

## บทที่ 2

### เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้าเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ดังต่อไปนี้

1. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมก้าวร้าว
  - 1.1 ความหมายของพฤติกรรมก้าวร้าว
  - 1.2 ทฤษฎีและแนวคิดที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมก้าวร้าว
  - 1.3 ชนิดและลักษณะของพฤติกรรมก้าวร้าว
  - 1.4 การสังเกตและประเมินพฤติกรรมก้าวร้าว
2. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการปรับพฤติกรรมโดยวิธีการเบี่ยงเบนความสนใจ
  - 2.1 ความหมายและความสำคัญของการปรับพฤติกรรม
  - 2.2 ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการปรับพฤติกรรม
  - 2.3 วิธีการปรับพฤติกรรม
  - 2.4 การปรับพฤติกรรมก้าวร้าวโดยวิธีเบี่ยงเบนความสนใจ
  - 2.5 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรับพฤติกรรมก้าวร้าว
    - งานวิจัยในประเทศ
    - งานวิจัยต่างประเทศ

### ความหมายของพฤติกรรมก้าวร้าว

คำว่า พฤติกรรมก้าวร้าว ได้มีผู้ให้ความหมายไว้อย่างหลากหลาย ดังนี้

ผกา สัตยธรรม (2535) กล่าวว่า ความก้าวร้าว (Aggression) หมายถึงการปฏิบัติของบุคคลที่ก่อให้เกิดภาวะการประจันหน้าหรือต่อต้านกับบุคคลอื่น

ธีรพร อุวรรณโณ (2539) กล่าวว่า พฤติกรรมก้าวร้าว (Aggressive behavior) คือการกระทำที่ก่อให้เกิดความเจ็บปวด หรือความเจ็บใจกับผู้อื่น การกระทำนี้อาจเป็นการตี การเตะ การต่อย การทำลายข้าวของ การทะเลาะ การดูหมิ่น และการด่าทอ พฤติกรรมก้าวร้าวนี้หากพิจารณาถึงรูปแบบของการกระทำ ก็แบ่งกว้าง ๆ ได้เป็น 2 รูปแบบ คือพฤติกรรมก้าวร้าวทางกาย และพฤติกรรมก้าวร้าวทางวาจา

ทรงพล ภูมิพัฒน์ (2541) กล่าวว่า พฤติกรรมก้าวร้าวเป็นการแสดงพฤติกรรมต่อบุคคล หรือสิ่งที่เป็นเหตุให้เกิดความขัดข้องใจโดยตรงหรือทางอ้อม อาจใช้วิธีทุบตี เตะ ต่อย

ลักขณา ศรีวัฒน์ (2545) กล่าวว่า พฤติกรรมก้าวร้าว เป็นพฤติกรรมที่ทำให้ผู้อื่นได้รับความเดือดร้อนเพราะการก่อเรื่องต่าง ๆ ตามความต้องการของตนเองโดยไม่คำนึงถึงความเดือดร้อนที่จะเกิดกับผู้อื่น เช่น ทะเลาะวิวาท ชกตี เตะต่อย ทำลายข้าวของ หรือพูดจาไม่สุภาพ

บัสเซ่ (Buss, 1961 อ้างถึงในพจนานุกรม ศัพท์สังคม, 2535) กล่าวว่าความก้าวร้าว คือการตอบสนองสิ่งเร้าที่จะเป็นพิษเป็นภัยแก่อินทรีย์อื่น ๆ สำหรับเด็กความก้าวร้าวเป็นปฏิกิริยาที่เด็กตอบสนองต่อความไม่สมหวังหรือความคับข้องใจ เด็กก้าวร้าวจะมีพฤติกรรมแสดงออกที่ทำให้ผู้อื่นได้รับความเดือดร้อน ด้วยการก่อเรื่องต่าง ๆ ตามความต้องการของตนเอง โดยไม่คำนึงถึงความเดือดร้อนของผู้อื่น

เฟชบาช (Feshbach, 1959 อ้างถึงในภททิยา กฤษณะพันธุ์, 2540) ให้ความหมายไว้คล้ายกันว่า ความก้าวร้าวเป็นการระบายอารมณ์ที่ตึงเครียด ซึ่งสอดคล้องกับ สตอรี่ (Story, 1984 อ้างถึงในภททิยา กฤษณะพันธุ์, 2540) ที่ได้กล่าวไว้ว่า มนุษย์มีความจำเป็นที่จะต้องระบายความก้าวร้าวของตนเหมือนกับการระบายแรงขับทางเพศ และความก้าวร้าวเป็นความต้องการภายในของมนุษย์เช่นเดียวกับความต้องการทางเพศและความหิว

เบอร์โควิทซ์ (Berkowitz, 1964 อ้างถึงในภททิยา กฤษณะพันธุ์, 2540) มีความเห็นที่สอดคล้องกันและได้กล่าวเพิ่มเติมอีกว่า พฤติกรรมก้าวร้าวเป็นการกระทำรุนแรงกว่าปกติ เช่น เขียนกระดานแรง ๆ นั่งแรง ๆ กระแทกบังตา หรือ บานประตูแรง ๆ และก่อให้เกิดความเสียหาย มีความมุ่งหมายที่จะทำร้ายหรือทำลายบางสิ่งบางอย่าง

สรุปได้ว่าพฤติกรรมใดที่บุคคลลงใจกระทำต่อบุคคลอื่นจะโดยตรงหรือโดยอ้อมก็ตาม เมื่อทำให้บุคคลอื่นมีความรู้สึกไม่สบายใจในการกระทำนั้น ๆ ถือว่าเป็นความก้าวร้าว ลักษณะของความก้าวร้าวอาจจะมีได้หลายรูปแบบ มีตั้งแต่การพูดจาถากถางเหน็บแนมให้เจ็บร้อนแก่คนอื่น จนกระทั่งถึงการโจมตีด้วยกำลังกาย ด้วยความโกรธ ทำลายวัตถุสิ่งของทรัพย์สิน หรือทำร้ายร่างกายของบุคคลอื่น ซึ่งเป็นความก้าวร้าวที่อยู่ในขั้นรุนแรงอันเป็นเหตุให้ทรัพย์สินเสียหายและเป็นอันตรายถึงชีวิตก็ได้

## ทฤษฎีและแนวคิดที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมก้าวร้าว

ในทางจิตวิทยามีทฤษฎีที่อธิบายต้นกำเนิดพฤติกรรมก้าวร้าวอยู่ 3 ทฤษฎี คือ

1. **ทฤษฎีสัญชาตญาณ** ผู้ที่สนับสนุนทฤษฎีนี้คือ ฟรอยด์ (Freud, 1930 อ้างถึงใน ชีรพร อูวรรณโณ, 2525) เขียนไว้ว่า “แนวโน้มที่จะก้าวร้าวมีมาตั้งแต่เกิดและเป็นสัญชาตญาณที่เป็นเอกเทศของมนุษย์” ฟรอยด์เชื่อว่า สัญชาตญาณเป็นพลังจิตอย่างหนึ่งที่เกิดจากแรงขับของร่างกายโดยธรรมชาติ พลังของความก้าวร้าวก็เป็นเหมือนกับพลังอื่น ๆ เช่น พลังของความต้องการทางเพศ ซึ่งจะต้องมีการระบายออกไม่ว่าจะทางตรงหรือทางอ้อมก็ตาม การระบายออกนี้อาจเป็นไปในรูปที่สังคมยอมรับ เช่น การแข่งขันกีฬาหรือการไต่เวที หรือในทางที่สังคมไม่ยอมรับ เช่น การทำร้ายร่างกาย หรือการคำต่อคำ รากฐานของความก้าวร้าวนี้ ฟรอยด์เชื่อว่าเกิดจากสัญชาตญาณความตาย (Death instinct) การระบายออกอาจมุ่งสู่ผู้อื่นหรือมุ่งสู่ตนเอง ซึ่งในขั้นสุดท้ายก็จะเป็นการฆ่าตัวตาย

คอกแมน (Kaujman, 1966 อ้างถึงใน ชีรพร อูวรรณโณ, 2525) เห็นว่า “ความก้าวร้าวคือสัญชาตญาณในการต่อสู้ของสัตว์และมนุษย์ที่เคยมุ่งกระทำต่อสมาชิก ในตระกูล เดียวกันมาก่อน” ความก้าวร้าวเปรียบเหมือนพลังงานที่มีการสะสมขึ้นในร่างกายมนุษย์เหมือนกับแรงดันที่สร้างขึ้นซึ่งเมื่อถึงจุดหนึ่งก็จะต้องมีการระบายออกมา เสร็จแล้วก็จะมีการสะสมพลังขึ้นใหม่อีกไม่มีที่สิ้นสุด

2. **ทฤษฎีความคับข้องใจ – ความก้าวร้าว** ทฤษฎีนี้เสนอโดยนักจิตวิทยากลุ่มหนึ่งที่มหาวิทยาลัยเยลได้แก่ มิลเลอร์ เมอเรอร์และเซียร์ส (Miller, Mowrer & Sears, 1939 อ้างถึงใน ชีรพร อูวรรณโณ, 2525) นักจิตวิทยาเหล่านี้อธิบายว่า “การเกิดของความก้าวร้าวมักเป็นผลจากความคับข้องใจเสมอ” และ “ความคับข้องใจจะก่อให้เกิดแรงขับซึ่งนำไปสู่ความก้าวร้าวบางรูปแบบเสมอ” ความคับข้องใจในทฤษฎีนี้หมายถึง สภาวะที่เกิดจากการที่บุคคลถูกกันไม่ให้ทำ ไม่ให้บรรลุ หรือไม่ให้ได้สิ่งที่ประสงค์ เช่น เด็กอยากได้ของเล่นขณะที่เห็นในร้าน แต่พ่อแม่ไม่ยอมซื้อให้ หรือเด็กอยากดูรายการโทรทัศน์รายการหนึ่ง พ่อแม่ไม่ยอมเปิดให้ดู สถานการณ์ทั้งสองนี้เรียกได้ว่าทำให้เด็กเกิดความคับข้องใจ

3. **ทฤษฎีพฤติกรรมก้าวร้าวที่เกี่ยวกับการเรียนรู้ทางสังคม** ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมเน้นความสำคัญของการเรียนรู้ โดยมีข้อตกลงเบื้องต้นว่าพฤติกรรมก้าวร้าวเป็นสิ่งที่บุคคลเรียนรู้ได้ ไม่ใช่สิ่งที่เกิดขึ้นเอง แบนดูรา รอส และรอส (Bandura, Ross & Ross, 1961 อ้างถึงใน สุรางค์ ไคว์ตระกูล, 2548) ทำการวิจัยเกี่ยวกับการเรียนรู้โดยการสังเกต หรือการเลียนแบบการทดลองอันแรกเป็นการแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวโดยการสังเกต แบนดูราและผู้ร่วมงานได้แบ่งเด็กออกเป็น 3 กลุ่ม กลุ่มหนึ่งให้เห็นตัวอย่างจากตัวแบบที่มีชีวิตแสดงพฤติกรรมก้าวร้าว เด็กกลุ่มที่สองมีตัวแบบที่ไม่แสดงพฤติกรรมก้าวร้าว และเด็กกลุ่มที่สามไม่มีตัวแบบแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวให้ดูเป็นตัวอย่าง

การทดลองเริ่มด้วยเด็กและตัวแบบเล่นตุ๊กตาสักครู่หนึ่งประมาณ 1-10 นาที ตัวแบบลุกขึ้นต่อย เตะ ทุบ ตุ๊กตา ที่ทำด้วยยางแล้วเป่าลมจะนั่นตุ๊กตาจึงทนการเตะต่อยหรือแม้ว่าจะนั่งทับหรือยืนก็ไม่แตก สำหรับเด็กกลุ่มที่สอง เด็กเล่นตุ๊กตาใกล้เคียง ๆ กับตัวแบบ แต่ตัวแบบไม่แสดงพฤติกรรมก้าวร้าวให้ดูเป็นตัวอย่าง เด็กกลุ่มที่สาม เล่นตุ๊กตาโดยไม่มีตัวแบบ หลังจากเด็กเล่นตุ๊กตาแล้วแม่ผู้ทดลองพาเด็กไปดูห้องที่มีตุ๊กตาที่น่าเล่นมากกว่า แต่บอกว่าห้ามจับตุ๊กตา เพื่อจะให้เด็กรู้สึกคับข้องใจ เสร็จแล้วนำเด็กออกไปจากห้องทีละคน ซึ่งมีตุ๊กตาหลายชนิดวางอยู่และมีตุ๊กตาวางที่เหมือนกับตุ๊กตาที่ตัวแบบเตะต่อยและทุบรวมอยู่ด้วย ผลการทดลองพบว่า เด็กที่อยู่ในกลุ่มที่มีตัวแบบแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวจะแสดงพฤติกรรมก้าวร้าว เตะต่อยทุบรวมทั้งนั่งทับตุ๊กตาเหมือนกับที่สังเกตจากตัวแบบ โดยแสดงค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมก้าวร้าวที่แสดงโดยเด็กกลุ่มนี้ทั้งหมดสูงกว่าค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมก้าวร้าวของเด็กกลุ่มที่สองและกลุ่มที่สาม

## ชนิดและลักษณะของพฤติกรรมก้าวร้าว

1. ชนิดของพฤติกรรมก้าวร้าว ฌอลง กริมย์รัตน์ (2521) ได้กล่าวถึงชนิดของพฤติกรรมก้าวร้าวไว้ 4 ประเภท คือ

