สอดรับกับการที่ทำให้บุคคลขาดเพื่อนหรือขาด

เครือข่ายสนับสนุน ย่อมมีความเสี่ยงในการถูกกระทำความรุนแรง

อีกทั้งปัจจัยเกี่ยวกับเรื่องของการควบคุมอารมณ์ หลายครั้งความรุนแรงเกิดขึ้นเมื่อวัยรุ่นมีปฏิสัมพันธ์ต่อกัน อย่างเช่นกันเล่นกันหยอกล้อแต่เมื่อเล่นแล้วเกิดความเจ็บปวด ความไม่พอใจ หลายครั้งฝ่ายกระทำก็ขาดสติ ขาดการควบคุมอารมณ์ นำไปการแก้ปัญหาด้วยความรุนแรง รวมถึงฝ่ายผู้ถูกกระทำ เมื่อถูกกระทำแล้วเจ็บตัว เจ็บใจก็ขาดสติ ถูกอารมณ์และความคิดทางลบครอบงำ ทำให้ไม่มีความพร้อมในการแก้ปัญหาอย่างเหมาะสม

ผู้ให้ข้อมูลหลักกลุ่มที่ 1 *“ธรรมชาติของมนุษย์ เมื่อถูกกระทำความรุนแรงหรือเจอกับปัญหา แล้วนำมาซึ่งอารมณ์ทางด้านลบ มีความเครียดสูง จะพบว่าความสามารถในการใช้ความคิดพิจารณาปัญหา ใช้เหตุผลแก้ปัญหาจะทำได้ยากขึ้น อีกทั้งยังทำให้บุคคลนั้นมองปัญหาที่เผชิญอยู่ใหญ่ ๆ ขึ้นไปเรื่อย ๆ ดังนั้น การจัดการกับอารมณ์ การระบายอารมณ์อย่างเหมาะสม การคลายเครียดให้คนที่มีปัญหาในเบื้องต้นก่อน เพื่อให้คนมีสติมีความพร้อมแก้ปัญหาจึงเป็นสิ่งสำคัญ”*

จากข้อความข้างต้นจึงเห็นได้ว่าการขาดทักษะในการระบายความเครียด การจัดการกับอารมณ์ความรู้สึกในด้านลบของตนเองที่แล่นเข้ามา ณ ขณะถูกกระทำความรุนแรงหรือหลังจากการถูกกระทำความรุนแรง ย่อมส่งผลเสียต่อผู้ถูกกระทำความรุนแรง

2. กระบวนการพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการใช้ความรุนแรงของเด็กวัยรุ่น

จากประเด็นสภาพปัญหาของการใช้ความรุนแรงที่เกิดขึ้น รวมถึงสาเหตุการถูกกระทำความรุนแรงของเด็กวัยรุ่น ผู้ถูกกระทำจึงควรมีทักษะชีวิตที่ผู้วิจัยทำการศึกษาเอกสารพบว่ามีผลต่อการป้องกันการใช้ความรุนแรง และได้มีการสัมภาษณ์ขอข้อมูลเพื่อศึกษาความเห็นและความจำเป็นของทักษะชีวิตกับการป้องกันการใช้ความรุนแรง รวมถึงรายละเอียดของแนวทางการป้องกันการใช้ความรุนแรง โดยแนวทางการป้องกันการใช้ความรุนแรง ควรมีแนวทางในการป้องกันกันการใช้ความรุนแรงของวัยรุ่นที่จะถูกกระทำความรุนแรง ตามรายละเอียดดังต่อไปนี้

2.1 องค์ประกอบของทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการใช้ความรุนแรงของเด็กวัยรุ่น

จากการที่บุคคลมีความต้องการต่างกัน ย่อมเพิ่มโอกาสการนำไปสู่ความขัดแย้งและแก้ปัญหาด้วยวิธีการที่เกี่ยวข้องความรุนแรง หลายครั้งวัยรุ่นควรทักษะการปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น ในลักษณะที่ไวต่อการรับรู้ต่อสถานการณ์ รวมถึงความต้องการ ตลอดจนลักษณะของผู้อื่น ซึ่งจะนำไปสู่ความสามารถในการแสดงการตอบโต้ได้เหมาะสม

ผู้ให้ข้อมูลหลักกลุ่มที่ 4 *“วัยรุ่นต้องรู้จักสื่อสารอย่างเหมาะสม ว่าเราเจอคนแบบนี้เราควรจะสื่อสารกับเขายังไง เราไม่จำเป็นต้องไปแสดงตัวตน ความคิดของเราต่ออีกฝ่ายเสมอไป เช่น มีคนมาตบหัวเรา เราสามารถพิจารณาได้ว่าเขาต้องการหยอกล้อเรา เขาเห็นเราไม่ว่าอะไร ก็รู้ว่าทำได้สะดวก เราสามารถรับได้ ก็เลยทำต่อเนื่อง เมื่อเห็นลักษณะของคนเช่นนี้ เราก็ต้องรู้จักแสดงออกตอบโต้ ว่าเราไม่ชอบ”*

ผู้ให้ข้อมูลหลักกลุ่มที่ 1 *“การสร้างสัมพันธภาพให้เป็นเครือข่ายที่ช่วยสนับสนุนซึ่งกันและกัน เชื่อว่าจะช่วยลดโอกาสเสี่ยงที่เด็กจะมีโอกาสถูกกระทำความรุนแรง โดยครู อาจารย์ หรือผู้ปกครอง ควรพิจารณาว่าวัยรุ่นมีความชื่นชอบกิจกรรมอะไร หรือ ทำกิจกรรมอะไรได้ดี เพื่อเปิดโอกาสให้วัยรุ่นได้ทำกิจกรรมที่สร้างสรรค์ไม่ผิดศีลธรรม แต่สอดคล้องกับที่พวกเขาสนใจ จะได้มีโอกาสได้ปฏิสัมพันธ์กับเพื่อน ซึ่งจะนำไปสู่การมีเพื่อนที่จะช่วยดูแลซึ่งกันและกัน แล้วก็จะได้เป็นที่ยอมรับของเพื่อน ๆ ด้วย”*

จากข้อความข้างต้นจะเห็นได้ว่า การที่วัยรุ่นมีทักษะการปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นจะเอื้อให้เกิดการป้องกันการใช้ความรุนแรงได้ เนื่องจากการปฏิสัมพันธ์ที่สอดรับกันระหว่างบุคคลย่อมทำให้เกิดสัมพันธภาพที่เหมาะสม เมื่อเกิดสัมพันธภาพที่เหมาะสมย่อมสามารถหลีกเลี่ยงการเกิดความรุนแรงได้ อีกทั้งการปฏิสัมพันธ์

กับผู้อื่นอย่างเหมาะสมผ่านกิจกรรมต่าง ๆ เพื่อสร้างเป็นเครือข่ายกลุ่มเพื่อนที่ได้ปฏิสัมพันธ์ทำงานต่าง ๆ ร่วมกัน ยังช่วยให้เกิดให้บุคคลได้สร้างเครือข่ายสนับสนุนทางสังคมที่จะช่วยเป็นเสมือนเป็นเกราะคุ้มกันทั้งทางร่างกายและจิตใจให้กับวัยรุ่น

