

ผลของการจัดโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าว
ของนักเรียนประถมศึกษา



นายจักรี ออย่าเสียดัตย์

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

CHULALONGKORN UNIVERSITY

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาสุศึกษาและพลศึกษา ภาควิชาหลักสูตรและการสอน

คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ปีการศึกษา 2556

ลิขสิทธิ์ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

บทคัดย่อและแฟ้มข้อมูลฉบับเต็มของวิทยานิพนธ์ตั้งแต่ปีการศึกษา 2554 ที่ให้บริการในคลังปัญญาจุฬาฯ (CUIR)

เป็นแฟ้มข้อมูลของนิสิตเจ้าของวิทยานิพนธ์ ที่ส่งผ่านทางบัณฑิตวิทยาลัย

The abstract and full text of theses from the academic year 2011 in Chulalongkorn University Intellectual Repository (CUIR) are the thesis authors' files submitted through the University Graduate School.

EFFECTS OF A HEALTH PROMOTION PROGRAM BY USING THAI FOLK GAMES TO
REDUCE AGGRESSIVE BEHAVIORS OF ELEMENTARY SCHOOL STUDENTS

Mr. Chakree Yasiersat



จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

CHULALONGKORN UNIVERSITY

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements
for the Degree of Master of Education Program in Health and Physical Education

Department of Curriculum and Instruction

Faculty of Education

Chulalongkorn University

Academic Year 2013

Copyright of Chulalongkorn University

หัวข้อวิทยานิพนธ์

ผลของการจัดโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกม
การเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวของ
นักเรียนประถมศึกษา

โดย

นายจักรี ออย่าเสียสัตย์

สาขาวิชา

สุขศึกษาและพลศึกษา

อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก

รองศาสตราจารย์ ดร.จินตนา สรายุทธพิทักษ์

คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้หัวข้อวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่ง
ของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาโทบริหารศึกษาศาสตร์

.....คณบดีคณะครุศาสตร์

(รองศาสตราจารย์ ดร.จินตนา สรายุทธพิทักษ์)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

.....ประธานกรรมการ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุธนะ ตึงศภัทย์)

.....อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก

(รองศาสตราจารย์ ดร.จินตนา สรายุทธพิทักษ์)

.....กรรมการภายนอกมหาวิทยาลัย

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สมบุญ อินทร์ถมยา)

CHULALONGKORN UNIVERSITY

จักรี ออย่าเสียดัย : ผลของการจัดโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการเล่น
 พื้นบ้านไทยเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนประถมศึกษา. (EFFECTS OF A
 HEALTH PROMOTION PROGRAM BY USING THAI FOLK GAMES TO REDUCE
 AGGRESSIVE BEHAVIORS OF ELEMENTARY SCHOOL STUDENTS) อ.ที่ปรึกษา
 วิทยานิพนธ์หลัก: รศ. ดร.จินตนา สรายุทธพิทักษ์, 163 หน้า.

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาผลของการจัดโปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพโดย
 ใช้เกมการเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนประถมศึกษา กลุ่มตัวอย่าง
 เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษา โรงเรียนพญาไท จำนวน 50 คน แบ่งเป็น 2 กลุ่ม คือ นักเรียนกลุ่ม
 ทดลองทดลอง จำนวน 25 คน ได้รับโปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการเล่นพื้นบ้าน
 ไทยเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าว เป็นเวลา 8 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 3 วัน วันละ 1 ชั่วโมง และนักเรียน
 กลุ่มควบคุม จำนวน 25 คนที่ไม่ได้รับโปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
 ประกอบด้วย โปรแกรมส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าว
 มีค่าดัชนีความสอดคล้อง เท่ากับ 0.84 และแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าว มีค่าดัชนีความสอดคล้อง
 เท่ากับ 0.99 มีค่าความเที่ยง เท่ากับ 0.93 วิเคราะห์ข้อมูลโดยการหาค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบน
 มาตรฐาน และเปรียบเทียบผลการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติทดสอบค่าที่ที่ระดับนัยสำคัญ .05

ผลการวิจัยพบว่า

- 1) ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนกลุ่มทดลองหลังได้รับการจัด
 โปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพลดลงก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
- 2) ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนกลุ่มทดลองหลังได้รับการจัด
 โปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพลดลงกว่าของนักเรียนกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ
 .05

ผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่าโปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการเล่นพื้นบ้าน
 ไทยสามารถลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนประถมศึกษาได้

ภาควิชา หลักสูตรและการสอน

ลายมือชื่อนิสิต

สาขาวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา

ลายมือชื่อ อ.ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก

ปีการศึกษา 2556

5583306627 : MAJOR HEALTH AND PHYSICAL EDUCATION

KEYWORDS: HEALTH PROMOTION / THAI FOLK GAME / AGGRESSIVE BEHAVIORS

CHAKREE YASIER SAT: EFFECTS OF A HEALTH PROMOTION PROGRAM BY USING THAI FOLK GAMES TO REDUCE AGGRESSIVE BEHAVIORS OF ELEMENTARY SCHOOL STUDENTS. ADVISOR: ASSOC. PROF. JINTANA SARAYUPITAK, Ph.D., 163 pp.

The purposes of this study were to study the effects of a health promotion program by using Thai folk game to reduce aggressive behaviors of elementary school students. The sample was 50 elementary school students in Phyathai School. Divided into 2 groups with 25 students in the experimental group received the health promotion program by using Thai folk game for 8 weeks, 3 days a week, 1 hour a day and 25 students in the control group not received the health promotion program. The research instruments were composed of the health promotion program by using Thai folk game to reduce aggressive behaviors had an IOC 0.84 and aggressive behaviors test had an IOC 0.99, the reliability was 0.93 The data were then analyzed by means, standard deviations and t-test by using statistically significant difference at .05 levels.

The research findings were as follows:

1) The mean scores of aggressive behaviors of the experimental group students after received the health promotion program were significantly lower than before at .05 levels.

2) The mean scores of aggressive behaviors of the experimental group students after received the health promotion program were significantly lower than the control group students at .05 levels.

The research finding suggests that health promotion program by using Thai folk game was effectively to reduce aggressive behaviors of elementary school students.

Department: Curriculum and Instruction Student's Signature

Field of Study: Health and Physical Education Advisor's Signature

Academic Year: 2013

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จได้ด้วยความรู้และความช่วยเหลืออย่างดียิ่งจาก รองศาสตราจารย์ ดร.จินตนา สรายุทธพิทักษ์ อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ในการดูแลเอาใจใส่ให้คำปรึกษา คำแนะนำ ข้อเสนอแนะ ตรวจสอบแก้ไขวิทยานิพนธ์ให้มีความถูกต้องสมบูรณ์ ตลอดจนการให้กำลังใจ และให้ความช่วยเหลือในทุกๆด้านมาโดยตลอด ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ ที่นี้

กราบขอบพระคุณผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุธนะ ดิงศภิตย์ ประธานสอบวิทยานิพนธ์ และผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สมบูรณ์ อินทร์ธมยา กรรมการสอบวิทยานิพนธ์ ที่กรุณาให้ข้อคิดและข้อเสนอแนะแนวทางในการปรับปรุงแก้ไข ทำให้วิทยานิพนธ์มีความสมบูรณ์ยิ่งขึ้น

กราบขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุธนะ ดิงศภิตย์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สมบูรณ์ อินทร์ธมยา ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วิภาวดี ลีมีงสวัสดิ์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นรลักษณ์ เอื้อกิจ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ณิชพร สุดดี ผู้ทรงคุณวุฒิที่ให้คำปรึกษาแนะนำและตรวจเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

กราบขอบพระคุณ อาจารย์ชาตวุฒิ ประสพศักดิ์ และคณาจารย์โรงเรียนพญาไท ที่ให้ความกรุณา อำนวยความสะดวก สนับสนุนและเปิดโอกาส ให้ผู้วิจัยได้เก็บข้อมูลการวิจัยในครั้งนี้ และขอบคุณนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ซึ่งเป็นกลุ่มตัวอย่างที่ให้ความร่วมมือในการวิจัยเป็นอย่างดี

สุดท้ายผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณ คุณพ่อชัยณรงค์ อย่าเสียสัตย์ คุณมะลิวัลย์ อย่าเสียสัตย์ อย่างสูงที่ให้ความช่วยเหลือและสนับสนุนด้านการศึกษา อันมีค่ายิ่งโดยตลอดมาจนจบการศึกษา ผู้วิจัยขอมอบวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นเครื่องบูชาเพื่อทดแทนคุณ

สารบัญ

หน้า

| | |
|---|----|
| บทคัดย่อภาษาไทย..... | ง |
| บทคัดย่อภาษาอังกฤษ..... | จ |
| กิตติกรรมประกาศ..... | ฉ |
| สารบัญ..... | ช |
| สารบัญตาราง..... | ฅ |
| สารบัญแผนภาพ..... | ญ |
| บทที่ 1 บทนำ..... | 1 |
| ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา..... | 1 |
| คำถามการวิจัย..... | 4 |
| วัตถุประสงค์ของการวิจัย..... | 4 |
| สมมติฐานการวิจัย..... | 5 |
| ขอบเขตของการวิจัย..... | 5 |
| คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย..... | 5 |
| ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย..... | 6 |
| บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง..... | 7 |
| 1. โปรแกรมส่งเสริมสุขภาพ..... | 8 |
| 2. การละเล่นพื้นบ้านไทย..... | 13 |
| 3. แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับพฤติกรรมก้าวร้าว..... | 18 |
| 4. พัฒนาการของนักเรียนระดับประถมศึกษา..... | 27 |
| 5. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง..... | 29 |
| 6. กรอบแนวคิดในการวิจัย..... | 32 |
| บทที่ 3 วิธีดำเนินงานวิจัย..... | 33 |
| ขั้นที่ 1 การเตรียมการทดลอง..... | 35 |
| 1.1 การศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง..... | 35 |
| 1.2 การกำหนดประชากรและกลุ่มตัวอย่าง..... | 35 |
| 1.3 การพัฒนาเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย..... | 36 |
| ขั้นที่ 2 การดำเนินการทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูล..... | 39 |

| | |
|--|-----|
| 2.1 การกำหนดแบบแผนการทดลอง..... | 39 |
| 2.2 การติดต่อประสานงานก่อนการทดลอง..... | 39 |
| 2.3 การดำเนินการทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูล | 40 |
| ขั้นที่ 3 การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้ | 40 |
| 3.1 การวิเคราะห์ข้อมูล | 40 |
| 3.2 สถิติที่ใช้..... | 41 |
| บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล..... | 42 |
| บทที่ 5 สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ | 61 |
| สรุปผลการวิจัย | 62 |
| อภิปรายผลการวิจัย | 62 |
| ข้อเสนอแนะจากผลการวิจัย..... | 69 |
| ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป | 69 |
| รายการอ้างอิง | 70 |
| ภาคผนวก ก..... | 74 |
| ภาคผนวก ข..... | 76 |
| ภาคผนวก ค..... | 83 |
| ภาคผนวก ง | 142 |
| ภาคผนวก จ..... | 150 |
| ภาคผนวก ฉ..... | 158 |
| ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์ | 163 |

สารบัญตาราง

หน้า

ตารางที่ 2.1 ผลการวิเคราะห์คุณค่าเกมการเล่นพื้นบ้านไทยทางด้านอารมณ์..... 18

ตารางที่ 3.1 ผลการวิเคราะห์เกมการเล่นพื้นบ้านไทยที่ส่งเสริมการลดพฤติกรรมก้าวร้าว..... 37

ตารางที่ 3.2 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวก่อนการทดลองของนักเรียน
..... 40

ตารางที่ 4.1 ข้อมูลพื้นฐานของนักเรียนกลุ่มทดลองและของนักเรียนกลุ่มควบคุม 43

ตารางที่ 4.2 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวก่อนและหลังการทดลองของ
..... 46

ตารางที่ 4.3 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าว ก่อนและหลังการทดลองของ
..... 47

ตารางที่ 4.4 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวก่อนและหลังการทดลองของ
..... 51

ตารางที่ 4.5 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวหลังการทดลองระหว่าง 55

ตารางที่ 4.6 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าว หลังการทดลองระหว่าง 56

สารบัญแผนภาพ

| | หน้า |
|---|------|
| แผนภาพที่ 3.1 ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย | 34 |
| แผนภาพที่ 3.2 แบบแผนการทดลอง | 39 |
| แผนภาพที่ 4.1 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าว ก่อนและหลังการทดลอง | 60 |



จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ปัจจุบันสภาพเศรษฐกิจและสังคมได้เปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว สืบเนื่องมาจากความพยายามในการพัฒนาประเทศให้มีความเจริญก้าวหน้าในด้านเทคโนโลยีต่างๆ ให้ทัดเทียมกับนานาประเทศในแถบตะวันตก ก่อให้เกิดการหลั่งไหลของวัฒนธรรมตะวันตกเข้ามาสู่ประเทศอย่างต่อเนื่อง ส่งผลกระทบต่อวิถีชีวิตและพฤติกรรมของเด็กไทย โดยเฉพาะอย่างยิ่งพฤติกรรมความก้าวร้าวของเด็กวัยเรียนซึ่งเป็นวัยแห่งการเรียนรู้ เนื่องจากเด็กๆ จะเรียนรู้จากการมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมใกล้ตัวก่อน โดยเฉพาะครอบครัว โรงเรียนและสิ่งแวดล้อมอื่นๆ รอบตัว ซึ่งเป็นจุดเริ่มต้นของพฤติกรรมตั้งแต่ความนุ่มนวลอ่อนโยน จนถึงความก้าวร้าวพฤติกรรมก้าวร้าวของเด็กมีความเกี่ยวข้องกับปัญหาทางจิตใจหรืออารมณ์ ตัวอย่างปัญหาทางจิตใจที่ทำให้เด็กมีพฤติกรรมก้าวร้าวได้ เช่น ปัญหาสมาธิสั้น ภาวะซึมเศร้าหรือภาวะวิตกกังวล เด็กที่มีสมาธิสั้นมีโอกาสพัฒนาไปสู่การมีพฤติกรรมก้าวร้าวได้ โดยเฉพาะเมื่อมีอายุตั้งแต่ 16 ปีขึ้นไป พบว่ามีแนวโน้มที่จะเกรง ต่อต้านสังคมมากกว่าเด็กปกติ 3.5-4 เท่า สอดคล้องกับผลการวิจัยของเด็กในสถานพินิจ พบว่า มีเด็กที่เป็นโรคสมาธิสั้นถึงร้อยละ 28 และพบว่า เด็กที่เป็นโรคสมาธิสั้นดังกล่าวมีภาวะเกรง มีพฤติกรรมการเล่นที่รุนแรง ขาดการยั้งคิด ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อนหรือบาดเจ็บ และก้าวร้าวมากถึงร้อยละ 82 ส่วนตัวอย่างปัญหาทางด้านอารมณ์ที่อาจทำให้เด็กมีพฤติกรรมก้าวร้าวได้ เช่น ปัญหาซึมเศร้า จากการศึกษา พบว่า อาการซึมเศร้าในเด็กอาจไม่ได้แสดงออกมาในลักษณะเศร้าหดหู่ หรือเก็บตัว แต่อาจแสดงออกมาในลักษณะหงุดหงิดง่าย โมโหง่าย และระบายอารมณ์อย่างรุนแรง ส่งผลกระทบต่อผู้อื่นได้เช่นเดียวกัน (ผู้จัดการ, 2556: ออนไลน์)

จากการสำรวจของสำนักวิจัยเอแบคโพลล์เรื่อง พฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรงในกลุ่มเด็กและเยาวชนที่มีอายุ 10-24 ปี ในเขตกรุงเทพมหานคร จำนวนทั้งสิ้น 2,511 คน พบว่า เด็กและเยาวชนส่วนใหญ่คิดเป็นร้อยละ 91.1 ติดตามข่าวสารเป็นประจำผ่านสื่อโทรทัศน์ รองลงมาคือร้อยละ 54.4 ติดตามผ่านทางหนังสือพิมพ์ ร้อยละ 54.2 ติดตามผ่านทางอินเทอร์เน็ต ร้อยละ 32.4 ติดตามผ่านทางวิทยุ เป็นต้น และเมื่อถามถึงรายการโทรทัศน์ที่ติดตาม พบว่า เด็กและเยาวชนส่วนใหญ่คิดเป็นร้อยละ 60.8 พบเห็นภาพการใช้อาวุธ เช่น ปืน มีด ทำร้ายกัน รองลงมาคือ ร้อยละ 57.5 พบเห็นภาพการต่อสู้ทำร้ายร่างกายกัน ร้อยละ 51.4 พบเห็นภาพของสงครามและการฆาตกรรม ร้อยละ 49.3 พบเห็นภาพการคุกคามทางเพศ ร้อยละ 46.5 พบเห็นพฤติกรรมกบฏจลาจลหรือความวุ่นวาย ตำรวจโต้เถียงกัน และร้อยละ 39.3 พบเห็นภาพการทะเลาะวิวาทของคนในครอบครัว นอกจากนี้ ยังพบว่า พฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรงในกลุ่มเด็กและเยาวชนดังกล่าวมีแนวโน้มเพิ่มทวีความรุนแรงมากขึ้น ผลจากการกระทำดังกล่าวทำให้เกิดการบาดเจ็บ ทรัพย์สินเสียหาย สูญเสียอนาคตทางการศึกษา หรืออาจรุนแรงถึงขั้นเสียชีวิต อีกทั้งการสั่งสมพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรงตั้งแต่วัยเด็กย่อมส่งผลกระทบต่อการใช้ชีวิต อีกทั้งการสั่งสมพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรงตั้งแต่วัยเด็กย่อมส่งผลกระทบต่อการใช้ชีวิต อีกทั้งการสั่งสมพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรงมากขึ้นในวัยผู้ใหญ่ ดังนั้นทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้องโดยเฉพาะบุคลากรทางการศึกษาสมควรหามาตรการป้องกัน แก้ไข และส่งเสริมพฤติกรรมที่ถูกต้องเหมาะสมให้กับเด็กวัยเรียนอย่างเร่งด่วน (มติชน, 2552: ออนไลน์; เอแบคโพลล์, 2553)

พฤติกรรมก้าวร้าวเป็นการตอบสนองต่อสิ่งที่มากระตุ้นในรูปของการกระทำอย่างทันที โดยมีเจตนาจะทำให้ผู้อื่นเจ็บปวดทางร่างกายหรือจิตใจแบ่งออกเป็น 2 ชนิด คือ 1) พฤติกรรมก้าวร้าวทางกาย เป็นพฤติกรรมก้าวร้าวที่แสดงออกโดยการใช้อวัยวะทางกาย เช่น แขน ขา ฟันหรือใช้อวัยวะทางกายร่วมกับอาวุธ เช่น มีด ไม้ ปืน เพื่อให้ผู้อื่นเจ็บปวด 2) พฤติกรรมก้าวร้าวทางวาจา เป็นการสนองตอบต่อสิ่งที่มากระตุ้นโดยใช้ถ้อยคำให้ผู้อื่นได้รับความเจ็บปวด จำแนกออกเป็น 2 ลักษณะ คือ 1.1) การปฏิเสธ มักจะแสดงท่าทางประกอบด้วย ได้แก่ การหลบหน้า การแสดงท่าทางรังเกียจ การไม่ยอมเข้ากลุ่ม ส่วนคำพูดที่ใช้ในการปฏิเสธ ได้แก่ การพูดตรงๆหรือการพูดให้ร้าย ร่วมกับการแสดงอารมณ์เพื่อทำร้ายความรู้สึกของผู้อื่น 1.2) การบังคับ เป็นการพูดเพื่อให้ได้สิ่งที่ตนเองต้องการโดยทำให้ผู้อื่นได้รับความเจ็บปวดหรือไม่พอใจ ส่วนสาเหตุของพฤติกรรมก้าวร้าวนั้นมีแนวคิดที่เกี่ยวข้องอธิบายไว้ ดังนี้ 1) มนุษย์มีสัญชาตญาณสองชนิดในตนเองมาตั้งแต่เกิด ได้แก่ 1.1) สัญชาตญาณแห่งชีวิตซึ่งเป็นสัญชาตญาณที่ต้องการมีชีวิตอยู่เป็นตัวหลักดันให้มนุษย์แสดงความรักและกามารมณ์ออกมา 1.2) สัญชาตญาณแห่งความตายเป็นสัญชาตญาณที่คนเราต้องการจะตายซึ่งนำไปสู่พฤติกรรมก้าวร้าวต่อตนเอง พลังพฤติกรรมก้าวร้าวของคนเราจะสั่งสมและต้องถูกปลดปล่อยออกมาไม่ทางใดก็ทางหนึ่ง สังคมจึงต้องทำหน้าที่ในการสร้างแนวทางให้คนได้ระบายพฤติกรรมก้าวร้าวออกมาเป็นที่ยอมรับกันได้ จะเห็นได้ว่ามนุษย์มีแนวโน้มที่จะก้าวร้าวมาตั้งแต่เกิดและพฤติกรรมก้าวร้าวเป็นสัญชาตญาณของมนุษย์ ซึ่งเป็นความต้องการของมนุษย์โดยธรรมชาติ พฤติกรรมก้าวร้าวจัดเป็นพฤติกรรมประเภทเดียวกับพฤติกรรมความต้องการทางเพศ คือ ต้องมีการระบายออกไม่ว่าจะเป็นทางตรงหรือทางอ้อมก็ตาม ซึ่งการระบายออกนี้อาจเป็นไปในรูปแบบที่สังคมยอมรับได้ เช่น การแข่งขันทางด้านกีฬา หรือในทางที่สังคมไม่ยอมรับ เช่น การทำร้ายร่างกาย 2) มนุษย์มีความคับข้องใจ หมายถึง สภาวะที่บุคคลถูกขัดขวางไม่ให้ทำหรือไม่ให้บรรลุผลตามเป้าหมายที่ต้องการหรือไม่ได้ในสิ่งที่พึงประสงค์ 3) มนุษย์มีการเรียนรู้ทางสังคม เชื่อกันว่าพฤติกรรมเกิดจากการเรียนรู้ทางสังคม โดยเฉพาะการเรียนรู้พฤติกรรมทางสังคมจากพ่อแม่ ในกระบวนการอบรมเลี้ยงดูที่ไม่เหมาะสมของพ่อแม่จะขัดขวางมิให้เด็กไปสู่เป้าหมายที่ต้องการ เด็กก็จะเกิดความคับข้องใจและได้ตอบสนองความคับข้องใจอย่างรุนแรง และหากเด็กได้รับการลงโทษ เด็กก็จะเห็นตัวแบบที่ก้าวร้าว พบว่าการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวของวัยเด็กมักเกิดจากแรงจูงใจและการเรียนรู้ในครอบครัวเป็นส่วนใหญ่ ส่วนการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวของวัยรุ่นมักเกิดจากสังคมนอกบ้าน เช่น กลุ่มเพื่อน เป็นต้น (Berkowitz, 1962; Sears, 1991; Buss and Larsen, 2005; ทิพย์วัลย์ สุทิน, 2539)

เมื่อวิเคราะห์หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ระดับประถมศึกษา พบว่า มีสาระการเรียนรู้เกี่ยวกับการเรียนการสอนเรื่องอารมณ์และความเครียดในสาระที่ 4 เรื่องการสร้างเสริมสุขภาพสมรรถภาพและป้องกันโรคในระดับประถมศึกษา อย่างไรก็ตาม หากจะปรับเปลี่ยนพฤติกรรมนักเรียนที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวนั้นคงไม่สามารถดำเนินการได้ด้วยการจัดการเรียนรู้เพียง 1-2 คาบในเวลาเรียนตามปกติ แนวคิดการจัดโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าว ที่ให้นักเรียนที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวเข้าร่วมกิจกรรมนอกเวลาเรียน จะเป็นการเสริมความรู้ เจตคติ และฝึกปฏิบัติในการควบคุมพฤติกรรมก้าวร้าวให้นักเรียนสามารถนำไปปฏิบัติในชีวิตประจำวันเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวลงได้ จึงนับเป็นสิ่งจำเป็นและสำคัญ (หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551, 2551)

แนวคิดการจัดโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนประถมศึกษา ให้ประสบความสำเร็จนั้นสิ่งสำคัญอย่างยิ่งที่ควรคำนึงถึง คือ การเจริญเติบโตและพัฒนาการตามช่วงวัยของนักเรียนประถมศึกษาและแนวคิดที่นำมาใช้เป็นพื้นฐานในการจัดโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพจากการศึกษา พบว่า นักเรียนประถมศึกษาเป็นช่วงวัยที่ชอบการเล่นและมีพัฒนาการการเรียนรู้ผ่านการเล่น ดังนั้น แนวคิดการใช้เกมการเล่นพื้นบ้านไทยจึงเป็นแนวคิดที่เหมาะสมที่นำมาใช้เป็นพื้นฐานในการจัดโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพ จากการศึกษาค้นคว้า พบว่า การเล่นแต่ละประเภทของเด็กให้คุณค่าแก่ผู้เล่นใน 5 ด้าน คือ 1) ด้านร่างกาย 2) ด้านจิตใจ 3) ด้านอารมณ์ 4) ด้านสติปัญญา และ 5) ด้านสังคม คุณค่าจากการเล่นจะได้มากหรือน้อยแตกต่างกันตามลักษณะของการเล่นแต่ละประเภท คุณค่าของการเล่นสามารถประมวลได้ดังต่อไปนี้ 1) ด้านร่างกาย การเล่นช่วยทำให้มีการเคลื่อนไหวส่วนต่างๆของร่างกาย เป็นการออกกำลังกายมากขึ้น ส่งเสริมให้ร่างกายของผู้เล่นได้พัฒนาทางด้านกำลัง ความแข็งแรง ความเร็ว ความคล่องแคล่วว่องไว ความทนทาน การทรงตัว และช่วยพัฒนาการประสานงานของระบบประสาทและกล้ามเนื้อ 2) ด้านจิตใจการเล่นช่วยเสริมสร้างให้เกิดการพัฒนาคุณค่าทางด้านจิตใจไปในทางที่ดี มีความสมดุลกับความพอใจ ความต้องการของตนเอง และส่วนรวมช่วยส่งเสริมให้ผู้เล่นมีจิตใจที่แจ่มใส ร่าเริง พัฒนาความกล้าหาญ ความเชื่อมั่น ความมุมานะ พยายามฝึกให้เป็นผู้ที่มีความอดทนและเสริมสร้างให้เป็นผู้มีกำลังใจดี 3) ด้านอารมณ์ การเล่นช่วยเสริมสร้างให้เกิดความสมดุลทางอารมณ์ ส่งเสริมให้ผู้เล่นได้ฝึกความอดทน การเก็บความรู้สึก การยั้งคิด ส่งเสริมให้เกิดความมั่นคงทางอารมณ์ ความพึงพอใจ และได้ผ่อนคลายความตึงเครียดทางอารมณ์ 4) ด้านสติปัญญา การเล่นช่วยส่งเสริมให้ผู้เล่นได้ฝึกการใช้ความคิด การสังเกต การวินิจฉัยปัญหา การแก้ปัญหา ฝึกการตัดสินใจที่ดี ส่งเสริมให้ได้มีการเรียนรู้สิ่งต่างๆ มากขึ้นและส่งเสริมให้เกิดความคิดสร้างสรรค์ 5) ด้านสังคม การเล่นช่วยส่งเสริมให้ผู้เล่นได้ฝึกการใช้ชีวิตในสังคมร่วมกัน ส่งเสริมให้ผู้เล่นได้รู้จักร่วมมือร่วมใจกันในการปฏิบัติงานรู้จักการประสานงานกับผู้อื่น รู้จักการเคารพในสิทธิและความสามารถของผู้อื่น ฝึกการเคารพและปฏิบัติตามกฎกติกา ฝึกให้มีความซื่อสัตย์ยุติธรรม รู้จักเสียสละและเห็นอกเห็นใจผู้อื่น มีความสามัคคีกันในหมู่คณะ รู้จักการปฏิบัติตนในฐานะผู้นำและผู้ตาม สร้างเสริมให้มีน้ำใจนักกีฬา และฝึกการปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมต่างๆที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน นอกจากนี้การเล่นของเด็กโดยเฉพาะการเล่นพื้นบ้านไทย ซึ่งมักมีบทร้องประกอบการเล่นตลอดจนสิ่งของต่างๆที่เด็กใช้เป็นของเล่นสามารถสะท้อนให้เห็นถึงสภาพความเป็นอยู่ ขนบธรรมเนียมประเพณีค่านิยมและความเชื่อของคนไทยในสมัยก่อนได้เป็นอย่างดี (Pemder, 2006; จิรภรณ์ ศิริประเสริฐ, 2555)

การเล่นพื้นบ้านเป็นกิจกรรมที่มีคุณค่าแก่เด็ก เนื่องจากสามารถสร้างความสนุกสนานเพลิดเพลิน ช่วยให้เด็กเกิดการเรียนรู้ที่ดี รู้จักเหตุผล รู้จักการแบ่งปัน รู้จักการอยู่ร่วมกับผู้อื่นมีมนุษยสัมพันธ์ เป็นผู้นำและผู้ตามที่ดี อีกทั้งการเล่นพื้นบ้านยังสามารถทำให้เด็กได้ฝึกทักษะหลายด้าน ได้แก่ ทักษะการคิดที่มีเหตุผล ทักษะการใช้ภาษา ทักษะการแก้ปัญหา เป็นต้น จะเห็นได้ว่ากิจกรรมการเล่นพื้นบ้านของไทยนั้นก่อให้เกิดประโยชน์มากมายหลายด้าน นอกจากนี้ การปลูกฝังให้เด็กไทยได้รับการเคลื่อนไหวหรือออกกำลังกายผ่านกิจกรรมการเล่นพื้นบ้านของไทยจึงเป็นการสืบทอดความเป็นไทยตามวิถีการดำเนินชีวิตของคนไทยมาตั้งแต่สมัยบรรพบุรุษเมื่อวิเคราะห์คุณค่าของการเล่นพื้นบ้านไทยที่ส่งผลต่อการลดพฤติกรรมก้าวร้าวของเด็กนั้น พบว่า การเล่นพื้นบ้านไทย

สามารถส่งผลต่อเด็กได้ ดังนี้ 1)ด้านร่างกาย การละเล่นพื้นบ้านไทยส่งเสริมให้เกิด ความอ่อนตัว ความแม่นยำ การทรงตัวที่ดี การประสานงานของระบบต่างๆในร่างกาย ความแข็งแรง พลังของ กล้ามเนื้อ ความเร็ว ความคล่องแคล่วว่องไว และความทนทานของระบบหายใจ 2)ด้านจิตใจ การละเล่นพื้นบ้านไทยส่งเสริมให้เกิดความร่าเริง แจ่มใส เชื่อมมั่นในตนเอง กล้าทำสิ่งที่เหมาะสม อดทนต่อสภาพกดดัน มุมานะในการปฏิบัติภารกิจ และมีกำลังใจในการปฏิบัติหน้าที่อย่างมีความสุข 3)ด้านอารมณ์ การละเล่นพื้นบ้านไทยส่งเสริมให้เกิดความพึงพอใจ ผ่อนคลายความตึงเครียด รู้จักยั้งคิด มีความอดกลั้น รู้จักเก็บความรู้สึก และมีความมั่นคงทางอารมณ์ ทั้งนี้เพราะในการเล่นผู้เล่นย่อมจะประสบผลทางอารมณ์ได้ 2 ทาง คือ ผลทางอารมณ์ในทางที่พึงประสงค์ ซึ่งถ้าประสบผลการ เล่นในลักษณะนี้อารมณ์ของผู้เล่นก็จะไปในทางที่ดีด้วย แต่บางครั้งการเล่นอาจจะให้ผลทาง อารมณ์ในทางที่ไม่พึงประสงค์ ซึ่งผู้เล่นก็จะเกิดความไม่พอใจ ความรู้สึกทางอารมณ์ก็จะไปในทาง ที่ไม่ดีด้วย แต่อย่างไรก็ตาม สภาพของการเล่นจะมีอิทธิพลต่อผู้เล่นทำให้ต้องควบคุมความรู้สึกทาง อารมณ์ไว้ ไม่แสดงออกในลักษณะที่จะทำให้เกิดผลเสียแก่ตนเองและเพื่อนร่วมทีม 4)ด้านสติปัญญา การละเล่นพื้นบ้านไทยส่งเสริมให้เกิดการฝึกฝนให้ผู้เล่นรู้จักคิด รู้จักสังเกต รู้จักแยกแยะ ความ แตกต่าง มีเหตุมีผล รู้จักตัดสินใจอย่างเหมาะสม รู้จักการแก้ปัญหาให้เกิดประโยชน์ และมีความคิด สร้างสรรค์ในทางที่ดี 5)ด้านสังคม การละเล่นพื้นบ้านไทยส่งเสริมให้เกิดความซื่อสัตย์ยุติธรรม ความ เป็นมิตรสร้างสัมพันธ์ที่ดีงามกับบุคคลอื่น เคารพในสิทธิของผู้อื่น ยอมรับความคิดเห็นของผู้อื่น มี น้ำใจนักกีฬา ปรับตัวให้เข้ากับส่วนรวม มีความร่วมมือร่วมใจทำงานร่วมกันอย่างมีประสิทธิภาพ และ มีความเป็นผู้นำผู้ตามที่ดี (ชัย เรื่องศิลป์, 2538; ชัชชัย โกมารทัต, 2549)

จากสภาพปัญหาพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนวัยประถมศึกษา และความสำคัญของ โปรแกรมส่งเสริมสุขภาพ รวมทั้ง แนวคิดของการจัดเกมการละเล่นพื้นบ้านไทยที่มีคุณค่าในการลด พฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนวัยประถมศึกษา ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาผลของการจัดโปรแกรม ส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการละเล่นพื้นบ้านไทยที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนประถมศึกษา

คำถามการวิจัย

โปรแกรมส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการละเล่นพื้นบ้านไทยจะมีผลต่อการลดพฤติกรรม ก้าวร้าวของนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 5 ได้หรือไม่ และมากน้อยเพียงใด

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาผลของการจัดโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการละเล่นพื้นบ้านไทยที่มีต่อ พฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนประถมศึกษา
2. เพื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวก่อนและหลังการทดลองของ นักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการละเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อลด พฤติกรรมก้าวร้าว และของนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการจัดโปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพ
3. เพื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวหลังการทดลองระหว่างนักเรียน กลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดโปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการละเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อลด พฤติกรรมก้าวร้าว กับนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการจัดโปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพ

สมมติฐานการวิจัย

1. โปรแกรมส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการเล่นพื้นบ้านไทย ส่งผลให้พฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนประถมศึกษา ลดลง
2. ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวก่อนและหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดโปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าว มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
3. ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวหลังการทดลองระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดโปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าว กับนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการจัดโปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการเล่นพื้นบ้านไทย เพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าว มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ขอบเขตของการวิจัย

1. ประชากร คือ นักเรียนประถมศึกษาปีที่ 5 ปีการศึกษา 2556 โรงเรียนในสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการจำนวน 658,140 คน
2. ตัวแปร
 - 2.1 ตัวแปรต้น คือ โปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการเล่นพื้นบ้านไทยที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนประถมศึกษา
 - 2.2 ตัวแปรตาม คือ คะแนนพฤติกรรมก้าวร้าว

คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย

โปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพ หมายถึง โปรแกรมที่มีกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ เพื่อส่งเสริมให้เกิดภาวะสุขภาพที่ดีทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม อันจะนำไปสู่ความผาสุก เกิดศักยภาพของบุคคล ครอบครัว ชุมชน และสังคม

เกมการเล่นพื้นบ้านไทย หมายถึง เกมการเล่นพื้นบ้านไทยที่ผู้วิจัยได้ศึกษาวิเคราะห์ว่าเป็นเกมที่ส่งเสริมการยั้งคิด มีความอดกลั้น ความมั่นคงทางอารมณ์ ผ่อนคลายความตึงเครียด ผิกสมานธิ ซึ่งเป็นองค์ประกอบที่สามารถลดพฤติกรรมก้าวร้าว ได้แก่ เกมขี่ม้าตาบอด เกมแข่งเรือคน เกมแคร่หาม เกมงูกินหาง เกมซ่อนมะนาว เกมชิงธง เกมเตย เกมแย่งลูกรู เกมวิ่งสามขา

พฤติกรรมก้าวร้าว หมายถึง พฤติกรรมการแสดงออกหรือการกระทำทางกาย และ/หรือทางวาจา โดยมีเจตนาที่มุ่งทำร้ายให้ผู้อื่นได้รับอันตรายบาดเจ็บหรือเกิดความเสียหายทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ ตลอดจนทรัพย์สินต่างๆ โดยเจตนาเพื่อขจัดความคับข้องใจ ความโกรธ ความเครียดและความรู้สึกไม่พอใจ ก่อให้เกิดความเสียหายทั้งต่อผู้กระทำและผู้ถูกกระทำ แบ่งออกเป็น 1) พฤติกรรมก้าวร้าวทางร่างกาย หมายถึง พฤติกรรมที่ทำให้บุคคลได้รับความบาดเจ็บเสียหายทางร่างกายหรือจิตใจ รวมทั้งพฤติกรรมทำลายสิ่งของ เช่น ขวางทางเดิน ชัดขาให้ล้ม ดึง กระชากเสื้อหรือกางเกง เลียนแบบท่าทางความผิดปกติหรือความบกพร่องของเพื่อน ขว้างปาของโดนผู้อื่น ริดไถเงิน บังคับ

ให้ทำตาม ชก ต่อย หยิก เตะถีบ ผลักโตะแก้อัดให้ล้ม ทบกระຈกให้พัง เขียนคำหยาบลงบนกระดาษ เป็นต้น 2) พฤติกรรมก้าวร้าวทางวาจา หมายถึง การพูด การใช้วาจาที่ทำให้บุคคลได้รับความเสียหายทางด้านร่างกาย จิตใจ เช่น การพูดขู่เหยียดให้ทะเลาะ การพูดให้ได้รับความเสียหาย การพูดจาเยาะเย้ยถากถาง ดุถูก ดุหมิ่น การพูดเสียงดังขัดจังหวะ การพูดนินทา ประชดประชัน การด่าชื่อพ่อแม่ผู้อื่น การพูดคำหยาบคาย ตวาด ตะคอกผู้อื่น เป็นต้น ในการวิจัยนี้วัดพฤติกรรมก้าวร้าวโดย แบบสำรวจปัญหาพฤติกรรมนักเรียนโดยครู และแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าว

โปรแกรมส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการละเล่นพื้นบ้านไทยที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนประถมศึกษา หมายถึง โปรแกรมส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการละเล่นพื้นบ้านไทย เป็นกลยุทธ์ในการจัดกิจกรรมเพื่อมุ่งเน้นการลดพฤติกรรมก้าวร้าว ประกอบด้วยกิจกรรม 4 กิจกรรม ได้แก่ 1) กิจกรรมรับรู้ข้อมูล 2) กิจกรรมเกมการละเล่นพื้นบ้านไทย 3) กิจกรรมประเมินตนเอง และ 4) กิจกรรมให้คำปรึกษาและเสริมแรง

นักเรียนระดับประถมศึกษา หมายถึง นักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนในสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ

ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย

1. ได้โปรแกรมส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการละเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5
2. นักเรียนประถมศึกษาที่เข้าร่วมโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการละเล่นพื้นบ้านไทยสามารถลดระดับพฤติกรรมก้าวร้าวได้
3. เป็นการสืบสานอนุรักษ์และถ่ายทอดวัฒนธรรมการละเล่นพื้นบ้านไทยอันดีงามให้คงอยู่คู่กับเยาวชนไทยจากรุ่นสู่รุ่นต่อไป

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยเรื่องผลของโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการเล่นพื้นบ้านไทยที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนประถมศึกษา ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ดังต่อไปนี้

1. โปรแกรมส่งเสริมสุขภาพ
 - 1.1 แนวคิดการส่งเสริมสุขภาพ
 - 1.2 การวางแผนในการส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพ
2. การเล่นพื้นบ้านไทย
 - 2.1 ประวัติการเล่นพื้นบ้านไทย
 - 2.2 ความหมายของการเล่นพื้นบ้านไทย
 - 2.3 ประเภทของการเล่นพื้นบ้านไทย
 - 2.4 ประโยชน์ของการเล่นพื้นบ้านไทย
3. แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับพฤติกรรมก้าวร้าว
 - 3.1 ความหมายของพฤติกรรมก้าวร้าว
 - 3.2 ทฤษฎีที่เกี่ยวกับความก้าวร้าว
 - 3.3 ลักษณะของพฤติกรรมก้าวร้าว
 - 3.4 การปรับพฤติกรรม
4. พัฒนาการของนักเรียนระดับประถมศึกษา
 - 4.1 พัฒนาการด้านต่างๆของนักเรียนระดับประถมศึกษา
 - 4.2 ความสนใจของนักเรียนระดับประถมศึกษา
5. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
 - 5.1 งานวิจัยในประเทศ
 - 5.2 งานวิจัยต่างประเทศ
6. กรอบแนวคิดการวิจัย

1. โปรแกรมส่งเสริมสุขภาพ

1.1 แนวคิดการส่งเสริมสุขภาพ

Pender (2006) ได้เสนอแบบจำลองการส่งเสริมสุขภาพที่มีพื้นฐานมาจากแนวคิดด้านการศึกษาซึ่งประกอบด้วยความคาดหวังต่อผลลัพธ์ของการปฏิบัติพฤติกรรม (Outcome Expectancies) จากทฤษฎีการให้คุณค่าการคาดหวัง และความคาดหวังในความสามารถของตนเอง (Self-Efficacy Expectancies) นอกจากนี้ทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคม การพัฒนาแบบจำลองการส่งเสริมสุขภาพได้พัฒนามาจากการสังเคราะห์ผลการวิจัยต่างๆที่เกิดจากการทดสอบแบบจำลองโดยการศึกษาตัวแปรหรือมโนทัศน์ย่อยๆในแบบจำลองสามารถสะท้อนให้เห็นถึงความสัมพันธ์เชิงเหตุผลระหว่างมโนทัศน์ต่างๆ ที่สามารถอธิบายปรากฏการณ์ที่เกี่ยวกับปัจจัยที่ทำให้บุคคลเกิดแรงจูงใจในการปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ รวมทั้งแนวทางในการสร้างสมมติฐานสำหรับการนำไปทดสอบหรือการทำวิจัยตลอดจนผสมผสานผลงานวิจัยต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกัมโนทัศน์ในแบบจำลองการส่งเสริมสุขภาพโดยมีข้อตกลงเบื้องต้นของแบบจำลอง ดังนี้

- 1) บุคคลแสวงหาภาวะการณ่ของชีวิตที่สร้างสรรค์โดยการแสดงความสามารถด้านสุขภาพที่มีเอกลักษณ์เฉพาะตน
- 2) บุคคลมีความสามารถในการสะท้อนการตระหนักรู้ในตนเอง รวมทั้งความสามารถในการประเมินสมรรถนะตนเอง
- 3) บุคคลให้คุณค่าแก่การเจริญเติบโตในทิศทางบวกและพยายามที่จะบรรลุความสำเร็จในการยอมรับความสมดุลระหว่างการเปลี่ยนแปลงกับการมั่นคง
- 4) บุคคลแสวงหาการควบคุมพฤติกรรมของตนเอง
- 5) บุคคลซึ่งประกอบด้วยกาย จิต สังคม มีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม รวมทั้งมีการเปลี่ยนแปลงสิ่งแวดล้อมและความเป็นอยู่อย่างต่อเนื่อง
- 6) บุคลากรด้านสุขภาพเป็นส่วนหนึ่งของสิ่งแวดล้อมระหว่างบุคคลที่มีอิทธิพลต่อบุคคลตลอดช่วงชีวิต

แบบจำลองการส่งเสริมสุขภาพ (Health Promotion Model) ตามแนวคิดของ Pender (2006) กล่าวว่า การปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของบุคคลได้รับอิทธิพลมาจากปัจจัยสำคัญ 3 ประการคือ

- 1) คุณลักษณะและประสบการณ์ของบุคคล (Individual Characteristics and Experiences) บุคคลแต่ละคนมีลักษณะส่วนบุคคลและประสบการณ์ที่แตกต่างกันซึ่งจะมีผลต่อการแสดงพฤติกรรมของบุคคลในทุครั้งลักษณะส่วนบุคคลและประสบการณ์จะมีความสำคัญต่อการแสดงพฤติกรรมของบุคคลมากขึ้นขึ้นอยู่กับพฤติกรรมเป้าหมายในขณะนั้นลักษณะส่วนบุคคลหรือพฤติกรรมในอดีตมีอิทธิพลต่อการแสดงพฤติกรรมสุขภาพของบุคคลเฉพาะบางพฤติกรรมหรือมีผลต่อกลุ่มประชากรบางกลุ่มเท่านั้นแต่จะไม่มีอิทธิพลต่อการแสดงพฤติกรรมทั้งหมดหรือกับกลุ่มประชากรทุกกลุ่มโดยประสบการณ์และลักษณะส่วนบุคคล ประกอบด้วย

1.1) ประสบการณ์ในอดีตที่เกี่ยวข้องพฤติกรรม (Prior Related Behavior) พฤติกรรมในอดีตมีผลโดยตรงและโดยอ้อมในการปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพสิ่งที่ทำนายพฤติกรรมที่ดีที่สุด

คือความถี่ของการปฏิบัติพฤติกรรมที่คล้ายกันในอดีตผลโดยตรงจะเกิดเป็นลักษณะนิสัยซึ่งจะมีใจโอนเอียงที่จะปฏิบัติพฤติกรรมโดยอัตโนมัติพฤติกรรมที่กระทำในแต่ละครั้งจะเพิ่มความหนักแน่นและมีลักษณะนิสัยชัดเจนขึ้นเมื่อปฏิบัติพฤติกรรมนั้นซ้ำบ่อยๆพฤติกรรมในอดีตมีผลโดยอ้อมต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพโดยผ่านการรับรู้ความสามารถของตนเอง (Self-Efficacy) ประโยชน์และอุปสรรคและอารมณ์ที่สัมพันธ์กับกิจกรรม(Self-Related Affect) ที่สอดคล้องกับแนวทฤษฎีทางปัญญาสังคมของแบนดูรา Bandura (1973) ที่กล่าวว่าเมื่อแสดงพฤติกรรมแล้วได้รับข้อมูลป้อนกลับจะเป็นแหล่งสำคัญของข้อมูลความสามารถหรือทักษะของตนผลประโยชน์ที่เคยได้รับจากกระทำในอดีตหรือความคาดหวังผลที่เกิดขึ้นจะทำให้บุคคลนั้นมีโอกาสที่จะแสดงพฤติกรรมนั้นซ้ำได้มากขึ้นอุปสรรคที่เกิดขึ้นจากการกระทำพฤติกรรมเป็นประสบการณ์และแหล่งข้อมูลในความทรงจำที่จะต้องข้ามให้พ้นเพื่อจะได้ประสบความสำเร็จในการแสดงพฤติกรรมพฤติกรรมที่เกิดขึ้นทุกๆครั้งจะมีอารมณ์หรือความรู้สึกเกิดขึ้นร่วมด้วยความรู้สึกทางบวกหรือทางลบเกิดขึ้นก่อนระหว่างหรือภายหลังการแสดงพฤติกรรมจะเก็บรวบรวมไว้ในความทรงจำเมื่อนำข้อมูลมาพิจารณาในการปฏิบัติพฤติกรรมในภายหลังพฤติกรรมในอดีตจะถูกนำมาเสนอในลักษณะการปรุงแต่งด้วยความคิดและความรู้สึกที่มีต่อพฤติกรรมเฉพาะ

ปัจจัยส่วนบุคคล (Personal Factors) ปัจจัยส่วนบุคคลเป็นตัวทำนายพฤติกรรมเป้าหมาย โดยจะถูกปรับแต่งด้วยการพิจารณาไตร่ตรองตามธรรมชาติในรูปแบบพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพได้แบ่งปัจจัยส่วนบุคคลออกเป็นกลุ่ม ดังนี้

1.2.1) ปัจจัยทางชีวภาพบุคคล (Personal Biological Factors) ได้แก่ อายุ เพศ น้ำหนักของร่างกายภาวะเจริญพันธุ์ภาวะหมดประจำเดือนความสามารถในการออกกำลังกายความแข็งแรงความกระฉับกระเฉงหรือการทรงตัว

1.2.2) ปัจจัยทางจิตวิทยาส่วนบุคคล (Personal Psychological Factors) ได้แก่ ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองแรงจูงใจในตนเองความสามารถของตนเองการรับรู้ภาวะสุขภาพและคำจำกัดความของสุขภาพ

1.2.3) ปัจจัยทางวัฒนธรรมและสังคมของบุคคล (Personal Socio Cultural Factors) ได้แก่ เชื้อชาติเผ่าพันธุ์วัฒนธรรมการศึกษาและสภาวะเศรษฐกิจและสังคมปัจจัยส่วนบุคคลนี้มีอิทธิพลโดยตรงต่อความคิดและความรู้สึกของพฤติกรรมที่เฉพาะเจาะจงได้เท่ากับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพและแม้ว่าปัจจัยส่วนบุคคลบางอย่างไม่สามารถเปลี่ยนแปลงได้ดังนั้นจึงไม่ค่อยนำมาใช้ในการปฏิบัติการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพ

2) ความรู้สึนึกคิดที่เฉพาะเจาะจงต่อพฤติกรรม (Behavior-Specific Cognitions and Affect) ตัวแปรนี้ได้รับการพิจารณาว่าเป็นกลุ่มที่มีความสำคัญในการจูงใจมากที่สุดและเป็นแกนสำคัญสำหรับจะนำไปใช้ปฏิบัติในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพมี 6 องค์ประกอบ

2.1) การรับรู้ประโยชน์ของพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ (Perceived Benefits of Action) มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมส่วนบุคคลเป็นปัจจัยที่สำคัญที่มีอิทธิพลต่อการรับรู้ความเข้าใจและความรู้สึกนึกคิดต่อการรับรู้เหตุการณ์ที่เกิดขึ้นก่อให้เกิดแรงจูงใจที่จะโน้มถ่วงและกระตุ้นให้บุคคลเกิดความรับผิดชอบเอาใจใส่ในการกระทำหรือการปฏิบัติกิจกรรมเพื่อการมีสุขภาพที่ดีการรับรู้

ประโยชน์ของพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพแบ่งเป็น 2 ด้าน คือ การรับรู้ประโยชน์ภายนอกเป็นการที่บุคคลมองเห็นคุณค่าของการปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพเพราะต้องการสิ่งหนึ่งสิ่งใดเช่นรางวัลทรัพย์สินเงินทองหรืออาจเป็นการปฏิสัมพันธ์ทางสังคมได้แก่การได้รับคำชมเชยจากคนในครอบครัวและบุคคลในทีมสุขภาพซึ่งจะเป็นแรงกระตุ้นที่สำคัญให้บุคคลปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพและในระยะแรกของการปฏิบัติพฤติกรรมนั้นการรับรู้ประโยชน์ภายนอกจะเป็นแรงจูงใจที่สำคัญในการปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพและการรับรู้ประโยชน์ภายในเป็นการที่บุคคลมองเห็นคุณค่าของการปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพจึงปฏิบัติด้วยความเต็มใจและต้องการที่จะกระทำซึ่งเป็นแรงขับภายในที่สำคัญทำให้บุคคลปฏิบัติเพื่อให้บรรลุเป้าหมายของการมีสุขภาพดีปราศจากภาวะแทรกซ้อนใดๆได้แก่การเพิ่มความตื่นตัวการลดความรู้สึกเหนื่อยล้าการรับรู้ประโยชน์ภายในจะเป็นแรงจูงใจให้บุคคลปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพอย่างต่อเนื่องประโยชน์และความสัมพันธ์ของประโยชน์ที่จะเกิดขึ้นจากการกระทำพฤติกรรมในอดีตจะเป็นตัวกำหนดพฤติกรรมสุขภาพ Health Promotion Model ซึ่งตรงกับแนวคิดของ Becker ในเรื่องแบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพที่ว่ากระทำของบุคคลนั้นจะขึ้นอยู่กับความเห็นคุณค่าของสิ่งที่ตนจะได้รับและผลได้จากการกระทำของตนบุคคลจะกระทำหรือเข้าใกล้สิ่งที่ตนเองพอใจและคิดว่าสิ่งที่ก่อให้เกิดผลดีแก่ตนเรียกว่าการรับรู้ประโยชน์ซึ่งถ้าบุคคลเห็นว่าการส่งเสริมสุขภาพเป็นสิ่งที่มีความประโยชน์จะทำให้มีพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพที่ดีและสามารถปฏิบัติตนได้ถูกต้อง