1.1 กระทำต่อบุคคล หรือสิ่งของที่เป็นต้นเหตุ และขัดขวางความต้องการ เช่น โกรธน้องที่เป็นต้นเหตุ ทำให้พ่อแม่ตีก็เลยชกและเตะน้อง

1.2 กระทำต่อบุคคลหรือสิ่งของที่คล้ายคลึงกับต้นเหตุ เช่น ผู้ป่วยโกรธและแสดงพฤติกรรมต่อต้านนางมีรินทร์ ซึ่งเป็นพยาบาลที่บังเอิญมีลักษณะท่าทางและใส่แว่นเช่นเดียวกับแม่ พอเห็นหน้าพยาบาลคนนี้ก็ทำให้คิดถึงแม่ ซึ่งขัดขวางความต้องการของเขาในอดีต ทำให้ผู้ป่วยแสดงความโกรธและมีพฤติกรรมต่อต้านทุกครั้งที่เห็นพยาบาลคนนี้

1.3 กระทำต่อบุคคลหรือสิ่งอื่น ๆ ที่มีลักษณะต่างจากต้นเหตุ เช่น โกรธสามีแล้วทำลายข้าวของในบ้าน

1.4 กระทำต่อตนเอง เมื่อเกิดความโกรธแทนที่จะกระทำต่อสิ่งอื่น กลับทำตัวเอง เช่น โกรธพ่อแม่แล้วใช้มีดกรีดแขนตนเอง โกรธสามีแล้วกินยาฆ่าตัวตาย

2. ลักษณะของพฤติกรรมก้าวร้าว ฌอลง กริมย์รัตน์ (2521) กล่าวว่าในกรณีที่บุคคลมีความคับข้องใจดังกล่าวมาแล้ว บุคคลบางคนมีอาจจะทนภาวะเช่นนี้อยู่ได้ก็ต้องการหาทางผ่อนคลายโดยการปรับตัว ให้หายจากความตึงเครียดลง โดยการแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวในทางทำลาย ซึ่งแบ่งเป็นสองลักษณะคือ

2.1 ก้าวร้าวโดยตรง (Direct Aggression) ซึ่งเป็นการแสดงปฏิกิริยาตอบโต้โดยตรงต่ออุปสรรคที่มาขัดขวางจุดมุ่งหมายของคน เช่น ทบตี ขว้างปา ทำร้ายบุคคลหรือสิ่งของที่เป็นต้นเหตุแห่งความข้องคับใจ รวมทั้งการดูว่ากล่าวหรือแสดงกิริยาตอบโต้อื่น ๆ ที่ก่อให้เกิดการเจ็บร้อนต่อบุคคลนั้น

2.2 ก้าวร้าวทางอ้อม (Displaced Aggression) ในกรณีที่บุคคลไม่อาจทำการก้าวร้าวโดยตรงต่อผู้ที่มาขัดขวางหนทางไปสู่จุดมุ่งหมายของตนได้ จะด้วยเหตุใดก็ตามบุคคลผู้แสดงพฤติกรรมก้าวร้าวก็มักจะหาหนทางไปเล่นงานบุคคลอื่น หรือสิ่งของอื่น เช่น ถูกเมียตำจากบ้านทำอะไรเมียไม่ได้ก็มาเล่นงานลูกน้องในที่ทำงาน

ความก้าวร้าวทางอ้อมจึงเป็นสิ่งที่ผู้บริหารหรือบุคคลชั้นหัวหน้างานพึงระวังให้มาก เพราะอาจจะทำให้การทำงานของส่วนรวมต้องกระทบกระเทือนจากการวินิจฉัยสั่งการที่ผิดพลาด อันเนื่องจากสาเหตุนี้ นอกจากเสียงานแล้ว ตัวหัวหน้าเองก็อาจจะเสียบุคลิกภาพไปด้วย

สำหรับการก้าวร้าวทางอ้อมก็คือการทำร้ายเพื่อน ทำร้ายสัตว์ เนื่องจากความไม่พอใจที่ถูกลงโทษจากทางบ้าน หรือที่โรงเรียนรวมทั้งความรู้สึกอิจฉาน้องก็ได้

## การสังเกตและประเมินพฤติกรรมก้าวร้าว

การสังเกตและการประเมินพฤติกรรม เป็นกระบวนการในการเก็บข้อมูลพฤติกรรมของบุคคลอย่างเป็นระบบเพื่อให้ได้มาซึ่งข้อมูลเชิงประจักษ์ที่มีความน่าเชื่อถือสามารถวัดได้ในเชิงปริมาณ มีวิธีการที่เป็นปรนัย โดยที่การสังเกตพฤติกรรมเป็นกระบวนการของการใช้ประสาทสัมผัสของผู้สังเกตในการรับรู้การเกิดขึ้นของพฤติกรรมของบุคคลที่ถูกสังเกต และมีการบันทึกผลการสังเกตในทันทีอย่างเป็นระบบโดยปราศจากการตีความ ข้อมูลที่ได้จากการสังเกตสามารถสะท้อนถึงลักษณะปัญหาหรือการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของบุคคลที่เกิดขึ้น ส่วนการประเมินพฤติกรรมเป็นการตัดสินใจตามเกณฑ์ปรนัยที่กำหนดเพื่อจำแนกระดับของพฤติกรรมที่ได้จากการสังเกตพฤติกรรม การประเมินจึงปราศจากอคติหรือความลำเอียงใด ๆ เป็นการประเมินจากข้อมูลเชิงประจักษ์ซึ่งไม่เป็นการตีตราให้บุคคลที่ถูกปรับพฤติกรรมเกิดความรู้สึกทางลบ (อดิวัฒน์ พรหมสา, 2549)

### 1. การสังเกต

หลักการสังเกตเป็นการแสวงหาข้อเท็จจริงที่ต้องการทราบ โดยเฝ้ามองจากปรากฏการณ์นั้นจริง โดยไม่ให้ผู้ถูกสังเกตรู้ตัวและบันทึกพฤติกรรมไว้ตามที่เห็นและได้ยิน การสังเกตเป็นการดูทั้งต่อหน้าและแอบดู เครื่องมือวัดแบบนี้ใช้ได้กับเด็กทุกเพศ ทุกวัย ทุกชาติ

ทุกภาษา ดูเห็นทั้งตัวเด็ก และดูติดต่อกันนานเท่าไรก็ได้ (ชวาล แพรัตกุล อ้างถึงในวินัย รังสินันท์, (2539)

วิธีการสังเกตนี้ใช้ตาและหูเป็นเครื่องมือสำคัญ การดูและฟังจะต้องครบทั้ง 5 ประการคือ

- 1) จำกัดการดู การฟัง เฉพาะเรื่อง ๆ ไป
- 2) ดูอย่างมีความหมาย คือ เห็นแล้วต้องแปลออก
- 3) ดูด้วยความพินิจพิจารณา จินสามารถเห็นรายละเอียดของเรื่องนั้น ๆ ได้
- 4) ดูเสร็จแล้วควรมีการบันทึกไว้ในสมองให้ตรงตามที่ได้เห็นและได้ยิน
- 5) ผู้สังเกตควรใช้ Checklist หรืออื่น ๆ ควบคู่ไปกับการสังเกตนี้ด้วยเสมอ

ประเภทของการสังเกต แบ่งออกเป็น 2 ประเภท คือ

1. การสังเกตแบบไม่เป็นทางการ หรือการสังเกตแบบไม่มีแบบแผน ได้แก่ การสังเกตที่ผู้ใหญ่หรือพ่อแม่ ให้ความสนใจเกี่ยวกับพฤติกรรมที่เด็กจะแสดงออกตามปกติเป็นประจำ ไม่มีการควบคุมตัวแปรต่าง ๆ และไม่มีการจดบันทึกพฤติกรรม การสังเกตแบบนี้ช่วยให้พ่อได้รู้จักและเข้าใจเด็กดีขึ้น แต่มักมีจุดอ่อนในเรื่องความลำเอียงของผู้สังเกต

2. การสังเกตแบบเป็นทางการ หรือการสังเกตแบบมีแบบแผน เป็นแบบที่มีการควบคุมตามหลักวิทยาศาสตร์ นอกจากนี้เพื่อเป็นการช่วยให้การสังเกตได้ผลดียิ่งขึ้น นักจิตวิทยาจึงได้คิดหาวิธีสังเกตเด็กให้รัดกุมยิ่งขึ้น โดยการสังเกตในห้องกระจก หรือที่เรียกว่า กระจกทางเดียว (One way screen) เพื่อไม่ให้เด็กรู้ตัวในขณะที่ถูกสังเกต เด็กจะได้แสดงหรือกระทำการต่าง ๆ ออกมาตามธรรมชาติจริง ๆ การสังเกตพฤติกรรมแบบนี้มีการจดบันทึกพฤติกรรมไว้ จึงให้คุณค่ามากกว่า เพราะช่วยให้ครูได้เข้าใจการเปลี่ยนแปลงและความเจริญของงานของเด็กตามลำดับได้

## 2. การประเมินพฤติกรรม

การประเมินพฤติกรรมด้วยวิธีการประเมินโดยตรง เป็นวิธีการที่ได้รับความนิยมมากที่สุดได้นักจิตวิทยา กลุ่มพฤติกรรมนิยม เนื่องจากวิธีการประเมินโดยตรงสามารถบอกถึงลักษณะของพฤติกรรมโดยไม่ต้องผ่านกระบวนการตีความ ซึ่งวิธีการประเมิน โดยตรงที่นิยมกันมากที่สุดคือ การสังเกตหรือตรวจสอบพฤติกรรม

การสังเกตหรือตรวจสอบพฤติกรรมจัดได้ว่าเป็นแนวทางการประเมินพฤติกรรมที่ได้รับการยอมรับมากที่สุด และเป็นวิธีการหลักที่ใช้ในการประเมินพฤติกรรม เพื่อที่จะดูการแสดงออกของพฤติกรรมในช่วงเวลาที่สังเกต แต่เนื่องจากพฤติกรรมของบุคคลมักจะแปรเปลี่ยนไปตามเวลา สถานที่และเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นจึงจำเป็นต้องพิจารณาถึงปัจจัยต่าง ๆ ได้แก่

1. สภาพการณ์และสถานที่ที่สังเกตพฤติกรรม ทั้งนี้เนื่องจากสภาพการณ์และสถานที่ที่มีผลต่อการแสดงของพฤติกรรมของบุคคล จึงจำเป็นที่จะต้องกำหนดให้ชัดเจนลงไปว่าจะทำการสังเกตในสภาพการณ์ใดและสถานที่ใด การกำหนดนั้นขึ้นอยู่กับลักษณะของพฤติกรรมที่เป็นปัญหา

2. จำนวนครั้งที่สังเกต ตามหลักการทั่วไปควรสังเกตพฤติกรรมทุก ๆ วันและถ้าเป็นไปได้ก็ควรจะสังเกตพฤติกรรมในทุก ๆ ชั่วโมงในช่วงเวลาที่คิดว่าพฤติกรรมเป้าหมายจะเกิดขึ้น

3. ความยาวนานของเวลาที่ใช้ในการสังเกต ควรจะทำการสังเกตตลอดช่วงเวลาที่พฤติกรรมเป้าหมายเกิดขึ้น

4. ควรจะสังเกตพฤติกรรมเมื่อใด ขึ้นอยู่กับการเลือกวิธีการสังเกตว่าจะสังเกตแบบใด ถ้าเลือกสังเกตแบบช่วงเวลา ก็อาจจะสุ่มสังเกตในช่วงเวลานั้น ๆ ในแต่ละวันหรือตลอดทั้งวันก็ได้ แต่ถ้าเป็นการสังเกตแบบความยาวนานของเวลา ก็ควรจะสังเกตตั้งแต่จุดเริ่มต้นของพฤติกรรมที่ต้องการจะสังเกตจนกระทั่งพฤติกรรมนั้นยุติลง

### 3. ขั้นตอนการสังเกตและประเมินพฤติกรรมก้าวร้าว

สำหรับการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยมีขั้นตอนการสังเกตและประเมินพฤติกรรมก้าวร้าวดังนี้

3.1 สร้างแบบตรวจสอบ (Check list) พฤติกรรมก้าวร้าว ซึ่งมีลักษณะการประเมินว่าเด็กแต่ละคน ทำ หรือ ไม่ทำพฤติกรรมก้าวร้าว ในช่วงเวลาที่สังเกตก่อนและหลังการทดลองซึ่งใช้เวลาประมาณ 2 - 3 วัน เพื่อให้ครบจำนวนเด็กทุกคนที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ตามตัวอย่างต่อไปนี้

ชื่อนักเรียน..... ลำดับที่.....

| ลำดับที่ | พฤติกรรมก้าวร้าว | ทำ | ไม่ทำ |
|----------|------------------|----|-------|
| 1        | ตีเพื่อน         | ✓  |       |
| 2        | กัดเพื่อน        |    | ✓     |
| 3        | หยิกเพื่อน       |    | ✓     |
| 4        | เตะเพื่อน        | ✓  |       |
| 5        | ต่อยเพื่อน       |    | ✓     |