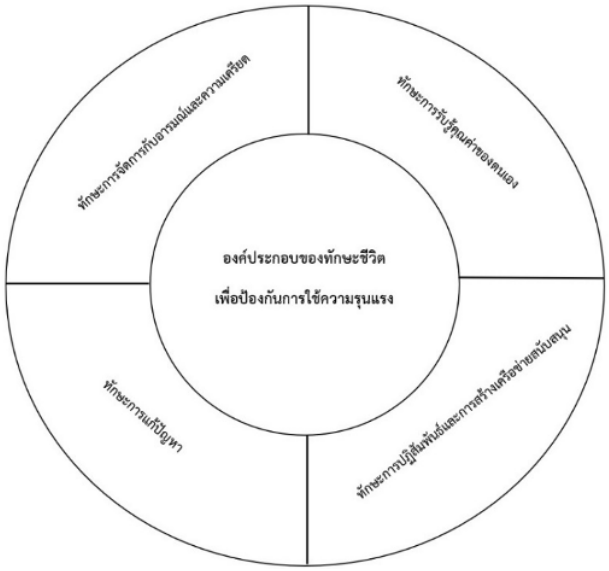
อีกทั้งองค์ประกอบของทักษะชีวิตเพื่อการป้องกันการใช้ความรุนแรงยังประกอบด้วย ทักษะการรับรู้คุณค่าของตนเอง ที่วัยรุ่นต้องมีการรับรู้พิจารณาถึงข้อดีและประโยชน์ของตนเอง เพื่อปฏิบัติควบคู่ไปกับการสำรวจและเลือกปฏิบัติกิจกรรมที่ตนเองสนใจหรือมีความสามารถ โดยวัยรุ่นต้องรู้จักนำคุณค่าของตัวเองไปทำกิจกรรมต่าง ๆ เพื่อหาเพื่อนใหม่ ๆ หรือเพื่อนกลุ่มที่มีความสนใจตรงกัน จะเป็นส่วนสำคัญในการทำให้วัยรุ่นรู้ว่าตนเองไม่ต่ำต้อยด้อยค่า รวมถึงช่วยให้มีเพื่อน มีเครือข่าย มีแรงสนับสนุนทางสังคมที่จะช่วยเหลือเวลาถูกกระทำความรุนแรง ซึ่งพบได้จากเรื่องราวของผู้ให้ข้อมูล อีกทั้งการที่วัยรุ่นรับรู้คุณค่าของตนเอง ยังเป็นเสมือนเครื่องยึดเหนี่ยวสำคัญให้ชีวิตของวัยรุ่นมีความหมาย เมื่อต้องเผชิญกับความรุนแรงซึ่งจะส่งผลให้วัยรุ่นได้รับความเจ็บปวดจนรู้สึกว่าตนเองด้อยค่า หรืออาจรับรู้สถานะของตนเองต่ำกว่าความเป็นจริง การที่บุคคลเห็นคุณค่าของตนเองจึงเป็นเสมือนเครื่องยึดเหนี่ยวให้ไม่คล้อยไปตามความรุนแรงที่ส่งผลทำให้เกิดอารมณ์และความคิดในแง่ลบที่มีทั้งต่อตนเองและต่อการเผชิญกับปัญหา

การรับมือกับปัญหาความรุนแรงยังต้องอาศัยปัจจัยของการแก้ปัญหา ทั้งการกล้าที่จะเผชิญกับปัญหา สามารถระบุปัญหาได้ว่าปัญหาที่ทำให้ไม่สบายใจคืออะไรรวมถึงสาเหตุของปัญหา รวมถึงสามารถหาแนวทางและพิจารณาแนวทางการแก้ปัญหาที่หลากหลายตรงประเด็นภายใต้การใช้เหตุผล ไม่ก่อให้เกิดความรุนแรงต่อไปไม่สิ้นสุด ซึ่งพบได้จากเรื่องราวของผู้ให้ข้อมูล

ผู้ให้ข้อมูลหลักกลุ่มที่ 2 *“เมื่อมีปัญหาวัยรุ่นก็ควรต้องเผชิญมัน ต้องรู้จักว่าปัญหาคืออะไร แก้ปัญหาให้ตรงจุด ต้องรู้จักเรียกร้องสิทธิ์ของตนเอง แล้ววิธีการแก้ปัญหาของแต่ละคน อย่างนักเรียนที่โดนใช้ความรุนแรงโดนกลั่นแกล้งแล้วใช้วิธีการเก็บกั้น หรือหนีไปเรื่อย ๆ ปัญหาไม่จบ หรือแม้กระทั่งวันหนึ่งทนไม่ไหวแล้ว ก็อาจจะสายเกินไป ดังนั้นควรจะหาวิธีการแก้ปัญหา บางคนอาจเลือกปรึกษาเพื่อน เครือข่ายสนับสนุนจากครู ซึ่งต่อให้ปัญหาจะถูกขจัดไปไม่หมด แต่ก็จะค่อย ๆ ถูกขจัดไป หรือแม้กระทั่งถ้าเราเลือกพูดออกไปว่าเราถูกทำร้าย อาจจะไม่มีได้มีคนฟังหรือช่วยเราทุกคน แต่ก็มีโอกาสสูงที่จะมีคนรับฟังและช่วยเหลือ”*

จากข้อมูลข้างต้น พบว่า ทักษะการแก้ปัญหายังเป็นอีกปัจจัยสำคัญที่ทำให้บุคคลสามารถเผชิญปัญหาความรุนแรงได้อย่างมีประสิทธิภาพ มีการแก้ปัญหาอย่างเป็นขั้นตอน แก้ปัญหาได้ตรงประเด็นกับสิ่งที่ทำให้ตนเองไม่สบายใจ สามารถระบุถึงสาเหตุได้ สามารถแก้ปัญหาอย่างมีเหตุมีผล ตลอดจนสามารถตัดสินใจเลือกแนวทางการแก้ปัญหา การดำเนินชีวิต และมีแนวโน้มที่จะรับผิดชอบต่อการตัดสินใจแก้ปัญหานั้นได้อย่างเหมาะสม

จากข้อดังกล่าวสามารถสรุปเป็นแผนภูมิองค์ประกอบของทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการใช้ความรุนแรงของเด็กวัยรุ่น ได้ดังนี้



รูปที่ 1 แสดงองค์ประกอบของทักษะชีวิตเพื่อการป้องกันการใช้ความรุนแรง

จากข้อมูลข้างต้น สามารถสรุปองค์ประกอบของทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการใช้ความรุนแรง ได้แก่ ทักษะการจัดการกับอารมณ์และความเครียด ทักษะการรับรู้คุณค่าของตนเอง ทักษะการแก้ปัญหา และทักษะการปฏิสัมพันธ์และการสร้างเครือข่ายสนับสนุน

2.2 ลักษณะของกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เสริมทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการใช้ความรุนแรง

ลักษณะของกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์และสื่อที่มีประสิทธิภาพเพื่อป้องกันการใช้ความรุนแรงของวัยรุ่น แบ่งได้ ดังต่อไปนี้

2.2.1 เนื่องจากการเสริมทักษะที่จำเป็นในการป้องกันการใช้ความรุนแรงมีความจำเป็นที่บุคคลต้องสามารถนำไปปฏิบัติ ตอบโต้กับสถานการณ์ความรุนแรงที่เกิดขึ้นได้จริง กระบวนการในการพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการใช้ความรุนแรงจึงจำเป็นต้องมีลักษณะเป็นกิจกรรมให้วัยรุ่นได้มีประสบการณ์ที่จะลงมือปฏิบัติจริง ซึ่งจะนำมาสู่การมีทักษะที่จำเป็นต่อการป้องกันการใช้ความรุนแรงที่สามารถประยุกต์ใช้ในสถานการณ์จริง