2.2) การรับรู้อุปสรรคต่อการกระทำ (Perceived Barriers to Action) การปฏิบัติพฤติกรรมใต้อุปสรรคได้เสมอในการปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพอุปสรรคอาจเกิดจากความรู้สึกนึกคิดหรือเกิดขึ้นจริงอุปสรรคเหล่านี้ได้แก่ความยากลำบากความไม่สะดวกมีค่าใช้จ่ายมีความยุ่งยากในการปฏิบัติหรือใช้เวลาในการปฏิบัติมากเกินไปอุปสรรคทำให้การปฏิบัติต้องหยุดไปเมื่อบุคคลมีความพร้อมในการปฏิบัติต่ำและมีอุปสรรคสูงการปฏิบัติจะเกิดขึ้นได้ยากแต่ถ้ามีความพร้อมในการปฏิบัติสูงและอุปสรรคมีต่ำความเป็นไปได้ของการปฏิบัติก็จะมีสูงขึ้นอุปสรรคเป็นแรงจูงใจที่ทำให้เกิดการสูญเสียความพึงพอใจเป็นตัวกระตุ้นให้บุคคลหลีกเลี่ยงจากการปฏิบัติพฤติกรรมที่กำหนดมีผลกระทบโดยตรงต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพคือทำให้การปฏิบัติพฤติกรรมนั้นต้องหยุดชะงักและมีผลโดยอ้อมคือทำให้บุคคลลดข้อผูกมัดในแผนการปฏิบัติพฤติกรรม

2.3) การรับรู้ความสามารถในตนเอง (Perceived Self-Efficacy) ความสามารถในตนเองเป็นการบอกถึงความสามารถของบุคคลในการปฏิบัติกิจกรรมนั้นโดยไม่คำนึงว่าบุคคลนั้นจะมีทักษะหรือไม่ แต่ขึ้นอยู่กับการใช้ทักษะที่ตนมีอยู่อย่างไรแตกต่างจากการคาดการณ์ของผลลัพธ์การรับรู้เกี่ยวกับทักษะและความสามารถของบุคคลเป็นแรงจูงใจสำคัญที่จะทำให้บุคคลปฏิบัติพฤติกรรมที่ดีและถูกต้องเหมาะสม

2.4) อารมณ์ที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรม (Activity -Related Affect) เป็นความรู้สึกของตนเองทั้งทางบวกและทางลบที่เกิดขึ้นก่อนระหว่างหรือหลังการเกิดพฤติกรรมเป็นพื้นฐานการกระตุ้นพฤติกรรมของตนเองการตอบสนองทางด้านอารมณ์ความรู้สึกนี้จะเก็บไว้ในความทรงจำและจะมีผล

ต่อพฤติกรรมในเวลาต่อมาการตอบสนองทางด้านอารมณ์ความรู้สึกต่อพฤติกรรมที่เฉพาะเจาะจงประกอบด้วย 3 องค์ประกอบ คือ อารมณ์ที่เกี่ยวข้องกับการกระทำในขณะนั้นอารมณ์ของตนเองในขณะนั้นและอารมณ์ที่เกี่ยวข้องกับสภาพแวดล้อมในขณะนั้นผลที่เกิดขึ้นจะมีอิทธิพลต่อบุคคลในการเลือกปฏิบัติพฤติกรรมนั้นซ้ำอีกหรือคงพฤติกรรมนั้นให้ยาวนานขึ้น

2.5) อิทธิพลจากปัจจัยระหว่างบุคคล (Interpersonal Influence) ปัจจัยระหว่างบุคคลเป็นความคิดที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมความเชื่อทัศนคติของผู้อื่นได้แก่ครอบครัวเพื่อนอิทธิพลจากปัจจัยระหว่างบุคคลได้แก่บรรทัดฐานของสังคมการสนับสนุนจากครอบครัวหรือเพื่อนหรือคนอื่นๆ เป็นต้นซึ่งความคิดเหล่านี้อาจจะตรงหรือไม่ตรงกับความเป็นจริงก็ได้

2.6) อิทธิพลด้านสถานการณ์ (Situational Influence) หมายถึงการรับรู้หรือความคิดของบุคคลต่อสถานการณ์หรือสภาพแวดล้อมที่ส่งเสริมหรือขัดขวางพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพอิทธิพลของสถานการณ์ที่มีต่อการส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพได้แก่การรับรู้ทางเลือกที่เหมาะสมเป็นกุญแจสำคัญที่จะพิจารณาสิ่งใหม่ขึ้นมาและเป็นกลวิธีที่มีประสิทธิภาพสำหรับเอื้ออำนวยและคงพฤติกรรมสุขภาพที่ดีนั้นไว้

3) ผลลัพธ์ด้านพฤติกรรม (Behavior Outcome) การวางแผนกำหนดความตั้งใจของสิ่งจะปฏิบัติเป็นจุดเริ่มต้นของการปฏิบัติพฤติกรรมความตั้งใจนี้จะดึงบุคคลให้ปฏิบัติพฤติกรรมตามความตั้งใจนอกจากจะมีความต้องการอย่างอื่นเข้ามาแทรกซึ่งผลลัพธ์ด้านพฤติกรรมนี้มีองค์ประกอบ 3 ส่วน คือ

3.1) ความตั้งใจในการวางแผนการปฏิบัติ (Commitment to a Plan of Action) เป็นสิ่งที่กำหนดการปฏิบัติด้วยความเต็มใจเป็นกระบวนการคิดและการกำหนดกลวิธีในการกระทำให้การเสริมแรงต่อการปฏิบัติเพื่อให้เกิดความตั้งใจที่จะกำหนดสิ่งที่จะปฏิบัติโดยการมีส่วนร่วมระหว่างพยาบาลและผู้ป่วย

3.2) ความชอบหรือการจำเป็นที่เกิดขึ้นทันที (Immediate Competing Demand and Preference) หมายถึง พฤติกรรมทางเลือกอื่น ๆ ที่เกิดขึ้นทันทีในจิตสำนึกของบุคคลก่อนที่จะวางแผนปฏิบัติกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพความชอบหรือการจำเป็นที่เกิดขึ้นทันทีถือเป็นพฤติกรรมทางเลือกอื่นที่เกิดขึ้นซึ่งบุคคลควบคุมได้ในระดับต่ำเนื่องจากเงื่อนไขสิ่งแวดล้อมเช่นความรับผิดชอบต่อการทำงานหรือครอบครัวหากไม่ตอบสนองความต้องการนั้นจะส่งผลเสียต่อตนเองหรือบุคคลสำคัญสำหรับความพอใจถือว่าเป็นพฤติกรรมทางเลือกที่ให้ผลมากกว่าที่บุคคลจะสามารถควบคุมได้ในระดับสูงเป็นสิ่งที่ทำให้บุคคลเลิกล้มพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพได้ขึ้นอยู่กับความสามารถในการควบคุมตนเองให้อาชนะความพอใจที่เกิดขึ้นทันทีสิ่งเหล่านี้ส่งผลกระทบต่อความตั้งใจในการปฏิบัติพฤติกรรมที่กำหนด

3.3) พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ (Health Promoting Behavior) เป็นความสามารถที่แท้จริงของบุคคลในการปฏิบัติกิจกรรมอย่างต่อเนื่องเพื่อผลลัพธ์ในการส่งเสริมสุขภาพพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพเป็นผลลัพธ์ของการกระทำซึ่งเป็นจุดสุดท้ายในโมเดลการส่งเสริมสุขภาพเป็นจุดมุ่งหมายสูงสุดในการบรรลุผลลัพธ์ทางบวกด้านสุขภาพสำหรับผู้รับบริการเมื่อบุคคลสามารถแสดง

พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพโดยผสมผสานเป็นส่วนหนึ่งของแบบแผนการดำเนินชีวิตได้จะทำให้บุคคลมีประสบการณ์ด้านสุขภาพในทางบวก (Pender, Murdaugh and Parsons, 2006)

สรุปได้ว่า โปรแกรมส่งเสริมสุขภาพ มีแนวคิด และเป็นกระบวนการที่สนับสนุนให้บุคคลเพิ่มความสามารถในการควบคุมสุขภาพ โดยให้ตระหนักและเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพและสร้างสรรค์สิ่งแวดล้อม เป็นการกระทำหรือปฏิบัติพฤติกรรมทางด้านบวกที่แสดงออกถึงความสามารถของบุคคลในการคงไว้หรือยกระดับสุขภาพเพื่อการมีสุขภาพที่ดี

1.2 การวางแผนในการส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพ

รูปแบบการวางแผน Model for Health Education Planning (MHPE) แบ่งเป็น 6 ระยะ ดังนี้

ระยะที่ 1 (Phase 1 Initiate) เป็นระยะเริ่มแรกของการวางแผน

- 1) เข้าใจปัญหาของกลุ่มเป้าหมายและเกี่ยวกับระบบบางอย่าง
- 2) ทำสัญญาข้อตกลง
- 3) สร้างความตระหนักต่อประชาชนเกี่ยวกับปัญหานั้น

ระยะที่ 2 (Phase 2 Need Assessment) การหาปัญหาหรือกำหนดปัญหา เป็นระยะที่ผู้วางแผนต้องพิจารณาปัญหาที่ผ่านมาเป็นอย่างไร โดยการพิจารณาวิเคราะห์ปัญหาจากข้อมูลที่ได้รวบรวมไว้

ระยะที่ 3 (Phase 3 Goal Setting) การกำหนดเป้าประสงค์ของแผนบนพื้นฐานของปัญหาและการต้องการแก้ไข ผู้วางแผนต้องพิจารณากำหนดกลวิธีในการดำเนินกิจกรรมต่างๆเพื่อบรรลุเป้าประสงค์

ระยะที่ 4 (Phase 4 Planning and Programming) เป็นการกำหนดกิจกรรม ออกแบบเครื่องมือ ในการบริหารจัดการกำหนดกิจกรรม

ระยะที่ 5 (Phase 5 Implementations) เป็นการดำเนินกิจกรรมตามแผนที่วางไว้

ระยะที่ 6 (Phase 6 Evaluation) เป็นระยะประเมินผล

สรุปได้ว่า การวางแผนในการส่งเสริมสุขภาพจะต้องเริ่มจากการกำหนดกลุ่มเป้าหมายจากนั้นศึกษาปัญหาหรือกำหนดปัญหา กำหนดเป้าหมายหรือจุดประสงค์ในการแก้ปัญหา เมื่อทราบสิ่งที่ต้องการแก้ไขก็เริ่มคิดหรือออกแบบกิจกรรมในการแก้ปัญหา จากนั้นดำเนินการตามแผนที่ได้กำหนดไว้ และจะต้องมีการประเมินผลเพื่อที่จะนำไปปรับปรุงแก้ไข

2. การละเล่นพื้นบ้านไทย

2.1 ประวัติการละเล่นพื้นบ้านของไทย

พระยาอนุมานราชธน (2510) ได้กล่าวถึงประวัติความเป็นมาของการละเล่นพื้นบ้านไว้ว่า การละเล่นพื้นบ้านของเด็กไทยมีประวัติความเป็นมาตั้งแต่สมัยดึกดำบรรพ์ก่อนประวัติศาสตร์เมื่อมนุษย์รู้จักนำเอาดินมาปั้นเป็นภาชนะในครั้งแรกแล้วจึงเจริญพัฒนามาเป็นลำดับเด็กที่เห็นผู้ใหญ่ทำก็เลียนแบบมาปั้นเล่นบ้างเช่นการเล่นแตกโพละคือการเอาดินมาปั้นเป็นรูปกระต่ายเล็กๆแต่ให้ส่วนที่เป็นก้นมีลักษณะบางที่สุดเท่าที่จะบางได้แล้วขว้างลงไปบนพื้นให้แรงก็มีเสียงแตกดังโพละและเป็นช่องโหว่ที่ก้นแล้วเอาดินมาแผ่บางๆให้เท่ารูโหว่

ในสมัยสุโขทัยหลักศิลาจารึกของพ่อขุนรามคำแหงหลักที่ 1 กล่าวถึงคนในสมัยนั้นว่า อยู่เย็นเป็นสุขอยากเล่นก็เล่นตั้งข้อความตอนหนึ่งที่กล่าวไว้ว่า ..ใครจักเล่นเล่นใครจักมักหัวหัวใครจักมักเลื่อนเลื่อน.. แต่ไม่ได้กล่าวไว้ว่าคนสมัยนั้นมีการเล่นอะไรบ้าง ในตำรับท้าวศรีจุฬาลักษณ์ มีการกล่าวถึงการละเล่นของคนสมัยนั้นว่า “เดือนยี่ถึงการพระราชพิธีบูชาภิเชก เถลิงพระโค กินเลี้ยงเป็นนักขัตฤกษ์ หมูนางในก็ได้ดูชุดชักว้าวหว่างพั่งสำเนียง เสียงว่า ร้องเสนาะลั่นฟ้าไปทั้งทิวาราตรี”

ในสมัยอยุธยา มีความเจริญรุ่งเรืองมาก ประชาชนมีเวลาในการเล่นสนุกสนาน ร่าเริง โดยนิยมเล่นในงานประเพณีต่างๆ เช่น งานฉลองกฐิน งานลอยกระทง งานฉลองผ้าป่า งานวันตรุษสงกรานต์ เป็นต้น โดยในวันตรุษสงกรานต์มีการละเล่นพื้นเมืองที่สำคัญคือ สะบ้าไม้หึ่ง มอญซ่อนผ้า และชักเย่อ นอกจากนี้ยังมีการเล่นว้าวซึ่งนิยมเล่นกันมากในหมู่เจ้านายชั้นสูงเท่านั้น เนื่องจากอาณาเขตพระราชวังกว้างขวางมากและมีกฎมณเฑียรบาลห้ามประชาชนเล่นว้าวข้ามพระราชวัง ประชาชนจึงไม่มีใครกล้าเล่น

ในสมัยกรุงรัตนโกสินทร์ การเล่นในรัชสมัยต้นๆ จะเน้นกิจกรรมที่ให้ความเพลิดเพลิน มักเล่นกันเฉพาะในพระราชพิธีหรือเทศกาลต่างๆที่สำคัญเท่านั้น เนื่องจากอยู่ในระยะฟื้นฟูประเทศ มีศึกสงครามอยู่ตลอดเวลา ต่อมาในตอนหลังจึงได้มีการเล่นที่ให้ความเพลิดเพลิน สนุกสนานมากขึ้น เมื่อประเทศมีความสงบความเป็นอยู่ของราษฎรดีขึ้น โดยจะเห็นได้จากวรรณคดีสมัยรัตนโกสินทร์ที่ปรากฏการละเล่นหลายอย่าง เช่น ตะกร้อ จ้องเต ชีม้าส่งเมือง เป็นต้น (จิรกรรม ศิริประเสริฐ, 2555)

จากการศึกษาประวัติการละเล่นพื้นบ้านไทยที่กล่าวมาข้างต้น สรุปได้ว่า การละเล่นพื้นบ้านไทยนั้นมีมาตั้งแต่สมัยสุโขทัยซึ่งมีการสืบสานอนุรักษ์และถ่ายทอดวัฒนธรรมการละเล่นพื้นบ้านไทยอันดีงามอยู่กับเยาวชนไทยจากรุ่นสู่รุ่นมาจนถึงปัจจุบัน

2.2 ความหมายของการละเล่นพื้นบ้านไทย

พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน (2542) ได้ให้ความหมายของคำว่า “เล่น” และ “การละเล่น” ไว้ ดังนี้

เล่น หมายถึง ทำเพื่อสนุกหรือผ่อนคลายอารมณ์สละวณ หรือหมกมุ่นอยู่กับสิ่งใดๆ ด้วยความเพลิดเพลินเป็นพิเศษ

การละเล่น หมายถึง มหรสพการแสดงต่างๆเพื่อความสนุกสนานรื่นเริง

การเล่นของเด็ก หมายถึง การกระทำของเด็กที่ทำไปเพื่อความสนุกสนานหรือผ่อนคลายอารมณ์ให้เพลิดเพลิน

ละมุล ชัชวาลย์ (2543) ได้ให้ความหมายไว้ว่า เป็นการเล่นของเด็กที่นิยมเล่นกันในท้องถิ่นและเล่นสืบทอดต่อกันมาตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบันเป็นกิจกรรมที่เด็กเล่นเพื่อความสนุกสนานเพลิดเพลินอาจจะเป็นการเล่นคนเดียวหรือเล่นเป็นกลุ่มการเล่นจึงมีบทบาทต่อพัฒนาการทั้ง 4 ด้านของเด็กและเป็นเครื่องหมายการแสดงออกถึงความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ของเด็กอีกด้วย

ซัชชัย โกมารทัต (2549) ได้ให้ความหมายไว้ว่าเป็นกิจกรรมการเล่นและเกมที่ใช้ทักษะทางกายที่กระตือรือร้นใช้ความสามารถในการเคลื่อนไหวร่างกายตามแบบวัฒนธรรมไทยเป็นกิจกรรมการแข่งขันที่มีแบบแผนอย่างไทยมีวิธีการเล่นที่เป็นระบบระเบียบอย่างไทยมีกฎกติกาอย่างไทยมีผลประโยชน์จากการเล่นทั้งประโยชน์ภายในและภายนอกตามรูปแบบการ

ดำเนินวิถีชีวิตดั้งเดิมแบบไทย

จากการศึกษาความหมายของการเล่นพื้นบ้านของไทยที่กล่าวมาข้างต้น สรุปได้ว่าการเล่นพื้นบ้านของไทยหมายถึงการเล่นของคนไทยในท้องถิ่นต่างๆที่นิยมเล่นกันในชีวิตประจำวันและสืบทอดต่อกันมาจากคนรุ่นก่อนตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบันมีทั้งลักษณะที่เล่นเพื่อความสนุกสนานไม่เน้นการแข่งขันและเล่นเพื่อเป็นการแข่งขันกันโดยมีการตัดสินอย่างมีกฎกติกาที่ไม่ซับซ้อนสามารถยืดหยุ่นได้ตามความเหมาะสมตามแต่สภาพการณ์วิถีชีวิตและวัฒนธรรมของแต่ละท้องถิ่นอาจจะเล่นคนเดียวหรือเล่นหลายคนก็ได้เป็นกิจกรรมการเล่นและเกมที่ใช้ทักษะทางกายที่กระตือรือร้นใช้ความสามารถในการเคลื่อนไหวร่างกายตามแบบไทยอีกทั้งยังส่งเสริมให้เด็กได้รับการพัฒนาทางด้านร่างกายจิตใจอารมณ์สังคมและสติปัญญาอีกด้วย

2.3 ประเภทของการเล่นพื้นบ้านของไทย

ผะอบ โปษะกฤษณะ (2522) ได้แยกประเภทการเล่นของไทยออกเป็น 7 ประเภท คือ

- 1) การเล่นกลางแจ้งซึ่งประกอบด้วยการเล่นที่มีบทร้องประกอบและไม่มีบทร้องประกอบ
- 2) การเล่นในร่มซึ่งประกอบด้วยการเล่นที่มีบทร้องประกอบและไม่มีบทร้องประกอบ
- 3) การเล่นกลางแจ้งหรือในร่มก็ได้ซึ่งประกอบด้วยการเล่นที่มีบทร้องและไม่มีบทร้องประกอบ
- 4) การเล่นเลียนแบบผู้ใหญ่
- 5) การเล่นบทร้องเลียน
- 6) การเล่นประเภทเบ็ดเตล็ด
- 7) การเล่นปริศนาคำทาย

ผองพันธ์ มณีรัตน์ (2521) ได้แบ่งการเล่นของไทยออกตามกติกากการเล่นได้เป็น 2 ประเภท คือ

1) การเล่นที่เน้นการแพ้ชนะได้แก่การเล่นที่มีผู้แพ้ชนะที่แน่นอนซึ่งผู้เล่นทั้ง 2 ฝ่ายยอมรับการเอาชนะกันในการเล่นที่ผู้เล่นเกิดความรู้สึกว่ามีความสำคัญนั้น ต้องเป็นการแพ้ชนะที่เกิดจากความชำนาญและความสามารถที่เหนือกว่าของฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งไม่ใช่การแพ้ชนะที่เกิดจากการหมุนเวียนสลับเปลี่ยนตัวผู้เล่น

2) การเล่นที่ไม่เน้นการแพ้ชนะเป็นการเล่นเพื่อฆ่าเวลาเพื่อความสนุกสนานเพื่อออกกำลังกายและเพื่อการฝึกฝนตนเองในบางด้านผู้เล่นจะแพ้ชนะก็ไม่รู้สึกว่ามีสำคัญอาจเป็นการเล่นที่ผู้เล่นทุกคนมีโอกาสได้สลับเปลี่ยนหน้าที่กันจึงทำให้ความรู้สึกแพ้ชนะลดลง

ประภาพรรณ สุวรรณสุข (2526) ได้แบ่งเกมที่เด็กเล่นออกเป็น 3 ประเภท ได้แก่

1) เกมที่ใช้ทักษะทางร่างกายเกมชนิดนี้พิจารณาจากลักษณะของกิจกรรมการเคลื่อนไหวของผู้เล่น

2) เกมที่ต้องใช้การวางแผนเกมชนิดนี้พิจารณาจากเหตุผลในการเลือกที่จะกระทำสิ่งใดสิ่งหนึ่ง

3) เกมที่อาศัยโอกาสเกมชนิดนี้พิจารณาจากกิจกรรมที่จะต้องมีการเดาหรือการสมมติในสิ่งที่ไม่สามารถควบคุมได้เช่นการเล่นเกมที่ต้องใช้ลูกเต๋าหรือวงล้อ เป็นต้น

วรรณิ วิบูลสวัสดิ์แอนเดอร์สัน (2526) ได้แบ่งการละเล่นออกเป็น 5 ประเภทคือ

1) การเล่นโดยใช้ทักษะทางร่างกายและความรู้สึกสัมผัส

2) การเล่นโดยใช้กลยุทธ์

3) การเล่นเสียงโชค

4) การเล่นแบบสวมบทบาท

5) การเล่นแบบเขย่าขวัญ

วิราภรณ์ ปนาทกุล (2531) ได้แบ่งการละเล่นของเด็กไทยโดยอาศัยข้อมูลจากการเล่นโดยมีกฎกติกาและทักษะที่ได้เด่นชัดจากการละเล่นในแต่ละการละเล่นมาเป็นแนวทางในการจัดแบ่งกลุ่มซึ่งแบ่งเป็น 5 กลุ่ม ดังนี้

1) การละเล่นที่เน้นทักษะด้านการพูดและการฟังได้แก่การเล่นที่มีบทหรือบทเจรจาโต้ตอบการเล่นที่เข้าลักษณะนี้ เช่นซีตู่กลางนาเข่งแก้งกอยซ่อนหาช่วงรวงกินทางชายแดงโมแม่หน้าคพระโขนง เป็นต้น

2) การละเล่นที่เน้นทักษะทางด้านการนับการคาดคะเนการกระเษการจำแนกประเภทจำแนกพวกจำแนกเสียงการละเล่นที่เน้นเกี่ยวกับการนับได้แก่กาทายจุงนางเข้าห้องซ่อนหาฯการเล่นที่เน้นเกี่ยวกับการคาดคะเนการกระเษได้แก่ซีม้าโยนบอลตีตีเม็ดมะขามฯการเล่นที่เน้นทักษะการจำแนกประเภทจำแนกพวกจำแนกเสียงได้แก่กีฬาฟักไข่งูกินทางแก้อีตันตรี เป็นต้น

3) การละเล่นที่เน้นทักษะทางด้านการคิดการใช้ไหวพริบปฏิภาณความคล่องแคล่วว่องไวการเลือกตัดสินใจได้แก่กาฟักไข่งูกินทางแก้อีตันตรีกระโดดเชือกคู่กาทายซีม้าส่งเมืองซ่อนหาฯ

4) การละเล่นที่เน้นทักษะการใช้กล้ามเนื้อเพื่อการขีดเขียนการลากเส้นการวาดรูปเขียนรูปทรงการสานการวิ่งการกระโดดการทรงตัวและสามารถแบ่งเป็นกลุ่มย่อยๆได้ดังนี้คือ

4.1) การเล่นที่ใช้ทักษะการใช้กล้ามเนื้อเช่นการขีดเส้นลากเส้นการวาดรูปเขียนรูปทรงการสานเช่นกาปักไข่วางวางเข้าห้องตีจับ เป็นต้น

4.2) การเล่นที่เน้นทักษะการวิ่งเช่นการก้าวกระโดดเช่นการกระโดดกระต่ายขาเดียวกระโดดเชือกคู่ขี่ม้าส่งเมืองเดินกะลาตีจับ เป็นต้น

4.3) การเล่นที่เน้นทักษะทางการทรงตัวเช่นกระต่ายขาเดียวขี่ม้าโยนบอลเตะหุ่นทอตนาฬิกา ฯลฯ

5) การละเล่นที่เน้นการปลูกฝังค่านิยมทัศนคติในด้านต่างๆเช่นความซื่อสัตย์ความสามัคคีความเสียสละความรับผิดชอบการยอมรับกติกาการรู้แพ้รู้ชนะการให้อภัย เป็นต้นเช่นซ่อนหาชักกะเย่อขี่ม้าส่งเมือง เป็นต้น

จากการศึกษาประเภทของการละเล่นพื้นบ้านของไทยดังที่กล่าวมาแล้วข้างต้นพอสรุปได้ว่าประเภทการละเล่นพื้นบ้านของไทยสามารถแบ่งออกได้หลายรูปแบบ โดยอาศัยข้อมูลจาก กฎ กติกา สถานที่เล่น และทักษะที่เห็นได้เด่นชัดจากการเล่น มาเป็นแนวทางในการจัดแบ่งประเภทของการละเล่นพื้นบ้านไทย

2.4 ประโยชน์ของการละเล่นพื้นบ้านของไทย

การละเล่นเป็นสิ่งที่มีความสำคัญอย่างยิ่งต่อพัฒนาการของเด็กในทุกๆด้าน การละเล่นพื้นบ้านจึงเป็นการละเล่นอย่างหนึ่งที่ทำให้ประโยชน์ในด้านต่างๆมากมายซึ่งมีผู้กล่าวถึงประโยชน์ของการละเล่นพื้นบ้านไว้หลายทัศนะกล่าวคือ

จิรกรรม ศิริประเสริฐ (2555) ได้กล่าวว่า การเล่นแต่ละชนิดให้คุณค่าทางด้านพลศึกษาครบทั้ง 5 ด้านคือทางด้านร่างกายทางด้านจิตใจทางด้านอารมณ์ทางด้านสติปัญญาและทางด้านสังคมซึ่งคุณค่าที่ได้จะได้น้อยแตกต่างกันตามลักษณะของการเล่นคุณค่าของการเล่นทางพลศึกษาสามารถประมวลได้ดังต่อไปนี้

1) ทางด้านร่างกายการเล่นช่วยทำให้มีการเคลื่อนไหวส่วนต่างๆของร่างกายเป็นการออกกำลังกายมากขึ้นส่งเสริมให้ร่างกายของผู้เล่นได้พัฒนาทางด้านกำลังความแข็งแรงความเร็วความคล่องแคล่วว่องไวความทนทานการทรงตัวและช่วยพัฒนาการประสานงานของระบบประสาทและกล้ามเนื้อ

2) ทางด้านจิตใจการเล่นช่วยเสริมสร้างให้เกิดการพัฒนาคุณค่าทางด้านจิตใจไปในทางที่ดีมีความสมดุลกับความพอใจและความต้องการของตนเองและส่วนรวมช่วยส่งเสริมให้ผู้เล่นมีจิตใจที่แจ่มใสเร่งพัฒนาความกล้าหาญความเชื่อมั่นความมุมานะพยายามฝึกให้เป็นผู้ที่มีความอดทนและเสริมสร้างให้เป็นผู้มีกำลังใจดี

3) ทางด้านอารมณ์การเล่นช่วยเสริมสร้างให้เกิดความสมดุลทางอารมณ์ส่งเสริมให้ผู้เล่นได้ฝึกทางด้านความอดกลั้น การเก็บความรู้สึกการยั้งคิดส่งเสริมให้เกิดความมั่นคงทางอารมณ์เกิดความพึง

พอใจและได้ผ่อนคลายความตึงเครียดทางอารมณ์ทางด้านสติปัญญาการเล่นช่วยส่งเสริมให้ผู้เล่นได้ฝึกการใช้ความคิดการสังเกตการวินิจฉัยปัญหาการแก้ปัญหาฝึกการตัดสินใจที่ดีส่งเสริมให้ได้มีการเรียนรู้สิ่งต่างๆมากขึ้นและส่งเสริมให้เกิดความคิดสร้างสรรค์

4) ทางด้านสังคมการเล่นช่วยส่งเสริมให้ผู้เล่นได้ฝึกการใช้ชีวิตในสังคมร่วมกันส่งเสริมให้ผู้เล่นได้รู้จักร่วมมือร่วมใจกันในการปฏิบัติงานรู้จักการประสานงานกับผู้อื่นรู้จักการเคารพในสิทธิและความสามารถของผู้อื่นฝึกการเคารพและปฏิบัติตามกฎกติกาฝึกให้มีความซื่อสัตย์ยุติธรรมรู้จักเสียสละและเห็นอกเห็นใจผู้อื่นมีความสามัคคีกันในทุกขณะรู้จักการปฏิบัติตนในฐานะผู้นำและผู้ตามเสริมสร้างให้เป็นผู้มีน้ำใจนักกีฬาและฝึกการปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมต่างๆที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันยกตัวอย่างเช่นการเล่นของเด็กกับเครื่องประกอบการเล่นตลอดจนสิ่งต่างๆที่เด็กๆใช้เป็นของเล่นสะท้อนให้เห็นถึงสภาพความเป็นอยู่ขนบธรรมเนียมประเพณีค่านิยมและความเชื่อของคนไทยในสมัยก่อนได้เป็นอย่างดี

ซัชชัย โกมารทัต (2549) ได้วิเคราะห์คุณค่าของการละเล่นพื้นบ้านไทยในด้านต่างๆ ดังนี้

1) ด้านร่างกาย การละเล่นพื้นบ้านไทยนั้นส่งเสริมให้เกิด ความอ่อนตัว ความแม่นยำ การทรงตัวที่ดี การประสานงานของระบบต่างๆในร่างกาย ความแข็งแรง พลังของกล้ามเนื้อ ความเร็ว ความคล่องแคล่วว่องไว และความทนทานของระบบหายใจ

2) ทางด้านจิตใจการละเล่นพื้นบ้านไทยนั้นส่งเสริมให้เกิดความร่าเริง แจ่มใส ความเชื่อมั่นในตนเอง ความกล้าหาญทำสิ่งที่เหมาะสม ความอดทนต่อสภาพกดดัน ความมุมานะในการปฏิบัติภารกิจ และความมีกำลังใจในการปฏิบัติหน้าที่อย่างมีความสุข

3) ด้านอารมณ์ การละเล่นพื้นบ้านไทยนั้นส่งเสริมให้เกิด ความพึงพอใจ การผ่อนคลายความตึงเครียด การรู้จักยั้งคิด ความอดกลั้น การรู้จักเก็บความรู้สึก และความมั่นคงทางอารมณ์ ดังแสดงในตารางที่ 2.1 ทั้งนี้เพราะในการเล่นผู้เล่นย่อมจะประสบผลทางอารมณ์ได้ 2 ทาง คือ ผลทางอารมณ์ในทางที่พึงประสงค์ ซึ่งถ้าประสบผลการเล่นในลักษณะนี้อารมณ์ของผู้เล่นก็จะเป็นไปในทางที่ดีด้วย แต่บางครั้งการเล่นอาจจะเป็นผลไปในทางที่ไม่พึงประสงค์ ซึ่งผู้เล่นก็จะเกิดความไม่พอใจความรู้สึกทางอารมณ์ก็จะเป็นไปในทางที่ไม่ดีด้วย แต่อย่างไรก็ตาม สภาพของการเล่นจะมีอิทธิพลต่อการทำให้ผู้เล่นต้องควบคุมความรู้สึกทางอารมณ์ไว้ ไม่แสดงออกในลักษณะที่จะทำให้เกิดผลเสียแก่ตนเองและเพื่อนร่วมทีม

4) ด้านสติปัญญา การละเล่นพื้นบ้านไทยนั้นส่งเสริมให้เกิดการฝึกฝนให้ผู้เล่นรู้จักคิด รู้จักสังเกต รู้จักแยกแยะ ความแตกต่าง มีเหตุผล รู้จักตัดสินใจอย่างเหมาะสม รู้จักการแก้ปัญหาอย่างเกิดประโยชน์ และมีความคิดสร้างสรรค์ในทางที่ดี

5) ด้านสังคม การละเล่นพื้นบ้านไทยนั้นส่งเสริมให้เกิดความซื่อสัตย์ยุติธรรม ความเป็นมิตร สร้างสัมพันธ์ที่ดีงามกับบุคคลอื่น ความเคารพในสิทธิของผู้อื่น การยอมรับความคิดเห็นของผู้อื่น ความมีน้ำใจนักกีฬา การปรับตัวให้เข้ากับส่วนรวม ความร่วมมือร่วมใจทำงานร่วมกันอย่างมีประสิทธิภาพ และการเป็นผู้นำผู้ตามที่ดี

ตารางที่ 2.1 ผลการวิเคราะห์คุณค่าเกมการเล่นพื้นบ้านไทยทางด้านอารมณ์

| ที่ | การละเล่นพื้นบ้าน | ทางด้านอารมณ์ | | | | | |
|-----|-------------------|---------------|-----------------------|--------|---------|----------------|-----------------|
| | | พึงพอใจ | ผ่อนคลายความตึงเครียด | ยังคิด | อดกลั้น | เก็บความรู้สึก | มั่นคงทางอารมณ์ |
| 1 | ขี่ม้าตาบอด | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 2 | แข่งเรือคน | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 3 | แคร่หาม | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 4 | งูกินหาง | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 5 | ซ่อนมะนาว | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 6 | ชิงธง | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 7 | เตย | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 8 | แย่งธง | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 9 | วิ่งสามขา | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |

จากการศึกษาประโยชน์ของการละเล่นพื้นบ้านของไทยดังที่กล่าวมาแล้วข้างต้นพอสรุปได้ว่าการละเล่นไทยมีความมุ่งหมายส่งเสริมให้มีการพัฒนาการเคลื่อนไหวของร่างกายให้มีประสิทธิภาพเพื่อส่งเสริมความสมบูรณ์ของร่างกาย นอกจากนี้ยังเน้นด้านความสนุกสนาน เพลิดเพลิน ผ่อนคลายอารมณ์เครียด ส่งเสริมมนุษยสัมพันธ์ โดยให้ผู้เล่นเกิดทัศนคติที่ดีต่อการเล่น ส่งเสริมคุณธรรมทางจิตใจ และความมีน้ำใจเป็นนักกีฬา ก่อให้เกิดคุณค่าในด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา

3. แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับพฤติกรรมก้าวร้าว

3.1 ความหมายของพฤติกรรมก้าวร้าว

Buss and Larsen (2005) ระบุว่า ความก้าวร้าวเป็นการตอบสนองต่อสิ่งที่มากระตุ้นในรูปแบบของการกระทำอย่างทันทีโดยมีเจตนาจะทำให้ผู้อื่นเจ็บปวดแบ่งออกเป็น 2 ชนิด คือ

1) ความก้าวร้าวทางกาย (Physical Aggression) เป็นความก้าวร้าวที่แสดงออกโดยการใช้อวัยวะทางกายเช่น แขน ขา ฟัน หรือใช้อวัยวะทางกายร่วมกับอาวุธเช่นมีดไม้ปืนเพื่อทำให้ผู้อื่นเจ็บปวด

2) ความก้าวร้าวทางวาจา (Verbal Aggression) เป็นการสนองตอบต่อสิ่งที่มากระตุ้นโดยใช้ถ้อยคำให้ผู้อื่นได้รับความเจ็บปวดซึ่งจำแนกออกเป็น 2 ลักษณะ คือ

2.1) การปฏิเสธในการปฏิเสธมักจะแสดงท่าทางประกอบด้วย เช่น หลบหน้าแสดงท่าทางรังเกียจไม่ยอมเข้ากลุ่มส่วนคำพูดที่ใช้ในการปฏิเสธ ได้แก่ การพูดตรงๆหรือการพูดให้ร้าย ร่วมกับการแสดงอารมณ์เพื่อทำร้ายความรู้สึกของผู้อื่น

2.2) การบังคับเป็นการพูดเพื่อให้ได้สิ่งที่ตนเองต้องการโดยทำให้ได้รับความเจ็บปวดไม่พอใจ

สมโภช เอี่ยมสุภาชิต (2543) อธิบายไว้ว่าพฤติกรรมก้าวร้าวหมายถึงพฤติกรรมที่แสดงออกในลักษณะการข่มขู่หรือเรียกร้องบีบบังคับสิ่งต่างๆหรือการแสดงออกที่รุนแรงโดยไม่สนใจว่าจะสร้างความเดือดร้อนหรือก้าวก่ายสิทธิของผู้อื่นหรือไม่

รัตโนทัย พลับรูการ (2547) กล่าวว่า พฤติกรรมก้าวร้าวคือพฤติกรรมที่แสดงออกเพื่อต้องการทำร้ายผู้อื่นทั้งด้านร่างกายและจิตใจการแสดงออกอาจมีหลายรูปแบบได้แก่ทางวาจาเช่นการตำหนิพูดกระแทกกระเทียบเปรี้ยบเปรยเยาะเย้ยเป็นต้นทางร่างกายเช่นการทำร้ายร่างกายด้วยความรุนแรงในระดับต่างๆเป็นต้นด้วยท่าทางเช่นการดูหมิ่นด้วยสีหน้าท่าทาง

จากความหมายที่ได้อธิบายเกี่ยวกับพฤติกรรมก้าวร้าวในลักษณะต่างๆนั้นสามารถสรุปได้ว่า ความก้าวร้าวหมายถึงพฤติกรรมทางกายหรือวาจาที่มีลักษณะการแสดงออกที่รุนแรงต่อบุคคลโดยมีเจตนาที่จะทำให้เกิดความเสียหายทั้งทางร่างกายและจิตใจแก่ผู้ถูกระทำซึ่งสามารถเกิดจากพฤติกรรมก้าวร้าวที่เป็นเครื่องมือไปสู่เป้าหมายและพฤติกรรมก้าวร้าวที่เกิดจากความโกรธ

3.2 ทฤษฎีที่เกี่ยวกับความก้าวร้าว

3.2.1 ทฤษฎีสัญชาตญาณของมนุษย์ (Instinct Theory) กลุ่มที่ยึดแนวความคิดนี้ได้รับอิทธิพลจาก ชิก-มันด์ฟรอยด์ มีแนวคิดว่ามนุษย์มีสัญชาตญาณสองชนิดในตนเองมาตั้งแต่เกิดได้แก่สัญชาตญาณแห่งชีวิตซึ่งเป็นสัญชาตญาณที่ต้องการมีชีวิตอยู่ผลักดันให้มนุษย์แสดงออกมาเป็นความรักและกามารมณ์และสัญชาตญาณแห่งความตายเป็นสัญชาตญาณที่คนเราต้องการจะตายซึ่งนำไปสู่ความก้าวร้าวและสิ่งมีชีวิตทุกอย่างมีแรงผลักดันในตัวที่จะทำให้ตายชีวิตกลับไปสู่สภาพไร้ชีวิตเขาเชื่อว่าพลังความก้าวร้าวของคนเราจะสั่งสมและต้องถูกปลดปล่อยออกมาไม่ทางใดก็ทางหนึ่งสังคมจึงต้องทำหน้าที่ในการที่จะสร้างแนวทางให้คนเราได้ระบายความก้าวร้าวออกมาเป็นสิ่งที่ยอมรับกันได้จะเห็นได้ว่ามนุษย์มีแนวโน้มที่จะก้าวร้าวมาตั้งแต่เกิดและความก้าวร้าวเป็นสัญชาตญาณของมนุษย์ซึ่งเป็นการต้องการของร่างกายมนุษย์โดยธรรมชาติความก้าวร้าวจัดเป็นประเภทเดียวกับความต้องการทางเพศต้องมีการระบายออกไม่ว่าจะเป็นทางตรงหรือทางอ้อมก็ตามซึ่งการระบายออกนี้อาจเป็นไปในรูปแบบที่สังคมยอมรับ(เช่นการแข่งขันต่างๆด้านกีฬาฯ) หรือในทางที่สังคมไม่ยอมรับ(เช่นการทำร้ายร่างกาย) ซึ่งรากฐานของแนวคิดนี้เชื่อว่าความก้าวร้าวเป็นสัญชาตญาณแห่งความตาย (Death Instinct) ซึ่งจะระบายออกโดยการมุ่งร้ายต่อผู้อื่นหรือต่อตนเองก็ได้

จากทฤษฎีสัญชาตญาณของมนุษย์ดังกล่าวจะเห็นได้ว่ามนุษย์ทุกคนจะมีความก้าวร้าวติดตัวมาตั้งแต่เกิดและจะต้องมีการแสดงความก้าวร้าวออกมาไม่ทางใดก็ทางหนึ่งขึ้นอยู่กับสังคมว่าพฤติกรรมก้าวร้าวที่แสดงออกมานั้นจะเป็นที่ยอมรับของสังคมหรือไม่เป็นที่ยอมรับของสังคม

3.2.2 สมมติฐานความคับข้องใจ – ความก้าวร้าว (Frustration-Aggression Theory) ในปี 1939 มีนักจิตวิทยาคนหนึ่งเสนอแนวความคิดนี้คือ Dollard และคณะ Berkowitz (1962) ได้เสนอสมมติฐานเกี่ยวกับความก้าวร้าวที่ว่า "สมมติฐานความคับข้องใจ-ความก้าวร้าว" ซึ่งเชื่อว่าความก้าวร้าวมีความสัมพันธ์กับความคับข้องใจพื้นฐานของแนวความคิดนี้คือความก้าวร้าวเป็นผลจากความคับข้องใจโดยความคับข้องใจจะก่อให้เกิดแรงผลักดัน(Drive) นำไปสู่การแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวออกมาลักษณะใดลักษณะหนึ่งเช่นทำร้ายร่างกายพูดจาต่อท้าวเป็นต้น

ความคับข้องใจในที่นี้ หมายถึง สภาวะที่บุคคลถูกขัดขวางไม่ให้ทำอะไรให้บรรลุผลตามเป้าหมายที่ต้องการหรือไม่ได้ในสิ่งที่พึงประสงค์ส่วนแรงผลักดันหมายถึงพลังในร่างกายที่ผลักดันให้คนทำพฤติกรรมเฉพาะเช่นความหิวเกิดจากแรงผลักดันความหิวความก้าวร้าวเกิดจากแรงผลักดันก้าวร้าวสมมติฐานความคับข้องใจ-ความก้าวร้าวจะอธิบายความก้าวร้าวได้อย่างสมบูรณ์ต้องพิจารณาถึงสิ่งที่เกิดขึ้นก่อนความคับข้องใจซึ่งหมายถึงสิ่งเร้าภายนอกตัวบุคคลนอกจากนี้ Berkowitz (1993) ได้เสริมแนวความคิดของ Dollard ว่าการเกิดความก้าวร้าว นั้นเกิดจาก

- 1) การตอบสนองทางอารมณ์หรือความโกรธซึ่งเป็นผลมาจากความคับข้องใจความโกรธเป็นความพร้อมทางสภาวะอารมณ์ที่จะแสดงความก้าวร้าว
- 2) แม้จะมีความพร้อมความก้าวร้าวจะไม่เกิดขึ้น ถ้าไม่มีสิ่งเร้าเป็นตัวกระตุ้น
- 3) ต้องนำเอาภาวะกระตุ้นที่เป็นสิ่งเร้าภายนอกมาพิจารณาด้วย

Berkowitz (1993)ยังศึกษาจากผลงานการวิจัยว่าความคับข้องใจเกิดจากสิ่งเร้าที่ไม่พึงประสงค์ด้วยเช่นการลงโทษเป็นต้นซึ่งก็หมายความว่า การเกิดของความก้าวร้าวไม่ได้ขึ้นอยู่กับความคับข้องใจโดยตรงอย่างเดียวจะต้องมีสภาพความพร้อมในการแสดงพฤติกรรมก้าวร้าว นั้นและสิ่งชี้แนะหรือสิ่งกระตุ้นการกระทำจากภายนอกจะต้องได้รับการพิจารณาเช่นกันดังนั้นจะเห็นว่าสมมติฐานความคับข้องใจและความก้าวร้าวหากจะอธิบายความก้าวร้าวได้อย่างสมบูรณ์จะต้องพิจารณาถึงลักษณะนิสัยความก้าวร้าวของแต่ละบุคคลภาวะอารมณ์ของบุคคลที่มีต่อสิ่งแวดล้อมและสิ่งเร้าภายนอกตัวบุคคลควบคู่กันไป

นอกจากนั้น Goldstein (1994) ได้สรุปองค์ประกอบที่สำคัญเกี่ยวกับความก้าวร้าวและไม่ก้าวร้าวของบุคคลดังนี้

- 1) องค์ประกอบที่ทำให้บุคคลมีความก้าวร้าว
 - 1.1) อุปนิสัยของบุคคลที่มีความก้าวร้าวมักจะมีความก้าวร้าวอยู่แล้วซึ่งมักจะขาดสติยั้งคิดที่จะควบคุมการกระทำของตนเองมีลักษณะหุนหันพลันแล่นมีระดับจริยธรรมต่ำไม่มีเป้าหมายที่แน่นอนในชีวิตชอบอ้างเหตุผลและโทษผู้อื่นเสมออนอกจากนั้นในบางคนเมื่อแสดงความก้าวร้าวแล้วได้รับรางวัลจะยิ่งเป็นการเสริมแรงให้บุคคลแสดงออกถึงพฤติกรรมก้าวร้าวในครั้งต่อไป
 - 1.2) สิ่งแวดล้อมของบุคคลที่มีความก้าวร้าวบุคคลที่อยู่ในสภาพแวดล้อมที่มีแต่ความก้าวร้าวรุนแรงเป็นสิ่งที่อำนวยความสะดวกให้บุคคลแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวตลอดจนมีตัวแบบที่แสดงให้เห็นถึงพฤติกรรมก้าวร้าวจะช่วยเสริมให้บุคคลเกิดความก้าวร้าวมากยิ่งขึ้น

2) องค์ประกอบที่ทำให้บุคคลไม่มีความก้าวร้าว

2.1) ลักษณะอุปนิสัยของบุคคลที่ไม่มีความก้าวร้าวมีลักษณะเป็นคนวิตกกังวลหรือมีความรู้สึกผิดเมื่อจะแสดงความก้าวร้าวออกมาเป็นบุคคลที่กลัวการลงโทษมีความสามารถในการเรียนสูงมีความอดทนมีจริยธรรมสูงเป็นตัวของตัวเองยอมรับผู้อื่นและไม่ก้าวร้าว

2.2) สิ่งแวดล้อมของบุคคลที่ไม่ก้าวร้าวบุคคลจะไม่ก้าวร้าวเมื่ออยู่ต่อหน้าผู้ที่มีอำนาจเหนือกว่าและยังไม่คุ้นเคยกับสิ่งแวดล้อมนั้นตลอดจนไม่อยู่ในสถานการณ์ที่ก้าวร้าวและมีความอบอุ่นทางจิตใจ

จากสมมติฐานความคับข้องใจ-ความก้าวร้าวจะเห็นได้ว่าความคับข้องใจเกิดจากความไม่พึงพอใจหรือความโกรธของบุคคลซึ่งจะก่อให้เกิดพฤติกรรมก้าวร้าวโดยมีสิ่งเร้าภายนอกมากระทำกับบุคคลรวมทั้งลักษณะนิสัยของแต่ละบุคคลก็จะมีผลต่อการแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวด้วย

3.2.3 ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม (Social Learning Theory) มีดังนี้

1) การเรียนรู้ทางสังคมของ Sears (1991) ซึ่งเชื่อว่าพฤติกรรมเกิดจากการเรียนรู้ทางสังคม โดยเฉพาะการเรียนรู้พฤติกรรมทางสังคมจากพ่อแม่สำหรับพฤติกรรมก้าวร้าว นั้น Sears เชื่อว่าเป็นพฤติกรรมที่มุ่งไปสู่เป้าหมายหรือเกิดจากแรงจูงใจที่อยู่ในตัวบุคคลและเกิดจากประสบการณ์การเห็นตัวแบบและการได้รับแรงเสริม Sears มีทัศนคติว่าการอธิบายพฤติกรรมก้าวร้าว นั้นต้องอธิบายในลักษณะที่เผชิญหน้ากันในกระบวนการอบรมเลี้ยงดูนั้นเด็กต้องเผชิญหน้ากับพ่อแม่การอบรมที่ไม่เหมาะสมจะขัดขวางมิให้เด็กไปสู่เป้าหมายเด็กก็จะเกิดความคับข้องใจและโต้ตอบต่อความคับข้องใจอย่างรุนแรงและหากเด็กได้รับการลงโทษเด็กก็จะเห็นตัวแบบที่ก้าวร้าวในการพัฒนาความก้าวร้าวของเด็กวัยกลางเกิดจากแรงจูงใจและการเรียนรู้ในครอบครัวเป็นส่วนใหญ่ส่วนพัฒนาการพฤติกรรมก้าวร้าวของวัยรุ่นเกิดจากสังคมนอกบ้านเช่น กลุ่มเพื่อนเป็นต้น

2) แนวคิดเกี่ยวกับกระบวนการสังคมประกิตกระบวนการสังคมประกิตเป็นกระบวนการถ่ายทอดทัศนคติค่านิยมและมาตรฐานของสังคมเพื่อให้บุคคลปรับตัวให้อยู่ในสังคมอย่างเป็นสุข กระบวนการดังกล่าวกระทำได้ 2 ทาง คือ ทางตรง ได้แก่ การถ่ายทอดทัศนคติและค่านิยมโดยการแนะนำสั่งสอนการให้กฎระเบียบอย่างชัดเจน และทางอ้อม ได้แก่ การแสดงแบบหรือให้เด็กเรียนรู้จากตัวแบบกระบวนการสังคมประกิตกระทำผ่านการติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลสำหรับในครอบครัวนั้นกระทำผ่านการติดต่อสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่-ลูกหรือที่เรียกว่าการอบรมเลี้ยงดูซึ่งเป็นกลไกที่สำคัญของกระบวนการสังคมประกิตนอกจากนี้การอบรมเลี้ยงดูยังหมายความถึงการฝึกวินัยตลอดจนการสนองความต้องการพื้นฐานและความต้องการขั้นสองของเด็กผู้ที่มีอิทธิพลในการถ่ายทอดทัศนคติค่านิยมและมาตรฐานของสังคมคือพ่อแม่ส่วนกระบวนการสังคมประกิตในกลุ่มเพื่อนนั้น กระทำผ่านการติดต่อสัมพันธ์กับเพื่อนเด็กจะได้รับทัศนคติค่านิยมและพฤติกรรมจากเพื่อน เช่นเดียวกับได้รับจากพ่อแม่ นอกจากประสบการณ์การอบรมเลี้ยงดูหรือประสบการณ์ในกลุ่มเพื่อนที่ไม่เหมาะสมจะทำให้เกิดพฤติกรรมก้าวร้าวแล้วการรับรู้ในตัวเด็กก็มีความสำคัญทั้งนี้เพราะพัฒนาการของเด็กขึ้นอยู่กับว่าเด็กรับรู้และโต้ตอบต่อการอบรมเลี้ยงดูอย่างไรถ้าเด็กรับรู้ว่ามีพ่อแม่ปฏิบัติต่อตนอย่างโหดร้ายไม่ให้

ความรักความช่วยเหลืออย่างแท้จริงเด็กก็จะโต้ตอบพ่อแม่อย่างรุนแรงหรือถ้าเด็กรับรู้ว่าเป็นเพื่อนในกลุ่มยอมรับพฤติกรรมก้าวร้าวของเขาเขาก็จะแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวขึ้นอีก

3) ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมของ Albert Bandura (1977) ซึ่งเป็นผู้เสนอว่าพฤติกรรมทางสังคมนั้นเกิดจากการเรียนรู้พฤติกรรมก้าวร้าวก็เช่นเดียวกันกับพฤติกรรมทางสังคมทั่วไป Bandura อธิบายว่าความก้าวร้าวเป็นรูปแบบหนึ่งของพฤติกรรมทางสังคมซึ่งเกิดจากการเรียนรู้ของมนุษย์การเรียนรู้นั้นไม่เพียงแต่เป็นผลจากการได้รับรางวัลหรือการลงโทษเท่านั้นแต่ความสามารถในการเลียนแบบโดยการสังเกตก็เป็นวิธีการสำคัญที่ช่วยในการเรียนรู้ได้อย่างหนึ่ง Bandura ได้อธิบายความก้าวร้าว 3 ลักษณะ คือ (1) การเกิดความก้าวร้าวพฤติกรรมก้าวร้าวเกิดขึ้นมาได้จากการเรียนรู้ 2 ลักษณะ คือ (1.1) การเรียนรู้จากประสบการณ์ตรงโดยการเรียนรู้จากการได้ลงมือกระทำเองและได้รับผลกรรมเองได้แก่การแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวแล้วได้รับรางวัลแรงเสริมหรือการลงโทษ พฤติกรรมก้าวร้าวจะเกิดขึ้นอีกในอนาคตต่อไป (1.2) การเรียนรู้จากการสังเกตเป็นการเรียนรู้จากตัวแบบโดยการสังเกตจากพฤติกรรมของผู้อื่นหรือที่เรียกว่าการสังเกตตัวแบบและกระบวนการทางปัญญาทำให้บุคคลคาดหวังผลกรรมที่จะได้รับถ้าตนเองแสดงพฤติกรรมเช่นนั้นบ้าง ความคาดหวังจึงเป็นตัวกำหนดพฤติกรรมที่สำคัญ (2) ตัวกระตุ้นให้เกิดความก้าวร้าว (Instigator of Aggression) (2.1) อิทธิพลของตัวแบบตัวแบบมีอิทธิพลที่ทำให้เกิดพฤติกรรมก้าวร้าวได้ไม่ว่าจะเป็นสถานการณ์จริงหรือสถานการณ์ทดลองดังการทดลองของ Bandura and Ross ที่พบว่ากลุ่มตัวอย่างที่สังเกตตัวแบบก้าวร้าวโดยเฉพาะตัวแบบที่ได้รับแรงเสริมจะมีพฤติกรรมก้าวร้าวสูงกว่ากลุ่มตัวอย่างที่สังเกตตัวแบบไม่ก้าวร้าว Bandura (1973) กล่าวว่าในชีวิตประจำวันของมนุษย์เรานั้น สามารถพบกับตัวแบบที่แสดงความก้าวร้าวได้บ่อยและมีอิทธิพลมากที่สุดจากครอบครัวสังคมวัฒนธรรมและสื่อมวลชน (2.2) สิ่งเร้าที่ไม่พึงประสงค์ได้แก่การต่อสู้การทำร้ายร่างกายการดูถูกเหยียดหยามหรือการถอดถอนแรงเสริมสิ่งเหล่านี้ทำให้เกิดความคับข้องใจหรือความโกรธซึ่งจะทำให้เกิดพฤติกรรมในรูปแบบต่างๆ เช่นการฟุ้งตนเองการใส่สัมฤทธิ์การถอยหนีความวิตกกังวลการมัวเมาอบายมุขการแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์และพฤติกรรมก้าวร้าว (2.3) สิ่งจูงใจพฤติกรรมก้าวร้าวของบุคคลส่วนใหญ่เกิดจากความคาดหวังผลทางบวกดังนั้นตัวกระตุ้นให้เกิดการกระทำคือแรงเสริมที่บุคคลคาดหวังมากกว่าที่จะกระทำให้ผู้อื่นได้รับความเจ็บปวด (2.4) การควบคุมด้วยการสอนในกระบวนการสังคมประภิดหรือการอบรมเลี้ยงดูบุคคลจะถูกฝึกให้เชื่อฟังกฎระเบียบต่างๆ ผู้ฝึกจะให้รางวัลแก่การเชื่อฟังและการลงโทษแก่การไม่เชื่อฟังวิธีการลงโทษที่รุนแรงย่อมทำให้บุคคลเกิดความก้าวร้าวได้เพราะทำให้บุคคลคับข้องใจและเห็นตัวแบบที่ก้าวร้าวการได้เห็นคนอื่นลงโทษจะทำให้บุคคลเพิ่มพฤติกรรมก้าวร้าวด้วย (3) การเสริมแรงความก้าวร้าว (Reinforcement of Aggression) คือสิ่งที่ทำให้พฤติกรรมก้าวร้าวที่ยังคงอยู่หรือเกิดมากขึ้น Bandura ได้แบ่งออกเป็น 3 ชนิด คือ (3.1) แรงเสริมภายนอกเมื่อบุคคลแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวแล้วได้รับสิ่งเสริมแรงทำให้พฤติกรรมก้าวร้าวยังคงอยู่ (3.2) แรงเสริมจากการสังเกตบุคคลจะสังเกตและเลียนแบบพฤติกรรมก้าวร้าวของตัวแบบที่ได้รับรางวัลมากกว่าตัวแบบที่ไม่ได้รับรางวัลแรงเสริมที่ได้จากการสังเกตจะทำให้ข้อมูลที่และแรงจูงใจให้บุคคลแสดงความก้าวร้าว (3.3) แรงเสริมที่เกิดจากตนเองได้แก่การลดค่าและศักดิ์ศรีของผู้อื่นหรือการทำให้ตนเองรู้สึกมีคุณค่ามากขึ้นรู้สึกพึงพอใจและระบายความคับข้องใจเช่นการพูดนินทาเสียดสีพูดจาถูกหรือตำหนิผู้อื่น

จากทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมดังกล่าวจะเห็นได้ว่าการเรียนรู้พฤติกรรมก้าวร้าวนั้นสามารถเกิดขึ้นทั้งทางตรงและทางอ้อมโดยบุคคลจะเรียนรู้จากการสังเกตและปฏิสัมพันธ์กับบุคคลต่างๆจากสังคมโดยการเรียนรู้พฤติกรรมต่างๆของบุคคลส่วนใหญ่ที่นั้นเกิดจากตัวแบบส่งผลให้ตัวแบบจึงมีอิทธิพลเป็นอย่างยิ่งในการเรียนรู้พฤติกรรมของบุคคล

3.3 ลักษณะของพฤติกรรมก้าวร้าว

สมโภช เอี่ยมสุภชาติ (2543) กล่าวว่าลักษณะพฤติกรรมก้าวร้าวที่แสดงออกมี 2 ลักษณะคือ ความก้าวร้าวทางตรงและความก้าวร้าวทางอ้อมความก้าวร้าวทางตรงจะเป็นการแสดงออกทำทางต่างๆและการทำร้ายร่างกายเช่นการข่มขู่การกรรโชกพุดจาตุถูกในด้านความก้าวร้าวทางอ้อมจะเป็นการแสดงออกโดยให้ความสนใจในสิ่งอื่นหรือแสดงออกต่อบุคคลอื่นหรือวัตถุสิ่งของมากกว่าเช่นการพุดจาดินนาให้ร้ายการพุดจาเสียดสี

กุลยา ตันติผลาชีวะ (2551) กล่าวว่า การแสดงออกของพฤติกรรมก้าวร้าวที่ชัดเจนจะเห็นได้เมื่อเข้าสู่วัยรุ่นตอนต้นและวัยรุ่นตอนปลาย คือ อายุประมาณ 11 ปีขึ้นไป ถึง 18 ปีหลังจากนั้นจะถูกฝังเก็บไว้ในสันตารส่วนลึก ซึ่งอาจถูกควบคุมได้และควบคุมไม่ได้ ขึ้นอยู่กับประสบการณ์และการเรียนรู้

พฤติกรรมก้าวร้าวของเด็กวัยรุ่นที่สังเกตได้จากการเริ่มก้าวร้าวจนถึงก้าวร้าวรุนแรงเป็นดังนี้

| | |
|----------------------------|--|
| เริ่มก้าวร้าว | เด็กจะมีพฤติกรรมชั้ระเบียบ มีปัญหาด้านวินัย ชัดคำสั่งบ่อยๆ |
| ก้าวร้าว | โต้เถียง หนีออกจากบ้าน แสดงพฤติกรรมรบกวนผู้อื่น ดื้อสุรา |
| สูบบุหรี่ ขโมย ล้วงกระเป๋า | |
| รุนแรง | ข่มขืน ทำร้ายบุคคลอื่น ก่ออาชญากรรม |

ความก้าวร้าวเป็นพฤติกรรมที่ซ่อนลึกในจิตใจของคน การแสดงออกของความก้าวร้าวมีทั้งแสดงออกโดยตรง เห็นชัดเจนว่าก้าวร้าว กับการแสดงออกทางอ้อม ซึ่งบางครั้งเราไม่คิดว่าก้าวร้าวแต่เป็นโมโหร้าย ความก้าวร้าวมี 3 ประเภท ดังนี้

1) ความก้าวร้าวทางตรง เป็นการระบายก้าวร้าวด้วยการทำร้ายบุคคลที่เป็นบุคคลเป้าหมายโดยตรงเช่น โกรธใครก็ตรงรี่เข้าชกต่อยทุบตี ให้เป้าหมายเจ็บตัว หรือใช้วาจาตำประจานให้เกิดความอับอายเห็นจะจะว่าใครถูกตำ

2) ความก้าวร้าวทางอ้อม เป็นความก้าวร้าวที่ไม่แสดงตัวบุคคล แต่จะใช้วิธีการแสดงออกด้วยการทำลายสิ่งของทรัพย์สินสมบัติทั้งของตนเองหรือของบุคคลเป้าหมาย ด้วยเพียงหวังทำลายความรู้สึกและจิตใจเพื่อระบายความคับข้องใจของตนเอง ตัวอย่างเช่น พี่ชายเอาตุ๊กตาน้องไปทำลายให้เสียหาย เพราะของน้องดีกว่า หรือรู้สึกว่ามีแม่รักน้องมากกว่า

3) ความก้าวร้าวแฝง ความก้าวร้าวแฝงนี้ไม่แสดงออกทั้งทางตรงและทางอ้อม แต่จะแฝงเร้นอยู่ในตัวบุคคลที่พร้อมแสดงออกเมื่อรู้สึกว่าจะต้องแสดงตนว่ามีอำนาจเหนือบุคคลเป้าหมาย ซึ่งหมายความว่าความก้าวร้าวนี้อยู่ภายใต้จิตสำนึกตลอดเวลา จะแสดงออกมาเมื่อมีโอกาส โดยเฉพาะ

กับบุคคลที่อยู่ใกล้ตัวและอ่อนแอกว่า ซึ่งผู้อยู่รอบข้างจะมองไม่เห็นถึงความก้าวร้าวลักษณะนี้ ผู้มีความก้าวร้าวแฝงมักจะดูดีในสายตาบุคคลอื่น แต่ผู้ถูกรุกรายจะรู้ตัว

จากการศึกษาทฤษฎีเกี่ยวกับความก้าวร้าว สรุปได้ว่า ลักษณะของความก้าวร้าวนั้นสามารถแสดงออกได้เด่นชัดใน 2 ลักษณะ คือ ความก้าวร้าวทางตรง ได้แก่ การทำร้ายร่างกายผู้อื่น พุดจาตู่ ถูก หรือทำให้เกิดความอับอาย และความก้าวร้าวทางอ้อม ได้แก่ การทำร้ายความรู้สึกหรือจิตใจเพื่อระบายความคับข้องใจของตนเอง

3.4 การปรับพฤติกรรม

3.4.1 การดำเนินการปรับพฤติกรรม (สมโภช เอี่ยมสุภชาติ, 2543)

1) การกำหนดพฤติกรรมเป้าหมายพฤติกรรมเป้าหมาย (Behavioral Goal) หมายถึง พฤติกรรมที่ต้องการปรับให้เป็นไปในทิศทางที่พึงประสงค์ด้วยเหตุนี้จะต้องกำหนดเป้าหมายให้ชัดเจน พร้อมทั้งกำหนดทิศทางในการปรับพฤติกรรมนั้นๆ ด้วยพฤติกรรมเป้าหมายจะต้องเป็นพฤติกรรมที่สามารถสังเกตได้และวัดได้ตั้งนั้น ก่อนจะเลือกวิธีปรับพฤติกรรมจะต้องระบุนรายละเอียดของพฤติกรรมเป้าหมายให้ชัดเจนเพื่อให้สามารถสังเกตได้อย่างถูกต้องตัวอย่างพฤติกรรมเป้าหมายคือ “การลดความถี่ในการลุกจากที่นั่งของนักเรียนคนหนึ่งๆ” จะต้องระบุให้ชัดเจนว่าพฤติกรรมที่จะต้องสังเกต ได้แก่ ความถี่ของการลุกจากที่นั่งช่วงเวลาที่ถูกจากที่นั่ง

2) การเลือกพฤติกรรมเป้าหมาย

2.1) ควรเลือกพฤติกรรมที่มีความสำคัญมากที่สุดเช่นพฤติกรรมที่ก่อปัญหามากที่สุดไม่ว่าจะเป็นปัญหาต่อบุคคลหรือส่วนรวม

2.2) พฤติกรรมนั้นมีโอกาสทำได้สำเร็จ

2.3) สามารถจัดโปรแกรมเพื่อปรับพฤติกรรมนั้นๆตลอดจนพัฒนาพฤติกรรมนั้นๆได้ในทิศทางที่พึงประสงค์

3) การกำหนดทิศทางของการปรับพฤติกรรมต้องกำหนดทิศทางของการปรับพฤติกรรมนั้นๆให้ชัดเจนได้แก่

3.1) เพื่อสร้างพฤติกรรมใหม่

3.2) เพื่อเพิ่มความถี่ของพฤติกรรมที่พึงประสงค์

3.3) เพื่อรักษาพฤติกรรมที่ปรับแล้วหรือพฤติกรรมที่พึงประสงค์ให้คงอยู่

3.4) เพื่อลดความถี่ของพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์

4) การกำหนดสถานที่ที่จะดำเนินการปรับพฤติกรรมจะขึ้นอยู่กับจุดมุ่งหมายของการปรับพฤติกรรมเป้าหมายเพราะฉะนั้นควรจะกำหนดตามที่พฤติกรรมเป้าหมายนั้นจะเกิดขึ้นเช่นในห้องเรียนห้องอาหารสนามเด็กเล่นสนามกีฬาห้องสมุด เป็นต้น

5) การรวบรวมและวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานข้อมูลพื้นฐานคือพฤติกรรมที่เกิดขึ้นในสภาพปกติก่อนจะนำวิธีปรับพฤติกรรมมาใช้กับผู้ที่ได้รับการปรับพฤติกรรมช่วยให้เข้าใจถึงลักษณะ

ของพฤติกรรมเป้าหมายได้ชัดเจนและถูกต้องยิ่งขึ้นและการเลือกใช้วิธีปรับพฤติกรรมข้อมูลนี้จะได้จากการสังเกตตั้งนั้นภายหลังได้เลือกพฤติกรรมเป้าหมายแล้วผู้ทำหน้าที่ปรับพฤติกรรมจะต้องเริ่มสังเกตพฤติกรรมของผู้ที่จะได้รับการปรับพฤติกรรมในสภาพปกติเป็นระยะเวลาหนึ่งเช่น 1 หรือ 2 สัปดาห์โดยเลือกการสังเกตและบันทึกพฤติกรรมให้สอดคล้องกับพฤติกรรมที่ต้องการจะศึกษา

3.4.2 วิธีปรับพฤติกรรม: การเพิ่มพฤติกรรม

1) วิธีการเสริมแรงทางบวก

1.1) ความหมายของการเสริมแรง

การเสริมแรง (Reinforcement) หมายถึง การที่อัตราการแสดงพฤติกรรมของบุคคลคงอยู่ (Maintain) หรือเพิ่มขึ้น (Increase) หรือมีความถี่สูงขึ้นเป็นผลเนื่องมาจากบุคคลได้รับผลกรรมที่พึงพอใจหลังจากแสดงพฤติกรรมนั้นๆหรือเป็นผลจากความสำเร็จในการหลีกเลี่ยง (Avoidance) หรือหลบหนี (Escape) จากสิ่งเร้าที่ไม่พึงพอใจ

1.2) การเสริมแรงทางบวก (Positive Reinforcement)

การเสริมแรงทางบวก หมายถึง การที่บุคคลแสดงพฤติกรรมใดพฤติกรรมหนึ่งที่มีความถี่สูงขึ้นเป็นผลมาจากบุคคลนั้นได้รับผลกรรมที่พึงพอใจหลังจากแสดงพฤติกรรมนั้นๆสิ่งทีบุคคลได้รับแล้วเกิดความพึงพอใจและแสดงพฤติกรรมเพิ่มขึ้นนี้เรียกว่าสิ่งเร้าทางบวก(Positive Stimulus)

1.3) ความหมายของตัวเสริมแรงและประเภทของตัวเสริมแรง

1.3.1) ตัวเสริมแรงหมายถึงสิ่งที่ทำให้พฤติกรรมหนึ่งๆของบุคคลเกิดขึ้นบ่อยครั้งมากขึ้น

1.3.2) ประเภทของตัวเสริมแรง แบ่งตามลักษณะของการเสริมแรงออกเป็น 2 ประเภท คือ

(1) ตัวเสริมแรงทางบวก (Positive Reinforcer) หมายถึง ตัวเสริมแรงที่บุคคลได้รับแล้วเกิดความพึงพอใจ

(2) ตัวเสริมแรงทางลบ (Negative Reinforcer) หมายถึง ตัวเสริมแรงที่บุคคลใช้ทำลายความไม่พอใจที่เกิดขึ้นเพื่อให้เกิดความพึงพอใจ

1.3.3) ประเภทของตัวเสริมแรงที่แบ่งตามคุณสมบัติในการเสริมแรงแบ่งเป็น 2 ประเภท คือ

(1) ตัวเสริมแรงปฐมภูมิ (Primary Reinforcer) หมายถึง ตัวเสริมแรงที่ไม่ต้องวางเงื่อนไขมีคุณสมบัติการเสริมแรงด้วยตัวของมันเองตามธรรมชาติสามารถสนองความต้องการทางชีวภาพของบุคคลโดยตรงเช่นอาหารขมน้ำอากาศสิ่งต่างๆที่เสพได้เป็นต้น

(2) ตัวเสริมแรงทุติยภูมิ (Secondary Reinforcer) หมายถึง ตัวเสริมแรงที่ต้องวางเงื่อนไข (Conditioned Stimulus) เริ่มแรกมีคุณสมบัติเป็นกลางถูกนำมาจับควบคู่

กับตัวเสริมแรงปฐมภูมิที่มีคุณสมบัติในการเสริมแรงจะทำให้มีคุณสมบัติเช่นเดียวกับตัวเสริมแรงปฐมภูมินั้นๆ เช่น เงิน แสตมป์ เหรียญตราดาว เป็นต้น

1.3.4) ชนิดของตัวเสริมแรงทุติยภูมิแบ่งออกเป็น 5 ชนิดได้แก่

(1) ตัวเสริมแรงที่เป็นสิ่งของ (Material Reinforcer) เป็นตัวเสริมแรงที่มีประสิทธิภาพกับเด็กมากที่สุดประกอบด้วยอาหารของที่เก็บได้และสิ่งของต่างๆ เช่น ขนม บุหรี่ เหล้า ของเล่น เสื้อผ้า เป็นต้น

(2) ตัวเสริมแรงทางสังคม (Social Reinforcer) แบ่งออกเป็น 2 ลักษณะคือเป็นคำพูดและเป็นการแสดงออกทางท่าทาง ได้แก่ การชมเชย การยกย่อง การยิ้ม การเข้าใกล้ หรือ การแตะตัว เป็นต้น

(3) ตัวเสริมแรงที่เป็นกิจกรรม (Activity Reinforcer) รู้จักกันในชื่อของหลักฟรีแมค (Premack Principle) ซึ่งกล่าวไว้ว่ากิจกรรมหรือพฤติกรรมที่มีความถี่สูงสามารถนำมาใช้เสริมแรงกิจกรรมหรือทางกิจกรรมที่มีความถี่ต่ำได้ เช่น การได้รับอนุญาตให้ไปวิ่งที่สนามหญ้า อาจจะใช้เสริมแรงต่อพฤติกรรมการนั่งอยู่กับที่อย่างเงียบในห้องเรียนของเด็กได้ หรือ การดูทีวี อาจจะใช้เป็นตัวเสริมแรงการทำการบ้านของเด็กได้

(4) ตัวเสริมแรงเบี้ยอรรถกร (Token Reinforcer) เบี้ยอรรถกรเป็นตัวเสริมแรงที่มีคุณค่าได้ต่อเมื่อสามารถนำไปแลกเปลี่ยนเป็นตัวเสริมแรงอื่นๆ ได้ ตัวเสริมแรงที่นำไปแลกเปลี่ยนนั้นเรียกว่า “ตัวเสริมแรงสนับสนุน” (Back-up Reinforcer) เบี้ยอรรถกรจะมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้นถ้าสามารถนำไปแลกตัวเสริมแรงอื่นๆ ได้มากกว่า 1 ตัวขึ้นไป เบี้ยอรรถกรนั้น มักจะอยู่ในรูปของเงิน เบี้ยแต้มดาว แสตมป์ หรือ คุกกี้ เป็นต้น

(5) ตัวเสริมแรงภายใน (Covert Reinforcer) ตัวเสริมแรงภายในนี้รวมถึงความคิดความรู้สึกต่างๆ เช่น ความพึงพอใจ ความสุข หรือ ความภูมิใจ เป็นต้น จึงสามารถอธิบายได้ว่าทำไมบุคคลทั้งหลายจึงแสดงพฤติกรรมบางอย่างเมื่อแสดงแล้วไม่เห็นจะได้รับผลตอบแทนที่เด่นชัด เช่น การทำบุญการให้เงินแก่คนขอทานรวมทั้งพฤติกรรมที่เสี่ยงอันตรายได้แก่การป็นภูเขาการขับรถเร็ว เป็นต้น อาจกล่าวได้ว่าบุคคลกระทำไปเพราะเกิดความรู้สึกเป็นสุขใจที่ได้ทำ

2) วิธีการให้เสริมแรงทางลบ

2.1) การเสริมแรงทางลบ (Negative Reinforcement) หมายถึงการที่บุคคลแสดงพฤติกรรมหนึ่งเพิ่มขึ้นหรือมีความถี่สูงขึ้นซึ่งเป็นผลจากการที่บุคคลสามารถหลีกเลี่ยงหรือหลีกเลี่ยงหนีจากสิ่งที่ไม่พึงพอใจ

2.2) วิธีการให้การเสริมแรงทางลบโดยการที่บุคคลสามารถหลีกเลี่ยงหรือหลีกเลี่ยงหนีจากสิ่งเร้าที่ไม่พึงพอใจได้

สรุปได้ว่า ความก้าวร้าวเกิดจากปัจจัยหลายอย่าง การจัดการหรือแก้ไขความก้าวร้าวสามารถทำได้หลายวิธี เมื่อเกิดแรงขับความก้าวร้าวขึ้นไม่ว่าจะเกิดจากสาเหตุภายนอกหรือเกิดจากสิ่งแวดล้อมต่างๆ ควรจะแสดงความก้าวร้าวออกมาในรูปแบบที่เหมาะสม และสังคมให้การยอมรับ เช่น การเล่น

กีฬา ดนตรี หรืองานศิลปะ ตามความสามารถ รวมทั้งการหาคำยภาพของตนเอง ส่งเสริม เปิดโอกาส ให้แสดงออก เป็นการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมโดยใช้แรงเสริมทางบวก

4. พัฒนาการของนักเรียนระดับประถมศึกษา

สถาบันแห่งชาติเพื่อการพัฒนาเด็กและครอบครัว (2555) พัฒนาการของวัยรุ่น วัยรุ่นจะเกิดขึ้นเมื่อเด็กย่างอายุประมาณ 11-13 ปี เพศหญิงจะเข้าสู่วัยรุ่นเร็วกว่าเพศชายประมาณ 2 ปี และ จะเกิดการพัฒนาไปจนถึงอายุประมาณ 18 ปี จึงจะเข้าสู่ผู้ใหญ่ โดยจะเกิดการเปลี่ยนแปลงอย่างมากในพัฒนาการด้านต่างๆ ดังนี้

4.1 พัฒนาการทางร่างกาย (Physical Development) ประกอบด้วย การเปลี่ยนแปลงทางร่างกายทั่วไป และการเปลี่ยนแปลงทางเพศ เนื่องจากวัยนี้มีการสร้างและหลั่งฮอร์โมนเพศ (sex Hormones) และฮอร์โมนของการเจริญเติบโต (Growth Hormone) อย่างมากและรวดเร็ว

1) การเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย (Physical Changes) ร่างกายจะเติบโตขึ้นอย่างรวดเร็ว แขนขาจะยาวขึ้นก่อนจะเห็นการเปลี่ยนแปลงอื่นประมาณ 2 ปี เพศหญิงจะมีไขมันมากกว่าชายที่มี กล้ามเนื้อมากกว่า ทำให้เพศชายแข็งแรงกว่า

2) การเปลี่ยนแปลงทางเพศ (Sexual Changes) สิ่งที่เห็นได้ชัดเจน คือวัยรุ่นชายจะเป็นหนุ่มขึ้น นมขึ้นพาน(หัวนมโตขึ้นเล็กน้อย กดเจ็บ) เสียงแตก หนวดเคราขึ้น และเริ่มมีฝันเปียก (Nocturnal Ejaculation การหลั่งน้ำอสุจิในขณะหลับและฝันเกี่ยวกับเรื่องทางเพศ) การเกิดฝันเปียก ครั้งแรกเป็นสัญญาณของการเข้าสู่วัยรุ่นของเพศชาย ส่วนวัยรุ่นหญิงจะเป็นสาวขึ้น คือ เต้านมมีขนาดโตขึ้น ไขมันที่เพิ่มขึ้นจะทำให้รูปร่างมีทรวดทรง สะโพกผายออก และเริ่มมีประจำเดือนครั้งแรก (Menarche) การมีประจำเดือนครั้งแรก เป็นสัญญาณบอกการเข้าสู่วัยรุ่นในหญิงทั้งสองเพศจะมีการเปลี่ยนแปลงของอวัยวะเพศ ซึ่งจะมีขนาดโตขึ้น และเปลี่ยนเป็นแบบผู้ใหญ่ มีขนขึ้นบริเวณอวัยวะเพศ มีกลิ่นตัว มีสิวขึ้น

4.2 พัฒนาการทางจิตใจ (Psychological Development)

1) สติปัญญา (Intellectual Development) วัยนี้สติปัญญาจะพัฒนาสูงขึ้น จนมีความคิดเป็นแบบรูปธรรม (Jean Piaget ใช้คำอธิบายว่า Formal Operation ซึ่งมีความหมายถึง ความสามารถเรียนรู้ เข้าใจเหตุการณ์ต่างๆ ได้ลึกซึ้งขึ้นแบบ Abstract Thinking) มีความสามารถในการคิด วิเคราะห์ และสังเคราะห์ สิ่งต่างๆ ได้มากขึ้นตามลำดับจนเมื่อพ้นวัยรุ่นแล้ว จะมีความสามารถทางสติปัญญาได้เหมือนผู้ใหญ่ แต่ในช่วงระหว่างวัยรุ่นนี้ ยังอาจขาดความยืดหยุ่น มีความหุนหันพลันแล่น ขาดการไตร่ตรองให้รอบคอบ

2) ความคิดเกี่ยวกับตนเอง (Self Awareness) วัยนี้จะเริ่มมีความสามารถในการรับรู้ตนเอง ด้านต่างๆ ดังนี้

2.1) เอกลักษณ์ (Identity) วัยรุ่นจะเริ่มแสดงออกถึงสิ่งตนเองชอบ สิ่งที่ตนเองถนัด ซึ่งจะแสดงถึงความเป็นตัวตนของเขาที่โดดเด่น ได้แก่ วิชาที่เขาชอบเรียน กีฬาที่ชอบเล่น งานอดิเรก การใช้เวลาว่างให้เกิดความเพลิดเพลิน กลุ่มเพื่อนที่ชอบและสนิทสนมด้วย โดยเขาจะเลือกคบคนที่มี

ส่วนคล้ายคลึงกันหรือเข้ากันได้ จะเกิดการเรียนรู้และถ่ายทอดแบบอย่างจากกลุ่มเพื่อนนี้เอง ทั้งแนวคิด ค่านิยม ระบบจริยธรรม การแสดงออกและการแก้ปัญหาในชีวิต จนสิ่งเหล่านี้กลายเป็นเอกลักษณ์ของตน และกลายเป็นบุคลิกภาพนั่นเอง สิ่งที่แสดงถึงเอกลักษณ์ตนเองยังมีอีกหลายด้าน ได้แก่ เอกลักษณ์ทางเพศ(Sexual Identity and Sexual Orientation)แฟชั่น ดารา นักร้อง การแต่งกาย ความเชื่อในศาสนา อาชีพ คติประจำใจ เป้าหมายในการดำเนินชีวิต (Erik Erikson อธิบายว่าวัยรุ่นจะเกิดเอกลักษณ์ของตนในวัยนี้ ถ้าไม่เกิดจะมีความสับสนในตนเองIdentity VS Role Confusion)

2.2) ภาพลักษณ์ของตนเอง (Self Image) คือการมองภาพของตนเอง ในด้านต่างๆ ได้แก่ หน้าตา รูปร่าง ความสวยความหล่อ ความพิการ ข้อดีข้อด้อยทางร่างกายของตนเอง วัยรุ่นจะสนใจหรือให้เวลาเกี่ยวกับรูปร่าง ผิวพรรณมากกว่าวัยอื่นๆ ถ้าตัวมีข้อด้อยกว่าคนอื่นก็จะเกิดความอับอาย

2.3) การได้รับการยอมรับจากผู้อื่น (Acceptance) วัยนี้ต้องการการยอมรับจากกลุ่มเพื่อนอย่างมาก การได้รับการยอมรับจะช่วยให้เกิดความรู้สึกมั่นคง ปลอดภัย เห็นคุณค่าของตนเอง มั่นใจตนเอง วัยนี้จึงมักอยากเด่นอยากดัง อยากให้มีคนรู้จักมากๆ

2.4) ความภาคภูมิใจตนเอง (Self Esteem) เกิดจากการที่ตนเองเป็นที่ยอมรับของเพื่อนและคนอื่นได้ รู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า เป็นคนดีและมีประโยชน์แก่ผู้อื่นได้ ทำอะไรได้สำเร็จ

2.5) ความเป็นตัวของตัวเอง (Independent) วัยนี้จะรักอิสระ เสรีภาพ ไม่ค่อยชอบอยู่ในกฎเกณฑ์กติกาใดๆ ชอบคิดเอง ทำเอง พึ่งตัวเอง เชื่อความคิดตนเอง มีปฏิกริยาตอบโต้ผู้ใหญ่ที่บีบบังคับสูง ความอยากรู้อยากเห็นอยากลองจะมีสูงสุดในวัยนี้ ทำให้อาจเกิดพฤติกรรมเสี่ยงได้ง่ายถ้าวัยรุ่นขาดการยั้งคิดที่ดี การได้ทำอะไรด้วยตนเอง และทำได้สำเร็จจะช่วยให้อายุรุ่นมีความมั่นใจในตนเอง (Self Confidence)

2.6) การควบคุมตนเอง (Self Control) วัยนี้จะเรียนรู้ที่จะควบคุมความคิด การรู้จัก ยั้งคิด การคิดให้เป็นระบบ เพื่อให้สามารถใช้ความคิดได้อย่างมีประสิทธิภาพ และอยู่ร่วมกับผู้อื่น

2.7) อารมณ์(Mood) อารมณ์จะแปรปรวนเปลี่ยนแปลงง่าย หงุดหงิดง่าย เครียดง่าย โกรธง่าย อาจเกิดอารมณ์ซึมเศร้าโดยไม่มีสาเหตุได้ง่าย อารมณ์ที่ไม่ดีเหล่านี้อาจทำให้เกิดพฤติกรรมเกรี้ยวกราด มีผลต่อการเรียนและการดำเนินชีวิต ในวัยรุ่นตอนต้น การควบคุมอารมณ์ยังไม่ค่อยดีนัก บางครั้งยังทำอะไรตามอารมณ์ตัวเองอยู่บ้าง แต่จะค่อยๆดีขึ้นเมื่ออายุมากขึ้น อารมณ์เพศวัยนี้จะมีมาก ทำให้มีความสนใจเรื่องทางเพศ หรือมีพฤติกรรมทางเพศ เช่น การสำเร็จความใคร่ด้วยตนเอง ซึ่งถือว่าเป็นเรื่องปกติในวัยนี้ แต่พฤติกรรมบางอย่างอาจเป็นปัญหา เช่น เบี่ยงเบนทางเพศ กามวิปริต หรือการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น จริยธรรม(Moral Development) วัยนี้จะมีความคิดเชิงอุดมคติสูง (Idealism) เพราะเขาจะแยกแยะความผิดชอบชั่วดีได้แล้วมีระบบมโนธรรมของตนเอง ต้องการความถูกต้อง ความชอบธรรมในสังคม ชอบช่วยเหลือผู้อื่น ต้องการเป็นคนดี เป็นที่ชื่นชอบของคนอื่น และจะรู้สึกอึดอัดกับตัวเองกับความไม่ถูกต้องในสังคม หรือในบ้าน แม้แต่พ่อแม่ของตนเองเขาก็เริ่มรู้สึกว่าไม่ได้ดีสมบูรณ์แบบเหมือนเมื่อก่อนอีกต่อไปแล้ว บางครั้งเขาจะแสดงออก

วิพากษ์วิจารณ์พ่อแม่หรือ ครูอาจารย์ตรงๆอย่างรุนแรง การต่อต้าน ประท้วงจึงเกิดได้บ่อยในวัยนี้เมื่อวัยรุ่นเห็นการกระทำที่ไม่ถูกต้อง หรือมีการเอาเปรียบ เบียดเบียน ความไม่เสมอภาคกัน ในวัยรุ่นตอนต้นการควบคุมตนเองอาจยังไม่ดีนัก แต่เมื่อพ้นวัยรุ่นนี้ไป การควบคุมตนเองจะดีขึ้น จนเป็นระบบจริยธรรมที่สมบูรณ์เหมือนผู้ใหญ่

4.3 พัฒนาการทางสังคม (Social Development)

วัยรุ่นจะเริ่มห่างจากทางบ้าน ไม่ค่อยสนิทสนมคลุกคลีกับพ่อแม่พี่น้องเหมือนเดิมแต่จะสนใจเพื่อนมากกว่า จะใช้เวลากับเพื่อนมีกิจกรรมนอกบ้านมาก ไม่อยากไปไหนกับทางบ้าน เริ่มมีความสนใจเพศตรงข้าม สนใจสังคมสิ่งแวดล้อม ปรับตัวเองให้เข้ากับกฎเกณฑ์กติกาของกลุ่ม ของสังคมได้ดีขึ้น มีความสามารถในทักษะสังคม การสื่อสารเจรจา การแก้ปัญหา การประนีประนอม การยืดหยุ่น โอนอ่อนผ่อนตามกัน และการทำงานร่วมกับผู้อื่น พัฒนาการทางสังคมที่ดีจะเป็นพื้นฐาน มนุษย์สัมพันธ์ที่ดี และบุคลิกภาพที่ดี การเรียนรู้สังคมจะช่วยให้ตนเองหาแนวทางการดำเนินชีวิตที่เหมาะสมกับตนเอง เลือกวิชาชีพที่เหมาะสมกับตน และมีสังคมสิ่งแวดล้อมที่ดีต่อตนเองในอนาคตต่อไป

จากการศึกษาพัฒนาการของนักเรียนประถมศึกษาในช่วงอายุตั้งแต่ 10 ปีขึ้นไป เป็นช่วงที่เริ่มเข้าสู่วัยรุ่น นักเรียนจะมี 1) พัฒนาการทางด้านร่างกายมีการสร้างและหลั่งฮอร์โมนเพศ และฮอร์โมนของการเจริญเติบโตอย่างมากและรวดเร็ว 2) พัฒนาการทางด้านจิตใจ สติปัญญาจะพัฒนาสูงขึ้นแต่ช่วงอายุวัยนี้ยังขาดความยั้งคิด มีความหุนหันพลันแล่น ขาดการไตร่ตรองให้รอบคอบ 3) พัฒนาการทางสังคม เริ่มสนใจเพื่อนมากกว่าครอบครัว มีการปรับตัวเองให้เข้ากับกลุ่มหรือสังคม

5. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

5.1 งานวิจัยในประเทศ

กรวิดา ศรีสุภา (2547) ได้ศึกษาผลของการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ตามแนวคิดของ โกล์แมนที่มีต่อการลดพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรงของนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 6 พบว่า เมื่อคะแนนความฉลาดทางอารมณ์เพิ่มขึ้น ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรงของนักเรียนจากการประเมินของนักเรียน ครู และผู้ปกครองก็จะแตกต่างก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 และค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์กับพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรงของนักเรียนพบว่า มีความสัมพันธ์กันทางลบอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

อัมพร บำเพ็ญ (2550) ได้ศึกษาเรื่อง ผลการจัดกิจกรรมการเล่นเกมและกีฬาพื้นเมืองไทยที่มีต่อสมรรถภาพทางกายที่สัมพันธ์กับสุขภาพและความพึงพอใจของนักเรียนชั้นประถมศึกษา ช่วงชั้นที่ 2 โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบสมรรถภาพทางกายที่สัมพันธ์กับสุขภาพหลังการทดลองและเปรียบเทียบความพึงพอใจที่มีต่อกิจกรรมการเล่น ระหว่างกลุ่มที่เล่นเกมและกีฬาพื้นเมืองไทย กับกลุ่มที่เล่นกิจกรรมตามปกติทำการทดลองเป็นเวลา 8 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 3 วัน ผลการวิจัยพบว่า 1) สมรรถภาพทางกายที่สัมพันธ์กับสุขภาพทุกรายการ ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมหลังการทดลอง 8 สัปดาห์ มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 2) สมรรถภาพทางกายที่สัมพันธ์กับสุขภาพในรายการ ลูก-นั่ง 60 วินาที นั่งงอตัวไปข้างหน้าวิ่งอ้อมหลัก และวิ่งระยะไกล มี

ความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แต่ในรายการดัชนีมวลกาย ความหนาของไขมันใต้ผิวหนัง และดันพื้น 30 วินาที ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ 3) ความพึงพอใจที่มีต่อการเล่นหลังจากเข้าร่วมกิจกรรมการเล่นสัปดาห์ที่ 8 ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม พบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ภาวิณี ไชกระโทก (2551) ได้ศึกษาผลของการให้การปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวพุทธศาสตร์ ต่อการลดความโกรธและพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองมีความเห็นว่าการเข้าร่วมโปรแกรมการปรึกษาแบบกลุ่มช่วยให้มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับเรื่องความโกรธและพฤติกรรมก้าวร้าวมากขึ้น นักเรียนได้สำรวจตนเองทั้งทางด้านความคิด ความรู้สึกและพฤติกรรม ซึ่งทำให้เกิดความเข้าใจตนเองมากขึ้น นักเรียนได้สำรวจตนเองทั้งทางด้านความคิด ความรู้สึกและพฤติกรรม ซึ่งทำให้เกิดความเข้าใจตนเองมากขึ้น ในขณะเดียวกันก็นำไปสู่การเรียนรู้วิธีการและเทคนิคในการจัดการกับความโกรธและปรับพฤติกรรมก้าวร้าวของตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ศุภวรรณ วงศ์สร้างทรัพย์ (2551) ได้ทำการศึกษาเรื่องผลของการฝึกโปรแกรมการละเล่นพื้นบ้านที่มีต่อสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพของนักเรียนชั้นประถมศึกษาตอนต้นโดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการฝึกโปรแกรมการละเล่นพื้นบ้านที่มีต่อสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพของนักเรียนชั้นประถมศึกษาตอนต้นระหว่างกลุ่มทดลองที่ฝึกด้วยโปรแกรมการละเล่นพื้นบ้านซึ่งประกอบด้วยสถานีฝึก 6 สถานีและกลุ่มควบคุมที่เรียนพลศึกษาในชั่วโมงเรียนปกติใช้เวลาในการฝึก 8 สัปดาห์สัปดาห์ละ 3 วันผลการวิจัยพบว่า 1) ค่าเฉลี่ยสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมหลังการฝึกสัปดาห์ที่ 8 ในรายการวิ่ง 1 ไมล์รายการลูก-นั่ง 1 นาทีและรายการนั่งงอตัวไปข้างหน้าแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่ในรายการดัชนีมวลกายไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 2) ค่าเฉลี่ยสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพของกลุ่มทดลองก่อนการฝึกและหลังการฝึกสัปดาห์ที่ 6 และ 8 ในรายการวิ่ง 1 ไมล์รายการลูก-นั่ง 1 นาทีและรายการนั่งงอตัวไปข้างหน้าแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่ในรายการดัชนีมวลกายไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .053) ค่าเฉลี่ยสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพของกลุ่มควบคุมก่อนการฝึกและหลังการฝึกสัปดาห์ที่ 6 และ 8 ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

เดชนริศ หาญโรจนกุล (2553) ได้ศึกษาผลของการจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมการละเล่นพื้นบ้านไทยที่มีต่อสมรรถภาพทางกายที่สัมพันธ์กับทักษะของเด็กอนุบาล ซึ่งเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมการละเล่นพื้นบ้านไทยกับกลุ่มควบคุมที่ได้รับการจัดกิจกรรมพลศึกษาตามปกติผลการวิจัยพบว่า 1) หลังการทดลอง 4 สัปดาห์และหลังการทดลอง 8 สัปดาห์กลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมการละเล่นพื้นบ้านไทยมีการพัฒนาสมรรถภาพทางกายที่สัมพันธ์กับทักษะ ดีกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 2) หลังการทดลอง 8 สัปดาห์ กลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมการละเล่นพื้นบ้านไทยมีการพัฒนาสมรรถภาพทางกายที่สัมพันธ์กับทักษะ ดีกว่ากลุ่มควบคุมที่ได้รับการจัดกิจกรรมพลศึกษาตามปกติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ฉัตรพันธ์ ดุสิตกุล (2554) ได้ศึกษาผลของการจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์ที่มีต่อพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนประถมศึกษา โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการจัดกิจกรรมพลศึกษาที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนประถมศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 รวมทั้งสิ้น 30 คน เลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจงพร้อมทั้งแบ่งนักเรียนเป็นกลุ่มทดลอง 15 คน กลุ่มควบคุม 15 คน ซึ่งมีค่าเฉลี่ยพฤติกรรมก้าวร้าวไม่แตกต่างกันเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ได้แก่แผนการจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์ซึ่งผู้วิจัยได้ดำเนินการสอนกลุ่มทดลองด้วยตนเองคาบละ 50 นาที จำนวน 16 แผน เป็นเวลา 8 สัปดาห์ติดต่อกันโดยใช้เวลาหลังเลิกเรียนมีการวัดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมในระยะก่อนทดลองหลังทดลองและระยะหลังการทดลอง 2 สัปดาห์โดยใช้แบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวจากนั้นนำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์หาค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานทดสอบความแตกต่างค่าเฉลี่ยของคะแนนด้วยค่าทีวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วมทางเดียวแบบวัดซ้ำและเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่โดยใช้วิธี LSD ผลการวิจัยพบว่า 1) หลังการทดลองกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมก้าวร้าวในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลน้อยกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่ในกลุ่มควบคุมไม่พบความแตกต่าง 2) หลังการทดลองกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมก้าวร่วมน้อยกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

วารุณี วรศักดิ์เสนีย์ (2554) ได้ศึกษาการพัฒนาารูปแบบการจัดกิจกรรมพลศึกษาตามแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นกลุ่มตัวอย่าง เป็นนักเรียนที่มีอายุระหว่าง 13-15 ปี แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 15 คน กลุ่มควบคุม 15 คน ผลวิจัยพบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับรูปแบบการจัดกิจกรรมพลศึกษาตามแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา มีค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมในระยะก่อนการทดลอง ระยะสิ้นสุดการทดลองและระยะติดตามผลแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และจากการตอบแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวแตกต่างจากนักเรียนกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

พัชราวดี คงศต (2555) ได้ศึกษาผลของการจัดโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพตามทฤษฎีการกระทำด้วยเหตุผลเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนหญิงระดับมัธยมศึกษาตอนต้น โดยแบ่งนักเรียนออกเป็น 2 กลุ่ม แบ่งเป็นนักเรียนกลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพตามทฤษฎีการกระทำด้วยเหตุผลเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนหญิงระดับมัธยมศึกษาตอนต้นและนักเรียนกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 24 คน เป็นเวลา 8 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 3 วัน วันละ 1 ชั่วโมง ผลการวิจัยพบว่า 1) ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนกลุ่มทดลองหลังได้รับการจัดโปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพลดลงต่ำกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 2) ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวหลังการทดลองลดลงต่ำกว่าของนักเรียนกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

5.2 งานวิจัยต่างประเทศ

Dangel, Deschner and Rasp. (1989) ได้ทำการวิจัยกลุ่มตัวอย่างวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวในศูนย์แก้ไขปัญหายุวชน จำนวน 12 คน อายุ 10-17 ปี ตัวแปรตามวัดโดยพฤติกรรมก้าวร้าว ซึ่งจะแบ่งพฤติกรรมก้าวร้าว เป็นก้าวร้าวทางวาจา และก้าวร้าวทางกาย โดยมีเงื่อนไขการทดลอง

ประกอบด้วยเทคนิค 3 เทคนิค คือ การหยุดความคิด การผ่อนคลาย และการฝึกแก้ปัญหาด้วยตนเอง โดยผู้ดูแลหอพัก ครูผู้สอน จะเป็นผู้บันทึกพฤติกรรม ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนที่เข้ารับการฝึกลดความก้าวร้าว จำนวน 9 คน ไม่แสดงพฤติกรรมก้าวร้าวเลยต่อช่วงที่ศึกษา 2 คน และมีพฤติกรรมก้าวร้าวเพิ่มมากขึ้นจำนวน 1 คนแต่เมื่อระยะเวลาผ่านไปหลายสัปดาห์ อัตราความก้าวร้าวก็ลดลงในระยะเวลาติดตามผล

Shikant (2004) ได้ทำการศึกษาเรื่องผลของการเล่นการฟันเมืองในผู้หญิงที่มีต่อสมรรถภาพกลไกการเคลื่อนไหวในการวิจัยประชากรคือนักเรียนหญิง 40 คนที่มีอายุระหว่าง 17-21 ปีแบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 20 คนและกลุ่มควบคุม 20 คนโดยกลุ่มทดลองเล่นเกมฟันเมืองทดสอบสมรรถภาพกลไกการเคลื่อนไหวก่อนการทดลองได้แก่ลูก-นั่งวิ่งเก็บของยืนกระโดดไกลกลุ่มทดลองเล่นเกมฟันเมือง 6 สัปดาห์หลังสัปดาห์ที่ 6 ทดสอบสมรรถภาพกลไกการเคลื่อนไหวของทั้ง 2 กลุ่มเปรียบเทียบผลโดยใช้การทดสอบค่า“ที” (t-test) ผลการวิจัยพบว่ากลุ่มทดลองมีพัฒนาการทางสมรรถภาพกลไกการเคลื่อนไหวแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

Dilorenzo (2006) ได้ทำการศึกษาเรื่องผลของการฝึกพลศึกษาที่บ้านที่มีต่อสมรรถภาพทางกายและความรู้เกี่ยวกับสมรรถภาพทางกายของนักเรียนเกรด 4 โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการฝึกพลศึกษาที่บ้านที่มีต่อสมรรถภาพทางกายและความรู้เกี่ยวกับสมรรถภาพทางกายของนักเรียนเกรด 4 กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนที่อยู่ในเมืองและชานเมืองจำนวน 59 คนเป็นชาย 30 คนและหญิง 29 คนแบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 3 กลุ่มกลุ่มที่ 1ฝึกพลศึกษาเสริมหลักสูตรกลุ่มที่ 2 กลุ่มที่ฝึกพลศึกษาที่บ้านกลุ่มที่ 3 กลุ่มที่ไม่ได้ฝึกพลศึกษาที่บ้านใช้ระยะเวลาฝึก 12 สัปดาห์สัปดาห์ละ 3 วันอย่างน้อยวันละ 30 นาทีและทำการทดสอบสมรรถภาพทางกายหลังการฝึก 12 สัปดาห์ผลการวิจัยพบว่านักเรียนที่ฝึกพลศึกษาที่บ้านสามารถพัฒนาสมรรถภาพทางกายด้านความแข็งแรงของกล้ามเนื้อหน้าท้องความแข็งแรงของร่างกายส่วนบนและความยืดหยุ่นของร่างกายดีกว่านักเรียนฝึกพลศึกษาตามหลักสูตรและกลุ่มที่ไม่ได้ฝึกพลศึกษาที่บ้านรวมทั้งมีความเข้าใจเกี่ยวกับสมรรถภาพทางกายมากกว่าด้วย

6. กรอบแนวคิดในการวิจัย



บทที่ 3

วิธีดำเนินงานวิจัย

การวิจัยเรื่องผลของจัดโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการละเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนประถมศึกษา เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi - Experimental Research) มีขั้นตอนการดำเนินงานวิจัย แบ่งออกเป็น 3 ขั้นตอน ดังนี้

ขั้นที่ 1 การเตรียมการทดลอง

1.1 การศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

1.2 การกำหนดประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1.3 การพัฒนาเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1.3.1 การพัฒนาโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการละเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าว

1.3.2 การพัฒนาเครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล

1.3.2.1 แบบสำรวจปัญหาพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนโดยครู

1.3.2.2 แบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าว

ขั้นที่ 2 การดำเนินการทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูล

2.1 การกำหนดแบบแผนการทดลอง

2.2 การติดต่อประสานงานก่อนการทดลอง

2.3 การดำเนินการทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูล

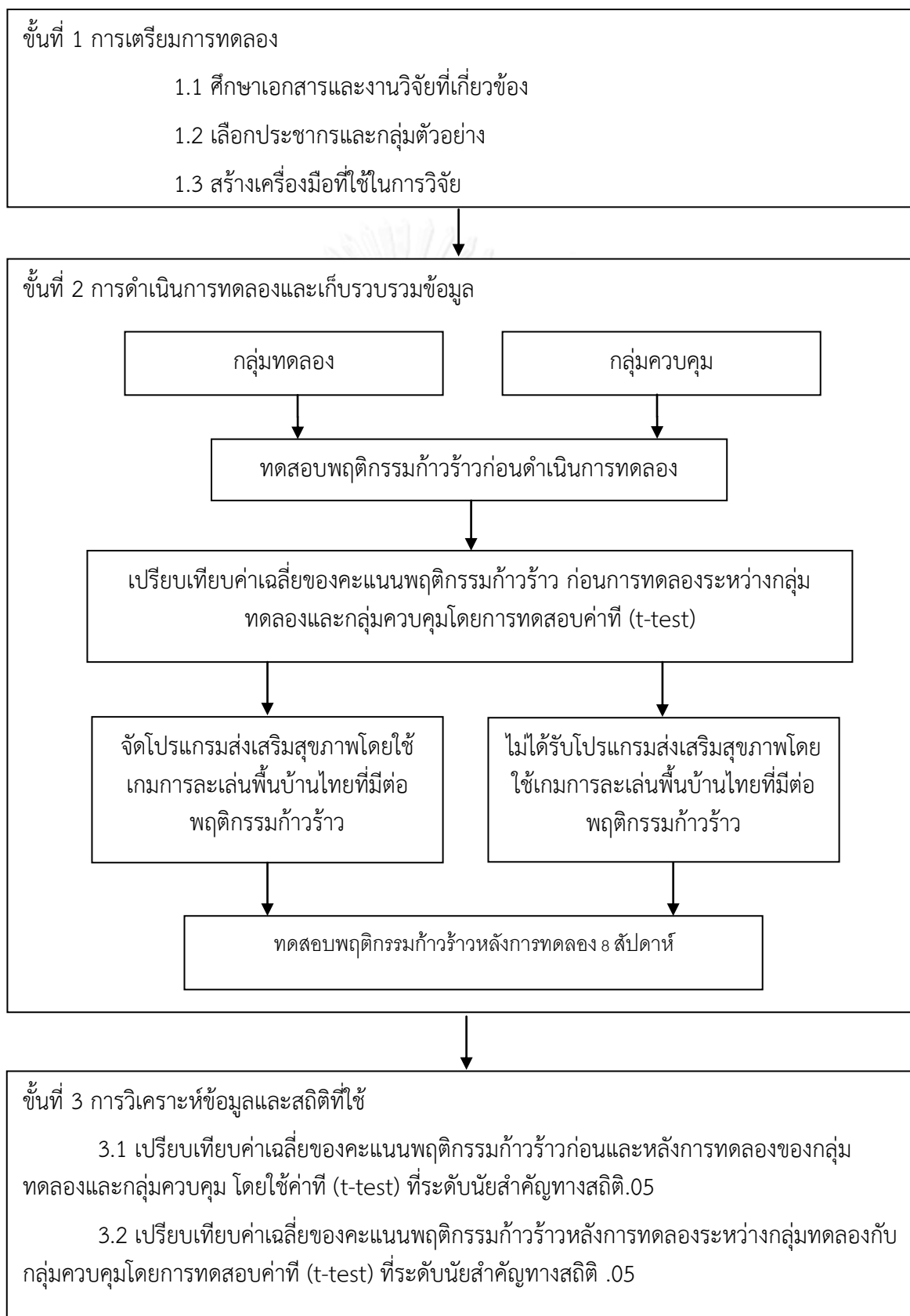
ขั้นที่ 3 การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้