3.2 เมื่อสังเกตและประเมินพฤติกรรมก้าวร้าวของเด็กแต่ละคนจนครบจำนวนเด็กแล้ว จึงมีการแจกแจงนับเป็นความถี่ว่ามีเด็กจำนวนกี่คนที่ทำหรือไม่ทำ ในแต่ละพฤติกรรมก้าวร้าว ดังในตัวอย่างโดยสมมุติว่ามีเด็กปฐมวัย 25 คน ดังนี้

| ลำดับที่ | พฤติกรรมก้าวร้าว | ทำ<br>(คน) | ไม่ทำ<br>(คน) | รวม<br>(คน) |
|----------|------------------|------------|---------------|-------------|
| 1        | ตีเพื่อน         | 15         | 10            | 25          |
| 2        | กัดเพื่อน        | 10         | 15            | 25          |
| 3        | หยิกเพื่อน       | 18         | 7             | 25          |
| 4        | เตะเพื่อน        | 3          | 22            | 25          |
| 5        | ต่อยเพื่อน       | 5          | 20            | 25          |

ฯลฯ

3.3 นำผลการตรวจสอบ จำนวนเด็กที่แสดงหรือไม่แสดงพฤติกรรมก้าวร้าวก่อนและหลังการทดลองไปเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างจำนวนหรือความถี่ (frequency) ซึ่งได้จากการแจกแจงนับในแต่ละพฤติกรรมโดยใช้ไค-สแควร์ ( $\chi^2$ )

## ความหมายและความสำคัญของการปรับพฤติกรรม

### 1. ความหมายของการปรับพฤติกรรม

การปรับพฤติกรรมได้มีผู้ให้ความหมาย ไว้อย่างหลากหลาย ดังนี้

อดิวัฒน์ พรหมาสา (2549) กล่าวว่า การปรับพฤติกรรม เป็นกระบวนการจัดการเงื่อนไขการเรียนรู้ใหม่อย่างเป็นระบบให้แก่บุคคลเพื่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมไปในทิศทางที่เหมาะสม การที่ประจักษ์ชัดว่าบุคคลมีพฤติกรรมที่เป็นปัญหาที่ต้องการปรับพฤติกรรมหรือมีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมอันเนื่องมาจากการปรับพฤติกรรมหรือไม่ จำเป็นต้องอาศัยการสังเกตและการประเมินพฤติกรรมเป็นเครื่องมือในการชี้วัด

มนิต อินทะสุข (2552) กล่าวว่า การปรับพฤติกรรม (Behavior Modification) หมายถึง การประยุกต์หลักพฤติกรรมมาใช้แก้ปัญหามติกรรมของคน โดยมีความเชื่อพื้นฐานว่าพฤติกรรมเกิดจากการเรียนรู้ การแก้ไขนั้นควรแก้ไขที่การเรียนรู้

การปรับพฤติกรรม (Behavior Modification) คือ การนำเอาหลักการและทฤษฎีต่าง ๆ ทางจิตวิทยาที่ได้ผ่านการวิจัย ทดสอบแล้วมาใช้ในการศึกษาและเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมด้วยวิธีการอย่างเป็นระบบและเป็นวิทยาศาสตร์ (www.hrcenter.co.th, 2552) โดยเทคนิคในการปรับพฤติกรรม มี 5 วิธี คือ

1. การควบคุมตนเองและการบังคับตนเอง คือการที่บุคคลสามารถควบคุมพฤติกรรมหรือการกระทำของตนเองได้ โดยที่เขาสามารถเลือกพฤติกรรมเป้าหมายและกระบวนการที่จะนำไปสู่เป้าหมายนั้นด้วยตัวเอง การควบคุมตนเองและการบังคับตนเองถือว่าเป็นเป้าหมายสำคัญของการปรับพฤติกรรม เพราะการปรับพฤติกรรมมุ่งหมายที่จะปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของบุคคลที่ไม่พึงประสงค์ให้เกิดเป็นพฤติกรรมที่พึงประสงค์โดยที่เขาสามารถบังคับและควบคุมตนเองได้

2. การสร้างพฤติกรรมใหม่ เป็นเทคนิคสำหรับใช้ในการเสริมสร้างพฤติกรรมใหม่โดยการเสริมแรงต่อพฤติกรรมที่เราคาดหมายว่าจะนำไปสู่พฤติกรรมที่ต้องการ โดยดำเนินการตามขั้นตอนคือ ขั้นแรกเลือกพฤติกรรมเป้าหมายที่ต้องการให้เกิดขึ้น ขั้นตอนที่สอง เลือกตัวเสริมแรงทางบวกที่เหมาะสม ขั้นตอนที่สาม ลงมือปฏิบัติแต่งพฤติกรรมพร้อมกับการให้การเสริมแรงคือการให้รางวัลในพฤติกรรมที่แสดงออกอย่างเหมาะสม แต่มีวิธีที่น่าสนใจคือ เทคนิคการเลียนแบบ ซึ่งเป็นกระบวนการเรียนรู้โดยอาศัยการสังเกตจากพฤติกรรมของตัวแบบซึ่งได้แก่ พฤติกรรมที่เป็นตัวอย่างที่ดี ซึ่งพฤติกรรมของตัวแบบสามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการเสริมสร้างพฤติกรรมใหม่ให้บุคคลที่เราต้องการสร้างพฤติกรรมได้

3. การลดพฤติกรรม หมายถึง การตัดทอนหรือลบพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ออกไป ซึ่งพฤติกรรมดังกล่าวอาจจะสร้างปัญหาและความเดือดร้อนให้ตัวเองและผู้อื่นได้ซึ่งเราสามารถใช้เทคนิคต่าง ๆ เช่น การลงโทษ ซึ่งผู้ลงโทษจะต้องเข้าใจหลักการในการลงโทษ ดังนี้

3.1 ถ้าจะลงโทษต้องลงโทษให้รุนแรงที่สุดโดยพิจารณาให้เหมาะสมกับประสบการณ์ของแต่ละบุคคลว่าเคยได้รับโทษสถานใดมาแล้ว

3.2 การลงโทษไม่ควรเพิ่มโทษอย่างเป็นขั้นเป็นตอน เพราะอาจทำให้ผู้ถูกลงโทษค่อย ๆ ปรับตัวและทนต่อการลงโทษได้ จนทำให้การลงโทษไม่ได้ผล

3.3 ลงโทษทันทีและทุกครั้งที่พฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ปรากฏขึ้น

3.4 ควรให้แรงเสริมแก่พฤติกรรมที่พึงประสงค์ควบคู่กันไปด้วย

4. การเพิ่มพฤติกรรมหรือคงพฤติกรรมไว้ เมื่อมีการเสริมสร้างพฤติกรรมให้กับบุคคล

5. การเบี่ยงเบนความสนใจ (Attention Turning) หมายถึง วิธีการปรับพฤติกรรมอย่างหนึ่งที่ทำให้บุคคลเปลี่ยนความสนใจจากการกระทำอย่างใดอย่างหนึ่ง หรือต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งที่ไม่เหมาะสมไปสู่การกระทำอย่างอื่น หรือต่อสิ่งอื่นที่เหมาะสมกว่าโดยไม่มีการลงโทษหรือเสริมแรง

(ธีระ ประพฤติกิจ, 2538) เช่น การให้เด็กที่กำลังรังแกเพื่อนไปเล่นตามมุม หรือทำกิจกรรมศิลปะสร้างสรรค์ เป็นต้น

สรุปได้ว่า การปรับพฤติกรรม คือ การนำเอาหลักการและทฤษฎีทางจิตวิทยา มาประยุกต์ใช้ในการปรับพฤติกรรมของคนเพื่อเสริมสร้างพฤติกรรมใหม่ให้บุคคลที่เราต้องการสร้างพฤติกรรมที่ต้องการ ซึ่งในการปรับพฤติกรรมนั้นต้องอาศัย การสังเกตและการประเมินพฤติกรรม เป็นเครื่องมือชี้วัด

## 2. ความสำคัญของการปรับพฤติกรรม

ธีระ ประพฤติกิจ (2538) กล่าวว่า ความสำคัญหรือประโยชน์ของการปรับพฤติกรรมมีหลายประการเช่น

2.1 ใช้ในกระบวนการเรียนการสอนโดยการเสริมแรงหรือยกย่องชมเชย ให้รางวัลเด็กที่ทำคุณความดี เช่น เรียนดีขึ้นเรียนได้ที่ 1 ของห้องหรือช่วยเหลือกิจกรรมของโรงเรียน เป็นต้น

2.2 ใช้ในชีวิตประจำวัน เช่น ถ้าเราเคยเอาใจใส่ลูกจนเหลือต่อมารเราทำเป็นไม่สนใจเสียบ้าง พอเขารู้ว่าเราไม่พอใจไม่โอ้ออก็อาจจะกลายเป็นคนที่กลับมาเอาใจเรา หรือแสดงพฤติกรรมดีขึ้นโดยสมัครใจก็ได้

2.3 ใช้ในการแก้ไขพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับอาการเจ็บป่วยทางร่างกาย เช่น การรักษาโรคมะเร็ง การป้องกันและการบำบัดโรคเกี่ยวกับระบบหัวใจ

2.4 การนำไปประยุกต์ใช้ในสถาบันต่าง ๆ เช่น ในโรงพยาบาลปัญญอ่อนสามารถใช้วิธีการให้เบี้ย แลกรางวัลแก่คนไข้ที่ทำงานในห้องซักผ้า ในครัว โรงอาหาร ถ้าคนไข้แสดงพฤติกรรมที่พึงปรารถนาที่จะได้เบี้ย เพื่อนำไปแลกกับสิ่งที่ตนต้องการ เช่น ได้อยู่ในห้องส่วนตัวแทนที่จะอยู่ปนกับคนไข้อื่น ๆ หรือได้ลูกกวาด ได้อิสระในการเล่นและทำกิจกรรมซึ่งจะมีผลให้มีพฤติกรรมทางสังคมดีขึ้น

2.5 การนำไปประยุกต์ใช้กับตนเองและคนใกล้ชิด เช่น เวลาที่เราเห็นคนอื่นกำลังมุงกันอยู่หน้าที่รับเงินธนาคาร ซื้อตั๋วภาพยนตร์ หรือรับยาตามโรงพยาบาลอย่างไร้ระเบียบ ถ้าเราต้องการให้เขาเข้าคิวอย่างเป็นระเบียบเราก็ต้องทดลองด้วยการเป็นตัวแบบ (Modeling) ด้วยตนเอง โดยยืนต่อจากคนใดคนหนึ่งโดยตรงกับช่องรับหรือจ่ายมากที่สุด แล้วใช้วิธีการชี้แนะให้คนที่มาทีหลังทำตามเรา จะพบว่าในไม่ช้าแถวก็เกิดขึ้นอย่างมีระเบียบ

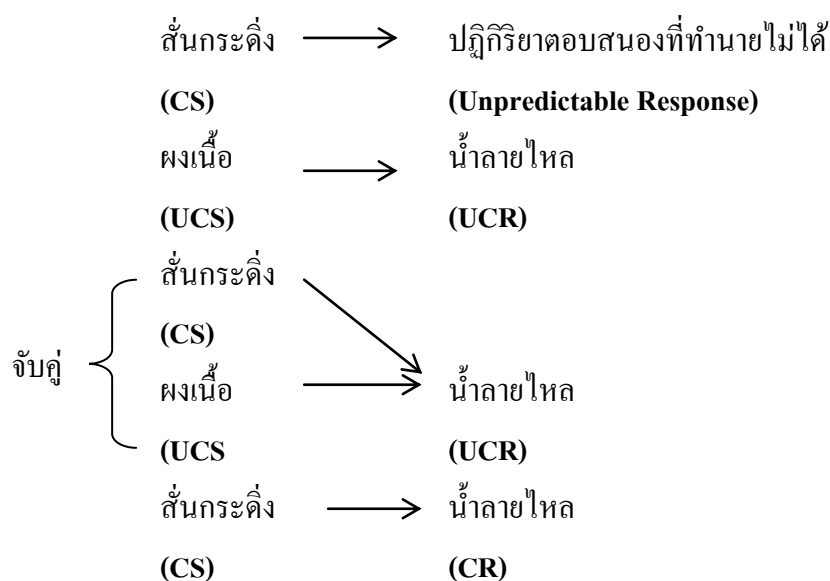
2.6 นำไปประยุกต์ใช้กับชุมชน ดังเช่นชุมชนวอลเดนดูใช้หลักการเสริมแรงทางบวกเท่านั้น การลงโทษจะไม่เกิดขึ้นที่นี่เดวิด เฟรเซอร์ (Fraser) นักวางแผนงานชุมชนนี้คนหนึ่งอธิบายว่าการเสริมแรงทางบวกใช้ได้ผลได้อย่างไร “เรามีเสรีภาพมากขึ้นและได้รับความสำเร็จมากขึ้นในชุมชนและวัฒนธรรมที่เรากำหนด เราสามารถควบคุมระบบสังคมทั้ง ๆ ที่ทุกคนยังรู้สึกว่าคุณเองอิสระเขาทั้งหลายสามารถทำอะไรก็ได้ที่เขาต้องการโดยที่ไม่ต้องมีใครบังคับ นั่นคือ

อิทธิพลของการเสริมแรงทางบวกที่เราใช้ที่นี่ ซึ่งไม่มีการคัดค้านและปฏิเสธ ด้วยการวางแผนอย่างระมัดระวังเราสามารถควบคุมได้ทุกอย่างไม่ใช่แค่เพียงพฤติกรรมเป้าหมายเท่านั้น แต่เรายังสามารถควบคุมแนวโน้มของพฤติกรรม แรงจูงใจ ความปรารถนา และความต้องการได้อีกด้วย” (Skinner, 1948 อ้างถึงใน ชีระ ประพฤติกิจ, 2538)

## ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการปรับพฤติกรรม

การปรับพฤติกรรมเป็นวิธีการนำเอาหลักการเรียนรู้และหลักพฤติกรรมที่ได้จากการทดลองมาใช้เปลี่ยนแปลง หรือแก้ไขพฤติกรรมที่เป็นปัญหาให้เป็นพฤติกรรมที่พึงปรารถนา และเสริมสร้างพฤติกรรมที่พึงปรารถนาให้ถาวรขึ้น แนวคิดทฤษฎีที่กล่าวถึงในที่นี้คือ ทฤษฎีการเรียนรู้ ทฤษฎีการเรียนรู้ดังกล่าว เน้นความสัมพันธ์ระหว่างสิ่งเร้ากับปฏิกิริยาตอบสนองหรือความสัมพันธ์ระหว่างการเปลี่ยนสิ่งแวดล้อมกับการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมหรือความประพฤติของบุคคล ทฤษฎีการเรียนรู้ที่นำมาปรับพฤติกรรมมี 3 ประเภท คือ ทฤษฎีการเรียนรู้แบบคลาสสิก ทฤษฎีการเรียนรู้แบบวางเงื่อนไขการกระทำ และทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคม

1. **ทฤษฎีการเรียนรู้แบบคลาสสิก (Classical Conditioning)** เป็นทฤษฎีการเรียนรู้ที่เน้นความสัมพันธ์ระหว่างสิ่งเร้า และปฏิกิริยาตอบสนอง สิ่งเร้าที่นี้คือสิ่งเร้าภายนอกที่มากระตุ้นให้คนแสดงพฤติกรรมที่เป็นไปโดยอัตโนมัติ เพราะพฤติกรรมของมนุษย์ไม่ได้เกิดขึ้นอย่างรู้ตัวทั้งหมด เช่น ถ้าคนเอามือไปถูกเตาร้อน ๆ ก็จะหดมืออย่างรวดเร็ว ปฏิกิริยาตอบสนองเช่นนี้ไม่ได้เกิดจากการเรียนรู้ แต่มันจะเป็นไปโดยอัตโนมัติ สิ่งเร้าที่มากระตุ้นไม่ได้เป็นสิ่งเร้าที่วางเงื่อนไข ดังนั้นเมื่อนำสิ่งเร้าใหม่มาควบคู่กับสิ่งเร้าซึ่งทำให้เกิดปฏิกิริยาตอบสนองที่เป็นไปโดยอัตโนมัติ หรือที่เรียกว่าปฏิกิริยาสะท้อน สิ่งเร้าใหม่ที่มีความเป็นกลางจะทำให้เกิดพฤติกรรมที่ถูกวางเงื่อนไข เช่น การทดลองของพาฟลอฟ (Pavlov) เจ้าของทฤษฎีสันกระดิงให้สุนัขฟังสุนัขจะมีปฏิกิริยาตอบสนองที่ไม่อาจทำนายได้ (อาจเฉย ๆ หรือกระดิกหาง) เมื่อเอาผงเนื้อใส่ปากสุนัข สุนัขจะน้ำลายไหล ต่อมาเมื่อทำทดลองโดยสันกระดิง (สิ่งเร้าที่เป็นกลาง) แล้วเอาผงเนื้อซึ่งเป็นสิ่งเร้าที่ทำให้เกิดปฏิกิริยาสะท้อนใส่ปากสุนัขอย่างซ้ำ ๆ ในเวลาที่ใกล้เคียงติดกันหลาย ๆ ครั้ง ในระยะหลังเมื่อสันกระดิงเพียงอย่างเดียวสุนัขจะน้ำลายไหล เพราะเกิดจากการเรียนรู้และเชื่อมโยงระหว่างเสียงกระดิงกับอาหารนั่นคือ แต่เดิมน้ำลายของสุนัขไม่ไหลเมื่อได้ยินเสียงกระดิง แต่เมื่อนำเสียงกระดิงควบคู่กับผงเนื้อน้ำลายสุนัขจะไหลเมื่อได้ยินเสียงกระดิงอย่างเดียวในเวลาต่อมา เขียนเป็นไดอะแกรมได้ดังนี้



2. ทฤษฎีการวางเงื่อนไขแบบสมครใจ (Operant conditioning) ของสกินเนอร์ (Skinner, 1904) ซึ่งเป็นนักจิตวิทยาคลุ่มพฤติกรรมนิยม ตามแนวคิดของสกินเนอร์จะเน้นที่การเรียนรู้แบบสมครใจ (Operant conditioning) และกฎแห่งการเสริมแรง (Reinforcement theory) ซึ่งเขาได้คิดค้นทดลองจนยากที่จะแยกจากกันได้ คนทั่วไปเมื่อนึกถึงสกินเนอร์ มักนึกถึงเขาในแง่ผู้เชื่อกฎเกณฑ์ S-R (สิ่งเร้าและการตอบสนอง) แต่หากผู้ใดได้ศึกษาทฤษฎีของเขาอย่างถ่องแท้แล้วจะพบว่าเขาให้ความสนใจกฎเกณฑ์การเสริมแรงทั้งทางบวกและทางลบมากกว่าสิ่งเร้า (S) โดยตรง เขาเชื่อว่ากระบวนการเสริมแรงเป็นพลังกระตุ้นที่สำคัญที่จะก่อให้เกิดพฤติกรรมใหม่ ๆ หรือลบพฤติกรรมเก่า ๆ หรือสั่งสมลักษณะพฤติกรรมใด ๆ จนกลายเป็นลักษณะนิสัยหรือลักษณะบุคลิกภาพประจำตัวของบุคคล สกินเนอร์ยังเน้นความสัมพันธ์ของพฤติกรรมใด ๆ ที่เกิดจากการเรียนรู้แล้วโยงไปเกี่ยวกับพฤติกรรมอื่น ๆ เช่น เขาพบว่าบุคคลที่มีนิสัยก้าวร้าว มักจะมีลักษณะอื่น ๆ ที่สัมพันธ์กัน เช่น ความเฉลียวฉลาดและความเชื่อมั่นในตัวเองสูง สกินเนอร์แสดงความเห็นว่าพฤติกรรมทั่วไปมี 2 ชนิดคือ

1. พฤติกรรมแบบถูกเร้าให้ทำ (Respondent Behavior) คือพฤติกรรมที่อยู่ภายใต้การควบคุมของสิ่งเร้าโดยตรง เช่น การตอบสนองของสุนัข ในการทดลองของ พาฟลอฟ เด็กตกใจเมื่อได้ยินเสียงดัง ซึ่งเป็นปฏิกิริยาสะท้อนอัตโนมัติของร่างกายที่ตอบสนองต่อสิ่งเร้าภายนอก

2. พฤติกรรมแบบสมครใจ (Operant Behavior) เป็นพฤติกรรมที่ปรากฏออกมาโดยการกระทำของอินทรีย์เอง มากกว่าเกิดขึ้นเพราะถูกกระตุ้นโดยสิ่งเร้า

สกินเนอร์สนใจศึกษาพฤติกรรมแบบที่ 2 เป็นพิเศษ เขาเชื่อว่าพฤติกรรมของมนุษย์ส่วนมากเป็นไปในลักษณะแสดงอาการกระทำต่อสิ่งแวดล้อมเพื่อจุดมุ่งหมายบางอย่าง หรือเป็นพฤติกรรมที่ทำให้มีผลเกิดขึ้นเสมอ ไม่ว่ากระทำด้วยตั้งใจหรือไม่ตั้งใจ ไม่ว่ารู้ตัวหรือไม่รู้ตัว

การวางเงื่อนไขแบบสมครใจนี้ สกินเนอร์ทำการทดลองโดยใช้การเสริมแรงเข้าควบคุมการตอบสนอง เพื่อให้สัตว์ที่ถูกทดลองกระทำพฤติกรรมต่าง ๆ ตามต้องการ เป็น 3 แบบคือ

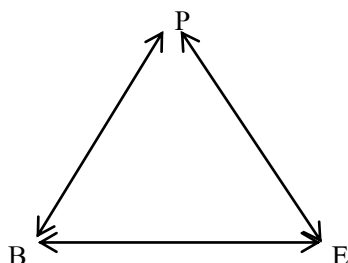
1. การฝึกแบบให้รางวัล สัตว์ที่นำมาทดลองนั้นเป็นสัตว์ที่เขาทำให้มันหิวอยู่แล้ว ฉะนั้นอาหารจึงเป็นตัวเสริมแรงที่มีคุณค่ามาก สัตว์จึงลงมือกระทำเพื่อให้ได้รับรางวัล

2. การฝึกแบบให้หลบหนี ผู้ทดลองเตรียมกล่อง ให้มีโอกาสได้รับกระแสไฟฟ้าอ่อน ๆ ไปเล่นอยู่ที่พื้นกล่อง กระแสไฟฟ้าถูกตัดได้ถ้าคนในกล่องนั้นถูกกดลง เขาจับหนูใส่กล่อง แล้วปล่อยให้กระแสไฟฟ้าเล่นที่พื้นกล่อง หนูถูกไฟฟ้าช็อตก็รู้สึกเดือดร้อนวิ่งวนไปมา บังเอิญไปกดคันกระแสไฟฟ้าถูกตัด หนูได้เรียนรู้ว่าการกดคันทำให้มันสบายหายเดือดร้อน ถ้ามันถูกไฟฟ้าช็อตในครั้งต่อไป มันจะวิ่งมากกดคันตัดไฟฟ้า

3. ริเช ประพฤติกิจ (2538) กล่าวว่า การฝึกแบบให้หลีกเลี่ยง คล้ายการฝึกแบบให้หลบหนีที่มีลักษณะพิเศษเพิ่มขึ้นขั้นหนึ่ง คือ เพิ่มความซับซ้อนก่อนปล่อยกระแสไฟฟ้าให้เล่นบนพื้นกล่องโดยให้สัญญาณบางอย่างก่อน เช่น เปิดแสงไฟก่อนแล้วค่อยปล่อยกระแสไฟฟ้าหลาย ๆ ครั้งจนกระทั่งหนูเรียนรู้โดยการเชื่อมโยง (S-R) ได้ว่าถ้ามีแสงไฟ แล้วจะถูกไฟฟ้าช็อตได้ทันทีที่เห็นแสงไฟ วิธีการวางเงื่อนไขแบบนี้จึงเป็นต้นแบบของการวางเงื่อนไขแบบเบี่ยงเบนความสนใจในการวิจัยครั้งนี้ เช่นแทนที่ครูจะลงโทษโดยตรงเหมือนการวางเงื่อนไขแบบที่ 2 ของสกินเนอร์ ครูกลับใช้วิธีสัมผัสเบา ๆ เรียกชื่อ หรือชักชวนเด็กไปทำกิจกรรมอื่น ๆ เช่น งานศิลปะ เล่นกีฬา เล่นตามมุมเสียก่อนที่เด็กจะแสดงพฤติกรรมแบบรุนแรงกับเพื่อน โดยที่ไม่ต้องมีการลงโทษแต่อย่างใดเลย และที่สำคัญคือเด็กจะสามารถเชื่อมโยงหรือเรียนรู้ได้ว่าถ้ามีสัญญาณจากครู เด็กจะได้ระบายความคับข้องใจหรือความก้าวร้าวโดยการทำกิจกรรมอย่างใดอย่างหนึ่งด้วยความสนุกสนานจนเป็นนิสัยต่อไปในการดำเนินชีวิตประจำวัน

3. ทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคม (Social Cognitive Theory) แบนดูรา (Bandura, 1989, อ้างถึงในสมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต, 2539) เชื่อว่าการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นไม่จำเป็นต้องแสดงพฤติกรรมออกมาทันที แต่การเรียนรู้เป็นการได้มาซึ่งความรู้ใหม่ ซึ่งยังไม่จำเป็นที่จะต้องแสดงออกมา ดังนั้นการเรียนรู้ในแนวทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคมคือการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่เกิดขึ้นภายในโดยไม่จำเป็นต้องแสดงออกมาให้เห็น แต่ถ้าแสดงออกมาเป็นพฤติกรรมภายนอกก็เป็นการยืนยันว่าเกิดการเรียนรู้ การที่แบนดูราเชื่อเช่นนี้เพราะเขาเน้นการเรียนรู้ที่เกิดจากการสังเกต ตัวแบบหรือการเรียนรู้โดยการสังเกต เมื่อบุคคลสังเกตตัวแบบแสดงพฤติกรรมต่าง ๆ ก็จะจดจำพฤติกรรมต่างๆ ของตัวแบบเอาไว้ แต่ไม่ได้แสดงพฤติกรรมตามตัวแบบในทันทีทันใด ต่อมาเมื่อมีโอกาสจึงได้แสดงพฤติกรรมนั้นออกมา เช่น เด็กสังเกตเห็นพฤติกรรมก้าวร้าวของพ่อแม่ที่มีต่อกัน เด็กก็จะจดจำเอาไว้ซึ่งขั้นตอนนี้แบนดูราถือว่าได้เกิดการเรียนรู้ (ต่อมาเมื่อมีโอกาสเหมาะเด็กก็จะ