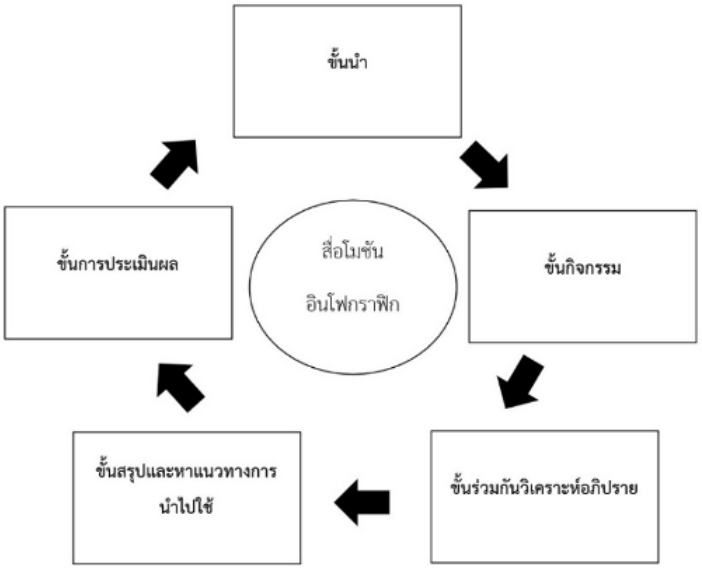
2.2.2 เนื่องจากแนวทางการป้องกันการใช้ความรุนแรงของวัยรุ่นมีบริบทที่เกี่ยวข้องกับการปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น ดังนั้น กิจกรรมและสื่อที่ใช้ในการเสริมสร้างทักษะที่จำเป็น จึงควรมีลักษณะที่ให้วัยรุ่นได้มีการปฏิสัมพันธ์กันมากกว่าหนึ่งคนเพื่อเป็นการจำลองและเพิ่มความชำนาญในการสื่อสารปฏิสัมพันธ์ในสถานการณ์จริง

2.2.3 เนื่องจากวัยรุ่นในยุคปัจจุบันเป็นยุคที่วัยรุ่นมีความพร้อมทั้งทางร่างกายทางจิตใจและสภาพแวดล้อมที่จะรับสื่อดิจิทัลรวมถึงสื่อโมชั่นอินโฟกราฟฟิกอีกทั้งการรับรู้ของวัยรุ่นยุคใหม่มีการตอบสนองต่อสื่อที่มีการนำเสนอที่เร้าความสนใจมีแสง สี เสียง ครบถ้วนอีกทั้งสามารถตอบสนองต่อสื่อที่มีลักษณะเป็นการสรุปความชัดเจน ดังนั้นสื่อที่ใช้ในการพัฒนาทักษะที่จำเป็นในการป้องกันการใช้ความรุนแรงจึงควรมีการบูรณาการสื่อโมชั่นอินโฟกราฟฟิกหรือสื่อแอนิเมชั่นที่มีการนำเสนอตัวละครที่ออกแบบมาอย่างเหมาะสมตามความสนใจของวัยรุ่น มีแสง สี เสียงที่เร้าความสนใจ มีการนำเสนอเนื้อหาที่กระชับชัดเจนไม่เปลืองเวลาเอื้อต่อการทำความเข้าใจ

2.2.4 เนื่องจากคุณลักษณะที่จำเป็นจะต้องส่งเสริมให้กับวัยรุ่นเป็นเรื่องของการส่งเสริมทักษะการแก้ปัญหา การค้นหาคุณค่าของตนเอง กิจกรรมและสื่อจึงควรมีการส่งเสริมให้วัยรุ่นได้มีการคิดวิเคราะห์ทั้งปัญหาที่เกิดขึ้นและการคิดวิเคราะห์สำรวจตนเอง เนื่องจากวัยรุ่นถือเป็นวัยที่มีความพร้อมของศักยภาพสมองที่จะฝึกการคิดวิเคราะห์เพียงแต่ยังขาดการส่งเสริมดังนั้นกิจกรรมและสื่อควรส่งเสริมให้วัยรุ่นมีการคิดควบคู่ไปกับการเสริมสร้างทักษะที่จำเป็นในการป้องกันการใช้ความรุนแรง

ข้อสรุป

จากการพิจารณาข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์ทั้งในเรื่องของสภาพปัญหาที่ระบุว่าการใช้ความรุนแรงเกิดขึ้นได้ในวงกว้างดังนั้นจึงมีการดำเนินการในการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการใช้ความรุนแรงให้แก่เด็กวัยรุ่นในบริบทของผู้ถูกกระทำ เพื่อเป็นการสร้างภูมิคุ้มกันในการดำรงชีวิตอยู่ในสังคมท่ามกลางสถานการณ์ความรุนแรง โดยจากการวิเคราะห์สาเหตุและทักษะที่มีความจำเป็นรวมถึงแนวทางที่มีความจำเป็นต่อการป้องกันการใช้ความรุนแรงพบว่าวัยรุ่นควรมีทักษะการตระหนักรู้และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น การคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจ และแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ การจัดการกับอารมณ์และความเครียดและการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น โดยดำเนินการเสริมสร้างผ่านการจัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ที่เปิดโอกาสให้วัยรุ่นได้มีประสบการณ์ฝึกทักษะที่จำเป็น มีการปฏิสัมพันธ์ซึ่งกันและกันและมีการฝึกทักษะความคิดวิเคราะห์ทั้งตนเองและสภาพปัญหาที่เกิดขึ้นอย่างเหมาะสม อีกทั้งมีการนำสื่อโมชั่นอินโฟกราฟฟิกมาเอื้อให้เกิดการเรียนรู้และสร้างแรงจูงใจในการร่วมกิจกรรมได้อย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้นซึ่งสื่อมีลักษณะนำเสนอตัวละครที่ออกแบบมาอย่างเหมาะสมตามความสนใจของวัยรุ่น มีแสง สี เสียงที่เร้าความสนใจ มีการนำเสนอเนื้อหาที่กระชับชัดเจน



รูปที่ 2 แสดงกระบวนการของกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เสริมทักษะชีวิตเพื่อการป้องกันการใช้ความรุนแรง

จากข้อมูลข้างต้น แสดงให้เห็นว่ากระบวนการของกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เสริมทักษะชีวิตเพื่อการป้องกันการใช้ความรุนแรง ประกอบไปด้วย 5 ขั้นตอน ได้แก่

1) ขั้นนำ คือ การเตรียมความพร้อมให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมทั้งในแง่ของการปูพื้นฐานความรู้ การสร้างบรรยากาศที่เอื้อต่อการเรียนรู้ให้มีความเหมาะสมต่อเนื้อหาของกิจกรรมที่จะตามมา

2) ขั้นกิจกรรม คือ การมอบหมาย การกระตุ้น การเอื้ออำนวยให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้ลงมือปฏิบัติกิจกรรมอย่างใดอย่างหนึ่ง เพื่อให้ผู้ร่วมกิจกรรมได้รับประสบการณ์ตรง ที่สามารถนำมาวิเคราะห์อภิปรายได้ภายหลัง