3.1 การวิเคราะห์ข้อมูล

3.2 สถิติที่ใช้

สรุปขั้นตอนการดำเนินการวิจัยดังแสดงในแผนภาพที่ 3.1

แผนภาพที่ 3.1 ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย



ขั้นที่ 1 การเตรียมการทดลอง

1.1 การศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

1.1.1 ศึกษาตำราเอกสาร บทความ และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพ โดยใช้การเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าว

1.1.2 ศึกษาเอกสารหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐานพุทธศักราช 2551 กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

1.1.3 ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการวัดพฤติกรรมก้าวร้าว เพื่อเป็นแนวทางในการจัดทำแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าว

1.2 การกำหนดประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1.2.1 ประชากร คือ นักเรียนประถมศึกษาปีการศึกษา 2556 สังกัดคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ จำนวน 658,140 คน

1.2.2 กลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนประถมศึกษาที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวระดับปานกลาง ปีการศึกษา 2556 โรงเรียนพญาไท ในสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ จำนวน 50 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 1 กลุ่ม จำนวน 25 คน และกลุ่มควบคุม 1 กลุ่ม จำนวน 25 คน โดยดำเนินการตามขั้นตอน ดังนี้

1.2.2.1 การเลือกโรงเรียน ผู้วิจัยใช้วิธีการเลือกแบบเจาะจง (Purposive Selection) เป็นโรงเรียนที่ผู้บริหาร และครู อาจารย์ให้ความร่วมมือในการทดลองโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าว

1.2.2.2 การจัดนักเรียนเข้ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ดำเนินการดังนี้

1) รับสมัครนักเรียนที่สมัครใจเข้าร่วมโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าว ได้นักเรียนที่สมัครจำนวน 72 คน

2) ใช้แบบสำรวจปัญหาพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนโดยครูที่เกี่ยวข้อง เป็นผู้ตอบแบบสำรวจพฤติกรรมของนักเรียน ผลการสำรวจได้นักเรียนที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวจำนวน 60 คน นำนักเรียน 60 คนนี้มาทำการทดสอบแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าว โดยคัดนักเรียนที่มีคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวระดับปานกลาง

3) ได้นักเรียนที่มีคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวในระดับปานกลาง 50 คน นำมาสุ่มตัวอย่างด้วยวิธีสุ่มแบบง่าย (Simple Random Sampling) โดยการจับฉลากได้นักเรียนกลุ่มทดลองจำนวน 25 คน และนักเรียนกลุ่มควบคุมจำนวน 25 คน

1.3 การพัฒนาเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยแบ่งออกเป็น 2 ประเภท ได้แก่ เครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินการทดลอง คือ โปรแกรมส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการละเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวและเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล คือ แบบสำรวจปัญหาพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนโดยครูและแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าว

1.3.1 การพัฒนาเครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินการทดลอง คือ โปรแกรมส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการละเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าว ผู้วิจัยดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้

1) ศึกษารูปแบบโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการละเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าว จากตำรา เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

2) วิเคราะห์เกมการละเล่นพื้นบ้านไทยที่ส่งเสริมการลดพฤติกรรมก้าวร้าวจำนวน 40 เกม ผู้วิจัยได้ใช้เกณฑ์การวิเคราะห์คุณค่าใน 4 ตัวชี้วัด พบว่าเกม 1) ขี่ม้าตาบอด 2) แข่งเรือคน 3) แคร่หาม 4) งูกินหาง 5) ซ้อนมะนาว 6) ชิงธง 7) เตย 8) แย่ลงรู 9) วิ่งสามขา มีคุณค่าสอดคล้องกับการลดพฤติกรรมก้าวร้าว ดังปรากฏในตารางที่ 3.1

3) ดำเนินการสร้างโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการละเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวประกอบด้วยกิจกรรม 4 กิจกรรม ได้แก่ 1) รับรู้ข้อมูล 2) เกมการละเล่นพื้นบ้านไทย 3) ประเมินตนเอง และ 4) ให้คำปรึกษาและเสริมแรง ใช้เวลาในการดำเนินโปรแกรม 8 สัปดาห์ๆ ละ 3 วัน คือ วันจันทร์ วันพุธ และวันศุกร์ วันละ 60 นาที

4) นำโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการละเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าว ไปให้อาจารย์ที่ปรึกษาตรวจพิจารณาเพื่อนำมาปรับปรุงแก้ไข

5) นำโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการละเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวที่ปรับปรุงแก้ไขแล้วไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 ท่าน โดยกำหนดคุณสมบัติของผู้ทรงคุณวุฒิต้องเป็นผู้ที่จบการศึกษาระดับปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิตสาขาสุขศึกษา หรือ พลศึกษา หรือ สาขาที่เกี่ยวข้อง ตรวจสอบพิจารณาความตรงตามจุดประสงค์และความเหมาะสมของกิจกรรมในโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการละเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวเพื่อนำมาหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index of Congruence: IOC) โดยกำหนดค่าดัชนีความสอดคล้องตั้งแต่ .50 ขึ้นไป ผลการพิจารณาได้ค่าดัชนีความสอดคล้องเท่ากับ 0.84

6) แก้ไขปรับปรุงโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการละเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวให้มีความสมบูรณ์ ตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ

7) นำโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการละเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวไปทดลองใช้กับนักเรียนระดับประถมศึกษาเป็นเวลา 1 สัปดาห์ในโรงเรียนที่มีบริบทใกล้เคียงกับโรงเรียนของกลุ่มตัวอย่าง เพื่อดูความเหมาะสมในเรื่องการจัดกิจกรรมและเวลาที่ใช้ในการจัดกิจกรรม นำมาปรับปรุงโปรแกรมให้มีความสมบูรณ์ยิ่งขึ้น ก่อนนำไปใช้จริง

ตารางที่ 3.1 ผลการวิเคราะห์เกมการละเล่นพื้นบ้านไทยที่ส่งเสริมการลดพฤติกรรมก้าวร้าว

| เกม | คุณค่าของเกมการละเล่นพื้นบ้านไทย | | | |
|-------------|----------------------------------|---------------------------------|--------------------------------------|-------------------------|
| | ส่งเสริมการยั้งคิด และอดกลั้น | ส่งเสริมความ มั่นคงทางอารมณ์ | ส่งเสริมการผ่อนคลายความตึง เครียด | ส่งเสริมการฝึก สมาธิ |
| ขี่ม้าตาบอด | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| แข่งเรือคน | | ✓ | ✓ | |
| แค่น้ำ | ✓ | ✓ | ✓ | |
| งูกินหาง | ✓ | ✓ | ✓ | |
| ซ่อนমনนาว | | ✓ | ✓ | ✓ |
| ชิงธง | ✓ | ✓ | ✓ | |
| เตย | | | ✓ | ✓ |
| แย่งธง | ✓ | ✓ | ✓ | |
| วิ่งสามขา | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |

1.3.2 การพัฒนาเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล คือ แบบสำรวจปัญหาพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนโดยครู และแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าว

1.3.2.1 การพัฒนาแบบสำรวจปัญหาพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนโดยครูที่เกี่ยวข้อง ได้แก่ ครูประจำชั้น ผู้วิจัยดำเนินการ ดังนี้

1) ศึกษาเอกสาร งานวิจัยที่เกี่ยวข้องแบบสำรวจปัญหาพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนโดยครูที่เกี่ยวข้อง

2) ดำเนินการสร้างและพัฒนาแบบสำรวจปัญหาพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนโดยครู ได้แบบสำรวจจำนวน 20 ข้อ มีเกณฑ์การประเมิน ดังนี้

3 หมายถึง มีพฤติกรรมก้าวร้าว 1-2 ครั้ง/สัปดาห์

2 หมายถึง มีพฤติกรรมก้าวร้าว 3-5 ครั้ง/สัปดาห์

1 หมายถึง มีพฤติกรรมก้าวร้าว มากกว่า 5 ครั้ง/สัปดาห์

3) นำแบบสำรวจปัญหาพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนโดยครู ไปให้อาจารย์ที่ปรึกษาพิจารณาความสอดคล้องกับจุดประสงค์ ลักษณะการใช้คำถามและความถูกต้องด้านภาษา เพื่อนำมาปรับปรุงแก้ไข

4) นำแบบสำรวจปัญหาพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนโดยครู ที่ผ่านความเห็นชอบของอาจารย์ที่ปรึกษาไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 5 ท่าน โดยกำหนดคุณสมบัติของผู้ทรงคุณวุฒิต้องเป็นผู้ที่จบการศึกษาระดับปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิตทางสาขาสุศึกษาหรือพลศึกษาหรือสาขาที่เกี่ยวข้อง ตรวจสอบพิจารณาความตรงตามจุดประสงค์และความเหมาะสมด้านภาษานำมาหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index of Congruence: IOC) โดยกำหนดค่าดัชนีความสอดคล้องตั้งแต่ .50 ขึ้นไปผลการพิจารณาได้ค่าดัชนีความสอดคล้องเท่ากับ 1.00

1.3.2.1 การพัฒนาแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าว ผู้วิจัยดำเนินการ ดังนี้

- 1) ศึกษาเอกสาร งานวิจัยที่เกี่ยวข้องแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าว
- 2) ดำเนินการพัฒนาแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวเป็นแบบมาตราประเมินค่า (Rating Scale) มี 3 ระดับ คือ

ทำเป็นประจำ
ทำค่อนข้างบ่อย
ไม่เคยทำเลย

3) แบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวมี 45 ข้อ คะแนนรวม 135 คะแนน มีเกณฑ์การให้คะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวในแต่ละข้อความในแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าว ดังนี้

ทำเป็นประจำ หมายถึง คะแนนพฤติกรรมก้าวร้าว 3 คะแนน
ทำค่อนข้างบ่อย หมายถึง คะแนนพฤติกรรมก้าวร้าว 2 คะแนน
ไม่เคยทำเลย หมายถึง คะแนนพฤติกรรมก้าวร้าว 1 คะแนน

4) เกณฑ์การตัดสินระดับพฤติกรรมก้าวร้าวแบ่งออกเป็น 3 ระดับ

| | | |
|-------|-----------|--------------------------------|
| คะแนน | 0 – 60 | มีระดับพฤติกรรมก้าวร่วมน้อย |
| คะแนน | 61 – 100 | มีระดับพฤติกรรมก้าวร้าวปานกลาง |
| คะแนน | 101 – 135 | มีระดับพฤติกรรมก้าวร้าวมาก |

5) นำแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวไปให้อาจารย์ที่ปรึกษาพิจารณาความสอดคล้องกับจุดประสงค์ ลักษณะการใช้คำถามและความถูกต้องด้านภาษาเพื่อนำมาปรับปรุงแก้ไข

6) นำแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวที่ผ่านความเห็นชอบของอาจารย์ที่ปรึกษาไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 5 ท่าน โดยกำหนดคุณสมบัติของผู้ทรงคุณวุฒิต้องเป็นผู้ที่จบการศึกษาระดับปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิตทางสาขาสุศึกษาหรือพลศึกษา หรือ สาขาที่เกี่ยวข้อง ตรวจสอบพิจารณาความตรงตามจุดประสงค์และความเหมาะสมของกิจกรรมในโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพโดยใช้

เกมการละเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวนำมาหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index of Congruence: IOC) โดยกำหนดค่าดัชนีความสอดคล้องตั้งแต่ .50 ขึ้นไปผลการพิจารณาได้ค่าดัชนีความสอดคล้องเท่ากับ 0.99

7) นำแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวไปทดลองใช้กับนักเรียนระดับประถมศึกษา โรงเรียนที่มีบริบทใกล้เคียงกับโรงเรียนของกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 20 คน นำผลการทดสอบมาตรวจให้คะแนนและวิเคราะห์ค่าความเที่ยงโดยใช้สูตร (Cronbach Alpha Coefficient) ผลการวิเคราะห์ได้ค่าความเที่ยงเท่ากับ 0.93

ขั้นที่ 2 การดำเนินการทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูล

2.1 การกำหนดแบบแผนการทดลอง

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง(Quasi-Experimental Research) แบบ 2 กลุ่มมีการทดสอบก่อนและหลังการทดลอง (The Pretest-Posttest Control Group Design) ดังแบบแผนการทดลองแผนภาพ 3.2 ดังนี้

แผนภาพที่ 3.2 แบบแผนการทดลอง

| กลุ่มตัวอย่าง | การวัดก่อนการทดลอง | | การวัดหลังการทดลอง |
|---------------|--------------------|---|--------------------|
| E | O ₁ | X | O ₂ |
| C | O ₃ | | O ₄ |

E = กลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการละเล่นพื้นบ้านไทย

C = กลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการละเล่นพื้นบ้านไทย

O₁ O₃ = ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวที่วัดได้ก่อนการทดลอง

O₂ O₄ = ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวที่วัดได้หลังการทดลอง

X = โปรแกรมส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการละเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าว

2.2 การติดต่อประสานงานก่อนการทดลอง

2.2.1 ติดต่อขอความร่วมมือในการทำวิจัยจากผู้บริหารโรงเรียน

2.2.2 ชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัย ขั้นตอนการวิจัย การวัดและประเมินผลแก่รองผู้อำนวยการ ฝ่ายวิชาการ และร่วมกันกำหนดตารางเวลา การใช้โปรแกรมส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการละเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนประถมศึกษา

2.3 การดำเนินการทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูล

2.3.1 การดำเนินการก่อนการทดลองจัดโปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนประถมศึกษา

2.3.1.1 ผู้วิจัยทดสอบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมด้วยแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวที่พัฒนาขึ้น

2.3.1.2 นำผลการทดสอบพฤติกรรมก้าวร้าวของทั้ง 2 กลุ่มมาเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวด้วยการทดสอบค่าที (t-test) เพื่อทดสอบว่านักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีพฤติกรรมก้าวร้าวแตกต่างกันหรือไม่ ผลการทดสอบ ดังตารางที่ 3.2

ตารางที่ 3.2 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวก่อนการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองกับนักเรียนกลุ่มควบคุม

| | n | ก่อนการทดลอง | | หลังการทดลอง | | t | p |
|-------------|----|--------------|------|--------------|-------|--------|-------|
| | | \bar{x} | SD | \bar{x} | SD | | |
| กลุ่มทดลอง | 25 | 66.28 | 8.69 | 58.28 | 7.12 | 5.97 | 0.00* |
| กลุ่มควบคุม | 25 | 65.52 | 8.17 | 66.68 | 12.29 | - 0.42 | 0.68 |

* $p < .05$

2.3.2 การดำเนินการทดลองโปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าว

ผู้วิจัยดำเนินการจัดโปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการเล่นพื้นบ้านไทยให้กับนักเรียนกลุ่มทดลอง เป็นเวลา 8 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 3 วัน วันละ 1 ชั่วโมง

2.3.3 การดำเนินการหลังการทดลอง

ทดสอบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวหลังการทดลอง (Post-Test) ทั้งกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม โดยใช้แบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวฉบับเดียวกันกับแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวก่อนการทดลอง

ขั้นที่ 3 การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้

3.1 การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูล โดยใช้คอมพิวเตอร์หาค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) และเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวโดยการทดสอบค่าที (t-test) ดังนี้

3.1.1 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าว ก่อนและหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองและของนักเรียนกลุ่มควบคุมโดยการทดสอบค่า (Paired Samples t-test) ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05

3.1.2 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าว หลังการทดลองระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลองกับนักเรียนกลุ่มควบคุม โดยการทดสอบค่าที (Independent Samples t-test) ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05

3.2 สถิติที่ใช้

3.2.1 วิเคราะห์ข้อมูลคำนวณค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวโดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์

3.2.2 ทดสอบความแตกต่างค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ด้วยการทดสอบค่าที (t-test) โดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์

3.2.3 ทดสอบความแตกต่างค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าว หลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ด้วยการทดสอบค่าที (t-test) โดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยเรื่อง ผลของโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนประถมศึกษา ผู้วิจัยได้นำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล แบ่งเป็น 3 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานของนักเรียนกลุ่มทดลองและของนักเรียนกลุ่มควบคุม

ตอนที่ 2 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวก่อนและหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวและของนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการจัดโปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าว

ตอนที่ 3 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวหลังการทดลองระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดโปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวกับนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการจัดโปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าว

ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานของนักเรียนกลุ่มทดลองและของนักเรียนกลุ่มควบคุม

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานของนักเรียนกลุ่มทดลองและนักเรียนกลุ่มควบคุม ได้แก่ อายุ สถานภาพของครอบครัว อาชีพบิดา-มารดา/ผู้ปกครอง และข้อมูลเกี่ยวกับพฤติกรรมของนักเรียน ปรากฏดังตารางที่ 4.1

ตารางที่ 4.1 ข้อมูลพื้นฐานของนักเรียนกลุ่มทดลองและของนักเรียนกลุ่มควบคุม

| รายการ | กลุ่มทดลอง (n = 25) | | กลุ่มควบคุม (n = 25) | | รวม (n=50) | |
|-----------------------------------|------------------------|--------|-------------------------|--------|------------|--------|
| | ความถี่ | ร้อยละ | ความถี่ | ร้อยละ | ความถี่ | ร้อยละ |
| | (คน) | | (คน) | | (คน) | |
| 1. ข้อมูลส่วนตัว | | | | | | |
| 1.1 อายุ | | | | | | |
| 10 ปี | 14 | 56 | 8 | 32 | 22 | 44 |
| 11 ปี | 11 | 44 | 17 | 68 | 28 | 56 |
| รวม | 25 | 100 | 25 | 100 | 50 | 100 |
| 1.2 สถานภาพของครอบครัว | | | | | | |
| อยู่ร่วมกัน | 21 | 84 | 20 | 80 | 41 | 82 |
| หย่าร้าง | 3 | 12 | 1 | 4 | 4 | 9 |
| แยกกันอยู่ | 1 | 4 | 4 | 16 | 4 | 9 |
| รวม | 25 | 100 | 25 | 100 | 50 | 100 |
| 1.3 อาชีพบิดา-มารดา/ ผู้ปกครอง | | | | | | |
| รับราชการ | 11 | 44 | 13 | 52 | 24 | 48 |
| เกษตรกร | 1 | 4 | 0 | 0 | 1 | 2 |
| ค้าขาย | 8 | 32 | 5 | 20 | 13 | 26 |
| ลูกจ้าง | 5 | 20 | 7 | 28 | 12 | 24 |
| รวม | 25 | 100 | 25 | 100 | 50 | 100 |

ตารางที่ 4.1 (ต่อ)

| รายการ | กลุ่มทดลอง (n = 25) | | กลุ่มควบคุม (n = 25) | | รวม (n=50) | |
|--|------------------------|--------|-------------------------|--------|------------|--------|
| | ความถี่ | ร้อยละ | ความถี่ | ร้อยละ | ความถี่ | ร้อยละ |
| | (คน) | | (คน) | | (คน) | |
| 2. ข้อมูลเกี่ยวกับพฤติกรรมของนักเรียน | | | | | | |
| 2.1 นักเรียนเคยมีปัญหาเกี่ยวกับเพื่อนหรือบุคคลอื่นหรือไม่ | | | | | | |
| เคย | 15 | 60 | 17 | 68 | 32 | 64 |
| ไม่เคย | 10 | 40 | 8 | 32 | 18 | 36 |
| รวม | 25 | 100 | 25 | 100 | 50 | 100 |
| 2.2 ขณะที่นักเรียนมีความขัดแย้งกับคนอื่น นักเรียนควบคุมตัวเองได้หรือไม่ | | | | | | |
| ควบคุมได้ดี | 8 | 32 | 5 | 20 | 13 | 26 |
| ควบคุมได้ปานกลาง | 15 | 60 | 13 | 52 | 28 | 56 |
| ควบคุมได้น้อย | 2 | 8 | 4 | 16 | 6 | 12 |
| ควบคุมไม่ได้เลย | 0 | 0 | 3 | 12 | 3 | 6 |
| รวม | 25 | 100 | 25 | 100 | 50 | 100 |
| 2.3 ขณะที่นักเรียนมีความขัดแย้งกับผู้อื่นนักเรียนมีอารมณ์โกรธมากน้อยแค่ไหน | | | | | | |
| โกรธมาก | 3 | 12 | 8 | 32 | 11 | 22 |
| โกรธปานกลาง | 15 | 60 | 6 | 24 | 21 | 42 |
| โกรธน้อย | 5 | 20 | 11 | 44 | 16 | 32 |
| ไม่โกรธเลย | 2 | 8 | 0 | 0 | 2 | 4 |
| รวม | 25 | 100 | 25 | 100 | 50 | 100 |

ตารางที่ 4.1 (ต่อ)

| รายการ | กลุ่มทดลอง (n = 25) | | กลุ่มควบคุม (n = 25) | | รวม (n=50) | |
|---|------------------------|--------|-------------------------|--------|------------|--------|
| | ความถี่ | ร้อยละ | ความถี่ | ร้อยละ | ความถี่ | ร้อยละ |
| | (คน) | | (คน) | | (คน) | |
| 2.4 เมื่อนักเรียนมีความขัดแย้งกับเพื่อนที่โรงเรียนนักเรียนจะบอกใคร | | | | | | |
| บอกครู | 8 | 32 | 14 | 56 | 22 | 44 |
| บอกผู้ปกครอง | 8 | 32 | 5 | 20 | 13 | 26 |
| บอกเพื่อน | 6 | 24 | 6 | 24 | 12 | 24 |
| ไม่บอกใครเลย | 3 | 12 | 0 | 0 | 3 | 6 |
| รวม | 25 | 100 | 25 | 100 | 50 | 100 |
| 2.5 เมื่อนักเรียนมีปัญหาหรือความขัดแย้งกับผู้อื่น นักเรียนจะทำอย่างไร | | | | | | |
| ตอบโต้ทันที | 5 | 20 | 8 | 32 | 13 | 26 |
| เก็บความรู้สึกไว้ | 13 | 52 | 8 | 32 | 21 | 42 |
| เฉยๆ | 6 | 24 | 8 | 32 | 14 | 28 |
| ไม่ทำอะไรเลย | 1 | 4 | 1 | 4 | 2 | 4 |
| รวม | 25 | 100 | 25 | 100 | 50 | 100 |

จากตารางที่ 4.1 พบว่า นักเรียนทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมส่วนใหญ่มีอายุ 11 ปี คิดเป็นร้อยละ 56 ปัจจุบันบิดามารดาอยู่ร่วมกันคิดเป็นร้อยละ 82 ผู้ปกครองมีอาชีพรับราชการ คิดเป็นร้อยละ 48

ส่วนข้อมูลเกี่ยวกับพฤติกรรมของนักเรียน พบว่า นักเรียนทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมส่วนใหญ่เคยมีปัญหาเกี่ยวกับเพื่อนหรือบุคคลอื่นคิดเป็นร้อยละ 64 ขณะที่นักเรียนมีความขัดแย้งกับคนอื่น นักเรียนควบคุมตัวเองได้ปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 56 ขณะที่นักเรียนมีความขัดแย้งกับผู้อื่นนักเรียนมีอารมณ์โกรธปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 42 นักเรียนมีความขัดแย้งกับเพื่อนที่โรงเรียนนักเรียนจะบอกครู คิดเป็นร้อยละ 44 เมื่อนักเรียนมีปัญหาหรือความขัดแย้งกับผู้อื่น นักเรียนจะเก็บความรู้สึกไว้ คิดเป็นร้อยละ 42

ตอนที่ 2 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวก่อนและหลังการทดลองของ นักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการละเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวและนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการจัดโปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการละเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าว

ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวก่อนและหลังการทดลองของ นักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการละเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวและของนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการจัดโปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการละเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าว ปรากฏดังตารางที่ 4.2, 4.3, 4.4 และแผนภาพที่ 4 1

ตารางที่ 4.2 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวก่อนและหลังการทดลองของ นักเรียนกลุ่มทดลองกับนักเรียนกลุ่มควบคุม

| | n | ก่อนการทดลอง | | หลังการทดลอง | | t | p |
|-------------|----|--------------|------|--------------|-------|-------|-------|
| | | \bar{x} | SD | \bar{x} | SD | | |
| กลุ่มทดลอง | 25 | 66.28 | 8.69 | 58.28 | 7.12 | 5.97 | 0.00* |
| กลุ่มควบคุม | 25 | 65.52 | 8.17 | 66.68 | 12.29 | -0.42 | 0.68 |

* $p < .05$

จากตารางที่ 4.2 พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการละเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าว หลังการทดลองลดลงต่ำกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 โดยค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวก่อนการทดลองเท่ากับ 66.28 คะแนน คือ มีพฤติกรรมก้าวร้าวในระดับปานกลาง หลังการทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวเท่ากับ 58.28 คะแนน คือ มีพฤติกรรมก้าวร้าวในระดับน้อย

ส่วนค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการละเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าว พบว่า หลังการทดลองไม่แตกต่างจากก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 โดยค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวก่อนการทดลองเท่ากับ 65.53 คะแนน คือ มีพฤติกรรมก้าวร้าวในระดับปานกลาง หลังการทดลองค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวเท่ากับ 66.68 คะแนน คือ มีพฤติกรรมก้าวร้าวในระดับปานกลาง

ตารางที่ 4.3 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าว ก่อนและหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลอง จำแนกเป็นรายข้อ

| ข้อ | คำถาม | ก่อนทดลอง | | หลังทดลอง | | t | p |
|-----|--|-----------|------|-----------|------|------|-------|
| | | (n = 25) | | (n = 25) | | | |
| | | \bar{x} | SD | \bar{x} | SD | | |
| 1 | เมื่อมีเรื่องขัดแย้งกับเพื่อนฉันมักจะโต้เถียงเพื่อเอาชนะ | 1.80 | 0.41 | 1.80 | 0.41 | 0.00 | 1.00 |
| 2 | ถ้าครูหรือผู้ใหญ่สั่งให้ทำในสิ่งที่ฉันไม่พอใจ ฉันจะขัดขืนไม่ทำตาม | 1.32 | 0.48 | 1.24 | 0.44 | 0.63 | 0.54 |
| 3 | ถ้าฉันไม่พอใจเพื่อนหรือผู้อื่น ฉันจะพูดประชดเพื่อให้เขาารู้ตัว | 1.60 | 0.58 | 1.56 | 0.51 | 0.25 | 0.80 |
| 4 | ฉันเคยทำเสียงดังรบกวน แสดงความไม่พอใจขณะที่ครูกำลังสอน | 1.32 | 0.48 | 1.28 | 0.46 | 0.30 | 0.77 |
| 5 | เมื่อมีใครห้ามฉันไม่ให้ทำบางสิ่ง แต่ฉันยังทำสิ่งนั้น ฉันมักจะพูดย้อนว่าเขากลับไปเสมอ | 1.60 | 0.58 | 1.40 | 0.50 | 1.40 | 0.17 |
| 6 | เมื่อฉันทำผิดและไม่อยากให้ผู้อื่นรู้ ฉันจะพูดโกหก | 1.76 | 0.43 | 1.52 | 0.51 | 1.80 | 0.08 |
| 7 | ฉันจะพูดจาเยาะเย้ยผู้ที่เคยตำหนิความผิดพลาดของฉัน ถ้าเขาทำผิดพลาดบ้าง | 1.80 | 0.50 | 1.52 | 0.51 | 2.06 | 0.05 |
| 8 | ฉันมักล้อชื่อพ่อแม่เพื่อน เพราะสนุกดี | 1.32 | 0.48 | 1.24 | 0.44 | 0.63 | 0.54 |
| 9 | ฉันจะพูดยั่วให้เพื่อนโกรธเพราะสนุกดี | 1.24 | 0.44 | 1.08 | 0.28 | 1.70 | 0.10 |
| 10 | เมื่อเพื่อนทำให้ฉันโกรธ ฉันจะพูดจาข่มขู่เพื่อน | 1.56 | 0.51 | 1.36 | 0.49 | 1.70 | 0.09 |
| 11 | ฉันจะพูดคำหยาบหรือด่าเมื่อฉันไม่พอใจใคร | 1.72 | 0.46 | 1.84 | 0.37 | 2.56 | 0.33 |
| 12 | ถ้าฉันไม่ชอบเพื่อนคนไหน ฉันจะพูดจาสบประมาทให้เขาเจ็บใจ | 1.48 | 0.51 | 1.16 | 0.37 | 2.87 | 0.01* |
| 13 | ฉันมักจะตั้งฉายาเพื่อนคนที่มีปมด้อยในเรื่องต่างๆ | 1.24 | 0.44 | 1.16 | 0.37 | 0.81 | 0.43 |

* $p < .05$

ตารางที่ 4.3 (ต่อ)

| ข้อ | คำถาม | ก่อนทดลอง | | หลังทดลอง | | t | p |
|-----|--|-----------|------|-----------|------|-------|-------|
| | | (n = 25) | | (n = 25) | | | |
| | | \bar{x} | SD | \bar{x} | SD | | |
| 14 | ถ้าใครทำให้ฉันอับอายหรือโกรธแค้นฉันจะแก้แค้นด้วยการพูดให้เขาอับอาย | 1.52 | 0.59 | 1.32 | 0.48 | 1.55 | 0.13 |
| 15 | ถ้าฉันถูกผู้ใหญ่ลงโทษโดยฉันคิดว่าฉันไม่ผิด ฉันจะได้เสีย | 1.68 | 0.56 | 1.16 | 0.37 | 4.44 | 0.00* |
| 16 | ถ้าคนอื่นมาพูดไม่ดีกับฉัน ฉันจะโต้กลับทันทีด้วยคำพูดไม่ดีเช่นกัน | 2.04 | 0.54 | 2.20 | 1.87 | -0.42 | 0.68 |
| 17 | ฉันมักจะใช้คำหยาบคายพูดระบายเมื่อเกิดความไม่พอใจ | 1.76 | 0.44 | 1.48 | 0.51 | 2.28 | 0.03* |
| 18 | ฉันเคยทำท่าทางล้อเลียนข้อบกพร่องของเพื่อน เพื่อยั่วให้เขาโกรธ | 1.44 | 0.51 | 1.28 | 0.45 | 1.16 | 0.26 |
| 19 | ถ้าฉันไม่พอใจใคร ฉันจะแสดงอาการกระแทกของให้มีเสียงดังต่อหน้าเขา | 1.76 | 0.60 | 1.32 | 0.48 | 2.68 | 0.01* |
| 20 | ถ้าเพื่อนแกล้งขวางทางเดินฉันจะผลักให้เพื่อนพ้นทางเดิน | 1.64 | 0.49 | 1.32 | 0.48 | 2.55 | 0.02* |
| 21 | ฉันจะขว้างของที่อยู่ในมือใส่คนที่มาทำร้ายฉันก่อน | 1.28 | 0.46 | 1.20 | 0.50 | 0.70 | 0.49 |
| 22 | ฉันเคยมีเรื่องทะเลาะเบาะแว้งกับผู้อื่นจนชกต่อย ตบตีกัน | 1.40 | 0.50 | 1.36 | 0.49 | 0.27 | 0.78 |
| 23 | ฉันเคยแกล้งเพื่อน (เช่น ชักขาให้ล้ม ดึงผม หรือทำให้เดือดร้อนรำคาญ) เพราะสนุกดี | 1.53 | 0.65 | 1.60 | 0.58 | -0.53 | 0.60 |
| 24 | บางครั้งฉันเคยแกล้งผู้ที่อ่อนแอกว่า (เช่น ขวางทางเดิน) | 1.60 | 0.50 | 1.28 | 0.46 | 3.36 | 0.00* |
| 25 | ถ้าใครหัวเราะเมื่อฉันทำผิด ฉันจะไปพูดทำร้ายจิตใจเขา | 1.24 | 0.44 | 1.32 | 0.48 | -0.7 | 0.49 |

* $p < .05$

ตารางที่ 4.3 (ต่อ)

| ข้อ | คำถาม | ก่อนทดลอง | | หลังทดลอง | | t | p |
|-----|---|-----------|------|-----------|------|------|-------|
| | | (n = 25) | | (n = 25) | | | |
| | | \bar{x} | SD | \bar{x} | SD | | |
| 26 | ถ้าใครตั้งใจทำให้ฉันได้รับความอับอาย ฉันจะต้องทำให้เขาได้รับความบาดเจ็บ | 1.12 | 0.33 | 1.12 | 0.33 | 0.00 | 1.00 |
| 27 | ถ้าครูหรือผู้ใหญ่ห้ามโดยไม่มีเหตุผล ฉันจะทำสิ่งที่ถูกห้ามนั้น | 1.52 | 0.51 | 1.12 | 0.33 | 3.46 | 0.00* |
| 28 | ถ้าฉันต้องถูกลงโทษโดยไม่มีเหตุผล ฉันจะแสดงท่าที่ไม่พอใจ โดยทำลายสิ่งของ | 1.52 | 0.51 | 1.12 | 0.33 | 4.00 | 0.00* |
| 29 | เมื่อมีความขัดแย้งกับผู้อื่นและถูกทำร้ายให้ต่อสู้กัน ฉันก็จะไม่ปฏิเสธ | 1.32 | 0.48 | 1.08 | 0.28 | 2.30 | 0.03* |
| 30 | ถ้าฉันไม่พอใจการกระทำของใครบางคน ฉันเคยทำต่อสู้กับเขา | 1.16 | 0.37 | 1.16 | 0.37 | 0.00 | 1.00 |
| 31 | ฉันจะขว้างปาสิ่งของใส่คนที่ทำให้ฉันโกรธมาก | 1.48 | 0.59 | 1.28 | 0.46 | 1.73 | 0.09 |
| 32 | ถ้าฉันถูกดูต่ำ ฉันจะระบายความโกรธด้วยการทำลายสิ่งของส่วนรวมให้เสียหาย | 1.16 | 0.37 | 1.08 | 0.28 | 1.00 | 0.32 |
| 33 | ฉันเคยข่มขู่เพื่อนเพื่อเอาของที่ฉันต้องการจากเขา | 1.36 | 0.49 | 1.08 | 0.27 | 2.59 | 0.02* |
| 34 | ฉันจะสั่งให้รุ่นน้องนำของที่ฉันต้องการมาให้ฉัน | 1.32 | 0.48 | 1.00 | 0.00 | 3.36 | 0.00* |
| 35 | เมื่อพบกับบางคนที่ไม่ชอบหน้ากัน บางครั้งเคยแหย้ให้เขาไม่พอใจ | 1.56 | 0.51 | 1.24 | 0.44 | 2.87 | 0.01* |
| 36 | ฉันเคยแกล้งให้รุ่นน้องทำในสิ่งที่เขาอับอาย | 1.12 | 0.33 | 1.08 | 0.28 | 0.44 | 0.66 |
| 37 | ฉันเคยนำสิ่งของของเพื่อนไปซ่อน เพื่อให้เพื่อนอารมณ์เสีย | 1.64 | 0.49 | 1.52 | 0.51 | 0.90 | 0.38 |

* $p < .05$

ตารางที่ 4.3(ต่อ)

| ข้อ | คำถาม | ก่อนทดลอง | | หลังทดลอง | | t | p |
|-----|---|-----------|------|-----------|------|-------|-------|
| | | (n = 25) | | (n = 25) | | | |
| | | \bar{x} | SD | \bar{x} | SD | | |
| 38 | ฉันแอบเอาสิ่งที่เป็นเกลียดกลัวใส่ในกระเป๋าหรือโต๊ะของเขา เพราะความสนุก | 1.44 | 0.51 | 1.08 | 0.28 | 3.67 | 0.00* |
| 39 | ฉันเขียนคำหยาบคายบนโต๊ะหรือผนัง | 1.44 | 0.51 | 1.04 | 0.2 | 4.00 | 0.00* |
| 40 | เมื่อฉันเกิดความโกรธแค้น ฉันเคยทำของส่วนรวมเสียหาย | 1.44 | 0.51 | 1.00 | 0.00 | 4.34 | 0.00* |
| 41 | ฉันเคยเขียนว่าใครบางคนที่ไม่พอใจในสถานที่สาธารณะ เช่น ห้องน้ำ เพราะจะไม่มีใครรู้ | 1.40 | 0.50 | 1.00 | 0.00 | 4.00 | 0.00* |
| 42 | ฉันเคยหยอกล้อเล่นกับเพื่อนแล้วได้รับบาดเจ็บ ฉันควบคุมความโกรธไม่ได้ ต้องทำให้เขาบาดเจ็บ | 1.48 | 0.51 | 1.56 | 2.00 | -0.21 | 0.84 |
| 43 | เมื่อฉันมีความคิดเห็นไม่ตรงกับผู้อื่น ฉันจะพูดประชดเขา | 1.52 | 0.51 | 1.44 | 0.51 | 0.63 | 0.54 |
| 44 | หากมีกรณีขัดแย้งกับผู้อื่น ฉันจะแก้ปัญหาด้วยการใช้กำลังตัดสิน | 1.32 | 0.48 | 1.28 | 0.46 | 0.37 | 0.71 |
| 45 | เมื่อไม่พอใจผู้อื่น ฉันจะทำให้เสียผ้าหรือสมุดของเขาเพราะเปื้อน | 1.32 | 0.48 | 1.00 | 0.00 | 3.36 | 0.00* |
| | รวม | 66.28 | 8.69 | 58.28 | 7.12 | 5.97 | 0.00* |

* $p < .05$

จากตารางที่ 4.3 พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการละเล่นพื้นบ้านไทย หลังการทดลองลดลงต่ำกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวก่อนการทดลองเท่ากับ 66.28 คะแนน คือ มีพฤติกรรมก้าวร้าวในระดับปานกลางและหลังการทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวเท่ากับ 58.28คะแนน คือ มีพฤติกรรมก้าวร้าวในระดับน้อย

เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่าค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองลดลงต่ำกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 ในข้อที่12, 15, 17, 19, 20, 24, 27, 28, 29, 33, 34, 35,38, 39, 40, 41 และ45

ตารางที่ 4.4 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวก่อนและหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มควบคุม จำแนกเป็นรายข้อ

| ข้อ | คำถาม | ก่อนทดลอง | | หลังทดลอง | | t | p |
|-----|--|-----------|----------|-----------|----------|-------|------|
| | | (n = 25) | (n = 25) | (n = 25) | (n = 25) | | |
| | | \bar{x} | SD | \bar{x} | SD | | |
| 1 | เมื่อมีเรื่องขัดแย้งกับเพื่อนฉันมักจะโต้เถียงเพื่อเอาชนะ | 1.96 | 0.54 | 1.96 | 0.35 | 0.00 | 1.00 |
| 2 | ถ้าครูหรือผู้ใหญ่สั่งให้ทำในสิ่งที่ฉันไม่พอใจ ฉันจะขัดขืนไม่ทำตาม | 1.32 | 0.48 | 1.56 | 0.58 | -1.45 | 0.16 |
| 3 | ถ้าฉันไม่พอใจเพื่อนหรือผู้อื่น ฉันจะพูดประชดเพื่อให้เขารู้ตัว | 1.68 | 0.56 | 1.60 | 0.50 | 0.49 | 0.63 |
| 4 | ฉันเคยทำเสียงดังรบกวน แสดงความไม่พอใจขณะที่ครูกำลังสอน | 1.20 | 0.41 | 1.40 | 0.58 | -1.41 | 0.17 |
| 5 | เมื่อมีใครห้ามฉันไม่ให้ทำบางสิ่ง แต่ฉันยังทำสิ่งนั้น ฉันมักจะพูดย้อนว่าเขากลับไปเสมอ | 1.64 | 0.57 | 1.96 | 0.45 | -1.88 | 0.07 |
| 6 | เมื่อฉันทำผิดและไม่อยากให้ผู้อื่นรู้ ฉันจะพูดโกหก | 1.44 | 0.51 | 1.60 | 0.58 | -1.07 | 0.29 |
| 7 | ฉันจะพูดจาเยาะเย้ยผู้ที่เคยตำหนิความผิดพลาดของฉัน ถ้าเขาทำผิดพลาด | 1.60 | 0.50 | 1.72 | 0.61 | -0.72 | 0.48 |
| 8 | ฉันมักล้อชื่อพ่อแม่เพื่อน เพราะสนุกดี | 1.12 | 0.33 | 1.16 | 0.37 | -0.44 | 0.66 |
| 9 | ฉันจะพูดยั่วให้เพื่อนโกรธเพราะสนุกดี | 1.32 | 0.56 | 1.24 | 0.52 | 0.46 | 0.65 |
| 10 | เมื่อเพื่อนทำให้ฉันโกรธ ฉันจะพูดจาข่มขู่เพื่อน | 1.52 | 0.51 | 1.48 | 0.51 | 0.25 | 0.80 |

* $p < .05$

ตารางที่ 4.4 (ต่อ)

| ข้อ | คำถาม | ก่อนทดลอง | | หลังทดลอง | | t | p |
|-----|---|-----------|------|-----------|------|-------|-------|
| | | (n = 25) | | (n = 25) | | | |
| | | \bar{x} | SD | \bar{x} | SD | | |
| 11 | ฉันจะพูดคำหยาบหรือตำหนิฉันไม่พอใจใคร | 1.84 | 0.62 | 1.48 | 0.51 | 2.57 | 0.02* |
| | ถ้าฉันไม่ชอบเพื่อนคนไหน ฉันจะพูดจา | 1.72 | 0.61 | 1.48 | 0.51 | 1.66 | 0.11 |
| 12 | สบประมาทให้เขาเจ็บใจ | | | | | | |
| 13 | ฉันมักจะตั้งฉายาเพื่อนคนที่มีปมด้อยใน เรื่องต่างๆ | 1.28 | 0.46 | 1.44 | 0.58 | -1.16 | 0.26 |
| 14 | ถ้าใครทำให้ฉันอับอายหรือโกรธแค้นฉัน จะแก้แค้นด้วยการพูดให้เขาอับอาย | 1.68 | 0.63 | 1.52 | 0.51 | 1.16 | 0.26 |
| 15 | ถ้าฉันถูกผู้ใหญ่ลงโทษโดยฉันคิดว่าฉันไม่ ผิด ฉันจะโต้เถียง | 1.80 | 2.18 | 1.36 | 0.57 | 1.05 | 0.31 |
| 16 | ถ้าคนอื่นมาพูดไม่ดีกับฉัน ฉันจะโต้กลับ ทันทีด้วยคำพูดไม่ดีเช่นกัน | 2.16 | 0.55 | 1.72 | 0.54 | 2.68 | 0.01* |
| 17 | ฉันมักจะใช้คำหยาบคายพูดระบายเมื่อ เกิดความไม่พอใจ | 1.72 | 0.61 | 1.36 | 0.57 | 2.38 | 0.03* |
| 18 | ฉันเคยทำท่าทางล้อเลียนข้อบกพร่อง ของเพื่อน เพื่อยั่วให้เขาโกรธ | 1.24 | 0.52 | 1.32 | 0.48 | -0.57 | 0.57 |
| 19 | ถ้าฉันไม่พอใจใคร ฉันจะแสดงอาการ กระแทกของให้มีเสียงดังต่อหน้าเขา | 1.48 | 0.51 | 1.48 | 0.59 | 0.00 | 1.00 |
| 20 | ถ้าเพื่อนแกล้งขวางทางเดินฉันจะผลักให้ เพื่อนพ้นทางเดิน | 1.56 | 0.58 | 1.56 | 0.58 | 0.00 | 1.00 |
| 21 | ฉันจะขว้างของที่อยู่ในมือใส่คนที่มาทำ ร้ายฉันก่อน | 1.40 | 0.57 | 1.56 | 0.58 | -0.94 | 0.36 |
| 22 | ฉันเคยมีเรื่องทะเลาะเบาะแว้งกับผู้อื่น จนชกต่อย ตบตีกัน | 1.52 | 0.51 | 1.60 | 0.58 | -0.53 | 0.60 |
| 23 | ฉันเคยแกล้งเพื่อน (เช่น ชักขาให้ล้ม ดึงผม หรือทำให้เดือดร้อนรำคาญ) เพราะสนุกดี | 1.56 | 0.51 | 1.56 | 0.58 | 0.00 | 1.00 |

* $p < .05$

ตารางที่ 4.4 (ต่อ)

| ข้อ | คำถาม | ก่อนทดลอง | | หลังทดลอง | | t | p |
|-----|---|-----------|------|-----------|------|-------|-------|
| | | (n = 25) | | (n = 25) | | | |
| | | \bar{x} | SD | \bar{x} | SD | | |
| 24 | บางครั้งฉันเคยแกล้งผู้ที่อ่อนแอกว่า (เช่น ขวางทางเดิน) | 1.40 | 0.50 | 1.44 | 0.51 | -0.30 | 0.77 |
| 25 | ถ้าใครหัวเราะเมื่อฉันทำผิด ฉันจะไปพูด ทำร้ายจิตใจเขา | 1.36 | 0.49 | 1.44 | 0.51 | -0.70 | 0.49 |
| 26 | ถ้าใครตั้งใจทำให้ฉันได้รับความอับอาย ฉันจะต้องทำให้เขาได้รับความบาดเจ็บ | 1.44 | 0.58 | 1.60 | 0.65 | -0.94 | 0.36 |
| 27 | ถ้าครูหรือผู้ใหญ่ห้ามโดยไม่มีเหตุผล ฉัน จะทำสิ่งที่ถูกห้ามนั้น | 1.28 | 0.46 | 1.56 | 0.65 | -1.50 | 0.15 |
| 28 | ถ้าฉันต้องถูกลงโทษโดยไม่มีเหตุผล ฉัน จะแสดงท่าที่ไม่พอใจ โดยทำลายสิ่งของ | 1.40 | 0.50 | 1.56 | 0.58 | -1.00 | 0.33 |
| 29 | เมื่อมีความขัดแย้งกับผู้อื่นและถูกทำร้าย ให้ต่อสู้กัน ฉันก็จะไม่ปฏิเสธ | 1.56 | 0.58 | 1.40 | 0.50 | 1.07 | 0.29 |
| 30 | ถ้าฉันไม่พอใจการกระทำของใครบางคน ฉันเคยทำต่อสู้อกับเขา | 1.44 | 0.58 | 1.24 | 0.44 | 1.23 | 0.23 |
| 31 | ฉันจะขว้างปาสิ่งของใส่คนที่ทำให้ฉัน โกรธมาก | 1.48 | 0.51 | 1.60 | 0.50 | -0.72 | 0.47 |
| 32 | ถ้าฉันถูกดูต่ำ ฉันจะระบายความโกรธด้วยการ ทำลายสิ่งของส่วนรวมให้เสียหาย | 1.16 | 0.47 | 1.32 | 0.48 | -1.07 | 0.29 |
| 33 | ฉันเคยข่มขู่เพื่อนเพื่อเอาของที่ฉัน ต้องการจากเขา | 1.12 | 0.33 | 1.44 | 0.51 | -2.32 | 0.03* |
| 34 | ฉันจะสั่งให้รุ่นน้องนำของที่ฉันต้องการ มาให้ฉัน | 1.08 | 0.28 | 1.20 | 0.41 | -1.14 | 0.27 |
| 35 | เมื่อพบกับบางคนที่ไม่ชอบหน้ากัน บางครั้งเคยแหย้ให้เขาไม่พอใจ | 1.52 | 0.59 | 1.60 | 0.50 | -0.57 | 0.57 |
| 36 | ฉันเคยแกล้งให้รุ่นน้องทำในสิ่งที่เขาอับอาย | 1.16 | 0.37 | 1.28 | 0.46 | -1.00 | 0.33 |

* $p < .05$

ตารางที่ 4.4 (ต่อ)

| ข้อ | คำถาม | ก่อนทดลอง | | หลังทดลอง | | t | p |
|-----|--|-----------|----------|-----------|----------|-------|------|
| | | (n = 25) | (n = 25) | (n = 25) | (n = 25) | | |
| | | \bar{x} | SD | \bar{x} | SD | | |
| 37 | ฉันเคยนำสิ่งของของเพื่อนไปซ่อน เพื่อให้เพื่อนอารมณ์เสีย | 1.60 | 0.65 | 1.60 | 0.50 | 0.00 | 1.00 |
| 38 | ฉันแอบเอาสิ่งที่เพื่อนเกลียดกลัวใส่ใน กระเป๋าหรือโต๊ะของเขา เพราะความสนุก | 1.52 | 0.59 | 1.32 | 0.48 | 1.73 | 0.10 |
| 39 | ฉันเขียนคำหยาบคายบนโต๊ะหรือผนัง เพื่อระบายความคับแค้นใจ | 1.16 | 0.47 | 1.32 | 0.48 | -1.07 | 0.29 |
| 40 | เมื่อฉันเกิดความโกรธแค้น ฉันเคยทำ ของส่วนรวมเสียหาย | 1.16 | 0.37 | 1.40 | 0.50 | -2.01 | 0.06 |
| 41 | ฉันเคยเขียนว่าใครบางคนที่ไม่พอใจ ในสถานที่สาธารณะ เช่น ห้องน้ำ เพราะจะไม่มีใครรู้ | 1.12 | 0.33 | 1.24 | 0.44 | -1.00 | 0.33 |
| 42 | ฉันเคยหยอกล้อเล่นกับเพื่อนแล้วได้รับ บาดเจ็บ ฉันควบคุมความโกรธไม่ได้ ต้องทำให้เขาบาดเจ็บ | 1.40 | 0.57 | 1.52 | 0.51 | -0.90 | 0.38 |
| 43 | เมื่อฉันมีความคิดเห็นไม่ตรงกับผู้อื่น ฉันจะพูดประชดเขา | 1.44 | 0.58 | 1.52 | 0.59 | -0.46 | 0.65 |
| 44 | หากมีกรณีขัดแย้งกับผู้อื่น ฉันจะ แก้ปัญหาด้วยการใช้กำลังตัดสิน | 1.48 | 0.48 | 1.56 | 0.58 | -0.63 | 0.54 |
| 45 | เมื่อไม่พอใจผู้อื่น ฉันจะทำให้เสียผ้า หรือสมุดของเขาเพราะเป็น | 1.48 | 0.51 | 1.40 | 0.71 | 0.49 | 0.63 |
| | รวม | 65.52 | 8.17 | 66.68 | 12.29 | -0.42 | 0.68 |

* $p < .05$

จากตารางที่ 4.4 พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับโปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการละเล่นพื้นบ้านไทย ก่อนและหลังการทดลองไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวก่อนการ

ทดลองเท่ากับ 65.52คะแนน คือ มีพฤติกรรมก้าวร้าวในระดับปานกลาง และหลังการทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวเท่ากับ 66.68 คะแนน คือ มีพฤติกรรมก้าวร้าวในระดับปานกลาง

เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มควบคุมไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ.05 ยกเว้นข้อที่ 11, 16, 17 และ 33 ที่ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวหลังการทดลองลดลงต่ำกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ.05

ตอนที่ 3 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวหลังการทดลองระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดโปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการละเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวกับนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการจัดโปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการละเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าว

ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวหลังการทดลองระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการละเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวกับนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการละเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าว ปรากฏดังตารางที่ 4.5, 4.6 และแผนภาพที่ 4.1

ตารางที่ 4.5 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวหลังการทดลองระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลองกับนักเรียนกลุ่มควบคุม

| | n | หลังการทดลอง | | t | p |
|-------------|----|--------------|-------|-------|-------|
| | | \bar{x} | SD | | |
| กลุ่มทดลอง | 25 | 58.28 | 7.12 | -2.96 | 0.01* |
| กลุ่มควบคุม | 25 | 66.68 | 12.29 | | |

* $p < .05$

จากตารางที่ 4.5 พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการละเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวลดลงต่ำกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ.05 โดยค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนกลุ่มทดลองเท่ากับ 58.28คะแนน คือ มีพฤติกรรมก้าวร้าวในระดับน้อย ส่วนค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนกลุ่มควบคุมเท่ากับ 66.68คะแนน คือ มีพฤติกรรมก้าวร้าวในระดับปานกลาง