แสดงพฤติกรรมก้าวร้าวออกมาทันที) การแสดงพฤติกรรมจึงสามารถอธิบายได้ในลักษณะการมีปฏิสัมพันธ์หรือเป็นตัวกำหนดซึ่งกันและกันระหว่างองค์ประกอบ 3 ด้าน ดังรูปต่อไปนี้



เมื่อ P = ตัวบุคคล (Person)

B = พฤติกรรม (Behavior)

E = สิ่งแวดล้อม (Environment)

1. ระหว่าง  $P \leftrightarrow B$  เป็นปฏิสัมพันธ์ระหว่างตัวบุคคล ได้แก่ ความคิด ความคาดหวัง ความเชื่อ ความรู้สึก การรับรู้ตนเอง เป้าหมาย ความตั้งใจกับพฤติกรรม ปัจจัยดังกล่าวกำหนดว่าจะแสดงพฤติกรรมไปในทิศทางใด ในขณะที่เดียวกันพฤติกรรมก็เป็นตัวกำหนดปัจจัยภายในตัวบุคคลด้วย คือ ตอบสนองความรู้สึก

2. ระหว่าง  $E \leftrightarrow P$  เป็นปฏิสัมพันธ์ระหว่างสิ่งแวดล้อมและตัวบุคคล สิ่งแวดล้อมที่อาจเป็นสื่อ ข้อความหรือตัวแบบจะกระตุ้นความคิดความคาดหวัง ความรู้สึก การรับรู้ตนเองและลักษณะอื่นๆ ของบุคคลโดยผ่านตัวแบบการอบรมสั่งสอนหรือการชักจูงทางสังคม ในขณะที่เดียวกันบุคคลจะมีปฏิกิริยาตอบสนองภายในต่อสิ่งแวดล้อมด้วย เช่น รายการทีวีจะกระตุ้นให้บุคคลรับรู้ว่ามีประโยชน์และทำให้เกิดความอยากดู เกิดการวางแผนที่จะดูและเลือกรายการทีวี การเลือกรายการทีวีก็จะจัดสภาพแวดล้อมให้สอดคล้องกับความชอบของบุคคล

3. ระหว่าง  $B \leftrightarrow E$  เป็นปฏิสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมและสภาพแวดล้อม นั่นคือพฤติกรรมจะเปลี่ยนเงื่อนไขสภาพแวดล้อมและสภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนไปจะเปลี่ยนพฤติกรรมด้วย เช่น บุคคลจะเปลี่ยนรายการทีวี (สิ่งแวดล้อม) ตามความชอบ เมื่อสิ่งแวดล้อมเปลี่ยนก็จะทำให้พฤติกรรมเปลี่ยนไปด้วย

ปัจจัย 3 ด้าน ซึ่งเป็นตัวกำหนดซึ่งกันและกันแต่ละตัวมีอิทธิพลไม่เท่ากันและอาจจะเกิดขึ้นไม่พร้อมกัน

## การปรับพฤติกรรม

ประภาพรรณ สุวรรณสุข และคณะ (2535) กล่าวว่า การปรับพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์และเสริมสร้างพฤติกรรมที่พึงประสงค์นั้น มีอยู่มากมายหลายเทคนิคด้วยกัน แต่ที่ใช้อย่างเหมาะสมกับเด็กในสภาพที่บ้านและโรงเรียนนั้นแบ่งออกเป็น 2 วิธี ได้แก่ วิธีการจัดการวางแผนเงื่อนไขพฤติกรรม (Contingency Management) และวิธีการใช้ตัวแบบ (Modeling)

**1. วิธีการจัดการวางเงื่อนไขผลกรรม (Contingency Management)** แบ่งออกได้เป็น 3 ลักษณะใหญ่ๆด้วยกันตามลักษณะของผลกรรม ซึ่งได้แก่การเสริมแรงทางบวก (Positive Reinforcement) การลงโทษและการเสริมแรงทางลบ (Punishment and Negative Reinforcement) การหยุดยั้ง (Extinction)

#### 1.1 การเสริมแรงทางบวก (Positive Reinforcement)

การเสริมแรงทางบวก คือ การทำให้ความถี่ของการแสดงพฤติกรรมเพิ่มขึ้นอันเป็นผลเนื่องมาจากการได้รับผลกรรมที่พึงพอใจหลังจากการแสดงพฤติกรรมนั้น ซึ่งผลกรรมที่พึงพอใจเรียกว่า ตัวเสริมแรงทางบวก เช่น การที่เด็กชายดีมากยกมือขึ้นถามคำถามครูในชั้นเรียน ครูหันมาตอบคำถามพร้อมทั้งชมเชยเด็กชายดีมากที่แสดงพฤติกรรมยกมือขึ้นถามคำถาม อันเป็นผลทำให้เด็กชายดีมากยกมือขึ้นทุกครั้งที่จะถามคำถามครูในชั้นเรียนของเด็กชายดีมากคงไว้ด้วยตัวเสริมแรงทางบวก (ความสนใจและคำชมเชย) ตัวเสริมแรงทางบวกที่นิยมใช้ในทางเงื่อนไขผลกรรม มีอยู่ด้วยกัน 5 ชนิด คือ

1.1.1 อาหารหรือสิ่งที่เสฟได้จัดได้ว่าเป็นตัวเสริมแรงที่มีประสิทธิภาพมากที่สุดตัวหนึ่ง เนื่องจากเป็นตัวเสริมแรงที่ไม่ต้องวางเงื่อนไข แต่ทว่าไม่นิยมใช้กันอย่างแพร่หลาย การใช้อาหารหรือสิ่งที่เสฟได้ให้มีประสิทธิภาพมากที่สุดนั้น ควรจะใช้ในช่วงที่เด็กกำลังอยู่ในสภาพที่หิวอยู่เพราะถ้าใช้ในขณะที่ได้รับประทานอาหารอิ่มแล้ว อาหารที่ใช้จะหมดสภาพเป็นตัวเสริมแรงในขณะนั้นทันที

1.1.2 แรงเสริมทางสังคม ได้แก่ การยิ้ม การชมเชย การยอมรับ การกอดหรือการมองตา เป็นต้น แรงเสริมทางสังคมถือได้ว่าเป็นตัวเสริมแรงที่ต้องวางเงื่อนไข ซึ่งจำเป็นที่จะต้องใช้คู่กับตัวเสริมแรงอื่น ๆ และเมื่อแรงเสริมทางสังคมนี้มีคุณสมบัติเป็นตัวเสริมแรงแล้วจะทำให้เป็นตัวเสริมแรงที่มีประสิทธิภาพในการคงไว้ซึ่งพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงไปแล้วอีกด้วย ตัวเสริมแรงทางสังคมแบ่งออกได้เป็น 2 ลักษณะ คือ

(1) แรงเสริมทางสังคมที่แสดงออกโดยใช้คำพูดเช่น คำชม คำยกย่อง เป็นต้น

(2) แรงเสริมทางสังคมที่แสดงออกโดยใช้ท่าทาง เช่น การแตะตัว การกอด การมองตา การพยักหน้าแสดงการยอมรับ เป็นต้น

1.1.3 หลักของฟรีแม็ค (Premack Principle) คือ การใช้กิจกรรมที่เด็กชอบทำมากที่สุด หรือกิจกรรมที่เด็กทำบ่อยที่สุดมาเสริมแรงกิจกรรมที่เด็กชอบทำน้อยที่สุด

ในการใช้หลักของฟรีแม็คเป็นตัวเสริมแรงนั้น ควรมีข้อพิจารณาดังนี้

1. ไม่สามารถที่จะให้การเสริมแรงได้ทันทีที่พฤติกรรมที่พึงประสงค์เกิดขึ้นอันอาจจะเป็นผลทำให้ประสิทธิภาพของตัวเสริมเรงนั้นลดลงได้ ยกเว้นแต่ว่ากิจกรรมนั้นจะเป็นสิ่งที่เด็กชอบทำจริง ๆ

2. กิจกรรมที่นำมาใช้ควรจะมีมากพอที่จะทำให้เด็กได้มีโอกาสเลือก เพราะถ้ามีจำนวนกิจกรรมที่จำกัดจะทำให้ไม่ได้ผลเท่าที่ควร เพราะเด็กและกลุ่มหรือแต่ละคนชอบกิจกรรมที่ไม่เหมือนกัน

3. ในการนำกิจกรรมมาใช้ควรจะต้องพิจารณาถึงหลักศีลธรรมด้วย อย่าให้ใช้กิจกรรมที่จำเป็นแก่ชีวิตมาเป็นตัววางเงื่อนไข

1.1.4 เบี้ยอรรถกร (Token Economy) คือการใช้เบี้ย ดาว แด้ม หรือคะแนนเป็นตัวเสริมแรงโดยที่เบี้ย ดาว แด้ม หรือคะแนนนั้นสามารถนำไปแลกเป็นตัวเสริมแรงอื่น ๆ ได้มากกว่า 1 ตัวขึ้นไป ทำให้เบี้ยอรรถกรมีคุณสมบัติเป็นตัวเสริมแรงแผ่ขยาย มีประสิทธิภาพสูงในการเป็นตัวเสริมแรงและมีโอกาสที่จะหมดสภาพการเป็นตัวเสริมแรงได้น้อยมาก ในการใช้เบี้ยอรรถกรเป็นตัวเสริมแรงนั้น มีข้อพิจารณาดังต่อไปนี้

(1) เป็นเทคนิคที่มีประสิทธิภาพสูงมาก และสามารถคงพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงไปนั้นได้ในระดับที่สูง

(2) สามารถนำมาเป็นตัวเชื่อมกับตัวเสริมแรง ที่ไม่สามารถให้ได้ทันที เช่น การที่ให้อาหารหรือกิจกรรมบางอย่างเป็นตัวเสริมแรง พบว่าไม่สามารถที่จะให้อาหารหรือจัดกิจกรรมให้เด็กได้ทันทีที่เด็กแสดงพฤติกรรมที่พึงประสงค์ ดังนั้นการให้เบี้ย อรรถกรจะสามารถใช้แทนอาหารหรือกิจกรรมที่จะให้ในขณะนั้นได้ ก็จะทำให้อาหารหรือกิจกรรมนั้นยังคงมีประสิทธิภาพสูงอยู่ต่อไป

(3) เนื่องจากเบี้ยอรรถกรเป็นตัวเสริมแรงชนิดแผ่ขยาย นั่นคือสามารถนำมาแลกตัวเสริมแรงได้มากกว่า 1 ตัวขึ้นไป จึงไม่ก่อให้เกิดการหมดสภาพเป็นตัวเสริมแรง

(4) สามารถใช้ได้ง่าย และไม่รบกวนต่อพฤติกรรมที่กำลังทำอยู่ อย่างเช่น ขณะที่เด็กกำลังทำงานตามที่มอบหมาย ครูอาจจะนำเอาดาวไปติดที่โต๊ะของเขาได้โดยที่เขาไม่จำเป็นต้องยุติการแสดงพฤติกรรมนั้นเลย

(5) สามารถใช้เบี้ยอรรถกรเพียงตัวเดียวแทนตัวเสริมแรงตัวอื่น ๆ ได้จึงทำให้เกิดความสะดวกในการใช้

1.1.5 การให้ข้อมูลย้อนกลับ (Informative Feedback) เป็นการชี้ให้เห็นว่าสิ่งที่เด็กทำนั้นได้ผลเป็นอย่างไร จากการที่รู้ตัวว่าสิ่งที่ทำนั้นได้ผลเป็นอย่างไร จะทำให้เกิดเป็นแรงเสริมในการดำเนินกิจกรรมต่อไป

หลักในการทำให้ตัวเสริมแรงมีประสิทธิภาพมากที่สุดคือ

1. เสริมแรงทันทีที่พฤติกรรมที่พึงประสงค์เกิดขึ้น
2. กำหนดเงื่อนไขของการเสริมแรงให้ชัดเจน
3. ให้ปริมาณของตัวเสริมแรงอย่างเพียงพอ เพื่อให้พฤติกรรมคงอยู่โดยไม่ให้เกิดการหมดสภาพเป็นตัวเสริมแรง
4. เลือกตัวเสริมแรงให้เหมาะกับเด็กแต่ละคน
5. พยายามใช้ตัวเสริมแรงหลาย ๆ ชนิด ๆ และใช้หลาย ๆ สภาพการณ์
6. พยายามใช้พฤติกรรมที่ทำบ่อย ๆ และตัวเสริมแรงอื่น ๆ ที่อาจทำได้ในสภาพแวดล้อมทั่วไป
7. พยายามให้เด็กได้มีประสบการณ์ในการได้รับตัวเสริมแรง
8. พยายามลดหรือจำกัดเงื่อนไขที่แข่งขันกับเงื่อนไขที่ต้องการจะใช้ในการปรับพฤติกรรม
9. เสริมแรงทุก ๆ ครั้งที่พฤติกรรมพึงประสงค์เกิดขึ้น
10. อาจใช้ตัวแบบหรือการชี้แนะช่วยในการเสริมสร้างพฤติกรรม
11. วางแผนในการค่อย ๆ ถอนตัวเสริมแรงออก เมื่อพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงไปนั้นได้เกิดขึ้นในระดับที่สม่ำเสมอแล้ว