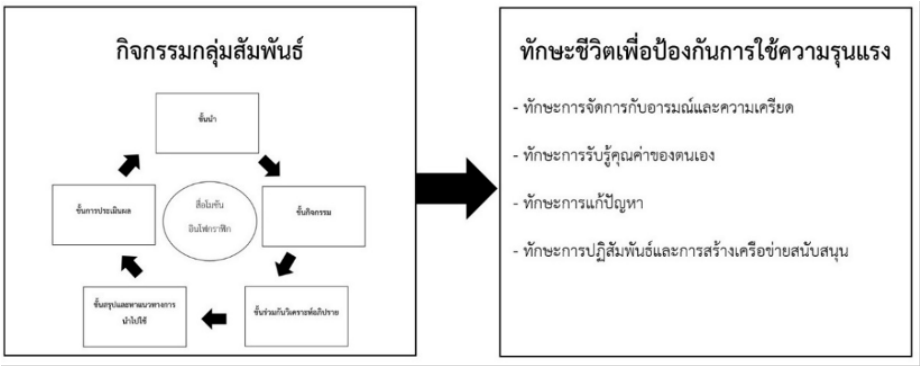
3) ขั้นอภิปราย คือ การที่ให้ผู้เรียนได้มีโอกาสแสดงความรู้สึก ความคิดเห็นของตนเองหลังจากเข้าร่วมกิจกรรมแล้ว โดยผู้จัดกิจกรรมต้องทำหน้าที่เป็นผู้อำนวยการประเด็นในการแลกเปลี่ยนให้เป็นไปได้อย่างเหมาะสม ให้ผู้ร่วมกิจกรรมได้วิเคราะห์และอภิปรายพฤติกรรมต่าง ๆ ร่วมกันอย่างราบรื่น จนกระทั่งเกิดการเรียนรู้ตามจุดประสงค์ที่ตั้งไว้

4) ขั้นประยุกต์ใช้และสรุป คือ ผู้จัดกิจกรรมกระตุ้นให้ผู้เข้าร่วมคิดถึงการนำสิ่งที่ได้เรียนรู้ไปประยุกต์ใช้อย่างไรในสถานการณ์จริง แล้วจึงนำข้อมูลที่ได้ผ่านการคิดมาสรุปถึงการเรียนรู้ทั้งหมดที่เกิดขึ้น

5) ขั้นประเมินผล คือ ขั้นที่จะตรวจสอบว่าการจัดกิจกรรมบรรลุตามจุดประสงค์หรือไม่ จึงจำเป็นต้องประเมินให้สอดคล้องกับจุดประสงค์ในทุก ๆ ข้อ และการกำหนดจุดประสงค์ก็ควรให้ครอบคลุมทั้ง 2 ด้าน คือ ด้านเนื้อหาวิชา และ ด้านกระบวนการกลุ่มหรือกลุ่มสัมพันธ์

โดยการดำเนินการ สามารถใช้สื่อโมชันอินโฟกราฟิก เป็นตัวนำพาเนื้อหากระบวนการที่ช่วยเอื้อให้เกิดการเรียนรู้ไปสู่วัยรุ่นผู้เข้าร่วมกระบวนการกิจกรรมสามารถเรียนรู้และมีประสบการณ์ในการพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการใช้ความรุนแรงได้อย่างมีประสิทธิภาพ

จากการสรุปกระบวนการของกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เสริมทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการใช้ความรุนแรงของวัยรุ่น สามารถจัดทำเป็นแผนภูมิได้ ดังนี้



รูปที่ 3 แสดงความสัมพันธ์ของกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เสริมทักษะชีวิตเพื่อการป้องกันการใช้ความรุนแรง

จากการข้อมูลข้างต้นจะเห็นได้ว่าถึงกระบวนของกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์กับองค์ประกอบของทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการใช้ความรุนแรง ซึ่งในการดำเนินการตามกระบวนการพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการใช้ความรุนแรงของวัยรุ่นด้วยกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ จำเป็นต้องมีการพิจารณาบูรณาการทฤษฎีทางจิตวิทยาเข้ามาเพื่อเป็นตัวกำหนดทิศทางของเนื้อหาและการออกแบบการดำเนินกิจกรรม โดยมีการบูรณาการทฤษฎี แนวคิด เทคนิคทางจิตวิทยา ได้แก่ ทฤษฎีจิตวิทยาแบบพิจารณา ความคิดและพฤติกรรม (Cognitive Behavior Therapy) ทฤษฎีจิตบำบัดแนวความหมายในชีวิต (Logotherapy) ทฤษฎีจิตวิทยาแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม (Rational Emotive Behavior Therapy) ทฤษฎีจิตวิทยาการให้คำปรึกษา แบบ โซลูชั่น-โฟกัส (Solution-Focused Brief Therapy: SFBT) ทฤษฎีจิตวิทยาการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง (Reality Therapy) ทฤษฎีจิตวิทยาให้คำปรึกษาแบบพิจารณาทางเลือก (Choice Therapy) แนวคิดในการทำให้จิตใจของผู้ที่ได้รับการกระทบกระเทือนทางจิตใจมีความมั่นคงขึ้น (Stabilization Techniques) และ เทคนิคการตั้งสติด้วยการฝึกหายใจ เพื่อใช้ในการพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการใช้ความรุนแรงของวัยรุ่น

3. ผลการประเมินความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา

จากผลการประเมิน แล้วนำมาวิเคราะห์ค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) ของกระบวนการพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการใช้ความรุนแรงด้วยกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ทั้ง ด้านวัตถุประสงค์ ด้านเนื้อหา ขั้นตอนการดำเนินการด้านการเลือกใช้ทฤษฎีแนวคิดเทคนิค และด้านการเลือกสื่อวัสดุอุปกรณ์ จากการประเมินตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาของผู้ทรงคุณวุฒิ พบว่ามีค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) อยู่ระหว่าง 0.80 – 1.00 แสดงว่ากระบวนการพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการใช้ความรุนแรงด้วยกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์มีความเหมาะสมและสอดคล้องกับนิยามศัพท์ที่กำหนดไว้

อภิปรายผล

จากการวิจัยสามารถอภิปรายผลได้ ดังต่อไปนี้

1. สภาพปัญหาและสาเหตุการถูกกระทำความรุนแรงของเด็กวัยรุ่น

จากความมุ่งหมายของการวิจัยข้อที่ 1 ผลจาก การศึกษามีการอภิปรายผลประเด็นสำคัญ ดังต่อไปนี้