ตารางที่ 4.6 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าว หลังการทดลองระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลองกับนักเรียนกลุ่มควบคุม จำแนกเป็นรายชื่อ

| ข้อ | คำถาม | กลุ่มทดลอง | | กลุ่มควบคุม | | t | p |
|-----|--|------------|------|-------------|------|-------|-------|
| | | (n = 25) | | (n = 25) | | | |
| | | \bar{x} | SD | \bar{x} | SD | | |
| 1 | เมื่อมีเรื่องขัดแย้งกับเพื่อนฉันมักจะโต้เถียงเพื่อเอาชนะ | 1.80 | 0.41 | 1.96 | 0.35 | -1.49 | 0.14 |
| 2 | ถ้าครูหรือผู้ใหญ่สั่งให้ทำในสิ่งที่ฉันไม่พอใจ ฉันจะขัดขืนไม่ทำตาม | 1.24 | 0.44 | 1.56 | 0.58 | -2.20 | 0.33 |
| 3 | ถ้าฉันไม่พอใจเพื่อนหรือผู้อื่น ฉันจะพูดประชดเพื่อให้เขาารู้ตัว | 1.56 | 0.51 | 1.60 | 0.50 | -2.81 | 0.78 |
| 4 | ฉันเคยทำเสียงดังรบกวน แสดงความไม่พอใจขณะที่ครูกำลังสอน | 1.28 | 0.46 | 1.40 | 0.58 | -0.81 | 0.42 |
| 5 | เมื่อมีใครห้ามฉันไม่ให้ทำบางสิ่ง แต่ฉันยังทำสิ่งนั้น ฉันมักจะพูดย้อนว่าเขากลับไปเสมอ | 1.40 | 0.50 | 1.96 | 0.45 | -4.14 | 0.00* |
| 6 | เมื่อฉันทำผิดและไม่อยากให้ผู้อื่นรู้ ฉันจะพูดโกหก | 1.52 | 0.51 | 1.60 | 0.58 | -0.51 | 0.61 |
| 7 | ฉันจะพูดจาเยาะเย้ยผู้ที่เคยตำหนิความผิดพลาดของฉัน ถ้าเขาทำผิดพลาดบ้าง | 1.52 | 0.51 | 1.72 | 0.61 | -1.25 | 0.22 |
| 8 | ฉันมักล้อชื่อพ่อแม่เพื่อน เพราะสนุกดี | 1.24 | 0.44 | 1.16 | 0.37 | 0.70 | 0.49 |
| 9 | ฉันจะพูดยั่วให้เพื่อนโกรธเพราะสนุกดี | 1.08 | 0.28 | 1.24 | 0.52 | -1.35 | 0.18 |
| 10 | เมื่อเพื่อนทำให้ฉันโกรธ ฉันจะพูดจาข่มขู่เพื่อน | 1.36 | 0.49 | 1.48 | 0.51 | -0.85 | 0.40 |
| 11 | ฉันจะพูดคำหยาบหรือด่าเมื่อฉันไม่พอใจใคร | 1.84 | 0.37 | 1.48 | 0.51 | 2.85 | 0.01* |
| 12 | ถ้าฉันไม่ชอบเพื่อนคนไหน ฉันจะพูดจาสบประมาทให้เขาเจ็บใจ | 1.16 | 0.37 | 1.48 | 0.51 | -2.53 | 0.02* |
| 13 | ฉันมักจะตั้งฉายาเพื่อนคนที่มีปมด้อยในเรื่องต่างๆ | 1.16 | 0.37 | 1.44 | 0.58 | -2.02 | 0.05 |

* $p < .05$

ตารางที่ 4.6(ต่อ)

| ข้อ | คำถาม | กลุ่มทดลอง | | กลุ่มควบคุม | | t | p |
|-----|---|------------|------|-------------|------|-------|-------|
| | | (n = 25) | | (n = 25) | | | |
| | | \bar{x} | SD | \bar{x} | SD | | |
| 14 | ถ้าใครทำให้ฉันอับอายหรือโกรธแค้นฉันจะแก้แค้นด้วยการพูดให้เขาอับอาย | 1.32 | 0.48 | 1.52 | 0.51 | -1.43 | 0.16 |
| 15 | ถ้าฉันถูกผู้ใหญ่ลงโทษโดยฉันคิดว่าฉันไม่ผิด ฉันจะได้เสีย | 1.16 | 0.37 | 1.36 | 0.57 | -1.47 | 0.15 |
| 16 | ถ้าคนอื่นมาพูดไม่ดีกับฉัน ฉันจะโต้กลับทันทีด้วยคำพูดไม่ดีเช่นกัน | 2.20 | 1.87 | 1.72 | 0.54 | 1.23 | 0.22 |
| 17 | ฉันมักจะใช้คำหยาบคายพูดระบายเมื่อเกิดความไม่พอใจ | 1.48 | 0.51 | 1.36 | 0.57 | 0.79 | 0.44 |
| 18 | ฉันเคยทำท่าทางล้อเลียนข้อบกพร่องของเพื่อน เพื่อยั่วให้เขาโกรธ | 1.28 | 0.45 | 1.32 | 0.48 | -0.30 | 0.76 |
| 19 | ถ้าฉันไม่พอใจใคร ฉันจะแสดงอาการกระแทกของให้มีเสียงดังต่อหน้าเขา | 1.32 | 0.48 | 1.48 | 0.59 | -1.10 | 0.30 |
| 20 | ถ้าเพื่อนแกล้งขวางทางเดินฉันจะผลักให้เพื่อนพ้นทางเดิน | 1.32 | 0.48 | 1.56 | 0.58 | -1.59 | 0.12 |
| 21 | ฉันจะขว้างของที่อยู่ในมือใส่คนที่มาทำร้ายฉันก่อน | 1.20 | 0.50 | 1.56 | 0.58 | -2.34 | 0.02* |
| 22 | ฉันเคยมีเรื่องทะเลาะเบาะแว้งกับผู้อื่นจนชกต่อย ตบตีกัน | 1.36 | 0.49 | 1.60 | 0.58 | -1.59 | 0.12 |
| 23 | ฉันเคยแกล้งเพื่อน (เช่น ชักขาให้ล้ม ดึงนมหรือทำให้เดือดร้อนรำคาญ) เพราะสนุกดี | 1.60 | 0.58 | 1.56 | 0.58 | 0.24 | 0.81 |
| 24 | บางครั้งฉันเคยแกล้งผู้ที่อ่อนแอกว่า (เช่น ขวางทางเดิน) | 1.28 | 0.46 | 1.44 | 0.51 | -1.17 | 0.25 |
| 25 | ถ้าใครหัวเราะเมื่อฉันทำผิด ฉันจะไปพูดทำร้ายจิตใจเขา | 1.32 | 0.48 | 1.44 | 0.51 | -0.86 | 0.39 |

* $p < .05$

ตารางที่ 4.6(ต่อ)

| ข้อ | คำถาม | กลุ่มทดลอง | | กลุ่มควบคุม | | t | p |
|-----|---|------------|------|-------------|------|-------|-------|
| | | (n = 25) | | (n = 25) | | | |
| | | \bar{x} | SD | \bar{x} | SD | | |
| 26 | ถ้าใครตั้งใจทำให้ฉันได้รับความอับอาย ฉันจะต้องทำให้เขาได้รับความบาดเจ็บ | 1.12 | 0.33 | 1.60 | 0.65 | -3.31 | 0.00* |
| 27 | ถ้าครูหรือผู้ใหญ่ห้ามโดยไม่มีเหตุผล ฉันจะทำสิ่งที่ถูกห้ามนั้น | 1.12 | 0.33 | 1.56 | 0.65 | -3.01 | 0.00* |
| 28 | ถ้าฉันต้องถูกลงโทษโดยไม่มีเหตุผล ฉันจะแสดงท่าที่ไม่พอใจ โดยทำลายสิ่งของ | 1.12 | 0.33 | 1.56 | 0.58 | -3.28 | 0.00* |
| 29 | เมื่อมีความขัดแย้งกับผู้อื่นและถูกทำร้ายให้ต่อสู้กัน ฉันก็จะไม่ปฏิเสธ | 1.08 | 0.28 | 1.40 | 0.50 | -2.80 | 0.01* |
| 30 | ถ้าฉันไม่พอใจการกระทำของใครบางคน ฉันเคยทำต่อสู้อกับเขา | 1.16 | 0.37 | 1.24 | 0.44 | -0.7 | 0.49 |
| 31 | ฉันจะขว้างปาสิ่งของใส่คนที่ทำให้ฉันโกรธมาก | 1.28 | 0.46 | 1.60 | 0.50 | -2.36 | 0.02* |
| 32 | ถ้าฉันถูกดูต่ำ ฉันจะระบายความโกรธด้วยการทำลายสิ่งของส่วนรวมให้เสียหาย | 1.08 | 0.28 | 1.32 | 0.48 | -2.18 | 0.03* |
| 33 | ฉันเคยข่มขู่เพื่อนเพื่อเอาของที่ฉันต้องการจากเขา | 1.08 | 0.27 | 1.44 | 0.51 | -3.12 | 0.00* |
| 34 | ฉันจะสั่งให้รุ่นน้องนำของที่ฉันต้องการมาให้ฉัน | 1.00 | 0.00 | 1.20 | 0.41 | -2.45 | 0.01* |
| 35 | เมื่อพบกับบางคนที่ไม่ชอบหน้ากัน บางครั้งเคยเหยียดให้เขาไม่พอใจ | 1.24 | 0.44 | 1.60 | 0.50 | -2.71 | 0.01* |
| 36 | ฉันเคยแกล้งให้รุ่นน้องทำในสิ่งที่เขาอับอาย | 1.08 | 0.28 | 1.28 | 0.46 | -1.87 | 0.07 |
| 37 | ฉันเคยนำสิ่งของของเพื่อนไปซ่อน เพื่อให้เพื่อนอารมณ์เสีย | 1.52 | 0.51 | 1.60 | 0.50 | -0.56 | 0.58 |
| 38 | ฉันแอบเอาสิ่งที่เพื่อนเกลียดกลัวใส่ในกระเป๋าหรือโต๊ะของเพื่อน | 1.08 | 0.28 | 1.32 | 0.48 | -2.18 | 0.03* |

* $p < .05$

ตารางที่ 4.6(ต่อ)

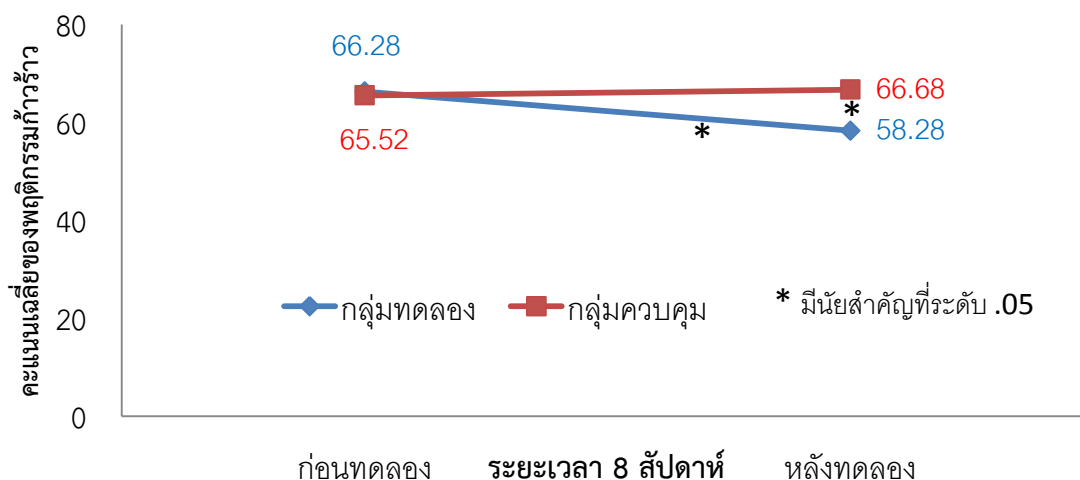
| ข้อ | คำถาม | กลุ่มทดลอง | | กลุ่มควบคุม | | t | p |
|-----|--|------------|------|-------------|-------|-------|-------|
| | | (n = 25) | | (n = 25) | | | |
| | | \bar{x} | SD | \bar{x} | SD | | |
| 39 | ฉันเขียนคำหยาบคายบนโต๊ะหรือผนังเพื่อระบายความคับแค้นใจ | 1.04 | 0.2 | 1.32 | 0.48 | -2.71 | 0.01* |
| 40 | เมื่อฉันเกิดความโกรธแค้น ฉันเคยทำของส่วนรวมเสียหาย | 1.00 | 0.00 | 1.40 | 0.50 | -4.00 | 0.00* |
| 41 | ฉันเคยเขียนว่าใครบางคนที่ไม่พอใจในสถานที่สาธารณะ เช่น ห้องน้ำ เพราะจะไม่มีใครรู้ | 1.00 | 0.00 | 1.24 | 0.44 | -2.75 | 0.01* |
| 42 | ฉันเคยหยอกล้อเล่นกับเพื่อนแล้วได้รับบาดเจ็บ ฉันควบคุมความโกรธไม่ได้ ต้องทำให้เขาบาดเจ็บคืน | 1.56 | 2.00 | 1.52 | 0.51 | 0.10 | 0.92 |
| 43 | เมื่อฉันมีความคิดเห็นไม่ตรงกับผู้อื่น ฉันจะพูดประชดเขา | 1.44 | 0.51 | 1.52 | 0.59 | -0.52 | 0.61 |
| 44 | หากมีกรณีขัดแย้งกับผู้อื่น ฉันจะแก้ปัญหาด้วยการใช้กำลังตัดสิน | 1.28 | 0.46 | 1.56 | 0.58 | -1.89 | 0.07 |
| 45 | เมื่อไม่พอใจผู้อื่น ฉันจะทำให้เสื้อผ้าหรือสมุดของเขาเประเปื้อน | 1.00 | 0.00 | 1.40 | 0.71 | -2.83 | 0.01* |
| รวม | | 58.28 | 7.12 | 66.68 | 12.29 | -2.96 | 0.01* |

* $p < .05$

จากตารางที่ 4.6 พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการละเล่นพื้นบ้านไทยลดลงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองเท่ากับ 58.28 คะแนน คือ มีพฤติกรรมก้าวร้าวในระดับปานน้อย ส่วนค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มควบคุมเท่ากับ 66.68 คะแนน คือ มีพฤติกรรมก้าวร้าวในระดับปานกลาง

เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวหลังการทดลองของกลุ่มทดลองลดลงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 ในข้อ 29, 31, 32, 33, 34, 35, 38, 39, 40, 41 และ 45

แผนภาพที่ 4.1 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าว ก่อนและหลังการทดลอง ของนักเรียนกลุ่มทดลองและของนักเรียนกลุ่มควบคุม



จากแผนภาพที่ 4.1 พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าว หลังการทดลองลดลงต่ำกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 โดยค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวก่อนการทดลองเท่ากับ 66.28 คะแนน คือ มีพฤติกรรมก้าวร้าวในระดับปานกลาง หลังการทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวเท่ากับ 58.28 คะแนน คือ มีพฤติกรรมก้าวร้าวในระดับน้อย

ส่วนค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าว พบว่า หลังการทดลองไม่แตกต่างจากก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 โดยค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวก่อนการทดลองเท่ากับ 65.53 คะแนน คือ มีพฤติกรรมก้าวร้าวในระดับปานกลาง หลังการทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวเท่ากับ 66.68 คะแนน คือ มีพฤติกรรมก้าวร้าวในระดับปานกลาง

เมื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าว พบว่า ลดลงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 โดยค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าว ของนักเรียนกลุ่มทดลองเท่ากับ 58.28 คะแนน คือ มีพฤติกรรมก้าวร้าวในระดับน้อย ส่วนค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนกลุ่มควบคุมเท่ากับ 66.68 คะแนน คือ มีพฤติกรรมก้าวร้าวในระดับปานกลาง

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัย เรื่อง ผลของการจัดโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนประถมศึกษา เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาผลของการจัดโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการเล่นพื้นบ้านไทยที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนประถมศึกษา 2) เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวก่อนและหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวและนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการจัดโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าว 3) เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวหลังการทดลองระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวกับนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการจัดโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าว ผู้วิจัยเลือกกลุ่มตัวอย่างด้วยวิธีสุ่มแบบง่าย (Simple Random Sampling) โดยการจับฉลาก เป็นนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 5 ภาคปลาย ปีการศึกษา 2556 โรงเรียนพญาไท สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ ที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวอยู่ในระดับปานกลาง และสมัครเข้าร่วมโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าว จำนวน 50 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง จำนวน 25 คน ที่ได้รับการจัดโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าว เป็นเวลา 8 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 3 วัน วันละ 1 ชั่วโมง และกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการจัดโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าว จำนวน 25 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ โปรแกรมส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าว มีค่าดัชนีความสอดคล้องเท่ากับ 0.84 ประกอบด้วย 4 กิจกรรมได้แก่ 1) รับรู้ข้อมูล 2) เกมการเล่นพื้นบ้านไทย 3) ประเมินตนเอง 4) ให้คำปรึกษาและเสริมแรง เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล คือ 1) แบบสำรวจปัญหาพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนโดยครู มีค่าดัชนีความสอดคล้องเท่ากับ 1 2) แบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้น มีค่าดัชนีความสอดคล้องเท่ากับ 0.99 และมีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.93 วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์หาค่าเฉลี่ย (\bar{x}) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) และทดสอบค่าที (t-test) ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สรุปผลการวิจัย

การวิจัยเรื่อง ผลของการจัดโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการละเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนประถมศึกษา สามารถสรุปผลวิจัยได้ ดังนี้

1. โปรแกรมส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการละเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าว ส่งผลให้นักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยระดับพฤติกรรมก้าวร้าวหลังการทดลองลดลงจากก่อนการทดลองจากระดับปานกลางเป็นระดับน้อย

2. ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการละเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวหลังการทดลองลดลงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวก่อนการทดลองเท่ากับ 66.28 คะแนน คือมีพฤติกรรมก้าวร้าวในระดับปานกลาง และหลังการทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวเท่ากับ 58.28 คะแนน คือมีพฤติกรรมก้าวร้าวในระดับน้อย

เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวหลังการทดลองของกลุ่มทดลองลดลงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 ในข้อที่12, 15, 17, 19, 20, 24, 27, 28, 29, 33, 34, 35, 38, 39, 40, 41 และ45

3. ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการละเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวลดลงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองเท่ากับ 58.28 คะแนน คือมีพฤติกรรมก้าวร้าวในระดับน้อย นักเรียนกลุ่มควบคุมเท่ากับ 66.68 คะแนน คือ มีพฤติกรรมก้าวร้าวในระดับปานกลาง

เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่าค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวหลังการทดลองของกลุ่มทดลองลดลงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 ในข้อ 29, 31, 32, 33, 34, 35, 38, 39, 40, 41 และ45

อภิปรายผลการวิจัย

การวิจัยเรื่อง ผลของโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการละเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนประถมศึกษา มีประเด็นที่สามารถนำมาอภิปรายผลการวิจัยได้ ดังนี้

1. ผลของการจัดโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการละเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนประถมศึกษา

จากผลการวิเคราะห์ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการละเล่นพื้นบ้านไทย พบว่านักเรียนกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวลดลงกว่าก่อนการทดลอง คือ ก่อนการทดลองค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวเท่ากับ 66.28 คะแนน คือ มีพฤติกรรมก้าวร้าวในระดับปานกลาง หลังการทดลองค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวเท่ากับ 58.28 คะแนน คือ มีคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวในระดับ

น้อย แสดงให้เห็นว่าการจัดโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการละเล่นพื้นบ้านไทยส่งผลให้พฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนประถมศึกษาลดลง ซึ่งเป็นไปตามสมมุติฐานการวิจัยข้อที่ 1 สามารถอภิปรายในประเด็นต่อไปนี้

1) กิจกรรมรับรู้ข้อมูล

กิจกรรมรับรู้ข้อมูล ประกอบด้วยกิจกรรมย่อย ได้แก่ กิจกรรมที่สร้างความสัมพันธ์และทำความเข้าใจ กิจกรรมรู้จักความก้าวร้าว ผู้วิจัยให้ความรู้ในเรื่องของพฤติกรรมก้าวร้าว สาเหตุของการเกิดพฤติกรรม ผู้วิจัยได้อธิบายสาเหตุของพฤติกรรมก้าวร้าว ให้นักเรียนชมสื่อวีดิทัศน์ แสดงตัวอย่างและสถานการณ์ของพฤติกรรมก้าวร้าว เป็นเวลา 15 นาที ซึ่งพบว่า กิจกรรมรับรู้ข้อมูลนี้ก่อให้เกิดแรงจูงใจที่จะโน้มน้าวและกระตุ้นให้นักเรียนเกิดความรู้ที่ถูกต้องเอาใจใส่ในการกระทำหรือการปฏิบัติ กิจกรรมเพื่อการมีพฤติกรรมที่ดี สังเกตได้จากการสอบถามในขณะที่ให้ข้อมูลในชั้นเรียน นักเรียนส่วนใหญ่ไม่ทราบว่าการกระทำหรือปฏิบัติพฤติกรรมบางอย่างเป็นพฤติกรรมที่ก้าวร้าว เมื่อผู้วิจัยให้ข้อมูลที่ถูกต้องด้านพฤติกรรมทำให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้ด้านพฤติกรรมที่ถูกต้อง ส่งผลให้พฤติกรรมก้าวร้าวลดลง สอดคล้องกับแนวคิดของ Pender (2006) กล่าวว่า การรับรู้ประโยชน์ของพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ (Perceived Benefits of Action) มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมส่วนบุคคลเป็นปัจจัยที่สำคัญที่มีอิทธิพลต่อการรับรู้ความเข้าใจและความรู้สึกนึกคิดต่อการรับรู้เหตุการณ์ที่เกิดขึ้น ก่อให้เกิดแรงจูงใจที่จะโน้มน้าวและกระตุ้นให้บุคคลเกิดความรู้ที่ถูกต้องเอาใจใส่ในการกระทำหรือการปฏิบัติกิจกรรมเพื่อการมีสุขภาพที่ดี

2) กิจกรรมเกมการละเล่นพื้นบ้านไทย

กิจกรรมเกมการละเล่นพื้นบ้านไทย เป็นกิจกรรมที่ให้ประโยชน์ใน 5 ด้าน คือ ทางด้านร่างกาย ทางด้านจิตใจ ทางด้านอารมณ์ ทางด้านสติปัญญา และทางด้านสังคม ซึ่งคุณค่าที่ได้จะมากน้อยแตกต่างกันไปตามลักษณะของการเล่น ผู้วิจัยได้วิเคราะห์เกมที่ให้คุณค่าส่งเสริมการลดพฤติกรรมก้าวร้าว และให้นักเรียนเล่นเกมการละเล่นพื้นบ้านไทย ซึ่งประกอบไปด้วย

2.1) เกมขี่ม้าตาบอด นักเรียนเกิดพัฒนาการในด้านอารมณ์ ในการเล่นย่อมเกิดความสุขสนาน ตื่นเต้นว่าใครจะไปถึงเส้นชัยก่อนกัน หรือผู้ใดบ้างที่วิ่งออกนอกเส้นทาง ผู้ที่จะบังคับม้าได้หรือไม่ เป็นการแข่งขันที่ทำทลายทั้งความสามารถทางกาย และทางสติปัญญา ซึ่งอารมณ์ของผู้แข่งขันจะหันเหไปตามสถานการณ์ของการเล่นบ้าง ซึ่งทำให้ผู้เล่นรู้จักยั้งคิด และมีความมั่นคงทางอารมณ์เพื่อมิให้เกิดผลเสียในการเล่นได้ เมื่อเป็นผู้แพ้หรือผู้ชนะก็ไม่แสดงออกทางอารมณ์มากเกินไป จึงเป็นการส่งเสริมให้เกิดความสนุกสนานผ่อนคลายความตึงเครียด และความมั่นคงทางอารมณ์

2.2) เกมแข่งเรือคน ในการเล่นจะมีความตื่นตื้นอยู่ตลอดเวลาทั้งฝ่ายซ่อนไม้และฝ่ายทาย ผู้เล่นทุกคนมีส่วนเกี่ยวข้องกับผลได้ผลเสีย จึงทำให้เกิดอารมณ์หันเห ตื่นเต้น กลัว ประหม่า หรือลังเลใจ ซึ่งผู้เล่นจะต้องควบคุมอารมณ์ให้ปกติ เพื่อประโยชน์ของทีมตนเอง ทำให้พฤติกรรมทางอารมณ์ของตนดีขึ้น

2.3) เกมแครงหาม การเป็นแครงหามที่มีเพื่อนนั่งบนแขน คนเป็นแครงย่อมหนัก เมื่อย และเจ็บบ้าง ขณะที่คนนั่งก็ต้องเสี่ยงต่อการร่วงหล่นหรือเสียหลักกระทบกระแทกซึ่งกันละกัน ซึ่งผู้เล่นจะต้อง

ร่วมมือกันเพื่อไปให้ถึงเส้นชัยโดยเร็ว ลักษณะการแข่งขันจะทำให้ผู้เล่นรู้จักควบคุมอารมณ์ตัวเอง รู้จักยั้งคิด เก็บความรู้สึก มีอารมณ์ที่มั่นคง ขณะเดียวกันการแข่งขันย่อมก่อให้เกิดความตื่นเต้น สนุกสนาน จึงช่วยให้ผ่อนคลายความเครียดได้

2.4) เกมซ่อนমনขาว ผู้เล่นจะต้องควบคุมอารมณ์ของตนเองที่เกิดจากการแพ้หรือชนะ หรือถูกออกจากการแข่งขันเมื่อทำคะแนนตก ช่วยส่งเสริมสมาธิและความมั่นคงทางอารมณ์

กิจกรรมเกมการเล่นพื้นบ้านไทยดังกล่าวส่งผลทำให้พฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนลดลง สอดคล้องกับงานวิจัยของ วารุณี วรศักดิ์เสนีย์ (2554) ได้ศึกษาการพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมพลศึกษาตามแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น ผลวิจัยพบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับรูปแบบการจัดกิจกรรม พลศึกษาตามแนวคิดการจัดพฤติกรรมทางปัญญา มีค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมในระยะก่อนการทดลอง ระยะสิ้นสุดการทดลองและระยะติดตามผล แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และจากการตอบแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าว แตกต่างจากนักเรียนกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3) กิจกรรมประเมินตนเอง

กิจกรรมประเมินตนเอง เป็นกิจกรรมที่นักเรียนจะได้บันทึกพฤติกรรมของตนเองในแต่ละสัปดาห์ว่าตนเองได้แสดงพฤติกรรมก้าวร้าวทางกายหรือทางวาจา มากน้อยเพียงใด โดยนักเรียนจะประเมินตนเองสัปดาห์ละหนึ่งครั้ง ใช้เวลาประมาณ 15 นาที จากข้อมูลที่ได้จากการอ่านสมุดบันทึกการประเมินตนเองของนักเรียนทำให้ ผู้วิจัยได้ทราบสาเหตุของปัญหาที่ก่อให้เกิดพฤติกรรมก้าวร้าว และหาวิธีในการลดพฤติกรรมก้าวร้าวให้กับนักเรียนแต่ละคนได้ หลังการทดลอง 8 สัปดาห์ พบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองมีพฤติกรรมก้าวร้าวลดลง

4) กิจกรรมให้คำปรึกษาและเสริมแรง

กิจกรรมให้คำปรึกษาและเสริมแรง เป็นกิจกรรมที่ดำเนินควบคู่ไปกับกิจกรรมประเมินตนเอง เมื่อผู้วิจัยทราบถึงพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนแต่ละคน ก็จะนำปัญหามาพูดคุยให้คำปรึกษาพร้อมทั้งมีการเสริมแรง เช่น คำชมเชย หรือของรางวัล โดยกำหนดว่าหากนักเรียนคนใดสามารถลดพฤติกรรมก้าวร้าวได้มากที่สุดในแต่ละสัปดาห์จะได้รับของรางวัลจากผู้วิจัย พบว่า จากการให้คำปรึกษาและเสริมแรงนั้น พบว่า นักเรียนกล้าที่จะพูดคุยกับผู้วิจัย ปรึกษาปัญหาต่างๆ พร้อมทั้งการให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรมเป็นอย่างดี ทำให้นักเรียนมีพฤติกรรมก้าวร้าวลดลง โดยสามารถควบคุมอารมณ์ของตนเองได้ดีขึ้น สอดคล้องกับงานวิจัยของ ภาวิณี ไชกระโทก (2551) ได้ศึกษาผลของการให้การปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวพุทธศาสตร์ ต่อการลดความโกรธและพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองมีความเห็นว่าการเข้าร่วมโปรแกรมการปรึกษาแบบกลุ่มช่วยให้มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับเรื่องความโกรธและพฤติกรรมก้าวร้าวมากขึ้น นักเรียนได้สำรวจตนเองทั้งทางด้านความคิด ความรู้สึกและพฤติกรรม ซึ่งทำให้เกิดความเข้าใจตนเองมากขึ้น

2. ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวก่อนและหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนประถมศึกษา

จากผลการวิเคราะห์ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการเล่นพื้นบ้านไทย พบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวลดลงต่ำกว่าก่อนการทดลอง คือ ก่อนการทดลองค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวเท่ากับ 66.28 คะแนน คือ มีพฤติกรรมก้าวร้าวในระดับปานกลาง หลังการทดลองค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวเท่ากับ 58.28 คะแนน คือ มีคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวในระดับน้อย ซึ่งเป็นไปตามสมมุติฐานการวิจัยข้อที่ 2 สามารถอภิปรายในประเด็นต่อไปนี้

1) กิจกรรมรับรู้ข้อมูล

กิจกรรมการรับรู้ข้อมูล ประกอบด้วยกิจกรรมย่อย ได้แก่ กิจกรรมผลเสียที่เกิดจากการแสดงพฤติกรรมก้าวร้าว กิจกรรมเหตุส่งเสริมความรุนแรง กิจกรรมปลูกนิสัยดีให้แข็งแรง กิจกรรมฝึกควบคุมพฤติกรรมก้าวร้าวโดยใช้การเตือนตนเอง แต่ละกิจกรรมก่อให้เกิดการรับรู้ข้อมูลที่ถูกต้องด้านพฤติกรรมก้าวร้าว สาเหตุของการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าว และการฝึกตนเองในการควบคุมอารมณ์ ผู้วิจัยได้ให้ความรู้ด้านพฤติกรรมก้าวร้าวที่ดี และพฤติกรรมก้าวร้าวที่ไม่ดี พร้อมทั้งยกตัวอย่างสถานการณ์ก่อให้เกิดแรงจูงใจและกระตุ้นให้นักเรียนลดพฤติกรรมก้าวร้าว จากนั้นให้นักเรียนช่วยกันหาแนวทางในการควบคุมอารมณ์ไม่ให้เกิดพฤติกรรมก้าวร้าว ซึ่งพบว่า นักเรียนทราบถึงสาเหตุของพฤติกรรมก้าวร้าว สามารถหาแนวทางในการควบคุมอารมณ์ของตนเองได้ สอดคล้องกับแนวคิดการส่งเสริมสุขภาพของ Pander (2006) กล่าวว่า การปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพของบุคคลได้รับอิทธิพลมาจากปัจจัย คือ คุณลักษณะและประสบการณ์ของบุคคล บุคคลแต่ละคนมีลักษณะส่วนบุคคลและประสบการณ์ที่ต่างกันซึ่งจะมีผลต่อการแสดงพฤติกรรมของบุคคลในทุกครั้งลักษณะส่วนบุคคลและประสบการณ์จะมีความสำคัญต่อการแสดงพฤติกรรมของบุคคลมากขึ้นขึ้นอยู่กับพฤติกรรมเป้าหมายในขณะนั้นลักษณะส่วนบุคคลหรือพฤติกรรมในอดีตมีอิทธิพลต่อการแสดงพฤติกรรมสุขภาพของบุคคลเฉพาะบางพฤติกรรมหรือมีผลต่อกลุ่มประชากรบางกลุ่มเท่านั้น

2) กิจกรรมเกมการเล่นพื้นบ้านไทย

กิจกรรมเกมการเล่นพื้นบ้านไทย เป็นกิจกรรมที่ให้ประโยชน์ใน 5 ด้าน คือ ทางด้านร่างกาย ทางด้านจิตใจ ทางด้านอารมณ์ ทางด้านสติปัญญา และทางด้านสังคม ซึ่งคุณค่าที่ได้จะมากขึ้นแตกต่างกันไปตามลักษณะของการเล่น วิจัยได้คัดเลือกเกมที่ให้คุณค่าทางด้านจิตใจ และทางด้านอารมณ์ ซึ่งประกอบไปด้วย

2.1) เกมงูกินหาง กิจกรรมเกมการเล่นพื้นบ้านไทยเป็นสื่อให้นักเรียนเกิดพัฒนาการในด้านอารมณ์ การเล่นเกมจะมีการสับเปลี่ยนหมุนเวียนกันทำหน้าที่ต่างๆ เช่น หัวงูหรือแมง ตัวงู หางงู เป็นต้น ซึ่งหน้าที่ต่างๆ มีความรับผิดชอบและปฏิบัติต่างกัน บางคนอาจจะรู้สึกไม่พอใจในหน้าที่เหล่านี้บ้าง หรือบางครั้งในขณะที่เล่นอาจจะเกิดการผิดพลาดกระทบกระเทือนเหยียบเท้ากันบ้าง หรือการที่แย่งกินหางได้ ผู้

ที่เล่นเป็นทางอาจจะเกิดความไม่พอใจบ้าง เหล่านี้เป็นผลให้ผู้เล่นเกิดอารมณ์เปลี่ยนแปลงไปในลักษณะต่างๆได้ เป็นการฝึกความอดทนซึ่งผู้เล่นจำเป็นจะต้องควบคุมอารมณ์ของตนเองไว้

2.2) เกมชิงธง นักเรียนเกิดพัฒนาการในด้านอารมณ์ การเล่นในลักษณะนี้ย่อมจะมีการปะทะ กอดปล้ำกัน ซึ่งอาจจะเกิดอารมณ์สนุกสนานควบคู่ไปกับความพอใจ ไม่พอใจได้ แต่ผู้เล่นจำเป็นจะต้องควบคุมความรู้สึกและอารมณ์ต่างๆไว้ เป็นการฝึกให้รู้จักเอาชนะความรู้สึกที่ไม่ดี

2.3) เกมแย่งรู การตั้งในลักษณะตั้งกันไปมาคนละทิศทางเป็นลักษณะที่แปลกและเป็นการเล่นที่มีลักษณะซับซ้อน ช่วยส่งเสริมให้เกิดความสนุกสนาน แม้จะเหน็ดเหนื่อยหรือการเล่นอาจจะเป็นฝ่ายแพ้ก็ตามแต่ การเข้าร่วมในการแข่งขันย่อมได้รับความพึงพอใจ ทำให้อารมณ์แจ่มใส และส่งเสริมให้ผู้เล่นฝึกควบคุมอารมณ์ของตัวเอง

2.4) เกมเตย การเล่นในลักษณะที่ไม่มีประทะย่อมก่อให้เกิดความสนุกสนานทั้งฝ่ายรับและฝ่ายรุก ทุกคนที่มีหน้าที่จะต้องกระทำ ช่วยให้ลืมภาระอื่นๆ ทำให้อารมณ์แจ่มใส ผ่อนคลายความตึงเครียดต่างๆ ได้

2.5) เกมวิ่งสามขา การเล่นที่ต้องคู่ผูกขาติดกัน ผู้เล่นจึงต้องมีสมาธิ จึงเป็นโอกาสให้ผู้เล่นแต่ละคนได้ฝึกควบคุม และแสดงออกทางอารมณ์ให้เหมาะสม รู้จักการยับยั้งอารมณ์ที่ไม่ดีได้ ทั้งนี้เพื่อก้าวขาหรือวิ่งไปให้เร็ว โดยมีเส้นชัยและชัยชนะเป็นจุดมุ่งหมายร่วมกัน

การละเล่นพื้นบ้านไทยนั้นส่งเสริมให้เกิด ความพึงพอใจ การผ่อนคลายความตึงเครียด การรู้จักยั้งคิด ความอดทน การรู้จักเก็บความรู้สึก และความมั่นคงทางอารมณ์ สอดคล้องกับงานวิจัยของ ฉัตรพันธ์ ดุสิตกุล (2554) ได้ศึกษาผลของการจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์ที่มีต่อพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนประถมศึกษา โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการจัดกิจกรรมพลศึกษาที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนประถมศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 รวมทั้งสิ้น 30 คน พบว่า 1) หลังการทดลองกลุ่มทดลอง มีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมก้าวร้าวในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลน้อยกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่ในกลุ่มควบคุมไม่พบความแตกต่าง 2) หลังการทดลองกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมก้าวร้าวน้อยกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3) กิจกรรมประเมินตนเอง

กิจกรรมประเมินตนเองเป็นกิจกรรมที่ให้นักเรียนระบายถึงสาเหตุของการแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียน นักเรียนจะบันทึกแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวของตนเองไม่ว่าจะเป็นการแสดง ความก้าวร้าวทางกาย หรือทางวาจา ลักษณะที่แสดงออกถึงความก้าวร้าว ระยะเวลาที่แสดงออก วิธีการควบคุมความก้าวร้าว โดยให้นักเรียนประเมินตนเองสัปดาห์ละหนึ่งครั้ง แล้วส่งคืนผู้วิจัย เพื่อให้ผู้วิจัยได้หาสาเหตุของปัญหาที่ก่อให้เกิดพฤติกรรมก้าวร้าว หลังจากนั้นผู้วิจัยได้หาแนวทางในการแก้ปัญหา และเสนอวิธีการจัดการกับพฤติกรรมก้าวร้าวให้นักเรียนแต่ละคน จากการอ่านบันทึกของนักเรียนแต่ละคน พบว่านักเรียนส่วนใหญ่แสดงออกถึงความก้าวร้าวทางวาจา โดยการพูดคำหยาบคาย จากการที่ให้นักเรียนประเมินตนเอง และให้นักเรียนสรุปว่าในหนึ่งสัปดาห์ นักเรียนแสดงออกถึง

ความก้าวร้าวที่ครั้ง และให้นักเรียนฝึกตนเองให้แสดงออกถึงพฤติกรรมก้าวร้าวน้อยลงเรื่อยๆ ซึ่งในสัปดาห์ต่อมา พบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองส่วนใหญ่ มีการแสดงออกถึงความก้าวร้าวน้อยลง พูดคำหยาบคายลดลง และสามารถฝึกควบคุมความก้าวร้าวได้ดีขึ้น

4) กิจกรรมให้คำปรึกษา และเสริมแรง

กิจกรรมให้คำปรึกษาและเสริมแรงจะดำเนินควบคู่กับกิจกรรมประเมินตนเอง เมื่อผู้วิจัยได้รับรู้การแสดงออกถึงพฤติกรรมก้าวร้าวของตนเองจากกิจกรรมประเมินตนเองแล้ว ผู้วิจัยจะศึกษาและหาแนวทางแก้ไขปัญหานักเรียนแต่ละคน และนำนักเรียนที่มีปัญหาด้านพฤติกรรมก้าวร้าวมาพูดคุยให้คำปรึกษา และสังเกต พฤติกรรมของนักเรียนว่า จากกิจกรรมการรับรู้ข้อมูล กิจกรรมการเล่นพื้นบ้านไทย นักเรียนสามารถใช้กิจกรรมใด เพื่อควบคุมความก้าวร้าวของตนเองได้ดีที่สุด และนักเรียนมีพฤติกรรมก้าวร้าวบ่อยเพียงใด พร้อมทั้งให้เสริมแรงโดยการ กำหนดว่าถ้า นักเรียนคนใดลดพฤติกรรมก้าวร้าวในแต่ละสัปดาห์ได้มากที่สุด จะได้ ของรางวัลจากผู้วิจัย เป็นการเสริมแรงให้นักเรียนมีแรงจูงใจในการเข้าร่วมกิจกรรม และเสริมแรงให้นักเรียนฝึกควบคุมความก้าวร้าวมากขึ้น จากการให้กิจกรรมให้คำปรึกษา และเสริมแรง พบว่า นักเรียนให้ความสนใจกับกิจกรรมนี้ กล้าที่จะมาพูดคุยกับผู้วิจัย และปรึกษาปัญหาต่างๆ และให้ความร่วมมือกับการทำกิจกรรมเป็นอย่างดี สอดคล้องกับงานวิจัยของ ภาวิณี ไชกระโทก (2551) ได้ศึกษาผลของการให้การปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวพุทธศาสตร์ ต่อการลดความโกรธและพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองมีความเห็นว่าการเข้าร่วมโปรแกรมการปรึกษาแบบกลุ่มช่วยให้มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับเรื่องความโกรธและพฤติกรรมก้าวร้าวมากขึ้น นักเรียนได้สำรวจตนเองทั้งทางด้านความคิด ความรู้สึกและพฤติกรรม ซึ่งทำให้เกิดความเข้าใจตนเองมากขึ้น นักเรียนได้สำรวจตนเองทั้งทางด้านความคิด ความรู้สึกและพฤติกรรม ซึ่งทำให้เกิดความเข้าใจตนเองมากขึ้น ในขณะที่เดียวกันก็นำไปสู่การเรียนรู้วิธีการและเทคนิคในการจัดการกับความโกรธและปรับพฤติกรรมก้าวร้าวของตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ

3. ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวหลังการทดลองระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดโปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวกับนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการจัดโปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าว

จากการวิเคราะห์ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการเล่นพื้นบ้านไทยลดลงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองเท่ากับ 58.28 คะแนน คือ มีพฤติกรรมก้าวร้าวในระดับปานน้อย นักเรียนกลุ่มควบคุมเท่ากับ 66.68 คะแนน คือ มีพฤติกรรมก้าวร้าวในระดับปานกลางซึ่งเป็นไปตามสมมุติฐานการวิจัยข้อที่ 3 สามารถอภิปรายผลได้ในประเด็นต่อไปนี้

1) กิจกรรมรับรู้ข้อมูล

กิจกรรมการรับรู้ข้อมูล แบ่งออกเป็น 6 กิจกรรม ได้แก่ 1. สร้างความสัมพันธ์และทำความเข้าใจ 2. รู้จักความก้าวร้าว 3. ผลเสียที่เกิดจากการแสดงพฤติกรรมก้าวร้าว 4. เหตุส่งเสริมความรุนแรง 5. ปฏิเสธดีให้แข็งแรง 6. กิจกรรมฝึกควบคุมพฤติกรรมก้าวร้าวโดยใช้การเตือนตนเอง หลังการทดลองกิจกรรมการรับรู้ข้อมูล พบว่า การที่นักเรียนกลุ่มทดลองได้รับกิจกรรม ทำให้นักเรียนรู้ถึงสาเหตุ และผลเสียของพฤติกรรมก้าวร้าว ส่งผลให้นักเรียนอยากควบคุมพฤติกรรมก้าวร้าวของตนเอง

2) กิจกรรมเกมการเล่นพื้นบ้านไทย

กิจกรรมเกมการเล่นพื้นบ้านไทยแบ่งออกเป็น 9 กิจกรรม ได้แก่ 1. ซี่มาตาบอด 2. แข่งเรือคน 3. แคร่หาม 4. งูกินหาง 5. ซ้อนมะนาว 6. ชิงธง 7. เตย 8. แต้ลงรู 9. วิ่งสามขา หลังการทดลอง ผู้วิจัยได้สรุปผลที่ได้รับหลังการเข้าร่วมกิจกรรมเกมการเล่นพื้นบ้านไทย ทำให้นักเรียนได้เห็นคุณค่าของเกมที่ได้เล่น พบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองมีแนวทางในการจัดการกับพฤติกรรมก้าวร้าว สามารถจัดการกับพฤติกรรมก้าวร้าวของตนเองได้ดีขึ้น ลดจำนวนการแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวลง

3) กิจกรรมประเมินตนเอง

กิจกรรมประเมินตนเองเป็นกิจกรรมที่เปิดโอกาสให้นักเรียนระบายถึงสาเหตุของการแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียน และให้นักเรียนประเมินความก้าวร้าว เพื่อให้ผู้วิจัยได้หาสาเหตุของปัญหาที่ก่อให้เกิดพฤติกรรมก้าวร้าว หลังจากนั้นผู้วิจัยได้หาแนวทางในการแก้ปัญหา และเสนอวิธีการจัดการกับพฤติกรรมก้าวร้าวให้นักเรียนแต่ละคน พบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองส่วนใหญ่ มีการแสดงออกถึงความก้าวร้าวน้อยลง พูดคำหยาบคายน้อยลง และสามารถฝึกควบคุมความก้าวร้าวได้ดีขึ้นเรื่อยๆ

4) กิจกรรมให้คำปรึกษา และเสริมแรง

กิจกรรมให้คำปรึกษา และเสริมแรง ผู้วิจัยได้ให้คำปรึกษาตามปัญหาของนักเรียนที่ได้บันทึกไว้ในกิจกรรมประเมินตนเอง พร้อมทั้งสร้างความคุ้นเคยกับนักเรียนกลุ่มทดลอง ทั้งในการให้คำปรึกษาและเสริมแรง ในกรณีที่นักเรียนคนใดแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวในแต่ละสัปดาห์ได้มากที่สุด จะได้รับรางวัลจากผู้วิจัย เป็นการเสริมแรงให้นักเรียนมีแรงจูงใจในการเข้าร่วมกิจกรรม และเสริมแรงให้นักเรียนฝึกควบคุมความก้าวร้าวมากขึ้น จากการให้กิจกรรมให้คำปรึกษา และเสริมแรง พบว่า นักเรียนให้ความสนใจกับกิจกรรมนี้มาก กล้าที่จะมาพูดคุยกับผู้วิจัย และปรึกษาปัญหาต่างๆ และให้ความร่วมมือกับการทำกิจกรรมเป็นอย่างดี

ข้อเสนอแนะจากผลการวิจัย

1. ผู้สอนควรสร้างความเป็นกันเองกับนักเรียน ในการทำกิจกรรมโดยเฉพาะ กิจกรรมให้คำปรึกษาและเสริมแรง ส่งผลให้นักเรียนกล้าที่จะพูดคุยกับผู้วิจัย และปรึกษาปัญหาต่างๆ
2. ผู้สอนควรเลือกเกมที่ส่งผลให้เกิดแรงจูงใจในการลดพฤติกรรมก้าวร้าวได้ เป็นเกมที่สนุกสนาน และเกิดแรงจูงใจให้นักเรียนเข้าร่วมทุกครั้ง โดยผู้วิจัยพบว่า เกมขี่ม้าตาบอด แคร่หาม ซ้อนมะนาว เตย วิ่งสามขา เป็นเกมที่ส่งผลให้เกิดสมาธิ การยั้งคิดและอดกลั้น ผ่อนคลายความตึงเครียด และช่วยให้เกิดความมั่นคงทางอารมณ์
3. ควรศึกษาเปรียบเทียบโดยใช้แบบประเมินพฤติกรรมก้าวร้าวโดยครู ก่อนและหลังการทดลอง
4. ควรจัดสถานที่ที่เหมาะสมในการจัดกิจกรรมแต่ละประเภท เช่น เกมการละเล่นพื้นบ้านไทยควรเป็นสถานที่นอกอาคาร และใช้อุปกรณ์ที่หาได้สะดวกในโรงเรียนเพื่อให้นักเรียนสามารถเล่นเกมได้อย่างเหมาะสม
5. ในการทำกิจกรรมเกมการละเล่นพื้นบ้านไทยควรระมัดระวังเรื่องความปลอดภัยมาเป็นอันดับแรก เช่น เกมขี่ม้าตาบอด นักเรียนจะแข่งกันวิ่งเพื่อให้ถึงเส้นชัย ผู้วิจัยควรอธิบายกติกา ให้วิ่งด้วยความระมัดระวัง หากผู้ใดล้มจะถือว่าแพ้ทันที
6. ในกิจกรรมประเมินตนเอง ครูผู้สอนควรมีการจดบันทึกสถิติเขียนตามความเป็นจริง และแสดงผลเป็นกราฟ หรือแผนภูมิ ให้นักเรียนทราบถึงสถิติพฤติกรรมก้าวร้าวของตนเอง
7. การให้คำปรึกษาด้านพฤติกรรมนักเรียนแต่ละคนมีความสามารถในการเรียนรู้ และปรับตัวที่ต่างกัน ต้องให้นักเรียนเริ่มจากสิ่งที่สามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมได้ง่ายไปหายาก
8. การเสริมแรงด้วยของรางวัลหรือคำชมเชยเป็นสิ่งจูงใจที่สำคัญในการที่จะทำให้นักเรียนสนใจเข้าร่วมกิจกรรม
9. ในการวิจัยที่ใช้ให้นักเรียนกลุ่มทดลองจำนวนมากควรมีผู้ช่วยวิจัย เพื่อที่จะดูแลนักเรียน และสังเกตพฤติกรรมได้อย่างทั่วถึง

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษาผลของการจัดโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวโดยเฉพาะในกลุ่มนักเรียนชาย หรือกลุ่มนักเรียนหญิง เนื่องจากปัญหาด้านพฤติกรรมที่แตกต่างกัน
2. ควรมีการศึกษาเปรียบเทียบพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนประถมศึกษา โดยจำแนกตามปัจจัยในด้านครอบครัว
3. ควรมีการศึกษาเปรียบเทียบการจัดโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวโดยใช้แนวคิด ทฤษฎีอื่นๆ เปรียบเทียบกับการจัดโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการละเล่นพื้นบ้านไทย

รายการอ้างอิง

- Albert Bandura (1977). Social Learning Theory. New Jersey Prentice Hall.
- Bandura (1973). Aggression: A Social Learning Analysis. Englewood Cliffs, NJ, Prentice-Hall.
- Berkowitz (1962). Advance in Experimental Social Psychology. New York Academic Press.
- Berkowitz (1993). Aggression its Causes, Consequences, and Control. New York Mc Graw-Hill.
- Buss and Larsen (2005). Emotion and Personality. Boston, McGraw-Hill.
- Dange, et al. (1989). Anger Control Training for Adolescents in Residential Treatment Behavior modification.
- Dilorenzo (2006). Effects of Physical Education Homework on Physical Fitness Scores and Understanding Fitness Concepts among Fourth -Grade students, Temple University.
- Goldstein (1994). Psychology. (2 nd ed.) London, Prentice Hall.
- Pender, N. J., et al. (2006). Health Promotion in Nursing Practice. 5th (ed),New Jersey Pearson Education, Inc.
- Sears (1991). To kill again: The Motivation and Development of Serial Murder. Scholarly Resources:Wilmington, Delaware.
- Shikant (2004). The Program and Abstracts of International Conference and Festival on Traditional Plays, Games and Sports From Localization to Globalization.Bangkok, The School of Sports Science, Chulalongkorn University
- กรวิดา ศรีสุภา (2547). ผลของการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ตามแนวคิดของโกล์แมนที่มีต่อการลดพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรงของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6, วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, ภาควิชาหลักสูตรการสอนและเทคโนโลยีการศึกษา, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- กุลยา ตันติผลาชีวะ (2551). ทำไมเด็กก้าวร้าว. กรุงเทพฯ, เรือนปัญญา.
- จิรกรณ์ ศิริประเสริฐ (2555). เกมเบ็ดเตล็ด. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ, รวมสาสน.
- ฉัตรพันธ์ ดุสิตกุล (2554). ผลของการจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์ที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนประถมศึกษา, วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต,ภาควิชาหลักสูตรและการสอน คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ซัชชัย โกมารทัต (2549). กีฬาพื้นเมืองไทยภาคกลาง. กรุงเทพฯ, สกายบุ๊กส์.
- ชัย เรื่องศิลป์ (2538). การละเล่นของเด็กไทย. กรุงเทพฯ, สำนักพิมพ์ต้นอ้อ.
- เดชนริศ หาญโรจนกุล (2553). ผลของการจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมการละเล่นพื้นบ้านไทยที่มีต่อสมรรถภาพทางกายที่สัมพันธ์กับทักษะของเด็กอนุบาล, วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, ภาควิชาหลักสูตรและการสอน คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

- ทิพย์วัลย์ สุทิน (2539). "การลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนวัยรุ่นโดยรูปแบบการปรับพฤติกรรมด้วย ปัญหา."
- ประภาพรรณ สุวรรณสุข (2526). พฤติกรรมวัยเด็ก. กรุงเทพฯ, มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช.
- ผ่องพันธ์ มณีรัตน์ (2521). มานุษยวิทยากับการศึกษาชาติชาวบ้าน. กรุงเทพฯ, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- ผะอบ โปชะกฤษณะ (2522). การเล่นของเด็กภาคเหนือและภาคตะวันออกเฉียงเหนือ. กรุงเทพฯ, คณะอนุกรรมการเผยแพร่เอกลักษณ์ของไทย ในคณะกรรมการเอกลักษณ์ของชาติ สำนักเลขาธิการ นายกรัฐมนตรี.
- ผู้จัดการออนไลน์ (2556). "กรมสุขภาพจิตเผย เด็กสมาธิสั้นมีโอกาสพัฒนาไปสู่ความก้าวร้าว ". from <http://manager.co.th/OOL/viewNews.aspx?NewsID=9560000026551&TabID=3&>
- พระยาอนุমানราชธน (2510). วัฒนธรรมและประเพณีต่างๆของไทย. กรุงเทพฯ, โรงพิมพ์คลังวิทยา.
- พัชรชาติ คงคต (2555). ผลของการจัดโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพตามทฤษฎีการกระทำด้วยเหตุผลเพื่อลด พฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนหญิงระดับมัธยมศึกษาตอนต้น, วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารจิต, ภาควิชาหลักสูตรและการสอน คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ภาวิณี ไชกระโทก (2551). ผลของการศึกษาแบบกลุ่มตามแนวพุทธศาสตร์เพื่อลดความโกรธแค้น พฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนราชวินิตบางแก้ว จังหวัดสมุทรปราการ, วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารจิต ภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- มติชนออนไลน์ (2552). "ลูกก้าวร้าว รับมืออย่างไร." from http://www.matichon.co.th/news_detail.php?newsid=1254971396&catid=02.
- รัตโนทัย พลับู้การ (2547). จิตเวชเด็กและวัยรุ่น. กรุงเทพฯ.
- ราชบัณฑิตยสถาน (2542). พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542. กรุงเทพฯ, นานมีบุคค พับลิเคชั่นส์.
- ละมุล ชัชวาลย์ (2543). ผลของการจัดกิจกรรมการเล่นพื้นบ้านของไทยประกอบคำถามปลายเปิดที่มี ต่อความคิดสร้างสรรค์ของเด็กปฐมวัย, วิทยานิพนธ์ กศ.ม. สาขาการศึกษาปฐมวัย บัณฑิต, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- วรรณิ วิบูลสวัสดิ์แอนเดอร์สัน (2526). การเล่นของเด็กภาคกลาง. กรุงเทพฯ, มูลนิธิโครงการตำรา สังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์.
- วารุณี วรศักดิ์เสนี (2554). การพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมพลศึกษาตามแนวคิดการปรับพฤติกรรม ทางปัญญาเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น, วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหาร จิต, ภาควิชาหลักสูตรและการสอน คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- วิราภรณ์ ปนาทกุล (2531). การเล่นของเด็กไทยกับการเรียนการสอน กรุงเทพฯ, สุวีริยาสาส์น.
- ศุภวรรณ วงศ์สร้างทรัพย์ (2551). ผลของการฝึกโปรแกรมการเล่นพื้นบ้านที่มีต่อสมรรถภาพทางกาย เพื่อสุขภาพ ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาตอนต้น, วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารจิต, มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- สถาบันแห่งชาติเพื่อการพัฒนาเด็กและครอบครัว (2555). พัฒนาการเด็ก. กรุงเทพมหานคร, สถาบัน แห่งชาติเพื่อการพัฒนาเด็กและครอบครัว.