## 1.2 การลงโทษและการเสริมแรงทางลบ

การลงโทษคือการให้อินทรีย์ไม่พึงพอใจหรือถอดถอนสิ่งที่อินทรีย์แสดงพฤติกรรมใดพฤติกรรมหนึ่ง อันเป็นผลทำให้พฤติกรรมนั้นยุติลง การลงโทษมักจะมีผู้ที่เข้าใจผิดว่า จะต้องเป็นการตี การดุ หรือการทำให้เจ็บปวด แต่ความจริงแล้วการลงโทษจะเป็นอะไรก็ได้ที่เป็นผลกรรมของพฤติกรรมนั้นแล้วมีผลทำให้การแสดงพฤติกรรมนั้นยุติลง ซึ่งอาจจะเพียงแกล้งมองตาด้วย ความไม่พอใจ การโบกมือแสดงการไม่ยอมรับ หรือการตะแคงตัวเบา ๆ ตราบใดก็ตามที่ตีเด็กแล้วเด็กยังทำพฤติกรรมเดิมอยู่ แสดงว่าการตีนั้นยังไม่ใช่การลงโทษ แต่เป็นการเสริมแรงแทน

การลงโทษโดยการให้สิ่งที่ไม่พึงพอใจนั้น ไม่สมควรจะใช้อย่างยิ่ง แม้ว่าจะเป็นการยุติพฤติกรรมที่ได้ผลดีที่สุดก็ตาม จะทำให้เกิดผลข้างเคียงที่เป็นปัญหาตามมา คือ

1. ทำให้เด็กเกิดปัญหาทางอารมณ์เนื่องจากการลงโทษเป็นการบอกว่าอะไรที่ไม่ควรทำ แต่ไม่ได้บอกว่าจะอะไรที่ควรทำ ทำให้เด็กเกิดความขัดข้องใจไม่รู้ว่าตนเองควรทำอย่างไรดี
2. ก่อให้เกิดปัญหาหลักหนีจากสภาพที่เป็นอยู่ เช่น การที่ครูตีเด็กนักเรียนเมื่อนักเรียนไม่ทำการบ้านมา อาจจะเป็นผลทำให้นักเรียนไม่ยอมมาโรงเรียนเลย เพราะต้องการจะหนีจากการถูกตี

3. ทำให้เด็กที่ถูกลงโทษนั้นมีพฤติกรรมที่ก้าวร้าวมากยิ่งขึ้น เนื่องจากการเก็บกดอารมณ์ เช่น ตะโกนเสียงที่ดัง ปิดประตูอย่างแรง เป็นต้น

4. เป็นตัวแบบให้เด็กเกิดทำตาม เนื่องจากเด็กได้เห็นวิธีแก้ไขพฤติกรรมที่ไม่พึงปรารถนาของผู้ใหญ่เป็นลักษณะนั้น เด็กจึงเรียนรู้ว่าการหยุดยั้งพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์มีเพียงวิธีเดียวคือการลงโทษ

5. ทำให้เกิดความคิดใจในการใช้ และทำให้ใช้บ่อยขึ้น เนื่องจากได้ผลเท่ากับเป็นการเสริมแรงพฤติกรรมการทำโทษเด็กขึ้นไปอีก

### 1.3 การหยุดยั้ง

การหยุดยั้ง คือ การยุติการให้การเสริมแรงต่อพฤติกรรมที่เคยได้รับการเสริมแรง อันเป็นผลทำให้พฤติกรรมนั้นค่อย ๆ ลดลง และอาจยุติไปในที่สุด

การหยุดยั้งควรใช้ต่อเมื่อ

1. รู้ว่าอะไรคือตัวเสริมแรงต่อพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์นั้น และต้องสามารถควบคุมตัวเสริมแรงเหล่านั้นได้ทุกตัว ถ้าทำไม่ได้ไม่ควรใช้วิธีการหยุดยั้ง

2. รู้ว่าพฤติกรรมใดที่ต้องการจะให้เด็กแสดงออก พร้อมทั้งมีการจัดโปรแกรมเสริมแรงพฤติกรรมนั้นด้วย

การหยุดยั้งให้ได้ผลดีที่สุด ควรพิจารณาดังนี้ คือ

1. พฤติกรรมที่ต้องการจะให้ลดนั้น ได้รับการเสริมแรงแบบทุกครั้งหรือแบบบางครั้ง บางคราว พฤติกรรมที่ได้รับการเสริมแรงแบบบางครั้งบางคราว จะลดลงได้ช้ามากเมื่อใช้การหยุดยั้ง แต่จะลดลงอย่างรวดเร็วถ้าพฤติกรรมนั้นได้รับการเสริมแรงแบบทุกครั้ง

2. จำนวนแรงเสริมที่ได้รับและระยะเวลาที่ได้รับการเสริมแรง จะมีผลต่อการใช้การหยุดยั้งพฤติกรรมนั้น ถ้าพฤติกรรมใดได้รับแรงเสริมเป็นจำนวนมากจะทำให้การหยุดยั้งได้ผลน้อยมาก ในทางกลับกันพฤติกรรมที่ได้รับแรงเสริมเป็นจำนวนน้อยจะทำให้ลดลงได้อย่างรวดเร็วถ้าใช้การหยุดยั้ง

3. รู้ตัวเสริมแรงที่ทำให้พฤติกรรมนั้นคงอยู่ การใช้การหยุดยั้งจะไม่ได้ผลเลยถ้าไม่รู้ตัวเสริมแรง

4. สามารถควบคุมแหล่งของแรงเสริมได้บางครั้ง อาจพบว่าแรงเสริมบางอย่างอยู่นอกเหนือการควบคุมของผู้ใช้การหยุดยั้ง ถ้าเป็นเช่นนี้การใช้การหยุดยั้งจะไม่ได้ผล เพราะถ้าจะให้ได้ผลจะต้องสามารถควบคุมแหล่งของแรงเสริมนั้นให้ได้ทุกตัว

5. ในกรณีที่พฤติกรรมใดเป็นพฤติกรรมที่มีลักษณะของการเสริมแรงอยู่ในตัวของมันเอง การใช้การหยุดยั้งจะไม่ได้ผล อย่างเช่นพฤติกรรมดูทีวี พฤติกรรมการเล่นเกมกับเพื่อนในชั้นเรียน

6. การหยุดยั้งจะได้ผลเป็นอย่างมากถ้าใช้คู่กับการเสริมแรงทางบวก

## 2. การใช้ตัวแบบ (Modeling)

การใช้ตัวแบบเป็นวิธีการเสริมสร้างพฤติกรรมใหม่โดยการให้อินทรีย์ได้มีโอกาสสังเกตพฤติกรรมของตัวแบบ ซึ่งการใช้ตัวแบบให้ได้ผลนั้นควรที่จะทำดังต่อไปนี้

2.1 ใช้ตัวแบบให้แสดงพฤติกรรมที่พึงประสงค์หลาย ๆ คน โดยให้มีคนในหลาย ๆ ช่วงอายุและมีทั้งเพศชายและเพศหญิง

2.2 ให้ตัวแบบนั้นมีลักษณะใกล้เคียงผู้ที่สังเกตและอยู่ในสภาพแวดล้อมคล้าย ๆ กับสภาพแวดล้อมที่ผู้สังเกตอยู่

2.3 เมื่อตัวแบบแสดงพฤติกรรมที่พึงประสงค์ควรที่จะมีการเสริมแรงต่อตัวแบบนั้นทันที จะทำให้ผู้สังเกตเกิดการลอกเลียนแบบได้เร็วขึ้น

แบนดูรา โรส และ โรส (Bandura, Ross and Ross, 1961 อ้างถึงใน สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต, 2539) ยังได้แสดงให้เห็นว่าเด็กสามารถที่จะเรียนรู้การแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวได้โดยการสังเกตจากตัวแบบ เขาได้ทำการทดลองโดยแบ่งเด็กออกเป็น 3 กลุ่ม กลุ่มแรกให้ดูตัวแบบตีตุ๊กตาทอง กลุ่มที่สองมองดูตัวแบบที่ไม่ได้แสดงความสนใจต่อตุ๊กตาทอง ส่วนกลุ่มสุดท้ายไม่มีโอกาสได้ดูอะไรเลย ในเวลาต่อมาเขาได้ให้เด็กทั้ง 3 กลุ่ม ได้เข้าไปในห้องที่มีตุ๊กตาทองโดยให้เข้าไปที่ละกลุ่ม ผลปรากฏกลุ่มที่ดูตัวแบบตีตุ๊กตาทองมีจำนวนครั้งของการตีตุ๊กตาทองแตกต่างไปจากทั้ง 2 กลุ่มที่เหลืออย่างชัดเจน ในขณะที่ทั้งสองกลุ่มที่เหลือไม่มีความแตกต่างกันในเรื่องของการแสดงออกต่อตุ๊กตาทอง แสดงให้เห็นว่าการสังเกตตัวแบบที่ก้าวร้าว (ตีตุ๊กตาทอง) จะมีผลทำให้ผู้สังเกตเลียนแบบได้ง่าย

วาริน สิตา (2550) ได้เสนอวิธีการปรับพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมของเด็กไว้หลายวิธีดังต่อไปนี้

1. การใช้เหตุผล การให้เหตุผลตรงไปตรงมา ซึ่งเด็กสามารถเข้าใจ และมักจะแก้ไขพฤติกรรมได้ ในเด็กเล็กการใช้เหตุผลต้องง่าย สั้น ไม่พูดยืดเยื้อ เช่น มีดเล่นไม่ได้ เพราะจะบาดมือหนู หนูปีนต้นไม้ไม่ได้ เพราะเดี๋ยวตกลงมาเจ็บ เป็นต้น

2. การใช้ทำที่ที่หนักแน่นและจริงจัง เวลาที่ผู้ใหญ่ต้องการให้เด็กทำอะไร แล้วเด็กอึดออดไม่ยอมทำวิธีที่ได้ผล คือต้องพูดให้หนักแน่นและจริงจังว่าให้ทำเดี๋ยวนี้ อาจต้องใช้ทำที่

ประกอบด้วย เช่น เด็กไม่มาเข้าแถวครูใช้วิธีพูดเตือน ถ้ายังช้ายู่ครูก็เดินเข้าไปหาจับที่มือเขาแล้วพามาเข้าแถว

3. การใช้สิ่งทดแทน ในเด็กเล็กเวลาห้ามไม่ให้เด็กทำสิ่งหนึ่งสิ่งใด ควรบอกเด็กไปด้วยว่าสิ่งไหนที่ทำแทนได้ เช่น เห็นเด็กเขียนฝาผนังอยู่ ห้ามไม่ให้ทำเพราะสกปรก ก็ควรหากระดาษให้เด็กเขียนแทน

4. ให้สามารถแสดงความคิดเห็นและความรู้สึก ควรให้เด็กรู้สึกว่ามีความคิดเห็นอย่างไร ก็สามารถพูดออกมาได้อย่างอิสระ หรือรู้สึกอย่างไรก็สามารถคุยชี้แจงได้ เช่น เด็กต้องการตัดสินใจเองในการเลือกของใช้ส่วนตัว เล่นตามมุมการศึกษา

5. การให้รางวัล เมื่อเด็กมีพฤติกรรมที่ถูกต้องเหมาะสมแล้ว เพื่อให้พฤติกรรมนั้นเกิดขึ้นอีก ไม่หายไปควรให้รางวัลสำหรับพฤติกรรมนั้น อาจเป็นการกล่าวชมด้วยวาจาหรือแสดงกริยาชื่นชม พอใจในพฤติกรรมนั้น เช่น ประทับมือ ยิ้ม โอบกอด ลูบหัว เป็นต้น

6. การเลิกให้ความสนใจ เป็นธรรมชาติของเด็กทุกคน ที่ต้องการได้รับความสนใจจากผู้อื่น ฉะนั้นเมื่อเด็กมีพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ เราอาจใช้วิธีเลิกให้ความสนใจ ขณะที่เด็กกำลังกระทำพฤติกรรมนั้น แต่หันไปให้ความสนใจหรือให้รางวัลกับเด็กที่มีพฤติกรรมที่เราต้องการแทน ตัวอย่างเช่น เด็กในห้องกลุ่มหนึ่งมีสมาธิในการฟังดีมาก นั่งฟังอย่างตั้งใจ ส่วนอีกกลุ่มหนึ่งเล่นส่งเสียงรบกวนผู้อื่น ครูชมหรือบอกความรู้สึกที่ครูพอใจในกลุ่มที่มีสมาธิในการฟัง ส่วนกลุ่มที่เล่นส่งเสียงรบกวนผู้อื่นครูเฉยไม่ให้ความสนใจ ในขณะที่เดียวกันก็คอยสังเกตพฤติกรรมกลุ่มนั้นด้วย เมื่อพบว่ามีความประพฤติที่พึงประสงค์ก็กล่าวชมทันที

7. การเป็นแบบอย่างที่ดีของผู้ใหญ่ให้กับเด็ก พฤติกรรมส่วนใหญ่ของมนุษย์นั้นมาเรียนรู้ภายหลังจากเกิดมาแล้ว เด็กจะเอาอย่างผู้ใหญ่ที่อยู่ใกล้ชิด โดยดูจากการกระทำของผู้ใหญ่มากกว่าการสอนด้วยวาจา เช่น สอนเด็กให้เก็บขยะแต่พบผู้ใหญ่เห็นพลาสติกอยู่ข้างหน้าก็ยังไม่เก็บ เด็กก็จะไม่เชื่อคำสอนนั้นแต่จะเชื่อสิ่งที่เห็นคือไม่เก็บขยะ