การขาดทักษะการแก้ปัญหา ตามข้อมูลที่ระบุว่าวัยรุ่นนั้นเป็นวัยที่มีความต้องการมีเกียรติมีคุณค่าความต้องการศักดิ์ศรี ความต้องการการยอมรับจากเพื่อน โดยเฉพาะกับกลุ่มเพื่อนที่มีการนิยมใช้ความรุนแรงอยู่แล้ว การแสดงความรุนแรงก่อน ตลอดจนกลุ่มที่มองการใช้ความรุนแรงเพื่อปัญหาและสร้างชื่อเสียงให้ตนหรือกลุ่มเป็นแนวปฏิบัติ แม้กระทั่งการแสดงความรุนแรงเพื่อการโต้ตอบ การขู่เตือน การป้องกันตนเอง หรือในกรณีที่มีความต้องการไม่ตรงกันก็เกิดเป็นความขัดแย้งจนกระทั่งมีการใช้ความรุนแรงเพื่อแก้ปัญหาทั้งในแง่การระบายอารมณ์การเอาชนะ จึงกล่าวได้ว่าหลายครั้งความรุนแรงอาจเกิดจากการที่บุคคลมีความต้องการไม่ตรงกันนำไปสู่การเกิดความขัดแย้งที่เป็นอีกปัจจัยนำไปสู่ความรุนแรง ซึ่งเมื่อพิจารณาถึงความต้องการต่าง ๆ ที่ไม่ตรงกันนั้นล้วนเป็นธรรมชาติของมนุษย์ภายใต้ความหลากหลาย ที่ไม่สามารถระงับให้หมดไปได้ แต่ประเด็นสำคัญ คือ เมื่อวัยรุ่นเกิดนั้นวัยรุ่นจำเป็นต้องรู้จัดการแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ ที่ทำให้ความขัดแย้งนั้นคลี่คลายพร้อมทั้งตนเองสามารถบรรลุเป้าหมายของตน โดยต้องไม่เลือกใช้วิธีการแก้ปัญหาด้วยความรุนแรงซึ่งถือเป็นวิธีการที่ไม่เหมาะสม ซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎีพัฒนาการทางสติปัญญา โดย ฌอง พีอาเจต์ (Piaget's Cognitive Developmental theory by Jean Piaget) ที่กล่าวว่าการคิดแก้ปัญหา คือ ทักษะที่ใช้ความสามารถทางสมองที่มีความสำคัญต่อการขจัดสภาวะความคับข้องใจต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น โดยแสดงออกมาในลักษณะปรับเปลี่ยน แก้ไข พัฒนาตนเองและสิ่งแวดล้อมรอบตัว ให้เกิดความสมดุล มุ่งหมายเพื่อให้ร่างกาย ภาวะจิตใจของตนเองกลับเข้าสู่สภาวะสมดุลตามที่ตนเองคาดหวัง ซึ่งการที่บุคคล จะพัฒนาทักษะการคิดแก้ปัญหาที่ดี ต้องอาศัยประสบการณ์ในการเสริมสร้างฝึกฝนให้เกิดเป็นทักษะการแก้ปัญหา อีกทั้งเมื่อพิจารณาถึงขั้นพัฒนาการทางสติปัญญาของวัยรุ่นในช่วงประมาณ 11 ปีขึ้นไป ที่เรียกว่า ขั้นปฏิบัติการความคิดเชิงนามธรรม (formal operational stage) ที่ระบุว่า ศักยภาพของสมองที่เป็นพื้นฐานของการคิดมีความพร้อม ถือเป็นวัยที่มีการเติบโตอย่างเต็มที่เทียบเท่าผู้ใหญ่ (สุรางค์ โค้วตระกูล, 2559) สามารถฝึกการคิดในเชิงวิทยาศาสตร์ ผ่านการตั้งสมมติฐาน การคิดวิเคราะห์ หาข้อมูลประกอบคิดหาวิธีการแก้ปัญหา จนกระทั่งนำไปสู่การทดลองปฏิบัติ เพื่อติดตามปรับปรุงผล แต่ความพร้อมเหล่านั้นจำเป็นต้องได้รับการส่งเสริมฝึกปฏิบัติให้วัยรุ่นจนกระทั่งเกิดเป็นทักษะการคิดแก้ปัญหา จึงสามารถกล่าวได้ว่าวัยรุ่นนั้นเป็นวัยที่แม้จะมีความพร้อมแต่ก็ยังมีโอกาสขาดทักษะการคิดแก้ปัญหาที่เหมาะสม ในกรณีที่ไม่ได้มีการส่งเสริมเป็นพิเศษ ซึ่งก็เป็นพื้นฐานสำคัญในการจัดการปัญหาต่าง ๆ อย่างเหมาะสม อีกทั้งยังพบว่าสอดคล้องกับงานวิจัยของ Brande, Baillien, Elst, De Witte, Van den Broeck, and Godderis (2017) ที่ได้ศึกษาประเด็นการข่มเหงรังแกในสถานที่ทำงาน: บทบาทของกลยุทธ์ของเผชิญปัญหาเพื่อเผชิญกับการความตึงเครียดจากการถูกกระทำ (Exposure to Workplace Bullying: The Role of Coping Strategies in Dealing with Work Stressors) ที่ได้ทำการศึกษาปัจจัยที่กระตุ้นให้เกิดการข่มเหงรังแกในที่ทำงาน ซึ่งพบว่าปัจจัยหนึ่งมีความเกี่ยวข้อง

กับกลยุทธ์ในการจัดการกับปัญหาทั้งการแก้ปัญหาและการจัดการที่อารมณ์ (problem and emotion-focused coping strategies)