- สมโภช เอี่ยมสุภาชาติ (2543). ทฤษฎีและเทคนิคการปรับพฤติกรรม. (พิมพ์ครั้งที่ 4), กรุงเทพฯ, สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สำนักวิจัยเอแบคโพลล์ (2553). สถานการณ์การใช้ความรุนแรงในกลุ่มเด็กและเยาวชน. กรุงเทพฯ, มหาวิทยาลัยอัสสัมชัญ.
- หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 (2551). หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551. กรุงเทพฯ, ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.
- อัมพร บำเพ็ญ (2550). ผลการจัดกิจกรรมการเล่นเกมน้ำและกีฬาพื้นเมืองไทยที่มีต่อสมรรถภาพทางกายที่สัมพันธ์กับสุขภาพและความพึงพอใจของนักเรียนชั้นประถมศึกษา ช่วงชั้นที่ 2, วิทยานิพนธ์ปริญญา มหาบัณฑิต, ภาควิชาหลักสูตรและการสอน มหาวิทยาลัยราชภัฏจันทรเกษม.



ภาคผนวก

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

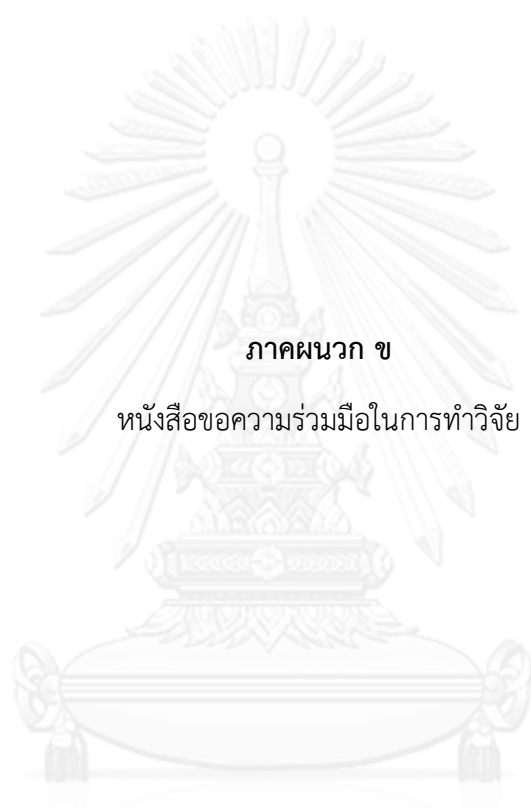


ภาคผนวก ก
รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สมบูรณ์ อินทร์ธมยา
อาจารย์พิเศษสาขาวิชาสุศึกษาและพลศึกษา ภาควิชาหลักสูตรและการสอน
คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
2. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุธนะ ติงศภัทย์
อาจารย์ประจำสาขาวิชาสุศึกษาและพลศึกษา ภาควิชาหลักสูตรและการสอน
คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
3. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. นรลักษณ์ เอื้อกิจ
อาจารย์ประจำคณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
4. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วิภาวดี ลีมีงส์สวัสดิ์
อาจารย์ประจำคณะวิทยาศาสตร์การกีฬา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
5. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ญัฐพร สุดดี
อาจารย์ประจำโรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยฝ่ายประถม



ภาคผนวก ข

หนังสือขอความร่วมมือในการทำวิจัย

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY



บันทึกข้อความ

ส่วนงาน งานหลักสูตรและการจัดการเรียนฯ ฝ่ายวิชาการ คณะครุศาสตร์ จุฬาฯ โทร.82681-2 ต่อ 612

ที่ ศร 0512.6(2771)/56- 3122

วันที่ 8 พฤศจิกายน 2556

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจเครื่องมือวิจัย

เรียน ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. สมบูรณ์ อินทร์ดมยา

ด้วย นายจักรี อ่ำเสียดัตต์ นิสิตหลักสูตรครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาสุศึกษาและพลศึกษา ภาควิชาหลักสูตรและการสอน อยู่ระหว่างการดำเนินงานวิจัยวิทยานิพนธ์เรื่อง “ผลของการจัดโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการละเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนประถมศึกษา” โดยมี รองศาสตราจารย์ ดร.จินตนา สราวุธพิทักษ์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา ในกรณีนี้ใคร่ขอเชิญท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิ ตรวจเครื่องมือวิจัย ทั้งนี้ นิสิตผู้วิจัยจะได้ประสานงานในรายละเอียดต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่าน โปรดเป็นผู้ทรงคุณวุฒิดังกล่าวเพื่อประโยชน์ทางวิชาการต่อไป และขอขอบคุณมาในโอกาสนี้

(อาจารย์ ดร. จุฑารัตน์ วิบูลผล)

รองคณบดี

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY



บันทึกข้อความ

ส่วนงาน งานหลักสูตรและการจัดการเรียนฯ ฝ่ายวิชาการ คณะครุศาสตร์ จุฬาฯ โทร.82681-2 ต่อ 612

ที่ ศธ 0512.6(2771)/56- 3121

วันที่ 8 พฤศจิกายน 2556

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจเครื่องมือวิจัย

เรียน ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุธนะ ดิงศภัทย์

ด้วย นายจักรี อ่ำเสียดัตต์ นิสิตหลักสูตรครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาศึกษาศาสตร์และพลศึกษา ภาควิชาหลักสูตรและการสอน อยู่ระหว่างการดำเนินงานวิจัยวิทยานิพนธ์เรื่อง “ผลของการจัดโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการละเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนประถมศึกษา” โดยมี รองศาสตราจารย์ ดร.จินตนา สราวุธพิทักษ์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา ในกรณีนี้ใคร่ขอเชิญท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิ ตรวจเครื่องมือวิจัย ทั้งนี้ นิสิตผู้วิจัยจะได้ประสานงานในรายละเอียดต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่าน โปรดเป็นผู้ทรงคุณวุฒิดังกล่าวเพื่อประโยชน์ทางวิชาการต่อไป และขอขอบคุณมาในโอกาสนี้


(อาจารย์ ดร.จุฑารัตน์ วิบูลผล)
รองคณบดี

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY



บันทึกข้อความ

ส่วนงาน งานหลักสูตรและการจัดการเรียนฯ ฝ่ายวิชาการ คณะครุศาสตร์ จุฬาฯ โทร.82681-2 ต่อ 612
 ที่ ศธ 0512.6(2771)/56- 3123 วันที่ 8 พฤศจิกายน 2556
 เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจเครื่องมือวิจัย

เรียน ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นรลักษณ์ เอื้อกิจ

ด้วย นายจักรี อภัยเสียดิษฐ์ นิสิตหลักสูตรครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาศึกษาศาสตร์และพลศึกษา ภาควิชาหลักสูตรและการสอน อยู่ระหว่างการดำเนินงานวิทยานิพนธ์เรื่อง “ผลของการจัดโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการละเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนประถมศึกษา” โดยมี รองศาสตราจารย์ ดร.จินตนา สราวุธพิทักษ์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา ในกรณีนี้ใคร่ขอเชิญท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจเครื่องมือวิจัย ทั้งนี้ นิสิตผู้วิจัยจะได้ประสานงานในรายละเอียดต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่าน โปรดเป็นผู้ทรงคุณวุฒิดังกล่าวเพื่อประโยชน์ทางวิชาการต่อไป และขอขอบคุณมาในโอกาสนี้


 (อาจารย์ ดร.จุฑารัตน์ วิบูลผล)
 รองคณบดี

CHULALONGKORN UNIVERSITY



บันทึกข้อความ

ส่วนงาน งานหลักสูตรและการจัดการเรียนฯ ฝ่ายวิชาการ คณะครุศาสตร์ จุฬาฯ โทร.82681-2 ต่อ 612

ที่ ศธ 0512.6(2771)/56- 3120

วันที่ 8 พฤศจิกายน 2556

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจเครื่องมือวิจัย

เรียน ผู้ช่วยศาสตราจารย์ภาวดี ส้มิ่งสวัสดิ์

ด้วย นายจักรี อ่ำเสียดัตต์ นิสิตหลักสูตรครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาศึกษาศาสตร์และพลศึกษา ภาควิชาหลักสูตรและการสอน อยู่ระหว่างการดำเนินงานวิทยานิพนธ์เรื่อง “ผลของการจัดโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการละเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนประถมศึกษา” โดยมี รองศาสตราจารย์ ดร.จินตนา สราวุธพิทักษ์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา ในกรณีนี้ใคร่ขอเชิญท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจเครื่องมือวิจัย ทั้งนี้ นิสิตผู้วิจัยจะได้ประสานงานในรายละเอียดต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่าน โปรดเป็นผู้ทรงคุณวุฒิดังกล่าวเพื่อประโยชน์ทางวิชาการต่อไป และขอขอบคุณมาในโอกาสนี้

ปณิธิ์ สุวรรณ.

(อาจารย์ ดร.จุฑารัตน์ วิบูลผล)

รองคณบดี

CHULALONGKORN UNIVERSITY



บันทึกข้อความ

สำนักงาน งานหลักสูตรและการจัดการเรียนฯ ฝ่ายวิชาการ คณะครุศาสตร์ จุฬาฯ โทร.82681-2 ต่อ 612

ที่ ศธ 0512.6(2771)/56- 3119

วันที่ 8 พฤศจิกายน 2556

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจเครื่องมือวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการ โรงเรียนสาริดจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ฝ่ายประถมและ รองคณบดี

ด้วย นายจักรี อย่างเสียดักย์ นิสิตหลักสูตรครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาสุศึกษาและพลศึกษา ภาควิชาหลักสูตรและการสอน อยู่ระหว่างการดำเนินงานวิจัยวิทยานิพนธ์เรื่อง "ผลของการจัดโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการเล่นที่บ้านไทยเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนประถมศึกษา" โดยมี รองศาสตราจารย์ ดร.จินตนา สราวุธพิทักษ์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา ในกรณีนี้ใคร่ขอเชิญ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ วัชรพร สุกดี เป็นผู้ทรงคุณวุฒิในการตรวจเครื่องมือวิจัย ทั้งนี้ นิสิตผู้วิจัยจะได้ประสานงานในรายละเอียดต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดอนุญาตให้ผู้ช่วยศาสตราจารย์ วัชรพร สุกดี เป็นผู้ทรงคุณวุฒิดังกล่าวเพื่อประโยชน์ทางวิชาการต่อไป และขอขอบคุณมาในโอกาสนี้

คุณจักรี วัชรพร

(อาจารย์ ดร. จุฬารัตน์ วิบูลผล)

รองคณบดี

CHULALONGKORN UNIVERSITY

ที่ ศธ 0512.6(2771)/56-

3.124

คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
ถนนพญาไท กรุงเทพมหานคร 10330

8 พฤศจิกายน 2556

เรื่อง ขอความร่วมมือในการเก็บข้อมูลวิจัยและทดลองใช้เครื่องมือ

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนพญาไท

สิ่งที่ส่งมาด้วย เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ด้วย นายจักรี ออย่าเสียดักย์ นิสิตหลักสูตรครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา ภาควิชาหลักสูตรและการสอน อยู่ระหว่างการดำเนินงานวิทยานิพนธ์เรื่อง “ผลของการจัดโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการละเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนประถมศึกษา” โดยมี รองศาสตราจารย์ ดร.จินตนา สราวุธพิทักษ์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา ในการนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องเก็บรวบรวม ข้อมูลและทดลองใช้เครื่องมือ คือ โปรแกรมส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการละเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อลดพฤติกรรม ก้าวร้าวของนักเรียนประถมศึกษา กับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ทั้งนี้ นิสิตผู้วิจัยจะได้ประสานงานใน รายละเอียดต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดอนุญาตให้นิสิตได้ทำการเก็บข้อมูลและทดลองใช้ เครื่องมือดังกล่าว เพื่อประโยชน์ทางวิชาการต่อไป และขอขอบคุณมาในโอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ


(อาจารย์ ดร. จุฬารัตน์ วิบูลผล)

รองคณบดี

ปฏิบัติการแทนคณบดี

งานหลักสูตรและการจัดการเรียนการสอน ฝ่ายวิชาการ

โทร. 0-2218-2681-82 ต่อ 612



ภาคผนวก ค

โปรแกรมส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการละเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียน
ประถมศึกษา

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

ตาราง กิจกรรมในโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนประถมศึกษา

| สัปดาห์ที่ | | กิจกรรม | | | |
|------------|--------|---------------------------|------------------------------------|---------------------------|---|
| | | รับรู้ข้อมูล (15 นาที) | เกมการเล่นพื้นบ้านไทย (45 นาที) | ประเมินตนเอง (15 นาที) | ให้คำปรึกษาและ เสริมแรง (15 นาที) |
| 1 | จันทร์ | สร้างความสัมพันธ์ | ขี้ม้าตาบอด | | |
| | พุธ | | แข่งเรือคน | | ✓ |
| | ศุกร์ | | แคร่หาม | ✓ | |
| 2 | จันทร์ | รู้จักความก้าวร้าว | งูกินหาง | | |
| | พุธ | | ซ่อนমনาว | | ✓ |
| | ศุกร์ | | ชิงธง | ✓ | |
| 3 | จันทร์ | ผลเสียของพฤติกรรม | เตย | | |
| | พุธ | | แย้ลงจู | | ✓ |
| | ศุกร์ | | วิ่งสามขา | ✓ | |
| 4 | จันทร์ | เหตุส่งเสริมความรุนแรง | ขี้ม้าตาบอด | | |
| | พุธ | | แข่งเรือคน | | ✓ |
| | ศุกร์ | | แคร่หาม | ✓ | |

| สัปดาห์ที่ | | กิจกรรม | | | |
|------------|--------|---------------------------|------------------------------------|---------------------------|---|
| | | รับรู้ข้อมูล (15 นาที) | เกมการเล่นพื้นบ้านไทย (45 นาที) | ประเมินตนเอง (15 นาที) | ให้คำปรึกษาและ เสริมแรง (15 นาที) |
| 5 | จันทร์ | ปลุกนิสัยดีให้แข็งแรง | งูกินหาง | | |
| | พุธ | | ช้อนมะนาว | | ✓ |
| | ศุกร์ | | ชิงธง | ✓ | |
| 6 | จันทร์ | การฝึกควบคุมอารมณ์ | เตย | | |
| | พุธ | | แย้ลงรู | | ✓ |
| | ศุกร์ | | วิ่งสามขา | ✓ | |
| 7 | จันทร์ | การฝึกควบคุมอารมณ์ | ขี่ม้าตาบอด | | |
| | พุธ | | แข่งเรือคน | | ✓ |
| | ศุกร์ | | แครงห้าม | ✓ | |
| 8 | จันทร์ | การฝึกควบคุมอารมณ์ | งูกินหาง | | |
| | พุธ | | ช้อนมะนาว | | ✓ |
| | ศุกร์ | | ชิงธง | ✓ | |

แผนการจัดกิจกรรมในโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อลด พฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนประถมศึกษา

กิจกรรม 1 รับรู้ข้อมูล

- 1.1 สร้างความสัมพันธ์และทำความเข้าใจ

วัตถุประสงค์

1. เพื่อสร้างความสัมพันธ์ระหว่างนักเรียนกับนักเรียน และผู้วิจัยกับนักเรียน
2. เพื่อสร้างเจตคติที่ดีต่อตนเอง และเพื่อน
3. เพื่อให้นักเรียนมีความคุ้นเคยกันมากขึ้น
4. เพื่อให้นักเรียนทราบรายละเอียดเกี่ยวกับตารางวัน เวลา จำนวนครั้ง ระยะเวลา รูปแบบ และวิธีการต่างๆ ในโปรแกรม

สื่อที่ใช้

1. ใบแจ้งรายละเอียดเกี่ยวกับตารางการทำกิจกรรม

ขั้นตอนในการดำเนินกิจกรรม

1. ให้นักเรียนนั่งเป็นรูปครึ่งวงกลม ผู้วิจัยกล่าวทักทายต้อนรับนักเรียนและแนะนำตนเอง และให้นักเรียนแนะนำตนเอง
2. แจ้งให้นักเรียนทราบรายละเอียดเกี่ยวกับตารางวัน เวลา จำนวนครั้ง ระยะเวลา รูปแบบและวิธีการต่างๆ ในโปรแกรม

การประเมินผล

1. สังเกตการมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม

กิจกรรม 1 รับรู้ข้อมูล

1.2 รู้จักพฤติกรรมก้าวร้าว

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนสามารถระบุความหมายของพฤติกรรมก้าวร้าว ประเภทของพฤติกรรมก้าวร้าว สาเหตุและลักษณะการแสดงพฤติกรรมก้าวร้าว
2. เพื่อให้นักเรียนได้สำรวจและระบายความรู้สึกนึกคิดที่เกี่ยวกับประสบการณ์พฤติกรรมก้าวร้าวของตนเอง

สื่อที่ใช้

1. แบบสำรวจพฤติกรรมก้าวร้าว
2. กระดาษ A 4
3. การแสดงความก้าวร้าวจากสื่อวีดิทัศน์

ขั้นตอนในการดำเนินกิจกรรม

1. ให้ความรู้เกี่ยวกับความหมายของพฤติกรรมก้าวร้าว ประเภทของพฤติกรรมก้าวร้าว ลักษณะการแสดงพฤติกรรมก้าวร้าว โทษและผลเสียที่จะเกิดขึ้นเมื่อนักเรียนแสดงพฤติกรรมก้าวร้าว
2. ให้นักเรียนสำรวจตนเองว่าเคยมีพฤติกรรมก้าวร้าวหรือไม่อย่างไร พร้อมทั้งเขียนระบายพฤติกรรมก้าวร้าวที่เคยแสดงออกมา และความรู้สึกที่แสดงพฤติกรรมก้าวร้าวนั้นในกระดาษ A4

การประเมินผล

1. สังเกตการมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม
2. ประเมินจากการตอบการสำรวจพฤติกรรมก้าวร้าวของตนเอง

กิจกรรม 1 รับรู้ข้อมูล

1.3 ผลเสียที่เกิดจากการแสดงพฤติกรรมก้าวร้าว

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนวิเคราะห์ผลเสียที่เกิดจากการแสดงพฤติกรรมก้าวร้าว

สื่อที่ใช้

1. วีดิทัศน์ เรื่อง ผลเสียที่เกิดจากพฤติกรรมก้าวร้าว
2. กระดาษ A 4

ขั้นตอนในการดำเนินกิจกรรม

1. ผู้วิจัยให้นักเรียนชมวีดิทัศน์ เรื่อง ผลเสียที่เกิดจากพฤติกรรมก้าวร้าว 5 นาที
2. ให้นักเรียนเขียนระบายพฤติกรรมก้าวร้าวที่เคยแสดงออกมา และความรู้สึกที่แสดงพฤติกรรมก้าวร้าวขึ้น

การประเมินผล

1. สังเกตการมีส่วนร่วมในกิจกรรม
2. สังเกตวิธีการแก้ปัญหาของนักเรียน

กิจกรรม 1 รับรู้ข้อมูล

1.4 เหตุส่งเสริมความรุนแรง

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนทราบถึงสถานการณ์ในปัจจุบันที่ส่งเสริมให้นักเรียนมีพฤติกรรมก้าวร้าวและสามารถแสดงวิธีการแก้ปัญหาได้อย่างเหมาะสม
2. เพื่อให้นักเรียนสามารถใช้เป็นขั้นตอนในการป้องกันการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวของตนเองได้อย่างสมบูรณ์

สื่อที่ใช้

1. กระดาษ A 4
2. คอมพิวเตอร์

ขั้นตอนในการดำเนินกิจกรรม

1. ผู้วิจัยเล่าตัวอย่างการเหตุการณ์ที่ทำให้แสดงออกถึงพฤติกรรมก้าวร้าว สาเหตุที่ทำให้เกิดความเสียหาย ความรุนแรง และการใช้ทักษะในการป้องกันการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวและแก้ปัญหาได้อย่างเหมาะสม
2. ให้นักเรียนแบ่งกลุ่มออกเป็น 2 กลุ่ม และช่วยกันแสดงความคิดเห็นถึงสถานการณ์ของครอบครัว หรือสิ่งแวดล้อมรอบๆตัว ที่จะเป็นสาเหตุ ให้เกิดพฤติกรรมก้าวร้าว และแสดงความคิดเห็นถึงวิธีการแก้ปัญหของตนเองเมื่อมีสถานการณ์มากระตุ้นแล้วจะอย่างไร

การประเมินผล

1. สังเกตการมีส่วนร่วมในกิจกรรม
2. สังเกตวิธีการแก้ปัญหของนักเรียน

กิจกรรม 1 กิจกรรมการเรียนรู้

1.5 ปลุกนิสสัยดีให้แข็งแรง

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนสามารถใช้เป็นขั้นตอนในการป้องกันการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวของตนเองได้อย่างสมบูรณ์ ส่งเสริมทัศนคติที่ดีให้แก่นักเรียน
2. เพื่อให้นักเรียนได้ฝึกทำต้นไม้แห่งความดี

สื่อที่ใช้

1. กระดาษ A 4
2. คอมพิวเตอร์

ขั้นตอนในการดำเนินกิจกรรม

1. ผู้วิจัยแสดงตัวอย่างต้นไม้แห่งความดี
2. ให้นักเรียนแบ่งกลุ่มออกเป็น 2 กลุ่ม และให้แต่ละคนเขียนพฤติกรรมที่คิดว่าตนเองจะกระทำ ความดี และพฤติกรรมที่จะไม่ทำอีกต่อไปในอนาคต ลงในกระดาษ จากนั้นรวบรวมมาสร้างเป็น ต้นไม้แห่งความดี

การประเมินผล

1. สังเกตการมีส่วนร่วมในกิจกรรม

กิจกรรม 1 กิจกรรมการเรียนรู้

1.6 กิจกรรมฝึกควบคุมพฤติกรรมก้าวร้าวโดยใช้การเตือนตนเอง

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ให้นักเรียนใช้ทักษะในการพูดกับตนเอง เพื่อควบคุมพฤติกรรมของตนเอง
2. เพื่อให้นักเรียนย้ำเตือนตนเองถึงเทคนิคที่ได้เรียนรู้มาและนำไปใช้เมื่อประสบกับปัญหา

สื่อที่ใช้

1. กระดาษ A 4

ขั้นตอนในการดำเนินกิจกรรม

1. อธิบายถึงความสำคัญของการพูดกับตนเองว่าเป็นวิธีการที่สามารถจัดการกับสิ่งเร้า หรือ ภาวะที่กระตุ้นให้บุคคลประสบกับความเครียด วิตกกังวล ความโกรธ การแสดงความก้าวร้าว การพูดกับตนเองเป็นการคิดในแง่บวกที่พูดกับตนเอง เป็นการบอกกับตนเอง และเป็นการเน้นความคิดเพื่อเตือนตนเอง เมื่อเรตื่นเต้น เราสามารถเตือนตนเองให้สงบลงได้

2. ยกตัวอย่างการควบคุมตนเอง โดยการพูดกับตนเองแล้วอภิปราย

3. ให้นักเรียนช่วยกันเขียนถึงการพูดกับตนเองที่เขาเคยใช้ในสถานการณ์ต่างๆ กัน ซึ่งอาจจะได้แก่

- 1) ใจเย็นๆ
- 2) ทำใจให้สบาย
- 3) ฉันต้องทำได้ ฉันเคยทำได้มาแล้วครั้งนี้ต้องทำสำเร็จ
- 4) ค่อยๆ คิด
- 5) ให้ฝึกพูดกับตนเองซ้ำๆ

การประเมินผล

1. สังเกตการมีส่วนร่วมในกิจกรรม

กิจกรรม 2 กิจกรรมการละเล่นพื้นบ้านไทย

2.1 ซี่ม้าตาบอด

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น
2. เพื่อใช้กิจกรรมเกมการละเล่นพื้นบ้านไทยเป็นสื่อให้นักเรียนเกิดพัฒนาการในด้านอารมณ์ ความสนุกสนาน ส่งเสริมการยั้งคิด อดกลั้น และความมั่นคงทางอารมณ์
3. เพื่อใช้กิจกรรมเกมการละเล่นพื้นบ้านไทยเป็นสื่อในการลดพฤติกรรมก้าวร้าวทางกาย และทาง วาจา

สื่อที่ใช้

1. ผ้าเช็ดหน้าหรือผ้าขาวที่สามารถผูกปิดตาได้มิด คนละ 1 ผืน

ขั้นตอนในการดำเนินกิจกรรม

1. ผู้เล่นแต่ละคนคู้ยืนอยู่หลังเส้นเริ่มเป็นระยะห่างเท่าๆกัน หันหน้าไปยังทิศทางที่จะต้องวิ่งไป ผู้เล่นที่มีรูปร่างใหญ่โตกว่าสมมติให้เป็นม้า ส่วนผู้เล่นที่รูปร่างเล็กให้เป็นคนขี่ ให้ผู้เป็นม้าคาบผ้าของตัวเองไว้ในปาก ปล่อยชายผ้าทั้งสองข้างไว้ที่ริมปากทั้งสองข้าง แล้วใช้ผ้าของคนขี่ผูกตาคนเป็นม้าให้มิด อย่าให้มองเห็น คนขี่ขึ้นขี่หลังคนเป็นม้า ใช้มือทั้งสองข้างจับชายผ้าไว้ข้างละมือคล้ายถือบังเหียน
2. เมื่อได้สัญญาณเริ่มเล่นให้ผู้เป็นม้าที่ถูกปิดตานั้นวิ่งแข่งกันไปยังเส้นชัยมีคนขี่ม้าเป็นผู้บังคับม้า โดยใช้วิธีการใช้มือดึงผ้าที่ม้าคาบไว้ในปากเป็นสัญญาณชี้ทาง
3. ผู้ใดไปถึงเส้นชัยก่อนจะเป็นผู้ชนะ

การประเมินผล

1. สังเกตการมีส่วนร่วมในกิจกรรม

กิจกรรม 2 กิจกรรมการละเล่นพื้นบ้านไทย

2.2 แข่งเรือคน

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น
2. เพื่อใช้กิจกรรมเกมการละเล่นพื้นบ้านไทยเป็นสื่อให้นักเรียนเกิดพัฒนาการในด้านความมั่นคงทางอารมณ์ และผ่อนคลายความตึงเครียด

สื่อที่ใช้

1. ไม้สั้น 2 อัน ขนาดเท่ากัน พอใช้มือกำบิดได้

ขั้นตอนในการดำเนินกิจกรรม

1. ผู้เล่นแต่ละฝ่ายคัดเลือกหัวหน้าของแต่ละฝ่ายมาตกลงเกี่ยวกับลำดับการเล่นว่าฝ่ายใดจะได้เล่นก่อน เมื่อทราบแล้วให้หัวหน้าของแต่ละฝ่ายจัดผู้เล่นของตนเองเข้าเป็นแถวตอนเรียงหนึ่ง ให้หัวแถวอยู่ที่เส้นเริ่มหันหน้าไปทางเส้นชัย ระยะระหว่างแถวของแต่ละฝ่ายห่างกันประมาณ 2-3 เมตร แล้วหัวหน้าของแต่ละฝ่ายจัดผู้เล่นของตนให้นั่งเหยียดเท้าต่อกันเป็นแถวตอนให้ปลายเท้าของคนอยู่หัวแถวอยู่ที่เส้นเริ่มพอดี ทั้งสองแถวจะต้องจัดให้ผู้เล่นในแถวของตนนั่งในลักษณะติดต่อกัน จะได้เป็นแถวตอน 2 แถว สมมติว่าเป็นเรือ 2 ลำ โดยผู้เล่นที่เป็นหัวแถวของแต่ละแถวยืนกำก้ำบอยู่ที่แถวของตนสมมติว่าเป็นนายเรือหรือผู้ควบคุมเรือ

2. เมื่อกรรมการให้สัญญาณเริ่มเล่น ให้นายเรือของแถวที่ได้สิทธิ์เล่นก่อนถือไม้ไว้ในมือ เดินไปซ่อนไม้ในมือของตนเองไว้ที่ผู้เล่นในแถวของตนคนใดคนหนึ่ง การซ่อนจะพยายามแสดงอาการหลอกไม่ให้ฝ่ายตรงข้ามรู้ว่า ซ่อนไว้ที่ผู้เล่นคนใดเมื่อซ่อนเสร็จแล้วให้มายืนอยู่ที่หัวแถวของตน จากนั้นจะให้นายเรือของอีกฝ่ายหนึ่งเป็นผู้มาทายว่าไม้ซ่อนอยู่ที่ผู้เล่นคนใด โดยนายเรือของฝ่ายตรงข้ามสามารถเดินตรวจดูได้ ถ้านายเรือฝ่ายตรงข้ามทายผิดจะถือว่าฝ่ายซ่อนไม้ชนะ ให้ผู้เล่นคนสุดท้ายของฝ่ายซ่อนไม้ลุกไปนั่งต่อแถวข้างหน้าให้ตรงกับหัวแถว แต่ถ้าฝ่ายทายสามารถทายถูก ก็จะได้สิทธิ์ให้คนสุดท้ายของแถวฝ่ายทายลุกขึ้นไปนั่งต่อหัวแถวเช่นกัน

3. ให้ผลัดกันซ่อนและผลัดกันทายฝ่ายละครึ่ง เรื่อยไปจนกว่าฝ่ายใดจะต่อแถวของตนให้ถึงเส้นชัยก่อน ฝ่ายนั้นจะเป็นผู้ชนะ

การประเมินผล

1. สังเกตการมีส่วนร่วมในกิจกรรม การควบคุมพฤติกรรมและอารมณ์

กิจกรรม 2 กิจกรรมการละเล่นพื้นบ้านไทย

2.3 แคร่หาม

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น
2. เพื่อใช้กิจกรรมเกมการละเล่นพื้นบ้านไทยเป็นสื่อให้นักเรียนเกิดพัฒนาการในด้านอารมณ์ จักควบคุมอารมณ์ตัวเอง รู้จักยั้งคิด และอดกลั้น ผ่อนคลายความตึงเครียด

สื่อที่ใช้

1. ภาพตัวอย่างกิจกรรมแคร่หาม

ขั้นตอนในการดำเนินกิจกรรม

1. ให้ผู้เล่นแต่ละชุดยืนอยู่หลังเส้นเริ่ม หันหน้าไปทางเส้นชัย แต่ละชุดยืนห่างกันประมาณ 2-3 เมตร แต่ละชุดให้ผู้เล่น 2 คน ยืนหันหน้าเข้าหากันให้มือขวาของแต่ละคนจับข้อพับตรงโคนแขนซ้ายทอ้งล่างของตนเองไว้ มือซ้ายจับข้อพับมือขวาของผู้เล่นอีกคนหนึ่งให้แน่นหนา บริเวณมือที่จับกันไว้นั้นจะเป็นเสมือนแคร่ จากนั้นให้ทั้ง 2 คน ย่อตัวลงให้ผู้เล่นอีกคนหนึ่งขึ้นไปนั่งบนมือที่ประสานไขว้กันเป็นแคร่ โดยทั่วไปจะนั่งห้อยขาลง ใช้มือทั้งสองข้างจับไหล่ของผู้เล่นที่เป็นแคร่ไว้ จากนั้นให้ผู้เล่นที่เป็นแคร่ยืนขึ้นเตรียมพร้อมอยู่หลังเส้นเริ่ม
2. เมื่อได้ยินสัญญาณเริ่มแข่งขัน ให้ผู้เล่นแต่ละชุดวิ่งพาแคร่หามไปถึงเส้นชัยให้เร็วที่สุด ชุดใดไปถึงเส้นชัยก่อนจะเป็นผู้ชนะ

การประเมินผล

1. สังเกตการมีส่วนร่วมในกิจกรรม
2. สังเกตการควบคุมอารมณ์ของผู้เล่น

กิจกรรม 2 กิจกรรมการละเล่นพื้นบ้านไทย

2.4 งูกินหาง

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น
 2. เพื่อใช้กิจกรรมเกมการละเล่นพื้นบ้านไทยเป็นสื่อให้นักเรียนเกิดพัฒนาการในด้านอารมณ์ ส่งเสริมการยังคิดและออกถ้อย มีความมั่นคงทางอารมณ์ ผ่อนคลายความตึงเครียด
- สื่อที่ใช้

1. ภาพตัวอย่างกิจกรรมงูกินหาง

ขั้นตอนในการดำเนินกิจกรรม

1. ให้ผู้เล่นยืนต่อกันเป็นแถวตอน คนหลังใช้มือทั้งสองข้างจับเอวคนข้างหน้าไว้ให้แน่น ผู้เล่นจะตกลงกันว่าจะให้ผู้เล่นคนใดอยู่หัวแถวและลำดับถัดไปเรื่อยๆ สมมติให้คนหัวแถวเป็นงู ผู้เล่นในแถวเป็นตัวงู ผู้เล่นหางแถว 4 คน สุดท้ายเป็นหางงู ผู้เล่นหางแถว 4 คนสุดท้ายจะมีชื่อเรียกเป็นบ่อต่างๆทุกคนโดยจะนับจากหางแถวมาดังนี้

คนที่ 1 เรียกว่า “บ่อทอง” (ร้องว่า ย่องไปก็ย่องมา)

คนที่ 2 เรียกว่า “บ่อหิน” (ร้องว่า บินไปก็บินมา)

คนที่ 3 เรียกว่า “บ่อกรวด” (ร้องว่า พรวดไปก็พรวดมา)

คนที่ 4 เรียกว่า “บ่อทราย” (ร้องว่า ย้ายไปก็ย้ายมา)

2. เมื่อเริ่มเล่นโดยหัวงูจะเดินวนไปวนมา ตัวงูและหางงูจะต้องเดินตามแนวทางที่หัวงูเดินไปโดยตลอด แล้วผู้เป็นหางงูคนสุดท้ายจะต้องร้องว่า “แมงเอ๋ย กินน้ำบ่อไหน” หัวงูจะเป็นผู้ตอบเพียงคนเดียว โดยเลือกตอบว่าจะกินน้ำบ่อไหน ซึ่งตนเองพิจารณาแล้วว่าคงจะสามารถไล่จับผู้เล่นที่เป็นหางงูที่มีชื่อตรงกับบ่อที่ตนเลือกได้ ถ้าหัวงูตอบว่า “กินน้ำบ่อทอง” ให้ทุกคนในแถวนอกจากหัวงูร้องพร้อมกันว่า “ย่องไปก็ย่องมา” หัวงูตอบบ่อใดก็ให้ร้องตามเนื้อร้องของบ่อนั้น เมื่อร้องจบ หัวงูจะพยายามวิ่งวนหรือวิ่งไล่จับผู้เล่นที่เป็นหางงู คนที่มีชื่อตรงกับที่หัวงูตอบ หางงูจะพยายามวิ่งหลบหลีกอย่าให้หัวงูจับตัวได้ แต่ต้องไม่ให้มือหลุดจากแถว

3. ถ้าหัวงูไล่จับผู้เล่นที่เป็นหางงูนั้นไม่ได้ ให้หางงูตัวสุดท้ายร้องถามใหม่ หัวงูอาจเปลี่ยนไปกินน้ำบ่ออื่นก็ได้ ซึ่งก็หมายความว่าต้องไล่จับตัวอื่นบ้าง ถ้าหัวงูไล่จับผู้เล่นที่เป็นหางงูคนที่มีชื่อตรงกับบ่อที่บอกไว้ได้ หางงูคนนั้นจะต้องออกมาต่อที่หัวแถวเป็นหัวงูแทน คนอื่นในแถวก็จะเลื่อนลำดับโดยอัตโนมัติในการแข่งขันกำหนดไว้ 20 ถึง 30 นาที ต่อครั้ง ถ้าผู้เล่นคนใดไม่เคยถูกจับเป็นหัวงูจะถือว่าเป็นผู้ชนะ หรือถูกจับเป็นหัวงูน้อยครั้งที่สุดเป็นผู้ชนะก็ได้

การประเมินผล

1. สังเกตการมีส่วนร่วมในกิจกรรม
2. สังเกตการควบคุมอารมณ์ของผู้เล่น

กิจกรรม 2 กิจกรรมการละเล่นพื้นบ้านไทย

2.5 ซ้อนมะนาว

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น
2. เพื่อใช้กิจกรรมเกมการละเล่นพื้นบ้านไทยเป็นสื่อให้นักเรียนเกิดพัฒนาการในด้านอารมณ์ ช่วยส่งเสริมสมาธิและความมั่นคงทางอารมณ์

สื่อที่ใช้

1. ซ้อนขนาดเท่ากัน คนละ 1 คัน
2. มะนาวขนาดเท่ากัน คนละ 1 ลูก

ขั้นตอนในการดำเนินกิจกรรม

1. ผู้เล่นแต่ละคนถือซ้อนคนละ 1 คัน ในซ้อนมีมะนาววางอยู่คนละ 1 ลูกยืนอยู่ที่หลังเส้นเริ่มเป็นแถวหน้ากระดาน มีระยะห่างกันพอประมาณ
2. เมื่อได้ยินสัญญาณเริ่มเล่น ให้ผู้เล่นแต่ละคนวิ่งถือซ้อนที่มีมะนาววางอยู่นั้นแข่งกันไปถึงเส้นชัยโดยเร็วที่สุด
3. ผู้เล่นคนใดไปถึงเส้นชัยก่อนคนอื่นจะเป็นผู้ชนะ

การประเมินผล

1. สังเกตการมีส่วนร่วมในกิจกรรม
2. สังเกตการควบคุมสมาธิของผู้เล่น

กิจกรรม 2 กิจกรรมการละเล่นพื้นบ้านไทย

2.6 ชิงธง

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น
2. เพื่อใช้กิจกรรมเกมการละเล่นพื้นบ้านไทยเป็นสื่อให้นักเรียนเกิดพัฒนาการในด้านอารมณ์ ส่งเสริมการยั้งคิดและอดกลั้น มีความมั่นคงทางอารมณ์ ผ่อนคลายความตึงเครียด

สื่อที่ใช้

1. ธงเล็กๆ พร้อมเสาปัก 2 อัน

ขั้นตอนในการดำเนินกิจกรรม

1. ผู้เล่นทั้ง 2 ฝ่าย ยืนเตรียมพร้อมอยู่ในเขตแดนของฝ่ายตน ซึ่งอยู่คนละข้างหันหน้าเข้าหากัน และให้หัวหน้าของผู้เล่นทั้งสองฝ่ายตกลงกันว่าฝ่ายใดจะเป็นฝ่ายเริ่มเล่นก่อน
2. ให้ฝ่ายที่เริ่มเล่นก่อนปรึกษาหารือกันว่าจะส่งผู้เล่นคนใดเข้าไปแย่งชิงธงจากฝ่ายตรงข้าม เมื่อตกลงกันแล้วก็ส่งผู้เล่นคนหนึ่งเข้าไปในเขตแดนของฝ่ายตรงข้ามเพื่อไปแย่งชิงธงมาให้ได้ ฝ่ายที่เป็นฝ่ายป้องกันก็ต้องพยายามป้องกันธงของตนมิให้ผู้เล่นของฝ่ายตรงข้ามมาแย่งไป โดยการกันจับผู้ที่บุกรุกเข้ามายังแดนของตน ถ้าสามารถจับผู้บุกรุกและดึงตัวไปจนเลยเส้นหลังของแดนตนได้ จะถือว่าผู้บุกรุกนั้นตาย และต้องออกจากการเล่นไปอยู่นอกสนาม แต่ถ้าไม่สามารถจับตัวผู้บุกรุกไว้ได้ หรือผู้บุกรุกสามารถกลับคืนสู่แดนตนเองได้ ผู้บุกรุกคนนั้นก็ยังคงมีสิทธิได้เล่นต่อไปและยังไม่ตาย
3. เมื่อผู้เล่นฝ่ายที่เล่นก่อนส่งคนของตนเข้าไปแย่งชิงธงในแดนของฝ่ายตรงข้ามแล้ว ผู้เล่นคนนั้นถูกจับได้ต้องตาย หรือสามารถกลับคืนแดนตนได้ก็ตาม จะถือว่าหมดสิทธิการเล่นเป็นฝ่ายรุก ต้องตกเป็นฝ่ายป้องกันบ้าง โดยต้องผลัดให้อีกฝ่ายหนึ่งส่งผู้เล่นเข้ามาแย่งชิงธงในฝ่ายตนบ้างเป็นการผลัดกันส่งผู้เล่นเข้าไปแย่งชิงธงยังฝ่ายตรงข้ามคนละครั้งเรื่อยไป
4. ฝ่ายใดสามารถแย่งชิงธงของอีกฝ่ายหนึ่งจนนำเข้ามายังแดนของตนได้จะถือฝ่ายนั้นเป็นฝ่ายชนะ หรือเมื่อหมดเวลาตามที่ตกลงกันไว้แต่ยังไม่สามารถแย่งชิงธงกันได้ ฝ่ายใดเหลือผู้เล่นมากกว่าฝ่ายนั้นจะเป็นผู้ชนะ

การประเมินผล

1. สังเกตการมีส่วนร่วมในกิจกรรม

กิจกรรม 2 กิจกรรมการเล่นพื้นบ้านไทย

2.7 เตย

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น
2. เพื่อใช้กิจกรรมเกมการเล่นพื้นบ้านไทยเป็นสื่อให้นักเรียนเกิดพัฒนาการในด้านอารมณ์ ผ่อนคลายความตึงเครียดต่างๆ และส่งเสริมการฝึกสมาธิ

สื่อที่ใช้

1. เชือก หรืออุปกรณ์ตีเส้น

ขั้นตอนในการดำเนินกิจกรรม

1. ให้หัวหน้าของผู้เล่นทั้ง 2 ฝ่าย ตกลงกันว่าฝ่ายใดจะเป็นฝ่ายรุกและฝ่ายใดจะเป็นฝ่ายรับ เมื่อตกลงกันแล้ว ให้ฝ่ายรับลงยืนประจำเส้นต่างๆคนละเส้น ให้หัวหน้าของผู้เล่นฝ่ายรับยืนอยู่เส้นหน้าสุด โดยฝ่ายรุกยืนอยู่นอกเส้นด้านนั้นหันหน้าเข้าฝ่ายรับ

2. เริ่มเล่นโดยหัวหน้าของผู้เล่นฝ่ายรุกแตะมือหัวหน้าของผู้เล่นฝ่ายรับเป็นสัญญาณเริ่มเล่น จากนั้นผู้เล่นฝ่ายรุกทุกคนต้องพยายามวิ่งผ่านเส้นต่างๆจากด้านหน้าไปยังด้านหลังให้พ้นทุกเส้นซึ่งเรียกว่า “การวิ่งลง” เมื่อผ่านเส้นสุดท้ายแล้วจะต้องวิ่งกลับขึ้นมาให้ผ่านเส้นหน้าสุดออกมาด้านหน้าให้ได้ซึ่งเรียกว่า “การวิ่งขึ้น” โดยต้องพยายามมิให้ผู้เล่นฝ่ายรับที่อยู่ประจำตามเส้นต่างๆ แตะตัวได้ ขณะเดียวกันผู้เล่นฝ่ายรับทุกคนที่ยืนรักษาเส้นต่างๆอยู่ก็ต้องพยายามวิ่งไล่และผู้เล่นฝ่ายรุกให้ได้แต่ต้องวิ่งบนเส้นที่ตนรับผิดชอบเท่านั้น

3. ถ้าผู้เล่นฝ่ายรุกถูกผู้เล่นฝ่ายรับคนใดก็ตามแตะตัวผู้เล่นฝ่ายรุกแม้แต่คนเดียวจะถือว่าฝ่ายรุกทั้งหมดตาย หมดสิทธิในการเล่นต้องผลัดเปลี่ยนมาเป็นฝ่ายรับ ยืนรักษาเส้นต่างๆและให้ฝ่ายรับเดิมเป็นฝ่ายรุกบ้าง เมื่อเกิดการตายครั้งใดให้เปลี่ยนหน้าที่กันเช่นนี้เรื่อยไป

4. ผู้เล่นฝ่ายรุกคนใดสามารถวิ่งผ่านเส้นต่างๆจากด้านหน้าลงไปยังด้านหลัง และย้อนกลับจากด้านหลังขึ้นมายังด้านหน้า หรือเรียกว่าวิ่งลงวิ่งขึ้นได้โดยไม่ถูกผู้เล่นฝ่ายรับแตะถูกตัว จะถือว่าฝ่ายรุกทั้งฝ่ายเป็นผู้ชนะ

การประเมินผล

1. สังเกตการมีส่วนร่วมในกิจกรรม
2. สังเกตพฤติกรรมด้านอารมณ์และการแสดงออก

กิจกรรม 2 กิจกรรมการละเล่นพื้นบ้านไทย

2.8 แอ้ลรงรุ ชนิต 3 คน

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนมีสัมพันธ์ภาพที่ดีกับผู้อื่น
2. เพื่อใช้กิจกรรมเกมการละเล่นพื้นบ้านไทยเป็นสื่อให้นักเรียนเกิดพัฒนาการในด้านอารมณ์ ส่งเสริมให้ผู้เล่นฝึกควบคุมอารมณ์ของตัวเอง

สื่อที่ใช้

1. เชือกขนาดเท่านิ้วชี้ 1 เส้น ยาวประมาณ 10-12 เมตร หรือจะใช้เชือก 3 เส้น ยาว เส้นละ 3-5 เมตร ก็ได้
2. ธงเล็กๆพร้อมก้านปักธง 3 ธง ตามจำนวนผู้เล่น
3. เครื่องชั่งน้ำหนัก

ขั้นตอนในการดำเนินกิจกรรม

1. ให้ผู้เล่น 3 คน ไปยืนอยู่ที่มุมเชือกคนละด้าน หันหน้าออกไปทางที่ปักธงไว้ แล้วใช้มือจับเชือกมารัดไว้บริเวณเอว ต่างคนต่างคุกเข่าลงในท่าคลาน โน้มตัวไปข้างหน้าพอให้เชือกตึงไม่หลุดจากเอว
2. เมื่อได้ยืนสัญญาณเริ่มเล่นให้ผู้เล่นแต่ละคนออกแรงดึง โดยใช้ท้องดึงเชือก พยายามคลานออกไปข้างหน้ามุ่งตรงไปยังธงที่อยู่ข้างหน้าตน เอื้อมมือไปคว้าธงให้ได้
3. ผู้เล่นคนใดความตึงขึ้นมาถือไว้ในมือได้จะเป็นผู้ชนะ

การประเมินผล

1. สังเกตการมีส่วนร่วมในกิจกรรม
2. สังเกตการควบคุมอารมณ์ของผู้เล่น

กิจกรรม 2 กิจกรรมการละเล่นพื้นบ้านไทย

2.9 วิ่งสามขา

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น
2. เพื่อใช้กิจกรรมเกมการละเล่นพื้นบ้านไทยเป็นสื่อให้นักเรียนเกิดพัฒนาการในด้านอารมณ์ ส่งเสริมการยั้งคิดและอดกลั้น มีความมั่นคงทางอารมณ์ ผ่อนคลายความตึงเครียด

สื่อที่ใช้

1. ผ้าผูกขาคนละผืน หรือคู่ละ 2 ผืน

ขั้นตอนในการดำเนินกิจกรรม

1. ผู้เล่นแต่ละคู่นั่งเคียงข้างกัน ใช้ผ้าผูกขาที่ขิดกันคือขาซ้ายของคนข้างขวา และขาขวาของคนข้างซ้ายให้ติดกัน โดยให้ผูกเป็น 2 เปลาะ ที่ได้หัวเขาเปลาะหนึ่ง และเหนือดาตุ่มอีกเปลาะหนึ่ง ผู้เล่นทั้งคู่ จึงมีขาที่ไขว่ร่วมกันไว้ให้แน่นแล้วให้ผู้เล่นแต่ละคู่นั่งเตรียมพร้อมอยู่หลังเส้นเริ่ม เป็นแถวหน้ากระดานหันหน้าไปทางเส้นเริ่ม เว้นระยะให้แต่ละคู่ห่างกันประมาณ 2-3 เมตร
2. เมื่อได้สัญญาณเริ่มเล่น ให้ผู้เล่นแต่ละคู่วิ่งแข่งกันไปยังเส้นชัย

การประเมินผล

1. สังเกตการมีส่วนร่วมในกิจกรรม

กิจกรรมที่ 3 ประเมินตนเอง (Health Assessment)

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ให้นักเรียนประเมินพฤติกรรมก้าวร้าวของตนเองและบันทึก
2. เพื่อให้นักเรียนวิเคราะห์ข้อดีของการลดพฤติกรรมก้าวร้าว
3. เพื่อให้นักเรียนอธิบายเหตุจูงใจที่จะทำให้ลดพฤติกรรมก้าวร้าว

สื่อที่ใช้

1. ใบจดบันทึกข้อมูลการฝึกสังเกตตนเองของนักเรียนแต่ละคน
2. วีดิทัศน์แสดงพฤติกรรมก้าวร้าว

ขั้นตอนในการดำเนินกิจกรรม

1. นักเรียนรับใบจดบันทึกข้อมูลของตนเองที่ใช้ตลอดกิจกรรม
2. ให้นักเรียนสำรวจพฤติกรรมก้าวร้าวของตนเอง และบุคคลในครอบครัวของนักเรียนว่ามีใครมีพฤติกรรมก้าวร้าวหรือไม่ ถ้ามีบุคคลเหล่านั้นมีบุคลิกลักษณะที่พึงประสงค์หรือไม่อย่างไร
3. ผู้วิจัยเปิดวีดิทัศน์ตัวอย่างที่แสดงพฤติกรรมก้าวร้าวและผลเสียของพฤติกรรมก้าวร้าวดังกล่าว เพื่อให้นักเรียนสังเกตพฤติกรรมก้าวร้าวของตนเอง
4. หลังจากชมวีดิทัศน์ให้แบ่งกลุ่มแลกเปลี่ยนความคิดเห็นถึงพฤติกรรมก้าวร้าวที่ได้ชม และข้อเสียจากการแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวดังกล่าวและบันทึก
5. ฝึกสังเกตพฤติกรรมก้าวร้าวของตนเองวิเคราะห์ข้อดีของการลดพฤติกรรมก้าวร้าวและเหตุจูงใจที่จะทำให้นักเรียนลดพฤติกรรมก้าวร้าวและบันทึก
6. นักเรียนและผู้วิจัยร่วมกันวางแผนการลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนแต่ละคน