## การปรับพฤติกรรมโดยวิธีการเบี่ยงเบนความสนใจ

ธีระ ประเสริฐกิจ (2538) กล่าวว่าเทคนิคการปรับพฤติกรรมโดยวิธีการเบี่ยงเบนความสนใจเป็นวิธีการปรับพฤติกรรมอย่างหนึ่งที่ทำให้บุคคลเปลี่ยนความสนใจจากการกระทำอย่างใดอย่างหนึ่ง หรือต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งที่ไม่เหมาะสมไปสู่การกระทำอย่างอื่น หรือต่อสิ่งอื่นที่เหมาะสมกว่าโดยไม่มีการลงโทษหรือเสริมแรงทันที ดังวิธีเบี่ยงเบนความสนใจต่อไปนี้

## ตัวอย่างรูปแบบการวางเงื่อนไขแบบสมัครใจเพื่อเบี่ยงเบนความสนใจ

### 1. พฤติกรรมเป้าหมาย

พฤติกรรมก้าวร้าวทุกชนิด ได้แก่ ทบ ตี หยิก แย่งของเล่น คำ เตะ ต่อย ฯลฯ

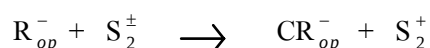
### 2. วัตถุประสงค์

เพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวของเด็กปฐมวัย ที่ละน้อยโดยไม่มีการลงโทษ

### 3. เทคนิควิธีการเบี่ยงเบนความสนใจ

เมื่อเด็กแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวทุกครั้งครูให้สัญญาณโดยการตักเตือน ห้ามปราม แล้วชักชวนไปทำกิจกรรมอื่น ๆ ที่เด็กสนใจเพื่อให้เด็กเรียนรู้ว่าการทำกิจกรรมเพื่อระบายความคับข้องใจดีกว่าการก้าวร้าว ดังโปรแกรมในข้อต่อไป

### 4. ลักษณะโปรแกรม



เมื่อ  $R_{op}^-$  คือ พฤติกรรมก้าวร้าวที่เด็กเป็นผู้กระทำเอง

$S_2^\pm$  คือ การเบี่ยงเบนความสนใจซึ่งมีลักษณะกลาง ๆ เช่น การสัมผัสตัวเด็กเบาๆ การดึงไปทำกิจกรรมอื่นที่น่าสนใจกว่าเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวที่ละน้อยโดยไม่มีการลงโทษ

$CR_{op}^-$  คือ การเรียนรู้ของเด็กจากการวางเงื่อนไขว่าถ้าแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวจะต้องทำกิจกรรมอย่างใดอย่างหนึ่งเพื่อระบายความคับข้องใจแทนการลงโทษของครู

$S_2^+$  คือ การเสริมแรงตนเองด้วยความสำเร็จของงานหรือจากครูหลังจากเด็กลดหรือเลิกพฤติกรรมก้าวร้าว เพราะเรียนรู้แล้ว

### 5. การประเมินผลและติดตามผล

5.1 สังเกตพฤติกรรมของเด็กที่ก้าวร้าวเห็นว่า ลดลงหรือไม่ มากน้อยเพียงใด

5.2 ติดตามผลว่าเด็กยังแสดงพฤติกรรมแบบเดิมและกับเพื่อนคนเดิมหรือคนอื่นหรือไม่เพียงใด

5.3 ถ้าเด็กลดพฤติกรรมก้าวร้าวแล้วอาจมีการเสริมแรงด้วยการชมหรือกอดเพื่อแสดงความชื่นชมเด็กเพื่อให้พฤติกรรมนั้นถาวร

รุจา เจนวีระนนท์ (2552) กล่าวว่าเทคนิคการปรับพฤติกรรมนั้นใช้หลักทฤษฎีการเรียนรู้ (Learning Theory) เป็นวิธีการหนึ่งที่ช่วยให้เด็กได้เรียนรู้ที่จะแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมและเป็นที่ยอมรับของสังคม วิธีการปรับพฤติกรรมมีเป้าหมาย 3 เรื่อง คือ

1. ลดพฤติกรรมที่เป็นปัญหา
2. ส่งเสริมพฤติกรรมที่เหมาะสม
3. สร้างพฤติกรรมใหม่

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (2547) กล่าวว่า การปรับพฤติกรรมก้าวร้าวของเด็กปฐมวัยโดยชวนเด็กทำกิจกรรมที่เด็กสนใจหรือพาไปเล่นตามมุม เพื่อให้ระบายความคับข้องใจและปรับเปลี่ยนอารมณ์ การเล่นจึงเป็นสิ่งที่เด็กชอบ เด็กจะมีจิตใจเบิกบานรู้สึกเพลิดเพลินสนุกสนานกับกิจกรรมที่ทำ รู้จักควบคุมตนเอง รู้จักรับอารมณ์ทำให้สามารถปรับตัวเองให้เข้ากับผู้อื่นได้

วันเพ็ญ บุญประกอบ (2552) กล่าวในการเสวนาครั้งหนึ่งที่โรงเรียนเพลินพัฒนาว่าทำไมต้องใส่ใจพฤติกรรมก้าวร้าวของเด็ก เพราะถ้าเราปล่อยไว้เด็กมีพฤติกรรมก้าวร้าวและรุนแรงเรื่อยไปจนถึงวัย 7 - 8 ขวบ โดยไม่เข้าไปช่วยเหลือแก้ไข เด็กจะเติบโตขึ้นเป็นผู้ใหญ่ที่ก้าวร้าวรุนแรง และทำร้ายผู้อื่น รวมทั้งทำร้ายตัวเองด้วย ซึ่งอันตรายมาก สิ่งที่พ่อแม่ควรทำ คือ เมื่อเห็นลูกมีพฤติกรรมไม่เหมาะสมไม่ควร ต้องเข้าไปช่วยเขาปรับพฤติกรรมตั้งแต่เริ่มต้น อย่าปล่อยเลยไปโดยเราสามารถเริ่มฝึกให้เด็กเรียนรู้ที่จะควบคุมตัวเอง และไม่ก่อพฤติกรรมก้าวร้าว รุนแรงได้ตั้งแต่อายุ 2 - 3 ขวบ ถ้าปล่อยผ่านช่วงวัยนี้ไป เด็กจะชินกับความก้าวร้าว ความรุนแรง ซึ่งจะแก้ไขได้ยากและเด็กจะต่อต้าน

อย่างไรก็ตามคุณพ่อคุณแม่ไม่ควรคาดหวังว่าลูกเล็ก ๆ เขาจะเข้าใจหรือเป็นอย่างที่เราบอก ณ เวลานั้นหรือในช่วงอายุนั้น ๆ เพราะธรรมชาติของเด็กเขาจะค่อย ๆ เรียนรู้ และพัฒนาไปตามวัย สิ่งที่พ่อแม่ควรทำ คือ หนักแน่น จริงจัง และยืนยันในสิ่งที่ถูกต้องอย่างสม่ำเสมอและให้ลูกค่อย ๆ เรียนรู้พฤติกรรมที่เหมาะสมอย่างต่อเนื่อง เมื่อถึงวัยที่เหมาะสมเขาจะมีพฤติกรรมตามที่เราคาดหวังเอง

พฤติกรรมก้าวร้าวขนาดที่เรียกว่ารุนแรง และต้องแก้ไข วิทยากรได้ให้กรอบการพิจารณาพฤติกรรมที่จัดว่ารุนแรงไว้ 3 ประเด็น คือ

- (1) ทำร้ายผู้อื่น
- (2) ทำร้ายตัวเอง
- (3) ทำลายข้าวของ

ทั้ง 3 ข้อที่กล่าวมานี้เป็นข้อห้ามที่พ่อแม่จะต้องตระหนักและใส่ใจ ไม่ว่าแต่ละข้อจะมีระดับความรุนแรงมากน้อยแค่ไหน เช่น เด็กตีแม่เบา ๆ ผลักเพื่อนเบา ๆ ก็จัดว่าเป็นพฤติกรรมที่รุนแรง และจะต้องได้รับการช่วยเหลือแก้ไข ยกเว้นในกรณีที่เป็นอุบัติเหตุ

หัวใจสำคัญของการปรับพฤติกรรมลูก สิ่งหนึ่งที่ต้องเน้นในการปรับ แก่พฤติกรรมรุนแรง พ่อแม่ต้องหนักแน่นและเอาจริง แต่การเอาจริงในที่นี้ไม่ใช่แสดงอารมณ์รุนแรงเสียเอง สิ่งที่พ่อแม่พึงตระหนักคือ ต้องมีสติ อย่ามีอารมณ์ หรือแสดงอารมณ์เกรี้ยวกราดออกมา ในหลาย ๆ ครั้ง

พ่อแม่อาจรู้สึกโกรธกับพฤติกรรมของลูก ซึ่งเป็นธรรมชาติที่พ่อแม่จะมีอารมณ์โกรธได้ แต่ต้องรู้จักควบคุมและไม่แสดงออกให้ลูกเห็น

นอกจากนี้วิทยากรยังได้ยกตัวอย่างการแสดงออกที่เหมาะสมของพ่อแม่ เช่น แม่พูดบอกลูกด้วยเสียงปกติว่า “แม่โกรธแล้วนะ แต่เดี๋ยวแม่จะมาจัดการ” แล้วก็เดินจากไป ซึ่งวิธีการนี้จะทำให้เด็กรู้ว่าคุณแม่เอาจริง และเรียนรู้ว่าพฤติกรรมของเขานั้นไม่เหมาะสม ไม่ถูกต้องแต่ขณะเดียวกันเด็กก็รู้สึกได้ว่าแม่ยังรักเขายังอยู่กับเขาและไม่ได้เกลียดเขา ซึ่งจะได้ผลดีกว่าการที่แม่จะแสดงอารมณ์เกรี้ยวกราดออกมา เมื่อลูกร้องให้อาละวาด การร้องให้อาละวาดของเด็กมี 2 กรณี คือ

1. เด็กเอาแต่ใจตัวเอง ในกรณีนี้พ่อแม่จะต้องใช้วิธีเพิกเฉยหรือไม่สนใจ โดยคำว่าลูกร้องให้อาละวาดในบริเวณที่จะไม่เป็นอันตราย หรือไม่ก็พาออกไปอยู่ในบริเวณที่ปลอดภัย แล้วปล่อยให้เขาร้องไห้ให้เต็มที่ อย่าไปบอกให้ลูกหยุดร้อง เพราะเด็กเล็กเขาไม่สามารถหยุดร้องได้ทันที วิธีนี้จะทำให้เด็กได้ปลดปล่อยอารมณ์ โดยที่รู้สึกปลอดภัย เมื่อเด็กร้องไห้จนพอใจแล้ว เขาจะเข้ามาหา ก็ค่อยโอบกอดเขาไว้ ในเด็กบางคนเขาไม่สามารถหยุดร้องได้เร็ว แต่เขาร้องไห้เบาลงแล้ว พ่อแม่ควรเข้าไปหาเขา โอบกอดเขา แล้วพูดให้กำลังใจเขา เช่น แม่รู้ว่าหนูพยายามจะหยุดร้องแล้ว แม่ดีใจที่หนูพยายาม ฯลฯ จากนั้นก็เบี่ยงเบนความสนใจเขา โดยอาจจะพาไปดูอะไรที่น่าสนใจหรือชวนเล่น สิ่งที่คุณแม่พึงระวังคือ อย่าให้อะไรถ้าลูกร้องในกรณีนี้ เพราะจะทำให้เด็กเรียนรู้ และเพาะบ่มพฤติกรรมก้าวร้าว รุนแรง

2. เป็นผลจากสมอง ซึ่งเป็นกรณีพิเศษที่พ่อแม่จะต้องสังเกตและเข้าใจอารมณ์ของลูก และปรึกษาแพทย์ต่อไป

## งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรับพฤติกรรมก้าวร้าว

### งานวิจัยในประเทศ

พัชรา พุ่มพชาติ (2533) ได้ทำการวิจัยเรื่องอิทธิพลของเสียงดนตรีที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของเด็กปฐมวัย กลุ่มตัวอย่างคือ เด็กที่มีพฤติกรรมก้าวร้าว ชั้นอนุบาล อายุ 4-5 ปี โรงเรียนอนุบาลวัดธาตุทอง เขตพระโขนงกรุงเทพมหานคร จำนวน 2 ห้องเรียน ห้องเรียนละ 8 คน กลุ่มทดลองได้รับการจัดกิจกรรมสร้างสรรค์ที่ใช้เสียงดนตรีประกอบ และกลุ่มควบคุมได้รับการจัดกิจกรรมสร้างสรรค์ปกติตามแผนการจัดประสบการณ์ เป็นระยะเวลา 8 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 5 วัน เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ คือแบบสังเกตพฤติกรรมก้าวร้าว และแผนการจัดกิจกรรมสร้างสรรค์(ศิลปะการศึกษา) พบว่า เสียงดนตรีช่วยลดพฤติกรรมก้าวร้าวของเด็กปฐมวัยทั้งการก้าวร้าว โดยการกระทำ และโดยคำพูด และการใช้เสียงดนตรีประกอบการจัดกิจกรรม

สร้างสรรค์ ทำให้เด็กปฐมวัยมีพฤติกรรมก้าวร้าวลดลงกว่า เด็กปฐมวัยที่ได้รับการจัดกิจกรรมสร้างสรรค์ปกติ