การขาดการรับรู้คุณค่าในตนเอง ตามข้อมูลที่ระบุว่าธรรมชาติของคนมีลักษณะแตกต่าง หลายครั้งอาจเป็นลักษณะที่เป็นการขาดหรือความบกพร่อง ความไม่สมบูรณ์ เสี่ยงต่อการเป็นเป้าของการถูกกระทำความรุนแรง ซึ่งเมื่อพิจารณาแล้วจะเห็นได้ว่าธรรมชาติของมนุษย์ทุกคนมีความหลากหลาย แต่กลับพบว่าบุคคลที่ตกอยู่ในสถานการณ์ถูกกระทำความรุนแรงมักมุ่งเน้นการรับรู้เพียงลักษณะความแตกต่างที่ตนเองมีซึ่งจะยิ่งถูกขับดันจากการถูกกระทำ เช่น การถูกล้อเลียนปมด้อยในทุก ๆ วัน จนกระทั่งเกิดเป็นการขาดการรับรู้คุณค่าในตนเอง จึงกล่าวได้ว่าการขาดการเห็นคุณค่าในตนเอง หรือ การขาดการรับรู้คุณค่าของตนเอง ถือเป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งผลให้บุคคลยิ่งเสี่ยงต่อการตกเป็นเป้าหมายของการถูกกระทำความรุนแรง ประกอบกับการขาดเพื่อนที่เป็นเหมือนกัลยาณมิตร เป็นเครือข่ายที่จะคอยช่วยเหลือการคบเพื่อนการปฏิสัมพันธ์กับเพื่อน ถือเป็นปัจจัยหนึ่งที่ทำให้ผู้ถูกกระทำต้องตกเป็นผู้กระทำอย่างต่อเนื่อง จากสาเหตุที่ขาดการสนับสนุนทางสังคม ขาดเพื่อนที่เป็นเหมือนกัลยาณมิตร เป็นเครือข่ายที่จะคอยช่วยเหลือซึ่งยิ่งทำให้เสี่ยงต่อการถูกกระทำความรุนแรง อีกทั้งยังมีแนวโน้มที่เมื่อถูกกระทำแล้วจะทำให้บุคคลนั้นไม่มีเพื่อนคู่คิดในการช่วยแก้ปัญหาหรือช่วยสนับสนุนทางอารมณ์ความรู้สึก ซึ่งสอดคล้องกับ และอีกสาเหตุหนึ่ง คือ การขาดทักษะในการระบายความเครียด การจัดการกับอารมณ์ความรู้สึกในด้านลบของตนเองซึ่งจากข้อมูลระบุว่าการถูกกระทำความรุนแรงส่งผลให้ได้รับความเจ็บปวดทางร่างกายและจิตใจ นำมาซึ่งการขาดสติ ถูกอารมณ์และความคิดทางลบครอบงำ ทำให้ไม่มีความพร้อมในการแก้ปัญหาอย่างเหมาะสม ซึ่งจากทั้งสามสาเหตุนั้นมีความสอดคล้องกับ การศึกษาของ Suparp, Boonyathan, Kittipichai, and Chamroonsawasdi (2010) ที่ได้ทำการศึกษาคะแนนเฉลี่ยขององค์ประกอบทักษะชีวิต และ ระดับพฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรง ข่มเหงรังแกที่ลดลง รวมถึงระดับการแสดงพฤติกรรมตอบสนองที่เหมาะสมต่อสถานการณ์นั้น ๆ ที่เพิ่มขึ้น จากการเข้าร่วมโครงการพัฒนาทักษะชีวิต ซึ่งทำการศึกษากับโรงเรียนขยายโอกาสในจังหวัดสมุทรสาคร โดยศึกษากับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ซึ่งมีองค์ประกอบของทักษะชีวิตที่มีความสอดคล้องอย่าง การรับรู้ถึงความภาคภูมิใจ/คุณค่าในตนเอง การตระหนักรู้ในตนเอง การให้ความเห็นอกเห็นใจเข้าใจผู้อื่น การเผชิญหน้าและจัดการกับอารมณ์ด้านลบ ทักษะการแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ รวมถึงทักษะการปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น ซึ่งจากการศึกษาดังกล่าวจะเห็นได้ว่าประเด็นข้างต้นมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรงอาจส่งผลให้เมื่อบุคคลขาดซึ่งองค์ประกอบของทักษะข้างต้นย่อมนำไปสู่การถูกกระทำจนตกเป็นเหยื่อของความรุนแรง อีกทั้งยังสอดคล้องกับงายวิจัยของ Folayan, Oginni, Arowolo, and Tantawi (2020) ที่ได้ศึกษาความสอดคล้องและความสัมพันธ์ของประสบการณ์ของเหยื่อผู้ถูกกระทำการกลั่นแกล้ง กับมีเห็นคุณค่าในตนเอง ความหยุ่นตัวที่สามารถจัดการอารมณ์ทางลบการพิจารณาปัญหาการรับมือกับปัญหา การได้รับการสนับสนุนทางสังคมของเด็กนักเรียนไนจีเรีย (Internal consistency and correlation of the adverse childhood experiences, bully victimization, self-esteem, resilience, and social support scales in Nigerian children)

2. กระบวนการพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการใช้ความรุนแรงของเด็กวัยรุ่น

จากความมุ่งหมายของการวิจัยข้อที่ 2 ผลจาก การศึกษามีการอภิปรายผลประเด็นสำคัญดังต่อไปนี้

ทักษะการจัดการกับอารมณ์และความเครียด ที่ระบุว่าเป็นทักษะที่มุ่งเน้นให้วัยรุ่นสามารถลดระดับความรู้สึกในง่ลบ การลดระดับความเครียด การตั้งสติของตนเองให้มีอารมณ์ที่เสถียรมั่นคงมากขึ้นพร้อมที่จะแก้ปัญหา ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของซาพูน่า และ โวเก้ (Sapouna and Wolke, 2013) ได้ศึกษาอิทธิพลของความหยุ่นตัว (Resilience) ที่มีต่อผู้ถูกกระทำการข่มเหงรังแก ที่ระบุว่าเมื่อบุคคลเจอกับการข่มเหงรังแก การช่วยให้บุคคลสามารถประคับประคองอารมณ์ มีสติดำเนินกิจวัตรต่าง ๆ ต่อไปได้นั้นถือเป็นปัจจัยสำคัญให้

บุคคลรับมือกับความรุนแรงที่เข้ามาได้ ซึ่งศึกษาทั้งในบริบททั้งของรายบุคคล ครอบครัว และสังคมรอบข้าง โดยศึกษากับกลุ่มตัวอย่างวัยรุ่นจำนวน 3,136 คน ในช่วงอายุ 13 – 14 ปีที่เคยถูกกระทำการข่มเหงรังแก จนกระทั่งมีปัญหาทางสุขภาพจิต เมื่อนิยามถึงความหยุ่นตัวในงานวิจัยนี้กล่าวได้ว่า คือ การตั้งสติด้วยการพิจารณาเหตุการณ์ต่าง ๆ ด้วยการใช้ความคิดหาเหตุผลพิจารณา การปรับความคิดและทัศนคติของตนเองในทางบวกเพื่อให้มีความมั่นคงทางอารมณ์มากขึ้น การตระหนักถึงคุณค่าของตนเองเพื่อประคับจิตใจจากการถูกข่มเหงรังแก จนทำให้สภาพจิตใจตกต่ำให้สามารถทนทานต่อสภาพปัญหาและฟื้นตัวกลับมาได้

ทักษะการรับรู้คุณค่าของตนเอง ที่ระบุเป็นทักษะที่ช่วยให้เกิดการรับรู้พิจารณาถึงข้อดีและประโยชน์ของตนเอง เพื่อปฏิบัติควบคู่ไปกับการสำรวจและเลือกปฏิบัติกิจกรรมที่ตนเองสนใจหรือมีความสามารถ โดยวัยรุ่นต้องรู้จักนำคุณค่าของตัวเองไปทำกิจกรรมต่าง ๆ เพื่อหาเพื่อนใหม่ ๆ หรือเพื่อนกลุ่มที่มีความสนใจตรงกัน จะเป็นส่วนสำคัญในการทำให้วัยรุ่นรู้ว่าตนเองไม่ต่ำต้อยด้อยค่า รวมถึงช่วยให้มีเพื่อน มีเครือข่าย มีแรงสนับสนุนทางสังคมที่จะช่วยเหลือเวลาถูกกระทำความรุนแรง อีกทั้งยังเป็นเสมือนเครื่องยึดเหนี่ยวสำคัญให้ชีวิตของวัยรุ่นมีความหมาย เมื่อต้องเผชิญกับความรุนแรงซึ่งจะส่งผลให้วัยรุ่นได้รับความเจ็บปวดจนรู้สึกว่าตนเองด้อยค่า หรืออาจรับรู้สถานะของตนเองต่ำกว่าความเป็นจริง การที่บุคคลเห็นคุณค่าของตนเองจึงเป็นเสมือนเครื่องยึดเหนี่ยวให้ไม่คล้อยไปตามความรุนแรงที่ส่งผลทำให้เกิดอารมณ์และความคิดในแง่ลบที่มีทั้งต่อตนเองและต่อการเผชิญกับปัญหา ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ พัชราภรณ์ ศรีสวัสดิ์, พัชราภรณ์ ศรีสวัสดิ์, วิไลลักษณ์ ลังกา, กัมปนาท บริบูรณ์, และ ครรชิต แสนอุบล (2561) ได้ดำเนินการวิจัยในการพัฒนารูปแบบการป้องกันการข่มเหงรังแกในโรงเรียน โดยมีการทดลองใช้การให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อป้องกันการถูกข่มเหงรังแกกับกลุ่มนักเรียนที่ถูกข่มเหงรังแกพบว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ก่อนและหลังการให้คำปรึกษากลุ่มมีการถูกข่มเหงรังแกลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ ระดับ .05 แสดงให้เห็นว่าการให้คำปรึกษากลุ่มทำให้นักเรียนมีการถูกข่มเหงรังแกลดลง โดยผู้วิจัยมีได้ทำการเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเอง (Self-Esteem) เพื่อเสริมสร้างการป้องกันตนเองจากการถูกข่มเหงรังแกให้กับนักเรียนกลุ่มดังกล่าว