การประเมินผล

1. ข้อมูลการฝึกประเมินพฤติกรรมก้าวร้าวและการฝึกสังเกตพฤติกรรมก้าวร้าวของตนเอง
2. ข้อมูลการวิเคราะห์ข้อดีของการลดพฤติกรรมก้าวร้าวและเหตุจูงใจที่จะทำให้นักเรียนอยากลดพฤติกรรมก้าวร้าว
3. แผนการลดพฤติกรรมก้าวร้าวของแต่ละคน

กิจกรรมที่ 4 ให้คำปรึกษาและเสริมแรง

4.1 ให้คำปรึกษา (Cessation Counseling)

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนได้รับคำปรึกษาคำแนะนำ ช่วยเหลือ ในด้านของข้อมูล ที่ช่วยในการลดพฤติกรรมก้าวร้าว
2. เพื่อสร้างเสริมประสิทธิภาพในการลดพฤติกรรมก้าวร้าวของบุคคลให้เพิ่มมากขึ้น
3. เพื่อสร้างสัมพันธภาพและเจตคติที่ดีต่อการลดพฤติกรรมก้าวร้าว
4. เพื่อติดตามผลการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของนักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรม

สื่อที่ใช้

1. แบบบันทึกประวัติพฤติกรรมก้าวร้าว
2. สมุดบันทึกพฤติกรรมก้าวร้าวในแต่ละวัน

ขั้นตอนในการดำเนินกิจกรรม

1. ให้นักเรียนกรอกประวัติพฤติกรรมก้าวร้าวของตัวเอง ในใบบันทึกเพื่อเป็นข้อมูลให้สามารถวิเคราะห์ได้
2. เข้ารับคำปรึกษาแนะนำส่วนบุคคล (คนละประมาณ 5 นาที)
3. กลับไปปฏิบัติและติดตามผล
4. ผู้วิจัย บันทึก ข้อมูล การติดตามผลการปฏิบัติงานของผู้รับคำปรึกษา
5. สร้างกำลังใจในการลดพฤติกรรมก้าวร้าว

การประเมินผล

1. ข้อมูลประวัติพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียน
2. สังเกตการปฏิบัติและปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของนักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรม

กิจกรรมที่ 4 ให้คำปรึกษาและเสริมแรง

4.2 เสริมแรง (Social Support)

วัตถุประสงค์

1. เพื่อเสริมแรงสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อน ผู้วิจัย ผู้ปกครองในการให้นักเรียน
2. เพื่อให้สร้างแรงจูงใจให้นักเรียนเกิดเจตคติในการลดพฤติกรรมก้าวร้าว
3. เพื่อให้นักเรียนอธิบายผลเสียของพฤติกรรมก้าวร้าวทั้งต่อตนเองและผู้อื่น

สื่อที่ใช้

1. สมุดบันทึกความดี

ขั้นตอนในการดำเนินกิจกรรม

1. ให้นักเรียนผู้เข้าร่วมกิจกรรมร่วมกันกำหนดกติกาเงื่อนไขการลดพฤติกรรมก้าวร้าว ถ้าใครลดพฤติกรรมก้าวร้าวได้มากที่สุดจะได้กล่องดินสอคนละ 1 อัน
2. ผู้วิจัยตรวจใบบันทึกของนักเรียนทุกสัปดาห์เพื่อให้กำลังใจ เสริมแรงใจให้สามารถลดจำนวนพฤติกรรมก้าวร้าวได้
3. ในระหว่างการเก็บคะแนน กลุ่มของเพื่อนก็จะเป็นตัวช่วยหรือสนับสนุนที่สำคัญมาก เพราะเพื่อนมีอิทธิพลอย่างมากต่อเด็กวัยรุ่น โดยมึหน้าให้กำลังใจ
4. นอกจากนี้เพื่อนยังเป็นบุคคลที่คอยสังเกตและตักเตือน โดยก่อนที่นักเรียนจะมีพฤติกรรมก้าวร้าวเพื่อนก็ต้องคอยตักเตือนและย้ำเตือนให้มีความแน่วแน่ที่จะลดพฤติกรรมก้าวร้าวอยู่เสมอ เช่น อย่าทำให้เพื่อน หรือคนที่รัก หรือพ่อแม่ผิดหวัง เป็นต้น
5. ให้นักเรียนบันทึกคำชมที่ได้รับ จากใคร เมื่อไหร่ จำนวนกี่ครั้ง

การประเมินผล

1. ประเมินผลจากการเข้าร่วมกิจกรรม
2. บันทึกคำชมที่ได้รับจากใคร เมื่อไหร่ จำนวนกี่ครั้ง (บันทึกลงในแบบบันทึกการประเมินตนเอง)

ตาราง โปรแกรมส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวของ
นักเรียนประถมศึกษา

| ลำดับที่ / ครั้งที่ | ชื่อกิจกรรม | กิจกรรม |
|------------------------|---|--|
| 1/1 | สร้างความสัมพันธ์และทำ ความเข้าใจ (15 นาที) | <ol style="list-style-type: none"> ให้นักเรียนนั่งเป็นรูปครึ่งวงกลม ผู้วิจัยกล่าวทักทาย ต้อนรับนักเรียนและแนะนำตนเอง และให้นักเรียน แนะนำตนเอง แจ้งให้นักเรียนทราบรายละเอียดเกี่ยวกับตารางวัน เวลา จำนวนครั้ง ระยะเวลา รูปแบบและวิธีการต่างๆ ใน โปรแกรม |
| | เกมชี่ม้าตาบอด(45 นาที) | <ol style="list-style-type: none"> กิจกรรมการเล่นพื้นบ้านไทยชี่ม้าตาบอด <ol style="list-style-type: none"> ผู้เล่นแต่ละคนคู่ยืนอยู่หลังเส้นเริ่มเป็นระยะห่าง เท่าๆกัน หันหน้าไปยังทิศทางที่จะต้องวิ่งไป ผู้เล่นที่มีรูปร่าง ใหญ่โตกว่าสมมติให้เป็นม้า ส่วนผู้เล่นที่รูปร่างเล็กให้เป็นคน ขี่ ให้ผู้เป็นม้าคาบผ้าของตัวเองไว้ในปาก ปล่อยชายผ้าทั้งสอง ข้างไว้ที่ริมปากทั้งสองข้าง แล้วใช้ผ้าของคนขี่ผูกตาคนเป็นม้า ให้มิด อย่าให้มองเห็น คนขี่ขึ้นขี่หลังคนเป็นม้า ใช้มือทั้งสอง ข้างจับชายผ้าไว้ข้างละมือคล้ายถือบังเหียน เมื่อได้สัญญาณเริ่มเล่นให้ผู้เป็นม้าที่ถูกปิดตานั้นวิ่งแข่ง กันไปยังเส้นชัยมีคนขี่ม้าเป็นผู้บังคับม้า โดยใช้วิธีการใช้มือ ดึงผ้าที่ม้าคาบไว้ในปากเป็นสัญญาณชี้ทาง ผู้ใดไปถึงเส้นชัยก่อนจะเป็นผู้ชนะ |
| 1/2 | เกมแข่งเรือคน (45 นาที) | <ol style="list-style-type: none"> กิจกรรมการเล่นพื้นบ้านไทยแข่งเรือคน <ol style="list-style-type: none"> ผู้เล่นแต่ละฝ่ายคัดเลือกหัวหน้าของแต่ละฝ่ายมาตกล ลงเกี่ยวกับลำดับการเล่นว่าฝ่ายใดจะได้เล่นก่อน เมื่อทราบ แล้วให้หัวหน้าของแต่ละฝ่ายจัดผู้เล่นของตนเองเข้าเป็นแถว ตอนเรียงหนึ่ง ให้หัวแถวอยู่ที่เส้นเริ่มหันหน้าไปทางเส้นชัย ระยะระหว่างแถวของแต่ละฝ่ายห่างกันประมาณ 2-3 เมตร แล้วหัวหน้าของแต่ละฝ่ายจัดผู้เล่นของตนให้นั่งเหยียดเท้า ต่อกันเป็นแถวตอนให้ปลายเท้าของคนอยู่หัวแถวอยู่ที่เส้น เริ่มพอดี ทั้งสองแถวจะต้องจัดให้ผู้เล่นในแถวของตนนั่งใน ลักษณะติดต่อกัน จะได้เป็นแถวตอน 2 แถว สมมติว่าเป็น |

| สัปดาห์ที่ /ครั้งที่ | ชื่อกิจกรรม | กิจกรรม |
|-------------------------------------|----------------------|---|
| ให้คำปรึกษาและเสริมแรง (15 นาที) | | <p>เรือ 2 ลำ โดยผู้เล่นที่เป็นหัวแถวของแต่ละแถวยืนกำกับอยู่ที่แถวของตนสมมติว่าเป็นนายเรือหรือผู้ควบคุมเรือ</p> <p>1.2 เมื่อกรรมการให้สัญญาณเริ่มเล่น ให้นายเรือของแถวที่ได้สิทธิ์เล่นก่อนถือไม้ไว้ในมือ เดินไปซ่อนไม้ในมือของตนเองไว้ที่ผู้เล่นในแถวของตนคนใดคนหนึ่ง การซ่อนจะพยายามแสดงอาการหลอกไม่ให้ฝ่ายตรงข้ามรู้ว่า ซ่อนไว้ที่ผู้เล่นคนใดเมื่อซ่อนเสร็จแล้วให้นายเรือยืนอยู่ที่หัวแถวของตน จากนั้นจะให้นายเรือของอีกฝ่ายหนึ่งเป็นผู้มาทายว่าไม้ซ่อนอยู่ที่ผู้เล่นคนใด โดยนายเรือของฝ่ายตรงข้ามสามารถเดินตรวจดูได้ ถ้านายเรือฝ่ายตรงข้ามทายผิดจะถือว่าฝ่ายซ่อนไม้</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ให้นักเรียนกรอกประวัติพฤติกรรมก้าวร้าวของตัวเองในใบบันทึกเพื่อเป็นข้อมูลให้สามารถวิเคราะห์ได้ 2. เข้ารับคำปรึกษาแนะนำส่วนบุคคล 3. ผู้วิจัย บันทึก ข้อมูล การติดตามผลการปฏิบัติงานของผู้รับคำปรึกษา 4. สร้างกำลังใจในการลดพฤติกรรมก้าวร้าว 5. ให้นักเรียนบันทึกคำชมที่ได้รับ จากใคร เมื่อไหร่ จำนวนกี่ครั้ง 6. ผู้วิจัยตรวจใบบันทึกของนักเรียน |
| 1/3 | เกมแคร่หาม (45 นาที) | <ol style="list-style-type: none"> 1. กิจกรรมการละเล่นพื้นบ้านไทยแคร่หาม <ol style="list-style-type: none"> 1.1 ให้ผู้เล่นแต่ละชุดยืนอยู่หลังเส้นเริ่ม หันหน้าไปทางเส้นชัย แต่ละชุดยืนห่างกันประมาณ 2-3 เมตร แต่ละชุดให้ผู้เล่น 2 คน ยืนหันหน้าเข้าหากันให้มือขวาของแต่ละคนจับข้อศอกตรงโคนแขนซ้ายที่เอวของตัวเองไว้ มือซ้ายจับข้อศอกมือขวาของผู้เล่นอีกคนหนึ่งให้แน่นหนา บริเวณมือที่จับกันไว้จะเป็นเสมือนแคร่ จากนั้นให้ทั้ง 2 คนย่อตัวลงให้ผู้เล่นอีกคนหนึ่งขึ้นไปนั่งบนมือที่ประสานไขว้กันเป็นแคร่ โดยทั่วไปจะนั่งห้อยขาลง ใช้มือทั้งสองข้างจับไหล่ของผู้เล่นที่เป็นแคร่ไว้ จากนั้นให้ผู้เล่นที่เป็นแคร่ยืนขึ้นเตรียมพร้อมอยู่หลังเส้นเริ่ม 1.2 เมื่อได้ยินสัญญาณเริ่มแข่งขัน ให้ผู้เล่นแต่ละชุดวิ่งพาแคร่หามไปถึงเส้นชัยให้เร็วที่สุด จะเป็นผู้ชนะ |

| สัปดาห์ที่ /ครั้งที่ | ชื่อกิจกรรม | กิจกรรม |
|-------------------------|---------------------------------|--|
| | ประเมินตนเอง (15 นาที) | <p>1. ให้นักเรียนสำรวจพฤติกรรมก้าวร้าวของตนเอง และบุคคลในครอบครัวของนักเรียนว่ามีใครมีพฤติกรรมก้าวร้าวหรือไม่ ถ้ามีบุคคลเหล่านั้นมีบุคลิกลักษณะที่พึงประสงค์หรือไม่อย่างไร</p> <p>2. สังเกตพฤติกรรมก้าวร้าวของตนเองวิเคราะห์ข้อดีของการลดพฤติกรรมก้าวร้าวและเหตุจูงใจที่จะทำให้นักเรียนลดพฤติกรรมก้าวร้าวและบันทึก</p> <p>3. นักเรียนและผู้วิจัยร่วมกันอภิปรายแผนการลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียน และวิเคราะห์ผล</p> |
| 2/1 | รู้จักความก้าวร้าว (15 นาที) | <p>1. ให้ความรู้เกี่ยวกับความหมายของความก้าวร้าว ประเภทของความก้าวร้าว ลักษณะการแสดงความก้าวร้าว โทษและผลเสียที่จะเกิดขึ้นเมื่อนักเรียนแสดงพฤติกรรมก้าวร้าว</p> <p>2. ให้นักเรียนสำรวจตนเองว่าตนเองเคยมีพฤติกรรมก้าวร้าวหรือไม่อย่างไร พร้อมทั้งเขียนบรรยายพฤติกรรมก้าวร้าวที่เคยแสดงออกมา และความรู้สึกที่แสดงพฤติกรรมก้าวร้าว นั้น</p> |
| | เกมงูกินหาง (45 นาที) | <p>1. กิจกรรมการละเล่นพื้นบ้านไทยงูกินหาง</p> <p>1.1 ให้ผู้เล่นยืนต่อกันเป็นแถวตอน คนหลังใช้มือทั้งสองข้างจับเอวคนข้างหน้าไว้ให้แน่น ผู้เล่นจะตกลงกันว่า จะให้ผู้เล่นคนใดอยู่หัวแถวและลำดับถัดไปเรื่อยๆ สมมติให้คนหัวแถวเป็นงู ผู้เล่นในแถวเป็นตัวงู ผู้เล่นหางแถว 4 คน สุดท้ายเป็นตัวหางงู ผู้เล่นหางแถว 4 คนสุดท้ายจะมีชื่อเรียกเป็นบ่อต่างๆทุกคนโดยจะนับจากหางแถวมาดังนี้</p> <p>คนที่ 1 เรียกว่า “บ่อทอง” (ร้องว่า ย่องไปก็ย่องมา)</p> <p>คนที่ 2 เรียกว่า “บ่อหิน” (ร้องว่า บินไปก็บินมา)</p> <p>คนที่ 3 เรียกว่า “บ่อกรวด” (ร้องว่า พรวดไปก็พรวดมา)</p> <p>คนที่ 4 เรียกว่า “บ่อทราย” (ร้องว่า ย้ายไปก็ย้ายมา)</p> |

| สัปดาห์ที่ /ครั้งที่ | ชื่อกิจกรรม | กิจกรรม |
|-------------------------|-----------------------|--|
| | | <p>1.2 เมื่อเริ่มเล่นโดยหัวงูจะเดินวนไปวนมา ตัวงูและหางงูจะต้องเดินตามแนวทางที่หัวงูเดินไปโดยตลอด แล้วผู้เป็นหางงูคนสุดท้ายจะต้องร้องว่า “แม่งุเอ๋ย กินน้ำบ่อไหน” หัวงูจะเป็นผู้ตอบเพียงคนเดียว โดยเลือกตอบว่าจะกินน้ำบ่อไหน ซึ่งตนเองพิจารณาแล้วว่าคงจะสามารถไล่จับผู้เล่นที่เป็นหางงูที่มีชื่อตรงกับบ่อที่ตนเลือกได้ ถ้าหัวงูตอบว่า “กินน้ำบ่อทอง”</p> <p>ให้ทุกคนในแถวนอกจากหัวงูร้องพร้อมกันว่า “ย่องไปก็ย่องมา” หัวงูตอบบ่อใดก็ให้ร้องตามเนื้อร้องของบ่อนั้น เมื่อร้องจบ หัวงูจะพยายามวิ่งวนหรือวิ่งไล่จับผู้เล่นที่เป็นหางงู คนที่มีชื่อตรงกับที่หัวงูตอบ หางงูจะพยายามวิ่งหลบหลีกอย่าให้หัวงูจับตัวได้ แต่ต้องไม่ให้มือหลุดจากแถว</p> <p>1.3 ถ้าหัวงูไล่จับผู้เล่นที่เป็นหางงูนั้นไม่ได้ ให้หางงูตัวสุดท้ายร้องถามใหม่ หัวงูอาจเปลี่ยนไปกินน้ำบ่ออื่นก็ได้ ซึ่งก็หมายความว่าต้องไล่จับงูตัวอื่นบ้าง ถ้าหัวงูไล่จับผู้เล่นที่เป็นหางงูคนที่มีชื่อตรงกับบ่อที่บอกไว้ได้ หางงูคนนั้นจะต้องออกมาต่อที่หัวแถวเป็นหัวงูแทน คนอื่นในแถวก็จะเลื่อนลำดับโดยอัตโนมัติในการแข่งขันกำหนดไว้ 20 ถึง 30 นาที ต่อครั้งถ้าผู้เล่นคนใดไม่เคยถูกจับเป็นหัวงูจะถือว่าเป็นผู้ชนะ หรือถูกจับเป็นหัวงูน้อยครั้งที่สุดเป็นผู้ชนะ</p> |
| 2/2 | เกมซ่อนমনาว (45 นาที) | <p>1. กิจกรรมการละเล่นพื้นบ้านไทยซ่อนমনาว</p> <p>1.1 ผู้เล่นแต่ละคนถือซ่อนคนละ 1 คัน ในซ่อนมี มนะนาววางอยู่คนละ 1 ลูกยืนอยู่ที่หลังเส้นเริ่มเป็นแถวหน้ากระดาน มีระยะห่างกันพอประมาณ</p> <p>1.2 เมื่อได้ยินสัญญาณเริ่มเล่น ให้ผู้เล่นแต่ละคนวิ่งถือซ่อนที่มีมนะนาววางอยู่นั้นแข่งกันไปให้ถึงเส้นชัยโดยเร็วที่สุด</p> <p>1.3 ผู้เล่นคนใดไปถึงเส้นชัยก่อนคนอื่นจะเป็นผู้ชนะ</p> |

| สัปดาห์ที่ /ครั้งที่ | ชื่อกิจกรรม | กิจกรรม |
|-------------------------|-------------------------------------|---|
| | ให้คำปรึกษาและเสริมแรง (15 นาที) | <ol style="list-style-type: none"> 1. ให้นักเรียนกรอกประวัติพฤติกรรมก้าวร้าวของตัวเองในใบบันทึกเพื่อเป็นข้อมูลให้สามารถวิเคราะห์ได้ 2. เข้ารับคำปรึกษาแนะนำส่วนบุคคล 3. ผู้วิจัย บันทึก ข้อมูล การติดตามผลการปฏิบัติงานของผู้รับคำปรึกษา 4. สร้างกำลังใจในการลดพฤติกรรมก้าวร้าว 5. ให้นักเรียนบันทึกคำชมที่ได้รับ จากใคร เมื่อไหร่ จำนวนกี่ครั้ง 6. ผู้วิจัยตรวจใบบันทึกของนักเรียน |
| 2/3 | เกมชิงธง (45 นาที) | <ol style="list-style-type: none"> 1. กิจกรรมการเล่นพื้นบ้านไทยชิงธง <ol style="list-style-type: none"> 1.1 ผู้เล่นทั้ง 2 ฝ่าย ยืนเตรียมพร้อมอยู่ในเขตแดนของฝ่ายตน ซึ่งอยู่คนละข้างหันหน้าเข้าหากัน และให้หัวหน้าของผู้เล่นทั้งสองฝ่ายตกลงกันว่าฝ่ายใดจะเป็นฝ่ายเริ่มเล่นก่อน ฝ่ายที่เริ่มเล่นก่อนจะเป็นฝ่ายรุกก่อน 1.2 ให้ฝ่ายที่เริ่มเล่นก่อนปรึกษาหารือกันว่าส่งผู้เล่นคนใดเข้าไปแย่งชิงธงจากฝ่ายตรงข้าม เมื่อตกลงกันแล้วก็จะส่งผู้เล่นคนหนึ่งเข้าไปในเขตแดนของฝ่ายตรงข้ามเพื่อไปแย่งชิงธงมาให้ได้ ฝ่ายที่เป็นฝ่ายป้องกันก็ต้องพยายามป้องกันธงของตนมิให้ผู้เล่นของฝ่ายตรงข้ามมาแย่งไป โดยการกันจับผู้ที่บุกรุกเข้ามายังแดนของตน ถ้าสามารถจับผู้บุกรุกและดึงตัวไปจนเลยเส้นหลังของแดนตนได้ จะถือว่าผู้บุกรุกนั้นตาย และต้องออกจากการเล่นไปอยู่นอกสนาม แต่ถ้าไม่สามารถจับตัวผู้บุกรุกไว้ได้ หรือผู้บุกรุกสามารถกลับคืนสู่แดนตนเองได้ ผู้บุกรุกคนนั้นก็ยังคงมีสิทธิได้เล่นต่อไปและยังไม่ตาย 1.3 เมื่อผู้เล่นฝ่ายที่เล่นก่อนส่งคนของตนเข้าไปแย่งชิงธงในแดนของฝ่ายตรงข้ามแล้ว ผู้เล่นคนนั้นถูกจับได้ต้องตาย หรือสามารถกลับคืนแดนตนได้ก็ตาม จะถือว่าหมดสิทธิการเล่นเป็นฝ่ายรุก ต้องตกเป็นฝ่ายป้องกันบ้าง โดยต้องผลัดให้อีกฝ่ายหนึ่งส่งผู้เล่นเข้ามาแย่งชิงธง |

| ลำดับที่ / ครั้งที่ | ชื่อกิจกรรม | กิจกรรม |
|---------------------------|-------------|---|
| | | <p>ในฝ่ายตนบ้างเป็นการผลัดกันส่งผู้เล่นเข้าไปแย่งชิงธง ยังฝ่ายตรงข้ามคนละครั้งเรื่อยไป</p> <p>1.4 ฝ่ายใดสามารถแย่งชิงธงของอีกฝ่ายหนึ่งจน นำเข้ามายังแดนของตนได้จะถือฝ่ายนั้นเป็นฝ่ายชนะ หรือเมื่อหมดเวลาตามที่ตกลงกันไว้แต่ยังไม่สามารถ แย่งชิงธงกันได้ ฝ่ายใดเหลือผู้เล่นมากกว่าฝ่ายนั้นจะ เป็นผู้ชนะ</p> <p>1.3 เมื่อผู้เล่นฝ่ายที่เล่นก่อนส่งคนของตนเข้าไปแย่ง ชิงธงในแดนของฝ่ายตรงข้ามแล้ว ผู้เล่นคนนั้นถูกจับ ได้ต้องตาย หรือสามากลับคืนแดนตนได้ก็ตาม จะถือว่า หมดสิทธิการเล่นเป็นฝ่ายรุก ต้องตกเป็นฝ่ายป้องกัน บ้าง โดยต้องผลัดให้อีกฝ่ายหนึ่งส่งผู้เล่นเข้ามาแย่งชิง ธงในฝ่ายตนบ้างเป็นการผลัดกันส่งผู้เล่นเข้าไปแย่งชิง ธงยังฝ่ายตรงข้ามคนละครั้งเรื่อยไป</p> <p>1.4 ฝ่ายใดสามารถแย่งชิงธงของอีกฝ่ายหนึ่งจน นำเข้ามายังแดนของตนได้จะถือฝ่ายนั้นเป็นฝ่ายชนะ หรือเมื่อหมดเวลาตามที่ตกลงกันไว้แต่ยังไม่สามารถ แย่งชิงธงกันได้ ฝ่ายใดเหลือผู้เล่นมากกว่าฝ่ายนั้นจะ เป็นผู้ชนะ</p> |
| ประเมินตนเอง (15 นาที) | | <p>1.ให้นักเรียนสำรวจพฤติกรรมก้าวร้าวของตนเอง และ บุคคลในครอบครัวของนักเรียนว่ามีใครมีพฤติกรรม ก้าวร้าวหรือไม่ ถ้ามีบุคคลเหล่านั้นมีบุคลิกลักษณะที่ พึงประสงค์หรือไม่อย่างไร</p> <p>2.สังเกตพฤติกรรมก้าวร้าวของตนเองวิเคราะห์ข้อดี ของการลดพฤติกรรมก้าวร้าวและเหตุจูงใจที่จะทำให้ นักเรียนลดพฤติกรรมก้าวร้าวและบันทึก</p> <p>3.นักเรียนและผู้วิจัยร่วมกันอภิปรายแผนการลด พฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียน และวิเคราะห์ผล</p> |

| ลำดับที่ / ครั้งที่ | ชื่อกิจกรรม | กิจกรรม |
|------------------------|--|---|
| 3/1 | ผลเสียที่เกิดจากการ แสดงพฤติกรรมก้าวร้าว (15 นาที) | <p>1. ผู้วิจัยให้นักเรียนชมวีดิทัศน์ เรื่องผลเสียที่เกิดจากการแสดงพฤติกรรมก้าวร้าว 5 นาที</p> <p>2. ให้นักเรียนนึกถึงเหตุการณ์ที่กระตุ้นให้เกิดความก้าวร้าว</p> <p>3. ให้นักเรียนพิจารณาตนเองเมื่อเวลาที่เกิดความก้าวร้าวว่ามีปฏิกิริยาอย่างไรบ้าง</p> |
| | เกมเตย (45 นาที) | <p>1. กิจกรรมการละเล่นพื้นบ้านไทยเตย</p> <p>1.1 ให้หัวหน้าของผู้เล่นทั้ง 2 ฝ่าย ตกลงกันว่าฝ่ายใดจะเป็นฝ่ายรุกและฝ่ายใดจะเป็นฝ่ายรับ เมื่อตกลงกันแล้วให้ฝ่ายรับยืนประจำเส้นต่างๆคนละเส้น ให้หัวหน้าของผู้เล่นฝ่ายรับยืนอยู่เส้นหน้าสุด โดยฝ่ายรุกยืนอยู่นอกเส้นด้านนั้น หันหน้าเข้าฝ่ายรับ</p> <p>1.2 เริ่มเล่นโดยหัวหน้าของผู้เล่นฝ่ายรุกแตะมือหัวหน้าของผู้เล่นฝ่ายรับเป็นสัญญาณเริ่มเล่น จากนั้นผู้เล่นฝ่ายรุกทุกคนต้องพยายามวิ่งผ่านเส้นต่างๆจากด้านหน้าไปยังด้านหลังให้พ้นทุกเส้นซึ่งเรียกว่า “การวิ่งลง” เมื่อผ่านเส้นสุดท้ายแล้วจะต้องวิ่งกลับขึ้นมาให้ผ่านเส้นหน้าสุดออกมาด้านหน้าให้ได้ซึ่งเรียนว่า “การวิ่งขึ้น” โดยต้องพยายามมิให้ผู้เล่นฝ่ายรับที่อยู่ประจำตามเส้นต่างๆ แตะตัวได้ ขณะเดียวกันผู้เล่นฝ่ายรับทุกคนที่ยืนรักษาเส้นต่างๆอยู่ก็ต้องพยายามวิ่งไล่แตะผู้เล่นฝ่ายรุกให้ได้แต่ต้องวิ่งบนเส้นที่ตนรับผิดชอบเท่านั้น</p> <p>1.3 ถ้าผู้เล่นฝ่ายรุกถูกผู้เล่นฝ่ายรับคนใดก็ตามแตะตัวผู้เล่นฝ่ายรุกแม้แต่คนเดียวจะถือว่าฝ่ายรุกทั้งหมดตายหมดสิทธิในการเล่นต้องผลัดเปลี่ยนมาเป็นฝ่ายรับ ยืนรักษาเส้นต่างๆและให้ฝ่ายรับเดิมเป็นฝ่ายรุกบ้าง เมื่อเกิดการตายครั้งใดให้เปลี่ยนหน้าที่กันเช่นนี้เรื่อยไป</p> <p>1.4 ผู้เล่นฝ่ายรุกคนใดสามารถวิ่งผ่านเส้นต่างๆจากด้านหน้าไปยังด้านหลัง และย้อนกลับจากด้านหลังขึ้นมายังด้านหน้า หรือเรียกว่าวิ่งลงวิ่งขึ้นได้โดยไม่ถูกผู้เล่นฝ่ายรับแตะถูกตัว จะถือว่าฝ่ายรุกทั้งฝ่ายเป็นผู้ชนะ</p> |

| ลำดับที่ / ครั้งที่ | ชื่อกิจกรรม | กิจกรรม |
|------------------------|--|---|
| 3/2 | <p>เกมแย่งรู (45 นาที)</p> <p>ให้คำปรึกษาและเสริมแรง (15 นาที)</p> | <p>1. กิจกรรมการละเล่นพื้นบ้านไทยแย่งรู</p> <p>1.1 ให้ผู้เล่น 3 คน ไปยืนอยู่ที่มุมเชือกคนละด้าน หันหน้าออกไปทางที่ปักธงไว้ แล้วใช้มือจับเชือกมารัดไว้บริเวณเอว ต่างคนต่างคุกเข่าลงในท่าคลาน โนมตัวไปข้างหน้าพอให้เชือกตึงไม่หลุดจากเอว</p> <p>1.2 เมื่อได้ยินสัญญาณเริ่มเล่นให้ผู้เล่นแต่ละคน ออกแรงดึง โดยใช้ท้องดึงเชือก พยายามคลานออกไปข้างหน้ามุ่งตรงไปยังธงที่อยู่ข้างหน้าตน เอื้อมมือไปคว้าธงให้ได้</p> <p>1.3 ผู้เล่นคนใดความตึงขึ้นมาถึงไว้ในมือได้จะเป็นผู้ชนะ</p> <p>1. ให้นักเรียนกรอกประวัติพฤติกรรมก้าวร้าวของตัวเอง ในใบบันทึกเพื่อเป็นข้อมูลให้สามารถวิเคราะห์ได้</p> <p>2. เข้ารับคำปรึกษาแนะนำส่วนบุคคล</p> <p>3. ผู้วิจัย บันทึก ข้อมูล การติดตามผลการปฏิบัติงานของผู้รับคำปรึกษา</p> <p>4. สร้างกำลังใจในการลดพฤติกรรมก้าวร้าว</p> <p>5. ให้นักเรียนบันทึกคำชมที่ได้รับ จากใคร เมื่อไหร่ จำนวนกี่ครั้ง</p> <p>6. ผู้วิจัยตรวจใบบันทึกของนักเรียน 1. กิจกรรมการละเล่นพื้นบ้านไทยวิ่งสามขา</p> |
| 3/3 | เกมวิ่งสามขา (45 นาที) | <p>1.1 ผู้เล่นแต่ละคู่ยืนเคียงข้างกัน ใช้ผ้าผูกขาที่ขิดกันคือขาซ้ายของคนข้างขวา และขาขวาของคนข้างซ้ายให้ติดกัน โดยให้ผูกเป็น 2 เปลาะ ที่ได้หัวเข่าเปลาะหนึ่ง และเหนือตาตุ่มอีกเปลาะหนึ่ง ผู้เล่นทั้งคู่จึงมีขาที่ใช้ร่วมกันไว้ให้แน่นแล้วให้ผู้เล่นแต่ละคู่ยืนเตรียมพร้อมอยู่หลังเส้นเริ่ม เป็นแถวหน้ากระดานหันหน้าไปทางเส้นเริ่ม เว้นระยะให้แต่ละคู่ห่างกันประมาณ 2-3 เมตร</p> <p>1.2 เมื่อได้สัญญาณเริ่มเล่น ให้ผู้เล่นแต่ละคู่วิ่งแข่งกันไปยังเส้นชัย</p> <p>1.3 ผู้เล่นคู่ใดวิ่งไปถึงเส้นชัยก่อนจะเป็นผู้ชนะ</p> |

| สัปดาห์ที่ / ครั้งที่ | ชื่อกิจกรรม | กิจกรรม |
|--------------------------|-------------------------------------|---|
| | ประเมินตนเอง (15 นาที) | 1. ให้นักเรียนสำรวจพฤติกรรมก้าวร้าวของตนเอง และบุคคลในครอบครัวของนักเรียนว่ามีใครมีพฤติกรรมก้าวร้าวหรือไม่ ถ้ามีบุคคลเหล่านั้นมีบุคลิกลักษณะที่พึงประสงค์หรือไม่อย่างไร 2. สังเกตพฤติกรรมก้าวร้าวของตนเองวิเคราะห์ข้อดีของการลดพฤติกรรมก้าวร้าวและเหตุจูงใจที่จะทำให้นักเรียนลดพฤติกรรมก้าวร้าวและบันทึก 3. นักเรียนและผู้วิจัยร่วมกันอภิปรายแผนการลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียน และวิเคราะห์ผล |
| 4/1 | เหตุส่งเสริมความรุนแรง (15 นาที) | 1. อธิบายถึงเหตุการณ์ ปัจจัยและสาเหตุอะไรบ้างที่ส่งเสริมให้เกิดความรุนแรง 2. ให้นักเรียนนึกถึงเหตุการณ์ที่กระตุ้นให้เกิดความก้าวร้าว 3. ให้นักเรียนพิจารณาตนเองเมื่อเวลาที่เกิดความก้าวร้าวว่ามีปฏิกิริยาอย่างไรบ้าง |
| | เกม ชี้นำตาบอด(45 นาที) | 1. กิจกรรมการละเล่นพื้นบ้านไทยชี้นำตาบอด 1.1 ผู้เล่นแต่ละคนคู่นั่งอยู่หลังเส้นเริ่มเป็นระยะห่างเท่าๆกัน หันหน้าไปยังทิศทางที่จะต้องวิ่งไป ผู้เล่นที่มีรูปร่างใหญ่โตกว่าสมมติให้เป็นม้า ส่วนผู้เล่นที่รูปร่างเล็กให้เป็นคนขี่ ให้ผู้เป็นม้าคาบผ้าของตัวเองไว้ในปาก ปล่อยชายผ้าทั้งสองข้างไว้ที่ริมปากทั้งสองข้าง แล้วใช้ผ้าของคนขี่ผูกตาคนเป็นม้าให้มืด อย่าให้มองเห็น คนขี่ขึ้นขี่หลังคนเป็นม้า ใช้มือทั้งสองข้างจับชายผ้าไว้ข้างละมือคล้ายถือบังเหียน 1.2 เมื่อได้สัญญาณเริ่มเล่นให้ผู้เป็นม้าที่ถูกปิดตานั้นวิ่งแข่งกันไปยังเส้นชัยมีคนขี่ม้าเป็นผู้บังคับม้า โดยใช้วิธีการใช้มือดึงผ้าที่ม้าคาบไว้ในปากเป็นสัญญาณชี้ทาง 1.3 ผู้ใดไปถึงเส้นชัยก่อนจะเป็นผู้ชนะ |
| 4/2 | เกมแข่งเรือคน (45 นาที) | 1. กิจกรรมการละเล่นพื้นบ้านไทยแข่งเรือคน 1.1 ผู้เล่นแต่ละฝ่ายคัดเลือกหัวหน้าของแต่ละฝ่ายมาตกลงเกี่ยวกับลำดับการเล่นว่าฝ่ายใดจะได้เล่นก่อน เมื่อทราบแล้วให้หัวหน้าของแต่ละฝ่ายจัดผู้เล่นของตนเองเข้าเป็นแถว |

| ลำดับที่ / ครั้งที่ | ชื่อกิจกรรม | กิจกรรม |
|----------------------------------|-------------------|---|
| | | <p>ตอนเรียงหนึ่ง ให้หัวแถวอยู่ที่เส้นเริ่มหันหน้าไปทางเส้นชัย ระยะระหว่างแถวของแต่ละฝ่ายห่างกันประมาณ 2-3 เมตร แล้วหัวหน้าของแต่ละฝ่ายจัดผู้เล่นของตนให้นั่งเหยียดเท้าต่อกันเป็นแถวตอนให้ปลายเท้าของคนอยู่หัวแถวอยู่ที่เส้นเริ่มพอดี ทั้งสองแถวจะต้องจัดให้ผู้เล่นในแถวของตนนั่งในลักษณะติดต่อกัน จะได้เป็นแถวตอน 2 แถว สมมติว่าเป็นเรือ 2 ลำ โดยผู้เล่นที่เป็นหัวแถวของแต่ละแถวยืนกำกับอยู่ที่แถวของตนสมมติว่าเป็นนายเรือหรือผู้ควบคุมเรือ</p> <p>1.2 เมื่อกรรมการให้สัญญาณเริ่มเล่น ให้นายเรือของแถวที่ได้สิทธิ์เล่นก่อนถือไม้ไว้ในมือ เดินไปซ่อนไม้ในมือของตนเองไว้ที่ผู้เล่นในแถวของตนคนใดคนหนึ่ง การซ่อนจะพยายามแสดงอาการหลอกไม่ให้ฝ่ายตรงข้ามรู้ว่า ซ่อนไว้ที่ผู้เล่นคนใดเมื่อซ่อนเสร็จแล้วให้มายืนอยู่ที่หัวแถวของตน จากนั้นจะให้นายเรือของอีกฝ่ายหนึ่งเป็นผู้มาทายว่าไม้นั้นอยู่ที่ผู้เล่นคนใด โดยนายเรือของฝ่ายตรงข้ามสามารถเดินตรวจดูได้ ถ้านายเรือฝ่ายตรงข้ามทายผิดจะถือว่าฝ่ายซ่อนไม้</p> |
| ให้คำปรึกษาและเสริมแรง (15 นาที) | | <ol style="list-style-type: none"> ให้นักเรียนกรอกประวัติพฤติกรรมก้าวร้าวของตัวเอง ในใบบันทึกเพื่อเป็นข้อมูลให้สามารถวิเคราะห์ได้ เข้ารับคำปรึกษาแนะนำส่วนบุคคล ผู้วิจัย บันทึก ข้อมูล การติดตามผลการปฏิบัติงานของผู้รับคำปรึกษา สร้างกำลังใจในการลดพฤติกรรมก้าวร้าว ให้นักเรียนบันทึกคำชมที่ได้รับ จากใคร เมื่อไหร่ จำนวนกี่ครั้ง ผู้วิจัยตรวจใบบันทึกของนักเรียน |
| 4/3 | แคร่หาม (45 นาที) | <p>1. กิจกรรมการละเล่นพื้นบ้านไทยแคร่หาม</p> <p>1.1 ให้ผู้เล่นแต่ละชุดยืนอยู่หลังเส้นเริ่ม หันหน้าไปทางเส้นชัย แต่ละชุดยืนห่างกันประมาณ 2-3 เมตร แต่ละชุดให้ผู้เล่น 2 คน ยืนหันหน้าเข้าหากันให้มือขวาของแต่ละคนจับข้อพับตรงโคนแขนซ้ายท่อนล่างของตนเองไว้ มือซ้ายจับข้อพับมือขวาของผู้เล่นอีกคนหนึ่งให้แน่นหนา บริเวณมือที่จับ</p> |

| ลำดับที่ / ครั้งที่ | ชื่อกิจกรรม | กิจกรรม |
|---------------------------|----------------------------------|---|
| ประเมินตนเอง (15 นาที) | ปลุกนิสัยให้แข็งแรง (15 นาที) | <p>กันไว้จะเป็นเสมือนแคร่ จากนั้นให้ทั้ง 2 คน ย่อตัวลงให้ผู้ เล่นอีกคนหนึ่งขึ้นไปนั่งบนมือที่ประสานไขว้กันเป็นแคร่ โดยทั่วไปจะนั่งห้อยขาลง ใช้มือทั้งสองข้างจับไหล่ของผู้เล่นที่ เป็นแคร่ไว้ จากนั้นให้ผู้เล่นที่เป็นแคร่ยืนขึ้นเตรียมพร้อมอยู่ หลังเส้นเริ่ม</p> <p>1.2 เมื่อได้ยินสัญญาณเริ่มแข่งขัน ให้ผู้เล่นแต่ละชุดวิ่ง พาแคร่หนีไปจนถึงเส้นชัยให้เร็วที่สุด ชุดใดไปถึงเส้นชัยก่อนจะ เป็นผู้ชนะ</p> <p>1.ให้นักเรียนสำรวจพฤติกรรมก้าวร้าวของตนเอง และ บุคคลในครอบครัวของนักเรียนว่ามีใครมีพฤติกรรม ก้าวร้าวหรือไม่ ถ้ามีบุคคลเหล่านั้นมีบุคลิกลักษณะที่พึง ประสงค์หรือไม่อย่างไร</p> <p>2.สังเกตพฤติกรรมก้าวร้าวของตนเองวิเคราะห์ข้อดีของ การลดพฤติกรรมก้าวร้าวและเหตุจูงใจที่จะทำให้นักเรียน ลดพฤติกรรมก้าวร้าวและบันทึก</p> <p>3.นักเรียนและผู้วิจัยร่วมกันอภิปรายแผนการลด พฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียน และวิเคราะห์ผล</p> |
| เกมงูกินหาง (45 นาที) | ปลุกนิสัยให้แข็งแรง (15 นาที) | <p>1. ให้นักเรียนเขียนความดีที่คิดว่าจะทำ หรือ พฤติกรรมที่จะปรับปรุงให้ดีขึ้น</p> <p>2. แบ่งนักเรียนออกเป็นสองกลุ่ม เพื่อทำต้นไม้แห่งความดี จากนั้นให้ตัวแทนออกมานำเสนอว่าความดีหรือพฤติกรรม ที่จะกระทำ ปรับปรุงตนเองนั้นมีอะไรบ้าง</p> <p>. กิจกรรมการละเล่นพื้นบ้านไทยงูกินหาง</p> <p>1.1 ให้ผู้เล่นยืนต่อกันเป็นแถวตอน คนหลังใช้มือทั้งสอง ข้างจับเอวคนข้างหน้าไว้ให้แน่น ผู้เล่นจะตกลงกันว่าให้ผู้ เล่นคนใดอยู่หัวแถวและลำดับถัดไปเรื่อยๆ สมมติให้คนหัว แถวเป็นงู ผู้เล่นในแถวเป็นตัวงู ผู้เล่นหางแถว 4 คน สุดท้าย เป็นหางงู ผู้เล่นหางแถว 4 คนสุดท้ายจะมีชื่อเรียกเป็นบ่อ ต่างๆทุกคนโดยจะนับจากหางแถวมาดังนี้</p> |

| ลำดับที่ / ครั้งที่ | ชื่อกิจกรรม | กิจกรรม |
|------------------------|-------------|--|
| | | <p>คนที่ 1 เรียกว่า “บ่อทอง” (ร้องว่า ย่องไปก็ย่องมา)</p> <p>คนที่ 2 เรียกว่า “บ่อหิน” (ร้องว่า บินไปก็บินมา)</p> <p>คนที่ 3 เรียกว่า “บ่อกรวด” (ร้องว่า พรวดไปก็พรวดมา)</p> <p>คนที่ 4 เรียกว่า “บ่อทราย” (ร้องว่า ย้ายไปก็ย้ายมา)</p> |
| | | <p>1.2 เมื่อเริ่มเล่นโดยห้วงจะเดินวนไปวนมา ตัวงูและหางงูจะต้องเดินตามแนวทางที่ห้วงเดินไปโดยตลอด แล้วผู้เป็นหางงูคนสุดท้ายจะต้องร้องว่า “แม่งูเอ๋ย กินน้ำบ่อไหน” ห้วงจะเป็นผู้ตอบเพียงคนเดียว โดยเลือกตอบว่าจะกินน้ำบ่อไหน ซึ่งตนเองพิจารณาแล้วว่าคงจะสามารถไล่จับผู้เล่นที่เป็นหางงูที่มีชื่อตรงกับบ่อที่ตนเลือกได้ ถ้าห้วงตอบว่า “กินน้ำบ่อทอง” ให้ทุกคนในแถวนอกจากห้วงร้องพร้อมกันว่า “ย่องไปก็ย่องมา” ห้วงตอบบ่อใดก็ให้ร้องตามเนื้อร้องของบ่อนั้น เมื่อร้องจบ ห้วงจะพยายามวิ่งวนหรือวิ่งไล่จับผู้เล่นที่เป็นหางงู คนที่มีชื่อตรงกับที่ห้วงตอบ หางงูจะพยายามวิ่งหลบหลีกอย่าให้ห้วงจับตัวได้ แต่ต้องไม่ให้มือหลุดจากแถว</p> <p>1.3 ถ้าห้วงไล่จับผู้เล่นที่เป็นหางงูนั้นไม่ได้ ให้หางงูตัวสุดท้ายร้องถามใหม่ ห้วงอาจเปลี่ยนไปกินน้ำบ่ออื่นก็ได้ ซึ่งก็หมายความว่าต้องไล่จับตัวอื่นบ้าง ถ้าห้วงไล่จับผู้เล่นที่เป็นหางงูคนที่มีชื่อตรงกับบ่อที่บอกไว้ได้ หางงูคนนั้นจะต้องออกมาต่อที่หัวแถวเป็นห้วงแทน คนอื่นในแถวก็จะเลื่อนลำดับโดยอัตโนมัติในการแข่งขันกำหนดไว้ 20 ถึง 30 นาที ต่อครั้ง ถ้าผู้เล่นคนใดไม่เคยถูกจับเป็นห้วงจะถือว่าเป็นผู้ชนะ หรือถูกจับเป็นห้วงน้อยครั้งที่สุดเป็นผู้ชนะก็ได้</p> <p>เลื่อนลำดับโดยอัตโนมัติ ในการแข่งขันกำหนดไว้ 20 ถึง 30 นาที ต่อครั้ง</p> |

| สัปดาห์ที่ / ครั้งที่ | ชื่อกิจกรรม | กิจกรรม |
|--------------------------|-------------------------------------|---|
| 5/2 | เกมช้อนมะนาว (45 นาที) | <ol style="list-style-type: none"> กิจกรรมการละเล่นพื้นบ้านไทยช้อนมะนาว <ol style="list-style-type: none"> ผู้เล่นแต่ละคนถือช้อนคนละ 1 คัน ในช้อนมีมะนาววางอยู่คนละ 1 ลูกยืนอยู่ที่หลังเส้นเริ่มเป็นแถวหน้ากระดาน มีระยะห่างกันพอประมาณ เมื่อได้ยินสัญญาณเริ่มเล่น ให้ผู้เล่นแต่ละคนวิ่งถือช้อนที่มีมะนาววางอยู่นั้นแข่งกันไปให้ถึงเส้นชัยโดยเร็วที่สุด ผู้เล่นคนใดไปถึงเส้นชัยก่อนคนอื่นจะเป็นผู้ชนะ |
| | ให้คำปรึกษาและเสริมแรง (15 นาที) | <ol style="list-style-type: none"> ให้นักเรียนกรอกประวัติพฤติกรรมก้าวร้าวของตัวเอง ในใบบันทึกเพื่อเป็นข้อมูลให้สามารถวิเคราะห์ได้ เข้ารับคำปรึกษาแนะนำส่วนบุคคล ผู้วิจัย บันทึก ข้อมูล การติดตามผลการปฏิบัติงานของผู้รับคำปรึกษา สร้างกำลังใจในการลดพฤติกรรมก้าวร้าว ให้นักเรียนบันทึกคำชมที่ได้รับ จากใคร เมื่อไหร่ จำนวนกี่ครั้ง ผู้วิจัยตรวจใบบันทึกของนักเรียน |
| 5/3 | เกมชิงธง (45 นาที) | <ol style="list-style-type: none"> กิจกรรมการละเล่นพื้นบ้านไทยชิงธง <ol style="list-style-type: none"> ผู้เล่นทั้ง 2 ฝ่าย ยืนเตรียมพร้อมอยู่ในเขตแดนของฝ่ายตน ซึ่งอยู่คนละข้างหันหน้าเข้าหากัน และให้หัวหน้าของผู้เล่นทั้งสองฝ่ายตกลงกันว่าฝ่ายใดจะเริ่มเล่นก่อน ฝ่ายที่เริ่มเล่นก่อนจะเป็นฝ่ายรุกก่อน ให้ฝ่ายที่เริ่มเล่นก่อนปรึกษาหารือกันว่าจะส่งผู้เล่นคนใดเข้าไปแย่งชิงธงจากฝ่ายตรงข้าม เมื่อตกลงกันแล้วก็ส่งผู้เล่นคนหนึ่งเข้าไปในเขตแดนของฝ่ายตรงข้ามเพื่อไปแย่งชิงธงมาให้ได้ ฝ่ายที่เป็นฝ่ายป้องกันก็ต้องพยายามป้องกันธงของตนมิให้ผู้เล่นของฝ่ายตรงข้ามมาแย่งไป โดยการกันจับผู้ที่บุกรุกเข้ามายังแดนของตน ถ้าสามารถจับผู้บุกรุกและดึงตัวไปจนเลยเส้นหลังของแดนตนได้ จะถือว่าผู้บุกรุกนั้นตาย และต้องออกจากการเล่นไปอยู่นอกสนาม แต่ถ้าไม่มีสามารถจับตัวผู้บุกรุกไว้ได้ หรือผู้บุกรุกสามารถกลับคืนสู่แดนตนเองได้ ผู้บุกรุกคนนั้นก็ยังคงมีสิทธิได้เล่นต่อไปและยังไม่ตาย |

| สัปดาห์ที่ /ครั้งที่ | ชื่อกิจกรรม | กิจกรรม |
|-------------------------|---|--|
| | | <p>1.3 เมื่อผู้เล่นฝ่ายที่เล่นก่อนส่งคนของตนเข้าไปแย่งชิงธงในแดนของฝ่ายตรงกันข้ามแล้ว ผู้เล่นคนนั้นถูกจับได้ต้องตาย หรือสามารถกลับคืนแดนตนได้ก็ตาม จะถือว่าหมดสิทธิการเล่นเป็นฝ่ายรุก ต้องตกเป็นฝ่ายป้องกันบ้าง โดยต้องผลัดให้อีกฝ่ายหนึ่งส่งผู้เล่นเข้ามาแย่งชิงธงในฝ่ายตนบ้างเป็นการผลัดกันส่งผู้เล่นเข้าไปแย่งชิงธงยังฝ่ายตรงข้ามคนละครั้งเรื่อยไป</p> <p>1.4 ฝ่ายใดสามารถแย่งชิงธงของอีกฝ่ายหนึ่งจนนำเข้ามายังแดนของตนได้จะถือฝ่ายนั้นเป็นฝ่ายชนะ หรือเมื่อหมดเวลาตามที่ตกลงกันไว้แต่ยังไม่สามารถแย่งชิงธงกันได้ ฝ่ายใดเหลือผู้เล่นมากกว่าฝ่ายนั้นจะเป็นผู้ชนะ</p> |
| | <p>ประเมินตนเอง (15 นาที)</p> | <ol style="list-style-type: none"> ให้นักเรียนสำรวจพฤติกรรมก้าวร้าวของตนเอง และบุคคลในครอบครัวของนักเรียนว่ามีใครมีพฤติกรรมก้าวร้าวหรือไม่ ถ้ามีบุคคลเหล่านั้นมีบุคลิกลักษณะที่พึงประสงค์หรือไม่อย่างไร สังเกตพฤติกรรมก้าวร้าวของตนเองวิเคราะห์ข้อดีของการลดพฤติกรรมก้าวร้าวและเหตุจูงใจที่จะทำให้นักเรียนลดพฤติกรรมก้าวร้าวและบันทึก นักเรียนและผู้วิจัยร่วมกันอภิปรายแผนการลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียน และวิเคราะห์ผล |
| 6/1 | <p>การฝึกควบคุมอารมณ์ (15 นาที)</p> | <ol style="list-style-type: none"> อธิบายถึงเหตุการณ์อย่างไรและสาเหตุอะไรบ้างที่ก่อให้เกิดความก้าวร้าว ให้นักเรียนจำลองเหตุการณ์ที่ก่อให้เกิดพฤติกรรมก้าวร้าว ให้นักเรียนพิจารณาตนเองเมื่อเวลาที่เกิดความก้าวร้าวว่ามีปฏิกิริยา และจะควบคุมตนเองอย่างไรบ้าง |