ภัทธิตา กฤษณะพันธุ์ (2540) ได้ทำการวิจัยเรื่อง ผลของการใช้กิจกรรมส่งเสริมคุณธรรมที่มีต่อการลดพฤติกรรมก้าวร้าวของเด็กปฐมวัย ในการวิจัยใช้รูปแบบการวิจัยเชิงทดลองแบบ กลุ่มเดียวเพื่อเปรียบเทียบผลการสังเกตก่อนและหลังการทดลองและติดตามผล กลุ่มตัวอย่างเป็นเด็กปฐมวัยอายุระหว่าง 4 - 5 ปี จำนวน 10 คน ที่ศึกษาอยู่ในชั้นอนุบาลปีที่ 2 ซึ่งได้จากการสังเกตพฤติกรรมก้าวร้าวที่เด็กแสดงออกโดยใช้แบบสังเกต เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง ได้แก่ กิจกรรมส่งเสริมคุณธรรม เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล ได้แก่ แบบสังเกตพฤติกรรมก้าวร้าวของเด็กปฐมวัยตามช่วงเวลาที่กำหนด ผลการวิจัยพบว่า เด็กปฐมวัยที่ได้รับการจัดกิจกรรมส่งเสริมคุณธรรมเสริมแผนการจัดประสบการณ์ปกติมีพฤติกรรมก้าวร้าวลดลง เมื่อเปรียบเทียบกับก่อนการจัดกิจกรรมส่งเสริมคุณธรรม อีกทั้งเมื่อสิ้นสุดการทดลองแล้วพฤติกรรมก้าวร่วมนั้นยังลดลงอยู่

รังสิมา สีนะพงษ์พิพิธ (2540) ได้ทำการวิจัยเรื่องผลของการใช้ตัวแบบในนิทานหุ่นมือต่อการลดพฤติกรรมก้าวร้าวในเด็กวัยก่อนเข้าโรงเรียน กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นนักเรียนระดับชั้นอนุบาล 3 โรงเรียนอนุบาลพุทธรักษา กรุงเทพมหานคร จำนวน 20 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 10 คน โดยการสุ่มอย่างง่าย กลุ่มทดลองได้ดูตัวแบบในนิทานประกอบหุ่นมือที่แสดงทักษะทางสังคมที่เหมาะสม และกลุ่มควบคุมได้ดูนิทานประกอบหุ่นมือตามแบบเรียน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้คือ แบบสังเกตพฤติกรรมก้าวร้าวและนิทานประกอบหุ่นมือที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ผลการวิจัยพบว่า เด็กที่มีระดับพฤติกรรมก้าวร้าวสูงได้ดูตัวแบบในนิทานประกอบหุ่นมือที่แสดงทักษะทางสังคมที่เหมาะสมมีพฤติกรรมก้าวร้าวลดลงมากกว่าเด็กที่มีระดับพฤติกรรมก้าวร้าวสูงที่ได้ดูนิทานประกอบหุ่นมือตามแบบเรียน

ฉัตรไชย เสลา (2542) ได้ทำการวิจัยเรื่อง การใช้กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ในการลดพฤติกรรมก้าวร้าวของเด็กปฐมวัยโดยใช้รูปแบบการวิจัยเชิงทดลองแบบกลุ่มเดียว เพื่อเปรียบเทียบผลก่อนและหลังการทดลองและติดตามผล ประชากรที่ใช้ในการวิจัย คือ เด็กปฐมวัยอายุระหว่าง 5 - 6 ปี ที่กำลังศึกษาอยู่ในชั้นอนุบาลปีที่ 2 จำนวน 10 คน ผลการวิจัยปรากฏว่า เด็กปฐมวัยที่ได้รับการจัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ มีพฤติกรรมก้าวร้าวลดลง เมื่อเปรียบเทียบกับก่อนทดลอง และเมื่อเสร็จสิ้นการทดลองแล้วพฤติกรรมก้าวร่ววยังคงสภาพการลดลงอยู่

ณรงค์ศักดิ์ ดิสมจันทร์ (2545) ได้ทำการวิจัยเรื่องผลของการใช้เทคนิคการเสริมแรงแบบการเพิ่มพฤติกรรมอื่นที่พึงประสงค์ (DRA) และเทคนิคการเสริมแรงแบบยืดเวลา (DRL) ต่อการลดพฤติกรรมก้าวร้าวสำหรับเด็กปฐมวัย กลุ่มตัวอย่างเป็นเด็กปฐมวัยอายุระหว่าง 5 - 6 ปี จำนวน 8 คน ซึ่งเป็นกลุ่มที่มีคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวสูง ทำการสุ่มด้วยวิธีการจับฉลากเพื่อกำหนดเป็นกลุ่ม

ทดลอง 2 กลุ่ม ๆ ละ 4 คน กลุ่มที่ 1 ใช้เป็นกลุ่มเทคนิคการเสริมแรงแบบการเพิ่มพฤติกรรมอื่นที่พึงประสงค์ (DRA) และกลุ่มที่ 2 ใช้เป็นกลุ่มเทคนิคการเสริมแรงแบบยืดยาว (DRL) เครื่องมือที่ใช้คือแบบสังเกตและบันทึกพฤติกรรมก้าวร้าวแบบแบ่งช่วงเวลา เกณฑ์การให้ตัวเสริมแรงในเทคนิคการเสริมแรงแบบการเพิ่มพฤติกรรมอื่นที่พึงประสงค์ (DRA) เกณฑ์การให้ตัวเสริมแรงในเทคนิคการเสริมแรงแบบยืดยาว (DRL) แบบประเมินพฤติกรรมก้าวร้าว และแบบสำรวจตัวเสริมแรง ผลการวิจัยพบว่า การใช้เทคนิคการเสริมแรงแบบการเพิ่มพฤติกรรมอื่นที่พึงประสงค์ (DRA) และเทคนิคการเสริมแรงแบบยืดยาว (DRL) สามารถปรับพฤติกรรมก้าวร้าวของเด็กปฐมวัยให้ลดลงได้

นราวดี นิภาพฤกษ์ (2548) ผลการใช้กิจกรรมศิลปะและการเสริมแรงทางสังคมเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวของเด็กปฐมวัย กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นเด็กปฐมวัย อายุ 4 - 6 ปี จำนวน 48 คน ได้จากการเลือกแบบเจาะจง โดยใช้แบบสังเกตและแบบบันทึกพฤติกรรมก้าวร้าว เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลคือ แบบสังเกตและแบบบันทึกพฤติกรรมก้าวร้าว กิจกรรมศิลปะ ได้แก่ การละเล่นสีด้วยนิ้วมือ การขูดสีเทียนเป็นภาพ การปั้นด้วยแป้งโด การปั้นด้วยวัสดุที่แปรรูปจากกระดาษหนังสือพิมพ์ และการเสริมแรงทางสังคมจากครู และการเสริมแรงจากเพื่อน ผลการวิจัยพบว่า เด็กปฐมวัยมีพฤติกรรมก้าวร้าวทางกายและทางวาจาในระยะทดลองและระยะติดตามผลลดลงจากระยะเ้าฐาน และเด็กปฐมวัยที่ได้รับการฝึกกิจกรรมศิลปะและการเสริมแรงทางสังคมจากครูมีพฤติกรรมก้าวร้าวทางกายในระยะทดลองน้อยกว่าเด็กที่ได้รับการฝึกกิจกรรมศิลปะและการเสริมแรงทางสังคมจากเพื่อน

กานติมา สิริวิชา (2550) ผลของกิจกรรมการเดินบัลเล่ต์ที่มีต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมก้าวร้าวของเด็กปฐมวัย กลุ่มตัวอย่างเป็นเด็กปฐมวัยเพศหญิง อายุ 5 - 6 ปี ได้มาด้วยการประเมินพฤติกรรมก้าวร้าวจากเด็กทั้งหมด 30 คน แล้วเลือกเด็กที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวสูงสุดจำนวน 15 คนเป็นกลุ่มทดลอง ใช้แบบแผนการวิจัยแบบ One - Group Pretest - Posttest Design เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ คือ แบบแผนการจัดกิจกรรมการเดินบัลเล่ต์และแบบประเมินพฤติกรรมก้าวร้าว ผลการวิจัยพบว่า เด็กปฐมวัยที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวเมื่อผ่านกิจกรรมการเดินบัลเล่ต์ พฤติกรรมก้าวร้าวของเด็กปฐมวัยหลังการจัดกิจกรรมการเดินบัลเล่ต์ลดลงกว่าก่อนการจัดกิจกรรมการเดินบัลเล่ต์

### งานวิจัยต่างประเทศ

บราวน์และอีเลียต (Brown and Elliott, 1965 อ้างถึงในสมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต, 2539) ได้ใช้แรงเสริมทางสังคม (ความสนใจและคำพูดยกย่อง) และการไม่สนใจปรับพฤติกรรมก้าวร้าว (ทางร่างกายและคำพูด) ของเด็ก 27 คน ที่มีอายุระหว่าง 3 - 4 ขวบ โดยไม่สนใจต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของเด็ก แต่จะใช้แรงเสริมทางสังคมต่อเด็กทันทีที่แสดงพฤติกรรมที่พึงประสงค์ ผลปรากฏ

ว่าพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ซึ่งเกิดขึ้นโดยเฉลี่ย 64 ครั้งต่อวัน ได้ลดลงถึง 43.4 ครั้ง ต่อวัน นอกจากนี้ยังได้มีการปรับพฤติกรรมเด็กที่ไม่เชื่อฟังและแสดงอาการดื้อดึงของเด็กอนุบาลคนหนึ่ง โดยครูจะให้ความสนใจต่อพฤติกรรมที่พึงปรารถนา และไม่สนใจต่อพฤติกรรมไม่เชื่อฟังและดื้อดึง ผลปรากฏว่าพฤติกรรมไม่เชื่อฟังและอาการดื้อดึงของเด็กลดลง และพฤติกรรมที่พึงปรารถนาเพิ่มขึ้น

โอเลรี และเบคเคอร์ (O'leary and Becker, 1967 อ้างถึงในสมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต, 2539) พบว่าเด็กที่มีความผิดปกติทางอารมณ์ อายุ 9 ขวบ จำนวน 11 คน มีพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ 80% ของพฤติกรรมทั้งหมด เขาจึงสร้างกฎขึ้นในชั้นโดยกำหนดให้ทุกคนนั่งอยู่กับที่ มองมาที่หน้าชั้น ยกมือขึ้นถามตอบ คำถาม ทำได้จะเรียนให้สะอาดจากนั้นจึงใช้เบียร์รณการโดยการจดเป็นแต้มใส่ไว้ในกระดานบนโต๊ะของเด็กแต่ละคนซึ่งแต้มที่เด็กได้นั้นเป็นผลเนื่องมาจากการประเมินพฤติกรรมของเด็กตามกฎที่ตั้งไว้ โดยที่ทำการประเมินวันละ 5 ครั้ง (หลังจากการสอนในแต่ละชั่วโมง) แต้มเหล่านั้นสามารถนำมาแลกเปลี่ยนขนมได้ ผลปรากฏว่าพฤติกรรมที่ไม่พึงปรารถนานั้นลดลงเหลือเพียง 10 % ของพฤติกรรมทั้งหมด

เล็ททอล (Lattal, 1969 อ้างถึงในสมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต, 2539) ประสบความสำเร็จในการใช้หลักของฟรีแม็ค ในการเสริมสร้าง พฤติกรรมการแปรงฟันของเด็กในค่ายฤดูร้อน โดยที่เด็กเหล่านี้ไม่ชอบการแปรงฟันเลย แต่เขาพบว่าเด็กเหล่านี้ชอบการว่ายน้ำมากที่สุด เขาจึงวางแผนไขว่คว้าถ้าใครอยากจะลงสระว่ายน้ำต้องแปรงฟันเสียก่อน ผลปรากฏว่าเด็กแปรงฟันทุกคน

ออสบอน (Osborne, 1969 อ้างถึงในสมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต, 2539) ได้ใช้วิธีเดียวกันนี้เสริมสร้างพฤติกรรมการนั่งอยู่กับที่ได้นานถึง 15 นาที เขามีสิทธิได้เวลาว่าง 5 นาทีในตอนบ่าย แต่ถ้าไม่สามารถทำได้ก็ต้องอยู่ในชั้นทำงานต่อไปผลปรากฏว่าพฤติกรรมการลุกจากที่นั่งลดลงทันที

ฮอลและคณะ (Hall et al., 1971 อ้างถึงในสมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต, 2539) ได้ใช้การหยุดยั้งกับแรงเสริมทางสังคมปรับพฤติกรรมการโต้เถียงของเด็กชายคนหนึ่งในระดับมัธยม โดยที่เด็กคนนี้จะโต้เถียงกับครูของเขาตลอดเวลา โดยเฉลี่ยประมาณ 7 ครั้งต่อวัน ฮอลและคณะจึงบอกให้ครูเขาไม่สนใจที่จะโต้เถียงโดยให้เดินออกทันทีที่เขาจะเริ่มโต้เถียง และชมเชยเด็กคนนี้ทันทีที่ทำงานโดยไม่โต้เถียง ผลปรากฏว่าพฤติกรรมการโต้เถียงของเด็กคนนี้นั้นลดลงจาก 7 ครั้งต่อวันมาเป็นน้อยกว่า 1 ครั้ง ต่อวัน และภายใน 6 อาทิตย์ต่อมาพฤติกรรมการโต้เถียงไม่มีปัญหาอีกต่อไปเลย