ทักษะการแก้ปัญหา ที่ระบุว่าเป็นอีกปัจจัยสำคัญที่ทำให้บุคคลสามารถเผชิญปัญหาความรุนแรงได้อย่างมีประสิทธิภาพ มีการแก้ปัญหาอย่างเป็นขั้นตอน แก้ปัญหาได้ตรงประเด็นกับสิ่งที่ทำให้ตนเองไม่สบายใจ สามารถระบุถึงสาเหตุได้ สามารถแก้ปัญหาอย่างมีเหตุมีผล ตลอดจนสามารถตัดสินใจเลือกแนวทางการแก้ปัญหาการดำเนินชีวิต และมีแนวโน้มที่จะรับผิดชอบต่อการตัดสินใจแก้ปัญหานั้นได้อย่างเหมาะสม ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ Potard, Combes, Kubiszewski, Pochon, Henry, and Roy (2021) ได้ทำการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการข่มเหงรังแกของวัยรุ่นในสถานศึกษากับทักษะชีวิต (life skills) โดยทำการศึกษาทบทวนวรรณกรรมอย่างเป็นระบบ ซึ่งมีประเด็นความสัมพันธ์ของทักษะชีวิตกับผู้ถูกกระทำการข่มเหงรังแก (bully-victim) จากการทบทวนเอกสารที่เกี่ยวข้องตามกระบวนและหลักการจำนวน 71 รายการ ซึ่งพบความสัมพันธ์ขององค์ประกอบของทักษะชีวิตที่มีความสัมพันธ์ส่งผลถูกการข่มเหงรังแก ได้แก่ ทักษะการตัดสินใจแก้ปัญหา (decision-making/problem-solving skills) ทักษะการปฏิสัมพันธ์สื่อสารกับผู้อื่น (interpersonal and communication skills) และทักษะการจัดการตนเอง (self-management skills)

ทักษะการปฏิสัมพันธ์และการสร้างเครือข่ายสนับสนุน การที่วัยรุ่นมีทักษะการปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นจะเอื้อให้เกิดการป้องกันการใช้ความรุนแรงได้ เนื่องจากการปฏิสัมพันธ์ที่สอดรับกันระหว่างบุคคลย่อมทำให้เกิดสัมพันธภาพที่เหมาะสม เมื่อเกิดสัมพันธภาพที่เหมาะสมย่อมสามารถหลีกเลี่ยงการเกิดความรุนแรงได้ อีกทั้งการปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นอย่างเหมาะสมผ่านกิจกรรมต่าง ๆ เพื่อสร้างเป็นเครือข่ายกลุ่มเพื่อนที่มีเป้าหมายในเชิงสร้างสรรค์ร่วมกันย่อมมีโอกาสให้บุคคลยอมรับซึ่งกันและกันมีปฏิสัมพันธ์ที่เหมาะสมต่อกัน ซึ่งเป็นปัจจัยให้บุคคลได้สร้างเครือข่ายสนับสนุนทางสังคมที่เป็นเสมือนเกราะคุ้มกันทั้งทางร่างกายและจิตใจให้กับวัยรุ่น ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ Silva, Oliveira, Carlos, Lizzi, Rosário, and Silva (2018) ได้ศึกษาผลของ

การพัฒนาทักษะทางสังคม (Social Skills) เพื่อลดการเกิดเหยื่อผู้ถูกกระทำความรุนแรง ในช่วงประถมศึกษาปีที่ 6 (อายุประมาณ 12 ปี) โดยเป็นการวิจัยกึ่งทดลองกับกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งดำเนินการกับผู้ถูกกระทำการข่มเหงรังแก (Bullying Prevention) โดยกระบวนการกลุ่มที่ใช้ในการพัฒนาคุณลักษณะดังกล่าว มีการบูรณาการหลักการปรับพฤติกรรมทางปัญญา (Cognitive Behavioral Intervention) ที่มุ่งพัฒนาตามทักษะทางสังคมเพื่อลดการตกเป็นเหยื่อของการข่มเหงรังแก ซึ่งมีองค์ประกอบที่เกี่ยวข้อง ได้แก่ ทักษะการปฏิสัมพันธ์ด้วยอัธยาศัยที่ให้เกียรติเหมาะสม(Politeness) ทักษะการสร้างสัมพันธภาพ(Making Friendship) และการจัดการปัญหาความสัมพันธ์ (solution of interpersonal problems) สรุปผลการศึกษาพบว่า ทักษะทางสังคมมีความสำคัญอย่างยิ่งต่อการลดระดับการตกเป็นเหยื่อของการข่มเหงรังแก ทั้งในบริบทของร่างกายและจิตใจ ในลักษณะการเสริมกำลังใจให้ผู้ถูกกระทำในบริบทของการปฏิสัมพันธ์กับสถานการณ์ปัญหาการข่มเหงรังแกในโรงเรียนได้ดีขึ้น

สรุปผล

1. สภาพปัญหาและสาเหตุการถูกกระทำความรุนแรงของเด็กวัยรุ่น เกิดจากการขาดทักษะการแก้ปัญหา ขาดการรับรู้คุณค่าในตนเอง การขาดการรับรู้คุณค่าในตนเอง และ การขาดทักษะในการระบายความเครียดการจัดการกับอารมณ์ความรู้สึกในด้านลบ

2. กระบวนการพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการใช้ความรุนแรงของเด็กวัยรุ่น เป็นการใช้กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ที่มีลักษณะเป็นกระบวนที่ทำให้วัยรุ่นได้มีประสบการณ์การลงมือปฏิบัติตามวัตถุประสงค์ของกิจกรรมที่ตั้งไว้เพื่อพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการใช้ความรุนแรง ด้วยการมีเป้าหมายร่วมกันในการทำกิจกรรม ได้มีการปฏิสัมพันธ์ร่วมกันกับผู้อื่น มีการใช้สื่อโมชันอินโฟกราฟิกที่เอื้อต่อการเรียนรู้ในการนำเสนอข้อมูลให้มีความกระชับเป็นลำดับ มีรูปแบบการนำเสนอที่น่าสนใจช่วยเสริมแรงจูงใจในการเรียนรู้ โดยองค์ประกอบของทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการใช้ความรุนแรงที่ต้องดำเนินการพัฒนาประกอบด้วย ทักษะการจัดการกับอารมณ์และความเครียด ทักษะการรับรู้คุณค่าของตนเอง ทักษะการแก้ปัญหา และ ทักษะการปฏิสัมพันธ์และการสร้างเครือข่ายสนับสนุน ซึ่งมีการบูรณาการทฤษฎีจิตวิทยาในการกำหนดทิศทางของกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เสริมทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการใช้ความรุนแรง

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะเพื่อนำผลการวิจัยไปใช้

1. ควรนำองค์ความรู้ของการวิจัยไปใช้ในการศึกษาทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการใช้ความรุนแรงและพัฒนากิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เสริมทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการใช้ความรุนแรง

2. ควรมีการนำองค์ความรู้ไปใช้ในการพัฒนาเครื่องมือในการวัดและประเมินผลทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการใช้ความรุนแรงเพื่อศึกษาผลลัพธ์ของกระบวนการพัฒนาต่อไป

ข้อเสนอแนะการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการวิจัยขยายผลที่เกิดขึ้นกับวัยรุ่นในระดับชั้นอื่น ยกตัวอย่าง เช่น มัธยมศึกษาตอนปลาย อาชีวศึกษา และอุดมศึกษา

2. ควรมีการศึกษาต่อยอดในลักษณะของการศึกษาและวิเคราะห์ปัจจัยเชิงสาเหตุ ที่ส่งผลต่อการป้องกันการใช้ความรุนแรงของเด็กวัยรุ่น เพื่อให้ได้ตัวแปรและองค์ประกอบของตัวแปรที่ส่งผลต่อการป้องกันการใช้ความรุนแรงของเด็กวัยรุ่นที่ชัดเจนขึ้นไป

รายการอ้างอิง

เบญจพร ตันตสูติ. (2562). *เมื่อลูกถูกแกล้ง*. กรุงเทพฯ: พราว โพเอท.

พัชราภรณ์ ศรีสวัสดิ์, วิไลลักษณ์ ลังกา, กัมปนาท บริบูรณ์, และ ครรชิต แสนอุบล. (2561). การพัฒนารูปแบบการป้องกันการข่มเหงรังแกในโรงเรียน. *วารสาร Veridian E-Journal, Silpakorn University, ฉบับภาษาไทย สาขามนุษยศาสตร์ สังคมศาสตร์ และศิลปะ, 11*(1), 3653-3667.

ศรัญญา อิชิดะ, คมเพชร ฉัตรศุภกุล, และ สกล วรเจริญศรี. (2556). *การศึกษาพฤติกรรมความรุนแรงของนักเรียนวัยรุ่น วารสารวิจัยทางการศึกษาคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, 7*(2), 211-221.

ศรีเรือน แก้วกังวาล. (2553). *จิตวิทยาพัฒนาการชีวิตทุกช่วงวัย วัยรุ่น-วัยสูงอายุ.* กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

สถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์. (2556). *แนวทางการดูแลช่วยเหลือวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมความรุนแรง.* กรุงเทพฯ: ดีน่าดู มีเดียพลัส.

สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ. (2553). *วัยรุ่นกับความรุนแรง.* กรุงเทพฯ: ศูนย์วิชาการสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ.

---------. (2563). *แบบนี้ไม่อยากได้ เด็กไทยถูกบูลลี่ อันดับ 2 โลก.* สืบค้น 16 พฤษภาคม 2565, จาก https://www.thaihealth.or.th/Content/51089-a.html

สุรางค์ โค้วตระกูล. (2559). *จิตวิทยาการศึกษา*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

Brande, W.V.D., Baillien, E., Elst, T.V., De Witte, H., Van den Broeck, A., & Godderis, L.(2017). Exposure to Workplace Bullying: The Role of Coping Strategies in Dealing with Work Stressors. BioMed Research International, 2017, Rtrieved May 29, 2022 from https://doi.org/10.1155/2017/1019529

Cherry, K. (2020). *Erik Erikson's Stages of Psychosocial Development.* Retrieved August 31, 2020, from https://www.verywellmind.com/erik-eriksons-stages-of-psychosocial-development-2795740

Flanagan, K.S., Vanden Hoek, K.K., Shelton, A., & Kelly,S.L. (2013). Coping with bullying: What answers does children's literature provide?. School Psychology International, 34(6), 691-706. Retrieved March 31, 2022, from https://www.researchgate.net/publication/259738381_Coping_with_bullying_What_answers_does_children's_literature_provide

Folayan M.O., Oginni, O., Arowolo, O., & Tantawi, M.E. (2020). Internal consistency and correlation of the adverse childhood experiences, bully victimization, self-esteem, resilience, and social support scales in Nigerian children. *BMC Res Notes, 13*,(331). Retrieved May 30, 2022, from http://doi.org/10.1186/s13104-020-05174-3

Gordon, S. (2022). *What You Need to Know About Victims of Bullying*. Retrieved March 31, 2022, from https://www.verywellfamily.com/characteristics-of-a-typical-victim-of-bullying-3288501

Morin, A. (2019). *11-Year-Old Child Development Milestones.* Retrieved August 31, 2020, from https://www.verywellfamily.com/11-year-old-developmental-milestones-4171925

Potard, C., Combes, C., Kubiszewski, V., Pochon, R., Henry, A., & Roy, A. (2021). Adolescent School Bullying and Life Skill: A Systematic Review of The Recent Literature. *Violence and Victims, 36*(4), 604-637. Retrieved May 31, 2022, from https://www.researchgate.net/publication/349898834_Adolescent_School_Bullying_and_Life_Skills_A_Systematic_Review_of_Recent_Literature

Sapouna, M., & Wolke, D. (2013) *Resilience to bullying victimization: The role of individual, family and peer characteristics. Child Abuse & Neglect, 37*, 997-1006

Silva, J.L.D., Oliveira, W.A, Carlos, D.M., Lizzi, E.A.D.S., Rosário, R., & Silva, M.A.I.(2018). Intervention in social skills and bullying. *Rev Bras Enferm, 71*(3), 1085-1091. doi: 10.1590/0034-7167-2017-0151.

Suparp, J., Boonyathan,W., Kittipichai, W., Chamroonsawasdi, K. (2010). Life Skills Development Program to Reduce Bullying and to Promote Good Practice smong Promary School Students, Samut-Sakorn Province, Thailand. *Journal of Public Health, 40*(1), 7-15.

World Health Organization. (2010). Violence Prevention: The Evidence. Malta: World Health Organization.

Translated Thai References

Child and Adolescent Mental Health Rajanagarinda Institute. (2013). *Guidelines for caring and helping adolescents with violent behavior, Bangkok: Doonadoo Media plus*. [in Thai]

Ishida, S., Chutsupakul, K., & Voracharoensri, S. (2013) A Study on Violence of Adolescent Students. *Journal of Education Research Srinakharinwirot University, 7*(2), 211-221. [in Thai]

Kaewkungwal, S. (2010). *Developmental Psychology*. Bangkok: Thammasat University. [in Thai]

Khaotrakul, S. (2016). *Psychology.* Bangkok: Chulalongkorn University. [in Thai]

Srisawat, P., Langka, W., Boriboom, G. and Saenubol, K. (2018). A Development of Bullying Prevention in School Model. *Veridian E-Journal, Silpakorn University, 11*(1). 3653-3667. [in Thai]

Thai Health Promotion Foundation. (2010). *Children Among Violence*. Bangkok: Office Academic Center of Thai Health Promotion Foundation. [in Thai]

---------. (2020). *Don't want this, Thai children were bullied that is ranked 2nd in the world.* Retrieved May 16, 2022, from https://www.thaihealth.or.th/Content/51089-a.html. [in Thai]

Tuntasood, B. (2019). *When the child is bullied, Bangkok: Proud Poet*. [in Thai]