| ลำดับที่ / ครั้งที่ | ชื่อกิจกรรม | กิจกรรม |
|------------------------|------------------|--|
| | เกมเตย (45 นาที) | <p>1. กิจกรรมการละเล่นพื้นบ้านไทยเตย</p> <p>1.1 ให้หัวหน้าของผู้เล่นทั้ง 2 ฝ่าย ตกลงกันว่าฝ่ายใดจะเป็นฝ่ายรุกและฝ่ายใดจะเป็นฝ่ายรับ เมื่อตกลงกันแล้วให้ฝ่ายรับลงยืนประจำเส้นต่างๆคนละเส้น ให้หัวหน้าของผู้เล่นฝ่ายรับยืนอยู่เส้นหน้าสุด โดยฝ่ายรุกยืนอยู่นอกเส้นด้านนั้น หันหน้าเข้าฝ่ายรับ</p> <p>1.2 เริ่มเล่นโดยหัวหน้าของผู้เล่นฝ่ายรุกแตะมือหัวหน้าของผู้เล่นฝ่ายรับเป็นสัญญาณเริ่มเล่น จากนั้นผู้เล่นฝ่ายรุกทุกคนต้องพยายามวิ่งผ่านเส้นต่างๆจากด้านหน้าไปยังด้านหลังให้พ้นทุกเส้นซึ่งเรียกว่า “การวิ่งลง” เมื่อผ่านเส้นสุดท้ายแล้วจะต้องวิ่งกลับขึ้นมาให้ผ่านเส้นหน้าสุดออกมาด้านหน้าให้ได้ซึ่งเรียกว่า “การวิ่งขึ้น” โดยต้องพยายามมิให้ผู้เล่นฝ่ายรับที่อยู่ประจำตามเส้นต่างๆ แตะตัวได้ ขณะเดียวกันผู้เล่นฝ่ายรับทุกคนที่ยืนรักษาเส้นต่างๆอยู่ก็ต้องพยายามวิ่งไล่แตะผู้เล่นฝ่ายรุกให้ได้แต่ต้องวิ่งบนเส้นที่ตนรับผิดชอบเท่านั้น</p> <p>1.3 ถ้าผู้เล่นฝ่ายรุกถูกผู้เล่นฝ่ายรับคนใดก็ตามแตะตัวผู้เล่นฝ่ายรุกแม้แต่คนเดียวจะถือว่าฝ่ายรุกทั้งหมดตาย หมดสิทธิในการเล่นต้องผลัดเปลี่ยนมาเป็นฝ่ายรับยืนรักษาเส้นต่างๆและให้ฝ่ายรับเดิมเป็นฝ่ายรุกบ้างเมื่อเกิดการตายครั้งใดให้เปลี่ยนหน้าที่กันเช่นนี้</p> <p>1.4 ผู้เล่นฝ่ายรุกคนใดสามารถวิ่งผ่านเส้นต่างๆจากด้านหน้าลงไปยังด้านหลัง และย้อนกลับจากด้านหลังขึ้นมายังด้านหน้า หรือเรียกว่าวิ่งลงวิ่งขึ้นได้โดยไม่ถูกผู้เล่นฝ่ายรับแตะถูกตัว จะถือว่าฝ่ายรุกทั้งฝ่ายเป็นผู้ชนะ</p> |

| สัปดาห์ที่ / ครั้งที่ | ชื่อกิจกรรม | กิจกรรม |
|-----------------------|----------------------------------|--|
| 6/2 | แย้ลงรู (45 นาที) | 1. กิจกรรมการละเล่นพื้นบ้านไทยแย้ลงรู 1.1 ให้ผู้เล่น 3 คน ไปยืนอยู่ที่มุมเชือกคนละด้าน หันหน้าออกไปทางที่ปักธงไว้ แล้วใช้มือจับเชือกมารัดไว้บริเวณเอว ต่างคนต่างคุกเข่าลงในท่าคลาน โนม้มตัวไปข้างหน้าพอให้เชือกตึงไม่หลุดจากเอว 1.2 เมื่อได้ยินสัญญาณเริ่มเล่นให้ผู้เล่นแต่ละคน ออกแรงดึง โดยใช้ท้องดึงเชือก พยายามคลานออกไป ข้างหน้ามุ่งตรงไปยังธงที่อยู่ข้างหน้าตน เอื้อมมือไปคว้าธงให้ได้ 1.3 ผู้เล่นคนใดความตึงขึ้นมาถึงไว้ในมือได้จะเป็นผู้ชนะ |
| | ให้คำปรึกษาและเสริมแรง (15 นาที) | 1. ให้นักเรียนกรอกประวัติพฤติกรรมก้าวร้าวของตัวเองในใบบันทึกเพื่อเป็นข้อมูลให้สามารถวิเคราะห์ได้ 2. เข้ารับคำปรึกษาแนะนำส่วนบุคคล 3. ผู้วิจัย บันทึก ข้อมูล การติดตามผลการปฏิบัติงานของผู้รับคำปรึกษา 4. สร้างกำลังใจในการลดพฤติกรรมก้าวร้าว 5. ให้นักเรียนบันทึกคำชมที่ได้รับ จากใคร 6. ผู้วิจัยตรวจใบบันทึกของนักเรียน |
| | เกมวิ่งสามขา (45 นาที) | 1. กิจกรรมการละเล่นพื้นบ้านไทยวิ่งสามขา 1.1 ผู้เล่นแต่ละคู่ยืนเคียงข้างกัน ใช้ผ้าผูกขาที่ขิดกันคือขาซ้ายของคนข้างขวา และขาขวาของคนข้างซ้ายให้ติดกัน โดยให้ผูกเป็น 2 เปลาะ ที่ได้หัวเข่าเปลาะหนึ่ง และเหนือตาตุ่มอีกเปลาะหนึ่ง ผู้เล่นทั้งคู่จึงมีขาที่ใช้ร่วมกันไว้ให้แน่นแล้วให้ผู้เล่นแต่ละคู่ยืนเตรียมพร้อมอยู่หลังเส้นเริ่ม เป็นแถวหน้ากระดานหันหน้าไปทางเส้นเริ่ม เว้นระยะให้แต่ละคู่ห่างกันประมาณ 2-3 เมตร 1.2 เมื่อได้สัญญาณเริ่มเล่น ให้ผู้เล่นแต่ละคู่วิ่งแข่งกันไปยังเส้นชัย 1.3 ผู้เล่นคู่ใดวิ่งไปถึงเส้นชัยก่อนจะเป็นผู้ชนะ |

| สัปดาห์ที่ / ครั้งที่ | ชื่อกิจกรรม | กิจกรรม |
|---------------------------|---------------------------------|--|
| 6/3 | เกมวิ่งสามขา (45 นาที) | <p>1. กิจกรรมการละเล่นพื้นบ้านไทยวิ่งสามขา</p> <p>1.1 ผู้เล่นแต่ละคูยืนเคียงข้างกัน ใช้ผ้าผูกขาที่ชิดกันคือขาซ้ายของคนข้างขวา และขาขวาของคนข้างซ้ายให้ติดกัน โดยให้ผูกเป็น 2 เปลาะ ที่ได้หัวเข้าเปลาะหนึ่ง และเหนือตาค่อมอีกเปลาะหนึ่ง ผู้เล่นทั้งคู่จึงมีขาที่ไขว่รวมกันไว้ให้แน่นแล้วให้ผู้เล่นแต่ละคูยืนเตรียมพร้อมอยู่หลังเส้นเริ่ม เป็นแถวหน้ากระดานหันหน้าไปทางเส้นเริ่ม เว้นระยะให้แต่ละคูห่างกันประมาณ 2-3 เมตร</p> <p>1.2 เมื่อได้สัญญาณเริ่มเล่น ให้ผู้เล่นแต่ละคูวิ่งแข่งกันไปยังเส้นชัย</p> <p>1.3 ผู้เล่นคูใดวิ่งไปถึงเส้นชัยก่อนจะเป็นผู้ชนะ</p> |
| ประเมินตนเอง (15 นาที) | ประเมินตนเอง (15 นาที) | <p>1. ให้นักเรียนสำรวจพฤติกรรมก้าวร้าวของตนเอง และบุคคลในครอบครัวของนักเรียนว่ามีใครมีพฤติกรรมก้าวร้าวหรือไม่ ถ้ามีบุคคลเหล่านั้นมีบุคลิกลักษณะที่พึงประสงค์หรือไม่อย่างไร</p> <p>2. สังเกตพฤติกรรมก้าวร้าวของตนเองวิเคราะห์ข้อดีของการลดพฤติกรรมก้าวร้าวและเหตุจูงใจที่จะทำให้นักเรียนลดพฤติกรรมก้าวร้าวและบันทึก</p> <p>3. นักเรียนและผู้วิจัยร่วมกันอภิปรายแผนการลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียน และวิเคราะห์ผล</p> |
| 7/1 | การฝึกควบคุมอารมณ์ (15 นาที) | <p>1. อธิบายถึงเหตุการณ์อย่างไรและสาเหตุอะไรบ้างที่ก่อให้เกิดความก้าวร้าว</p> <p>2. ให้นักเรียนจำลองเหตุการณ์ที่ก่อให้เกิดพฤติกรรมก้าวร้าว</p> <p>3. ให้นักเรียนพิจารณาตนเองเมื่อเวลาที่เกิดความก้าวร้าวว่ามีปฏิกิริยา และจะควบคุมตนเองอย่างไรบ้าง</p> |

| ลำดับที่ / ครั้งที่ | ชื่อกิจกรรม | กิจกรรม |
|------------------------|-----------------------------|---|
| | เกมขี่ม้าตาบอด (45 นาที) | <p>1. กิจกรรมการละเล่นพื้นบ้านไทยขี่ม้าตาบอด</p> <p>1.1 ผู้เล่นแต่ละคนคู่ยืนอยู่หลังเส้นเริ่มเป็นระยะห่างเท่าๆกัน หันหน้าไปยังทิศทางที่จะต้องวิ่งไป ผู้เล่นที่มีรูปร่างใหญ่โตกว่าสมมติให้เป็นม้า ส่วนผู้เล่นที่รูปร่างเล็กให้เป็นคนขี่ ให้ผู้เป็นม้าคาบผ้าของตัวเองไว้ในปากปล่อยชายผ้าทั้งสองข้างไว้ที่ริมปากทั้งสองข้าง แล้วใช้ผ้าของคนขี่ผูกตาคนเป็นม้าให้มืด อย่าให้มองเห็น คนขี่ขึ้นขี่หลังคนเป็นม้า ใช้มือทั้งสองข้างจับชายผ้าไว้ข้างละมือคล้ายถือบังเหียน</p> <p>1.2 เมื่อได้สัญญาณเริ่มเล่นให้ผู้เป็นม้าที่ถูกปิดตานั้นวิ่งแข่งกันไปยังเส้นชัยมีคนขี่ม้าเป็นผู้บังคับม้า โดยใช้วิธีการใช้มือดึงผ้าที่ม้าคาบไว้ในปากเป็นสัญญาณชี้ทาง</p> <p>1.3 ผู้ใดไปถึงเส้นชัยก่อนจะเป็นผู้ชนะ</p> |
| 7/2 | เกมแข่งเรือคน (45 นาที) | <p>1. กิจกรรมการละเล่นพื้นบ้านไทยแข่งเรือคน</p> <p>1.1 ผู้เล่นแต่ละฝ่ายคัดเลือกหัวหน้าของแต่ละฝ่ายมาตกลงเกี่ยวกับลำดับการเล่นว่าฝ่ายใดจะได้เล่นก่อน เมื่อทราบแล้วให้หัวหน้าของแต่ละฝ่ายจัดผู้เล่นของตนเองเข้าเป็นแถวตอนเรียงหนึ่ง ให้หัวแถวอยู่ที่เส้นเริ่มหันหน้าไปทางเส้นชัย ระยะระหว่างแถวของแต่ละฝ่ายห่างกันประมาณ 2-3 เมตร แล้วหัวหน้าของแต่ละฝ่ายจัดผู้เล่นของตนเองเข้าเป็นแถวตอนเรียงหนึ่ง ให้หัวแถวอยู่ที่เส้นเริ่มหันหน้าไปทางเส้นชัย ระยะระหว่างแถวของแต่ละฝ่ายห่างกันประมาณ 2-3 เมตร แล้วหัวหน้าของแต่ละฝ่ายจัดผู้เล่นของตนเองให้นั่งเหยียดเท้าต่อกันเป็นแถวตอนให้ปลายเท้าของคนอยู่หัวแถวอยู่ที่เส้นเริ่มพอดี ทั้งสองแถวจะต้องจัดให้ผู้เล่นในแถวของตนนั่งในลักษณะติดต่อกัน จะได้เป็นแถวตอน 2 แถว สมมติว่าเป็นเรือ 2 ลำ โดยผู้เล่นที่เป็นหัวแถวของแต่ละแถวยื่นกำกับอยู่ที่หัวแถวของตนสมมติว่าเป็นนายเรือหรือผู้ควบคุมเรือ</p> |

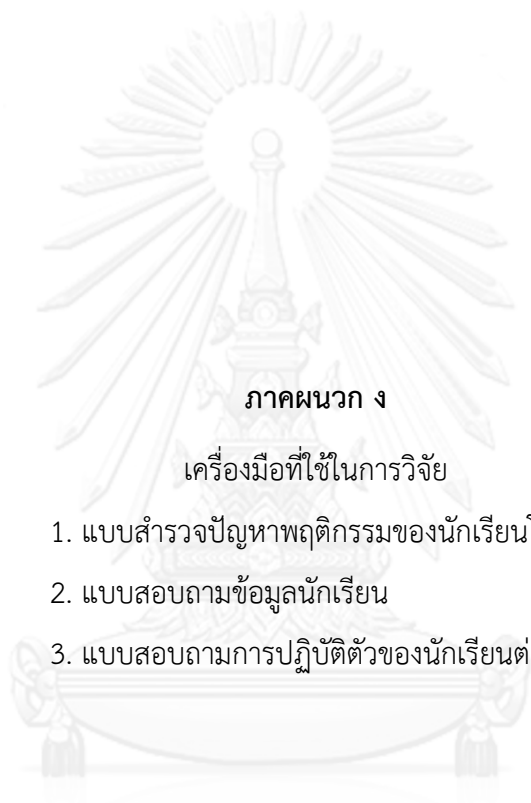
| สัปดาห์ที่ / ครั้งที่ | ชื่อกิจกรรม | กิจกรรม |
|-------------------------------------|----------------------|--|
| ให้คำปรึกษาและเสริมแรง (15 นาที) | | <p>1.2 เมื่อกรรมการให้สัญญาณเริ่มเล่น ให้นายเรือของแถวที่ได้สิทธิ์เล่นก่อนถือไม้ไว้ในมือ เดินไปซ่อนไม้ในมือของตนเองไว้ที่ผู้เล่นในแถวของตนคนใดคนหนึ่ง การซ่อนจะพยายามแสดงอาการหลอกไม่ให้ฝ่ายตรงข้ามรู้ว่า ซ่อนไว้ที่ผู้เล่นคนใดเมื่อซ่อนเสร็จแล้วให้มายืนอยู่ที่หัวแถวของตน จากนั้นจะให้นายเรือของอีกฝ่ายหนึ่งเป็นผู้มาทายว่าไม้นั้นอยู่ที่ผู้เล่นคนใด โดยนายเรือของฝ่ายตรงข้ามสามารถเดินตรวจดูได้ ถ้านายเรือฝ่ายตรงข้ามทายผิดจะถือว่าฝ่ายซ่อนไม้</p> <p>1. ให้นักเรียนกรอกประวัติพฤติกรรมก้าวร้าวของตัวเองในใบบันทึกเพื่อเป็นข้อมูลให้สามารถวิเคราะห์ได้</p> <p>2. เข้ารับคำปรึกษาแนะนำส่วนบุคคล</p> <p>3. ผู้วิจัย บันทึก ข้อมูล การติดตามผลการปฏิบัติงานของผู้รับคำปรึกษา</p> <p>4. สร้างกำลังใจในการลดพฤติกรรมก้าวร้าว</p> <p>5. ให้นักเรียนบันทึกคำชมที่ได้รับ จากใคร เมื่อไหร่ จำนวนกี่ครั้ง</p> <p>6. ผู้วิจัยตรวจใบบันทึกของนักเรียน</p> |
| 7/3 | เกมแคร่หาม (45 นาที) | <p>1. กิจกรรมการละเล่นพื้นบ้านไทยแคร่หาม</p> <p>1.1 ให้ผู้เล่นแต่ละชุดยืนอยู่หลังเส้นเริ่ม หันหน้าไปทางเส้นชัย แต่ละชุดยืนห่างกันประมาณ 2-3 เมตร แต่ละชุดให้ผู้เล่น 2 คน ยืนหันหน้าเข้าหากันให้มือขวาของแต่ละคนจับข้อศอกตรงโคนแขนซ้ายท่อนล่างของตนเองไว้ มือซ้ายจับข้อศอกมือขวาของผู้เล่นอีกคนหนึ่งให้แน่นหนา บริเวณมือที่จับกันไว้นั้นจะเป็นเสมือนแคร่ จากนั้นให้ทั้ง 2 คน ย่อตัวลงให้ผู้เล่นอีกคนหนึ่งขึ้นไปนั่งบนมือที่ประสานไขว้กันเป็นแคร่ โดยทั่วไปจะนั่งห้อยขา ลง ใช้มือทั้งสองข้างจับไหล่ของผู้เล่นที่เป็นแคร่ไว้ จากนั้นให้ผู้เล่นที่เป็นแคร่ยืนขึ้นเตรียมพร้อมอยู่หลังเส้นเริ่ม</p> <p>1.2 เมื่อได้ยินสัญญาณเริ่มแข่งขัน ให้ผู้เล่นแต่ละชุดวิ่งพาแคร่หามไปถึงเส้นชัยให้เร็วที่สุด ชุดใดไปถึงเส้นชัยก่อนจะเป็นผู้ชนะ</p> |

| สัปดาห์ที่ / ครั้งที่ | ชื่อกิจกรรม | กิจกรรม |
|--------------------------|---------------------------------|--|
| | ประเมินตนเอง (15 นาที) | <p>1. ให้นักเรียนสำรวจพฤติกรรมก้าวร้าวของตนเอง และบุคคลในครอบครัวของนักเรียนว่ามีใครมีพฤติกรรมก้าวร้าวหรือไม่ ถ้ามีบุคคลเหล่านั้นมีบุคลิกลักษณะที่พึงประสงค์หรือไม่อย่างไร</p> <p>2. สังเกตพฤติกรรมก้าวร้าวของตนเองวิเคราะห์ข้อดีของการลดพฤติกรรมก้าวร้าวและเหตุจูงใจที่จะทำให้นักเรียนลดพฤติกรรมก้าวร้าวและบันทึก</p> <p>3. นักเรียนและผู้วิจัยร่วมกันอภิปรายแผนการลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียน และวิเคราะห์ผล</p> |
| 8/1 | การฝึกควบคุมอารมณ์ (15 นาที) | <p>1. อธิบายถึงเหตุการณ์อย่างไรและสาเหตุอะไรบ้างที่ก่อให้เกิดความก้าวร้าว</p> <p>2. ให้นักเรียนจำลองเหตุการณ์ที่ก่อให้เกิดพฤติกรรมก้าวร้าว</p> <p>3. ให้นักเรียนพิจารณาตนเองเมื่อเวลาที่เกิดความก้าวร้าวว่ามีปฏิกิริยา และจะควบคุมตนเองอย่างไรบ้าง</p> |
| | เกมงูกินหาง (45 นาที) | <p>1. กิจกรรมการละเล่นพื้นบ้านไทยงูกินหาง</p> <p>1.1 ให้ผู้เล่นยืนต่อกันเป็นแถวตอน คนหลังใช้มือทั้งสองข้างจับเอวคนข้างหน้าไว้ให้แน่น ผู้เล่นจะตกลงกันว่าจะให้ผู้เล่นคนใดอยู่หัวแถวและลำดับถัดไปเรื่อยๆ สมมติให้คนหัวแถวเป็นงู ผู้เล่นในแถวเป็นตัวงู ผู้เล่นหางแถว 4 คน สุดท้ายยเป็นหางงู ผู้เล่นหางแถว 4 คนสุดท้ายจะมีชื่อเรียกเป็นบ่อต่างๆทุกคนโดยจะนับจากหางแถวมาดังนี้</p> <p>คนที่ 1 เรียกว่า “บ่อทอง” (ร้องว่า ย่องไปก็ย่องมา)</p> <p>คนที่ 2 เรียกว่า “บ่อหิน” (ร้องว่า บินไปก็บินมา)</p> <p>คนที่ 3 เรียกว่า “บ่อกรวด” (ร้องว่า พรวดไปก็พรวดมา)</p> <p>คนที่ 4 เรียกว่า “บ่อทราย” (ร้องว่า ย้ายไปก็ย้ายมา)</p> <p>1.2 เมื่อเริ่มเล่นโดยหัวงูจะเดินวนไปวนมา ตัวงูและหางงูจะต้องเดินตามแนวทางที่หัวงูเดินไปโดยตลอด แล้วผู้เป็นหางงูคนสุดท้ายจะต้องร้องว่า “แม่งูเอ๋ย กินน้ำบ่อไหน” หัวงูจะเป็นผู้ตอบเพียงคนเดียว โดยเลือกตอบว่าจะกินน้ำบ่อไหน</p> |

| ลำดับที่ / ครั้งที่ | ชื่อกิจกรรม | กิจกรรม |
|-------------------------------------|------------------------|---|
| | | <p>ซึ่งตนเองพิจารณาแล้วว่าคงจะสามารถไล่จับผู้เล่นที่เป็นทางงูที่มีชื่อตรงกับบ่อที่ตนเลือกได้ ถ้าหัวงูตอบว่า “กินน้ำบ่อทอง” ให้ทุกคนในแถวนอกจากหัวงูร้องพร้อมกันว่า “ย่องไปก็ย่องมา” หัวงูตอบบ่อใดก็ให้ร้องตามเนื้อร้องของบ่อนั้น เมื่อร้องจบ หัวงูจะพยายามวิ่งวนหรือวิ่งไล่จับผู้เล่นที่เป็นทางงู คนที่มีชื่อตรงกับที่หัวงูตอบ ทางงูจะพยายามวิ่งหลบหลีกอย่าให้หัวงูจับตัวได้ แต่ต้องไม่ให้มือหลุดจากแถว</p> <p>1.3 ถ้าหัวงูไล่จับผู้เล่นที่เป็นทางงูนั้นไม่ได้ ให้ทางงูตัวสุดท้ายร้องถามใหม่ หัวงูอาจเปลี่ยนไปกินน้ำบ่ออื่นก็ได้ ซึ่งก็หมายความว่า จะต้องไล่จับงูตัวอื่นบ้าง ถ้าหัวงูไล่จับผู้เล่นที่เป็นทางงูคนที่มีชื่อตรงกับบ่อที่บอกไว้ได้ ทางงูคนนั้นจะต้องออกมาต่อที่หัวแถวเป็นหัวงูแทน คนอื่นในแถวก็จะเลื่อนลำดับโดยอัตโนมัติในการแข่งขันกำหนดไว้ 20 ถึง 30 นาทีต่อครั้ง</p> |
| 8/2 | เกมซ่อนมะนาว (45 นาที) | <p>1. กิจกรรมการละเล่นพื้นบ้านไทยซ่อนมะนาว</p> <p>1.1 ผู้เล่นแต่ละคนถือซ่อนคนละ 1 คัน ในซ่อนมีมะนาววางอยู่คนละ 1 ลูกยืนอยู่ที่หลังเส้นเริ่มเป็นแถวหน้ากระดาน มีระยะห่างกันพอประมาณ</p> <p>1.2 เมื่อได้ยินสัญญาณเริ่มเล่น ให้ผู้เล่นแต่ละคนวิ่งถือซ่อนที่มีมะนาววางอยู่นั้นแข่งกันไปให้ถึงเส้นชัยโดยเร็วที่สุด</p> <p>1.3 ผู้เล่นคนใดไปถึงเส้นชัยก่อนคนอื่นจะเป็นผู้</p> |
| ให้คำปรึกษาและเสริมแรง (15 นาที) | | <p>1. ให้นักเรียนรอกประวัติพฤติกรรมก้าวร้าวของตัวเอง ในใบบันทึกเพื่อเป็นข้อมูลให้สามารถวิเคราะห์ได้</p> <p>2. เข้ารับคำปรึกษาแนะนำส่วนบุคคล</p> <p>3. ผู้วิจัย บันทึก ข้อมูล การติดตามผลการปฏิบัติงานของผู้รับคำปรึกษา</p> <p>4. สร้างกำลังใจในการลดพฤติกรรมก้าวร้าว</p> <p>5. ให้นักเรียนบันทึกคำชมที่ได้รับ จากใคร เมื่อไหร่ จำนวนกี่ครั้ง</p> <p>6. ผู้วิจัยตรวจใบบันทึกของนักเรียน</p> |

| สัปดาห์ที่ / ครั้งที่ | ชื่อกิจกรรม | กิจกรรม |
|--------------------------|--------------------|--|
| 8/3 | เกมชิงธง (45 นาที) | <p>1. กิจกรรมการละเล่นพื้นบ้านไทยชิงธง</p> <p>1.1 ผู้เล่นทั้ง 2 ฝ่าย ยืนเตรียมพร้อมอยู่ในเขตแดนของฝ่ายตน ซึ่งอยู่คนละข้างหันหน้าเข้าหากัน และให้หัวหน้าของผู้เล่นทั้งสองฝ่ายตกลงกันว่าฝ่ายใดจะเป็นฝ่ายเริ่มเล่นก่อน ฝ่ายที่เริ่มเล่นก่อนจะเป็นฝ่ายรุกก่อน</p> <p>1.2 ให้ฝ่ายที่เริ่มเล่นก่อนปรึกษาหารือกันว่า จะส่งผู้เล่นคนใดเข้าไปแย่งชิงธงจากฝ่ายตรงข้าม เมื่อตกลงกันแล้วก็จะส่งผู้เล่นคนหนึ่งเข้าไปในเขตแดนของฝ่ายตรงข้ามเพื่อไปแย่งชิงธงมาให้ได้ ฝ่ายที่เป็นฝ่ายป้องกันก็ต้องพยายามป้องกันธงของตนมิให้ผู้เล่นของฝ่ายตรงข้ามมาแย่งไป โดยการกันจับผู้ที่ถูกรุกเข้ามายังแดนของตน ถ้าสามารถจับผู้บุกรุกและดึงตัวไปจนเลยเส้นหลังของแดนตนได้ จะถือว่าผู้บุกรุกนั้นตาย และต้องออกจากการเล่นไปอยู่นอกสนาม แต่ถ้าไม่สามารถจับตัวผู้บุกรุกไว้ได้ หรือผู้บุกรุกสามารถกลับคืนสู่แดนตนเองได้ ผู้บุกรุกคนนั้นก็ยังคงมีสิทธิได้เล่นต่อไปและยังไม่ตาย</p> <p>1.3 เมื่อผู้เล่นฝ่ายที่เล่นก่อนส่งคนของตนเข้าไปแย่งชิงธงในแดนของฝ่ายตรงข้ามแล้ว ผู้เล่นคนนั้นถูกจับได้ต้องตาย หรือสามารถกลับคืนแดนตนได้ก็ตาม จะถือว่าหมดสิทธิการเล่นเป็นฝ่ายรุก ต้องตกเป็นฝ่ายป้องกันบ้าง โดยต้องผลัดให้อีกฝ่ายหนึ่งส่งผู้เล่นเข้ามาแย่งชิงธงในฝ่ายตนบ้างเป็นการผลัดกันส่งผู้เล่นเข้าไปแย่งชิงธงยังฝ่ายตรงข้ามคนละครั้งเรื่อยไป</p> <p>1.4 ฝ่ายใดสามารถแย่งชิงธงของอีกฝ่ายหนึ่งจนนำเข้ามายังแดนของตนได้จะถือฝ่ายนั้นเป็นฝ่ายชนะ หรือเมื่อหมดเวลาตามที่ตกลงกันไว้แต่ยังไม่สามารถแย่งชิงธงกันได้ ฝ่ายใดเหลือผู้เล่นมากกว่าฝ่ายนั้นจะเป็นผู้ชนะ</p> |

| สัปดาห์ที่ / ครั้งที่ | ชื่อกิจกรรม | กิจกรรม |
|---------------------------|-------------|--|
| ประเมินตนเอง (15 นาที) | | <ol style="list-style-type: none"> 1.ให้นักเรียนสำรวจพฤติกรรมก้าวร้าวของตนเอง และบุคคลในครอบครัวของนักเรียนว่ามีใครมีพฤติกรรมก้าวร้าวหรือไม่ ถ้ามีบุคคลเหล่านั้นมีบุคลิกลักษณะที่พึงประสงค์หรือไม่อย่างไร 2.สังเกตพฤติกรรมก้าวร้าวของตนเองวิเคราะห์ข้อดีของการลดพฤติกรรมก้าวร้าวและเหตุจูงใจที่จะทำให้นักเรียนลดพฤติกรรมก้าวร้าวและบันทึก 3.นักเรียนและผู้วิจัยร่วมกันอภิปรายแผนการลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียน และวิเคราะห์ผล |



ภาคผนวก ง

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. แบบสำรวจปัญหาพฤติกรรมของนักเรียนโดยครู
2. แบบสอบถามข้อมูลนักเรียน
3. แบบสอบถามการปฏิบัติตัวของนักเรียนต่อผู้อื่น

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

แบบสำรวจปัญหาพฤติกรรมนักเรียนโดยครู

แบบสอบถามนี้จัดทำขึ้นเพื่อต้องการสำรวจปัญหาพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียน ท่านที่เป็นครูประจำชั้น ครูประจำวิชา ครูฝ่ายปกครอง หรือครูที่เกี่ยวข้องสามารถตอบคำถามตามสภาพความเป็นจริงหรือตามความคิดเห็นของท่านเอง โดยระบุ ชื่อนักเรียนที่ท่านคิดว่าควรได้รับการปรับปรุงแก้ไขพฤติกรรม และโปรตรระบุพฤติกรรมที่เป็นปัญหาที่ท่านเคยพบเห็นจากนักเรียนคนดังกล่าว

พฤติกรรมก้าวร้าว หมายถึง พฤติกรรมการแสดงออก ซึ่งเป็นพฤติกรรมหรือการกระทำทางกาย และ/หรือวาจา โดยมีเจตนาที่มุ่งทำร้ายให้ผู้อื่นได้รับอันตราย บาดเจ็บหรือเกิดความเสียหายทั้งทางร่างกายและจิตใจ ตลอดจนทรัพย์สินต่างๆ โดยเจตนา เพื่อขจัดความคับข้องใจ ความโกรธ ความเครียดและความรู้สึกไม่พอใจ ทำให้เกิดความเสียหายทั้งต่อผู้กระทำและผู้ถูกกระทำ

1) ความก้าวร้าวทางร่างกาย หมายถึง พฤติกรรมที่ทำให้บุคคลได้รับความบาดเจ็บเสียหายทางร่างกายหรือจิตใจ ซึ่งการทำให้ได้รับความเสียหายทางจิตใจนั้น อาจเป็นการกระทำให้อับอายหรือจิตใจ รวมทั้งพฤติกรรมทำลายสิ่งของ ซึ่งยกเว้นการกระทำตามหน้าที่หรืออุบัติเหตุ เช่น ขวางทางเดิน ชัดขาให้ล้ม ดึง กระชากเสื้อหรือกางเกง เลียนแบบท่าทางความผิดหรือบกพร่องของเพื่อน ขว้างปาของโดนผู้อื่น ริดไถเงิน บังคับให้ทำตาม ถ้าไม่ทำตามก็ทำให้เขาได้รับความบาดเจ็บทางกายหรือจิตใจ ต่อสู้ทำร้ายกันตั้งแต่ 2 คนขึ้นไป ชก ต่อย หยิก ตะ โถบ ผลักโต๊ะ เก้าอี้ให้ล้ม ทบกระຈกให้พัง เขียนคำหยาบลงบนกระดาน

2) ความก้าวร้าวทางวาจา หมายถึง การพูด การใช้วาจา ที่ทำให้บุคคลได้รับความเสียหายทางร่างกาย จิตใจ เช่น การพุดยุแหยให้ทะเลาะ พุดให้ได้รับความเสียหาย พุดจาเยาะเย้ย ถากถาง ดูถูก ดูหมิ่น พุดเสียงดังขัดจังหวะ พุดนินทา ประชดประชัน ด่าชื่อพ่อแม่ผู้อื่นเมื่อโต้เถียงกัน พุดคำหยาบเมื่อโต้เถียงกับผู้อื่น ตวาด ตะคอกผู้อื่น พุดขู่ซึ่งแสดงความก้าวร้าว

เกณฑ์การประเมิน

| | | | | |
|---|---------|--------------------|-----------|---------------|
| 3 | หมายถึง | มีพฤติกรรมก้าวร้าว | 1-2 | ครั้ง/สัปดาห์ |
| 2 | หมายถึง | มีพฤติกรรมก้าวร้าว | 3-5 | ครั้ง/สัปดาห์ |
| 1 | หมายถึง | มีพฤติกรรมก้าวร้าว | มากกว่า 5 | ครั้ง/สัปดาห์ |

ชื่อครูที่ทำการสำรวจ.....

ชื่อนักเรียน.....ชั้น.....

พฤติกรรมที่เป็นปัญหา.....

| รายการประเมิน | ระดับคะแนน | | |
|---|------------|---|---|
| | 1 | 2 | 3 |
| 1) ความก้าวร้าวทางร่างกาย | | | |
| 1.1 ขวางทางเดิน | | | |
| 1.2 ชัดขาให้ล้ม | | | |
| 1.3 ดึง กระชากเสื้อหรือกางเกง | | | |
| 1.4 เขียนคำหยาบลงบนกระดาน | | | |
| 1.5 เลียนแบบท่าทางความผิดหรือบกพร่องของเพื่อน | | | |
| 1.6 ขว้างปาของโดนผู้อื่น | | | |
| 1.7 ริดไถเงิน | | | |
| 1.8 บังคับข่มขู่ให้ทำตาม | | | |
| 1.9 ชก ต่อย หยิก ตะ โถก | | | |
| 1.10 ผลักโต๊ะ เก้าอี้ให้ล้ม ทบกระຈกให้พัง | | | |
| 2) ความก้าวร้าวทางวาจา | | | |
| 2.1 การพูดุแหยให้ทะเลาะ | | | |
| 2.2 พูดจาเยาะเย้ยถากถาง ดูถูก ดูหมิ่น | | | |
| 2.3 พูดเสียงดังขัดจังหวะ | | | |
| 2.4 พูดนินทา | | | |
| 2.5 ประชดประชัน | | | |
| 2.6 ด่าชื่อพ่อแม่ผู้อื่นเมื่อโต้เถียงกัน | | | |
| 2.7 พูดคำหยาบเมื่อโต้เถียงกับผู้อื่น | | | |
| 2.8 ตวาด ตะคอกผู้อื่น | | | |
| 2.9 พูดขู่ซึ่งแสดงความก้าวร้าว | | | |
| 2.10 พูดให้ได้รับความเสียหาย | | | |

แบบสอบถามข้อมูลนักเรียน

คำชี้แจง โปรดเติมคำ/ข้อความในช่องว่าง หรือใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง ตามความเป็นจริง

ข้อมูลทั่วไป

1.1 ข้อมูลส่วนตัว

อายุ.....ปี

สถานภาพของครอบครัว

บิดา-มารดา อยู่ร่วมกัน บิดาถึงแก่กรรม มารดาถึงแก่กรรม

หย่าร้าง แยกกันอยู่

อาชีพบิดา – มารดา/ผู้ปกครอง

รับราชการ เกษตรกร ค้าขาย

รับจ้าง อื่น ๆ

(ระบุ).....

1.2 ข้อมูลเกี่ยวกับพฤติกรรมของนักเรียน

1.2.1 นักเรียนเคยมีปัญหาเกี่ยวกับเพื่อนหรือบุคคลอื่นหรือไม่

เคย ไม่เคยมี (ถ้ามีระบุ).....

1.2.2 ขณะที่นักเรียนมีความขัดแย้งกับคนอื่น นักเรียนควบคุมตัวเองได้หรือไม่

ควบคุมได้ดี ควบคุมได้ปานกลาง ควบคุมได้น้อย ควบคุมไม่ได้เลย

1.2.3 ขณะที่นักเรียนมีความขัดแย้งกับผู้อื่น นักเรียนมีอารมณ์โกรธมากน้อยแค่ไหน

โกรธมาก โกรธปานกลาง โกรธเล็กน้อย ไม่โกรธเลย

1.2.4 ถ้านักเรียนมีความขัดแย้งกับเพื่อนที่โรงเรียน นักเรียนจะบอกใคร

บอกครู บอกผู้ปกครอง บอกเพื่อน ไม่บอกใครเลย

1.2.5 เมื่อนักเรียนมีปัญหาหรือความขัดแย้งกับผู้อื่น นักเรียนจะทำอย่างไร

ตอบโต้ทันที เก็บความรู้สึกไว้ เฉยๆ ไม่ทำอะไรเลย

แบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าว

แบบสอบถามการปฏิบัติตัวของนักเรียนต่อผู้อื่น

แบบสอบถามฉบับนี้สร้างขึ้นเพื่อรวบรวมข้อเท็จจริงเกี่ยวกับ “การปฏิบัติตัวของนักเรียนต่อผู้อื่น” ข้อเท็จจริงที่ได้จากคำตอบของนักเรียน จะเป็นประโยชน์ในการศึกษาเป็นอย่างยิ่ง คำตอบแต่ละข้อของนักเรียนจะไม่มีข้อใดถูก ข้อใดผิดเพราะคำตอบของแต่ละคนตอบตามสภาพความเป็นจริง อาจจะแตกต่างกันได้ จึงใคร่ขอให้ให้นักเรียนตอบตามสภาพความเป็นจริงทุกข้อ ผู้วิจัยขอขอบคุณนักเรียนทุกคนที่ให้ความร่วมมือในการตอบ

คำชี้แจงในการตอบแบบสอบถาม

1. แบบสอบถามมีทั้งหมด 45 ข้อ แต่ละข้อจะเป็นสถานการณ์ระหว่างนักเรียนกับผู้อื่น แต่ละสถานการณ์จะแสดงถึงวิธีการปฏิบัติตัวของนักเรียนทั้งในอดีตและปัจจุบัน
2. วิธีตอบแบบสอบถาม ให้นักเรียนระลึกถึงเหตุการณ์ระหว่างตัวนักเรียนกับผู้อื่นในช่วง 1 เดือนที่ผ่านมาจนถึงปัจจุบันว่านักเรียนปฏิบัติตัวต่อผู้อื่นอย่างไร แล้วให้ทำเครื่องหมาย ✓ ลงในคำตอบที่ตรงกับความเป็นจริงมากที่สุด ข้อละ 1 คำตอบและขอให้นักเรียนตอบทุกข้อ

หลักเกณฑ์ในการตอบแบบสอบถามมีดังนี้

ถ้าข้อความใดเกิดขึ้นตรงกับความเป็นจริง 6-10 ครั้ง ใน 10 ครั้ง หรือกล่าวได้ว่า เกิดขึ้นทุกครั้ง ในนักเรียนทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง “ทำเป็นประจำ”

ถ้าข้อความใดเกิดขึ้นตรงกับความเป็นจริง 1-5 ครั้ง ใน 10 ครั้ง ให้นักเรียนทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง “ทำค่อนข้างบ่อย”

ถ้าข้อความใดเป็นเหตุการณ์ที่ไม่เคยเกิดขึ้นเลย ให้นักเรียนทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง “ไม่เคยทำเลย”

ตัวอย่าง

| วิธีที่นักเรียนปฏิบัติต่อผู้อื่น | ทำเป็นประจำ | ทำค่อนข้างบ่อย | ไม่เคยทำเลย |
|---|-------------|----------------|-------------|
| 0 ถ้าเพื่อนมาเหยียดฉัน ฉันจะโกรธ และ ชู่อวด | | ✓ | |

| ข้อ | วิธีที่นักเรียนปฏิบัติต่อผู้อื่น | ทำเป็นประจำ | ทำค่อนข้างบ่อย | ไม่เคยทำเลย |
|-----|--|-------------|----------------|-------------|
| 1. | เมื่อมีเรื่องขัดแย้งกับเพื่อนฉันมักจะโต้เถียงเพื่อเอาชนะ | | | |
| 2. | ถ้าครูหรือผู้ใหญ่สั่งให้ทำในสิ่งที่ฉันไม่พอใจ ฉันจะขัดขืนไม่ทำตาม | | | |
| 3. | ถ้าฉันไม่พอใจเพื่อนหรือผู้อื่น ฉันจะพูดประชดเพื่อให้เห็นแก่ตัว | | | |
| 4. | ฉันเคยทำเสียงดังรบกวน แสดงความไม่พอใจขณะที่ครูกำลังสอน | | | |
| 5. | เมื่อมีใครห้ามฉันไม่ให้ทำบางสิ่ง แต่ฉันยังทำสิ่งนั้น ฉันมักจะพูดย้อนว่าเขากลับไปเสมอ | | | |
| 6. | เมื่อฉันทำผิดและไม่อยากให้ผู้อื่นรู้ ฉันจะพูดโกหก | | | |
| 7. | ฉันจะพูดจาเยาะเย้ยผู้ที่เคยตำหนิความผิดพลาดของฉัน ถ้าเขาทำผิดพลาดบ้าง | | | |
| 8. | ฉันมักล้อชื่อพ่อแม่เพื่อน เพราะสนุกดี | | | |
| 9. | ฉันจะพูดยั่วให้เพื่อนโกรธเพราะสนุกดี | | | |
| 10. | เมื่อเพื่อนทำให้ฉันโกรธ ฉันจะพูดจาข่มขู่เพื่อน | | | |
| 11. | ฉันจะพูดคำหยาบหรือด่าเมื่อฉันไม่พอใจใคร | | | |
| 12. | ถ้าฉันไม่ชอบเพื่อนคนไหน ฉันจะพูดจาสบประมาทให้เขาเจ็บใจ | | | |
| 13. | ฉันมักจะตั้งฉายาเพื่อนคนที่มีปมด้อยในเรื่องต่างๆ | | | |
| 14. | ถ้าใครทำให้ฉันอับอายหรือโกรธแค้นฉันจะแก้แค้นด้วยการพูดให้เขาอับอาย | | | |
| 15. | ถ้าฉันถูกผู้ใหญ่ลงโทษโดยฉันคิดว่าฉันไม่ผิด ฉันจะโต้เถียง | | | |
| 16. | ถ้าคนอื่นมาพูดไม่ดีกับฉัน ฉันจะโต้กลับทันทีด้วยคำพูดไม่ดีเช่นกัน | | | |
| 17. | ฉันมักจะใช้คำหยาบคายพูดระบายเมื่อเกิดความไม่พอใจ | | | |
| 18. | ฉันเคยทำท่าทางล้อเลียนข้อบกพร่องของเพื่อน เพื่อยั่วให้เขาโกรธ | | | |

| ข้อ | วิธีที่นักเรียนปฏิบัติต่อผู้อื่น | ทำเป็นประจำ | ทำค่อนข้างบ่อย | ไม่เคยทำเลย |
|-----|--|-------------|----------------|-------------|
| 19. | ถ้าฉันไม่พอใจใคร ฉันจะแสดงอาการกระแทกของให้มีเสียงดังต่อหน้าเขา | | | |
| 20. | ถ้าเพื่อนแกล้งขวางทางเดินฉันจะผลักให้เพื่อนพันทางเดิน | | | |
| 21. | ฉันจะขว้างของที่อยู่ในมือใส่คนที่มาทำร้ายฉันก่อน | | | |
| 22. | ฉันเคยมีเรื่องทะเลาะเบาะแว้งกับผู้อื่นจนชกต่อย ตบตีกัน | | | |
| 23. | ฉันเคยแกล้งเพื่อน (เช่น ชักขยให้ล้ม ดึงผม หรือทำให้เดือดร้อนรำคาญ) เพราะสนุกดี | | | |
| 24. | บางครั้งฉันเคยแกล้งผู้ที่อ่อนแอกว่า (เช่น ขวางทางเดิน) | | | |
| 25. | ถ้าใครหัวเราะเมื่อฉันทำผิด ฉันจะไปพูดทำร้ายจิตใจเขา | | | |
| 26. | ถ้าใครตั้งใจทำให้ฉันได้รับความอับอาย ฉันจะต้องทำให้เขาได้รับความบาดเจ็บ | | | |
| 27. | ถ้าครูหรือผู้ใหญ่ห้ามโดยไม่มีเหตุผล ฉันจะทำสิ่งที่ถูกห้ามนั้น | | | |
| 28. | ถ้าฉันต้องถูกลงโทษโดยไม่มีเหตุผล ฉันจะแสดงท่าที่ไม่พอใจ โดยทำลายสิ่งของ | | | |
| 29. | เมื่อมีความขัดแย้งกับผู้อื่นและถูกทำร้ายให้ต่อสู้กัน ฉันก็จะไม่ปฏิเสธ | | | |
| 30. | ถ้าฉันไม่พอใจการกระทำของใครบางคน ฉันเคยทำต่อสู้อกับเขา | | | |
| 31. | ฉันจะขว้างปาสิ่งของใส่คนที่ทำให้ฉันโกรธมาก | | | |
| 32. | ถ้าฉันถูกดูต่ำ ฉันจะระบายความโกรธด้วยการทำลายสิ่งของส่วนรวมให้เสียหาย | | | |
| 33. | ฉันเคยข่มขู่เพื่อนเพื่อเอาของที่ต้องการจากเขา | | | |

| ข้อ | วิธีที่นักเรียนปฏิบัติต่อผู้อื่น | ทำเป็นประจำ | ทำค่อนข้างบ่อย | ไม่เคยทำเลย |
|-----|--|-------------|----------------|-------------|
| 34. | ฉันจะสั่งให้รุ่นน้องนำของที่ฉันต้องการมาให้ฉัน | | | |
| 35. | เมื่อพบกับบางคนที่ไม่ชอบหน้ากัน บางครั้งเคยแหย่ให้เขาไม่พอใจ | | | |
| 36. | ฉันเคยแกล้งให้รุ่นน้องทำในสิ่งที่เข่าบอาย | | | |
| 37. | ฉันเคยนำสิ่งของของเพื่อนไปซ่อน เพื่อให้เพื่อนอารมณ์เสีย | | | |
| 38. | ฉันแอบเอาสิ่งของที่เพื่อนเกลียดกลัวใส่ในกระเป๋าหรือโต๊ะของเขา เพราะความสนุก | | | |
| 39. | ฉันเขียนคำหยาบคายบนโต๊ะหรือผนังเพื่อระบายความคับแค้นใจ | | | |
| 40. | เมื่อฉันเกิดความโกรธแค้น ฉันเคยทำของส่วนรวมเสียหาย | | | |
| 41. | ฉันเคยเขียนว่าใครบางคนที่ไม่พอใจในสถานที่สาธารณะ เช่น ห้องน้ำ เพราะจะไม่มีใครรู้ | | | |
| 42. | ฉันเคยหยอกล้อเล่นกับเพื่อนแล้วได้รับบาดเจ็บ ฉันควบคุมความโกรธไม่ได้ ต้องทำให้เขาบาดเจ็บคืน | | | |
| 43. | เมื่อฉันมีความคิดเห็นไม่ตรงกับผู้อื่น ฉันจะพูดประชดเขา | | | |
| 44. | หากมีกรณีขัดแย้งกับผู้อื่น ฉันจะแก้ปัญหาด้วยการใช้กำลังตัดสิน | | | |
| 45. | เมื่อไม่พอใจผู้อื่น ฉันจะทำให้เสียผ้าหรือสมุดของเขาเพราะแค้น | | | |



ภาคผนวก จ

การวิเคราะห์คุณภาพเครื่องมือ

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

ผลการตรวจสอบของผู้เชี่ยวชาญ

โปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพโดยใช้เกมการเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าว

| รายการประเมิน | ผู้เชี่ยวชาญ (R) | | | | | ผลรวม | ค่า IOC | แปลผล |
|---|------------------|---------|---------|---------|---------|-------|---------|--------|
| | คนที่ 1 | คนที่ 2 | คนที่ 3 | คนที่ 4 | คนที่ 5 | | | |
| 1. ความเหมาะสมของโปรแกรมการส่งเสริมโดยใช้เกมการเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าว | | | | | | | | |
| 1.1 จำนวนกิจกรรม 4 กิจกรรม | 0 | 1 | 1 | 1 | 1 | 4 | 0.8 | ใช้ได้ |
| 1.2 จำนวนครั้งของการจัดกิจกรรม 48 ครั้ง | 0 | 1 | 1 | 1 | 1 | 4 | 0.8 | ใช้ได้ |
| 1.3 ระยะเวลาในการจัดกิจกรรม 8 สัปดาห์ | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1 | ใช้ได้ |
| 2. ความเหมาะสมของกิจกรรมที่ 1 รับรู้ข้อมูล | | | | | | | | |
| 2.1 จำนวนครั้งของการจัดกิจกรรม 8 ครั้ง | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1 | ใช้ได้ |
| 2.2 ระยะเวลาในการจัดกิจกรรม 15 นาที | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1 | ใช้ได้ |
| 3. ความเหมาะสมของกิจกรรมที่ 2 การเล่นพื้นบ้านไทย | | | | | | | | |
| 3.1 จำนวนครั้งของการจัดกิจกรรม 24 ครั้ง | 0 | 1 | 1 | 1 | 1 | 4 | 0.8 | ใช้ได้ |
| 3.2 ระยะเวลาในการจัดกิจกรรม 45 นาที | 0 | 1 | 1 | 1 | 1 | 4 | 0.8 | ใช้ได้ |
| 4. ความเหมาะสมของกิจกรรมที่ 3 ประเมินตนเอง | | | | | | | | |
| 4.1 จำนวนครั้งของการจัดกิจกรรม 8 ครั้ง | 0 | 1 | 1 | 1 | 1 | 4 | 0.8 | ใช้ได้ |
| 4.2 ระยะเวลาในการจัดกิจกรรม 15 นาที | 0 | 1 | 1 | 1 | 1 | 4 | 0.8 | ใช้ได้ |
| 5. ความเหมาะสมของกิจกรรมที่ 4 ให้คำปรึกษาและเสริมแรง | | | | | | | | |
| 5.1 จำนวนครั้งของการจัดกิจกรรม 8 ครั้ง | 0 | 1 | 0 | 1 | 1 | 4 | 0.8 | ใช้ได้ |
| 5.2 ระยะเวลาในการจัดกิจกรรม 15 นาที | 0 | 0 | 1 | 1 | 1 | 3 | 0.6 | ใช้ได้ |
| รวม | | | | | | | 0.84 | ใช้ได้ |

แบบสำรวจปัญหาพฤติกรรมนักเรียนโดยครู

| รายการประเมิน | ผู้เชี่ยวชาญ (R) | | | | | ผลรวม | ค่า IOC | แปลผล |
|---|------------------|---------|---------|---------|---------|-------|---------|--------|
| | คนที่ 1 | คนที่ 2 | คนที่ 3 | คนที่ 4 | คนที่ 5 | | | |
| 1) ความก้าวร้าวทางร่างกาย | | | | | | | | |
| 1.1 ขวางทางเดิน | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1 | ใช้ได้ |
| 1.2 ขัดขาให้ล้ม | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1 | ใช้ได้ |
| 1.3 ดึง กระชากเสื้อหรือกางเกง กระชากคอเสื้อ | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1 | ใช้ได้ |
| 1.4 เขียนคำหยาบลงบนกระดาน | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1 | ใช้ได้ |
| 1.5 เลียนแบบท่าทางความผิดหรือบกพร่องของเพื่อน | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 4 | 1 | ใช้ได้ |
| 1.6 ขว้างปาของโดนผู้อื่น ขว้างปาลงพื้น | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1 | ใช้ได้ |
| 1.7 ริดไถเงิน | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1 | ใช้ได้ |
| 1.8 บังคับข่มขู่ให้ทำตาม | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1 | ใช้ได้ |
| 1.9 ชก ต่อย หยิก เตะ ถีบ | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1 | ใช้ได้ |
| 1.10 ผลักโต๊ะ เก้าอี้ให้ล้ม ทบกระຈกให้พัง | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1 | ใช้ได้ |
| 2) ความก้าวร้าวทางวาจา | | | | | | | | |
| 2.1 การพุดูเหยียดให้ทะเลาะ | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1 | ใช้ได้ |
| 2.2 พุดจาเยาะเย้ยถากถาง ดูถูก ดูหมิ่น | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1 | ใช้ได้ |
| 2.3 พุดเสียงดังขัดจังหวะ | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1 | ใช้ได้ |
| 2.4 พุดนินทา | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1 | ใช้ได้ |
| 2.5 ประชดประชัน | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1 | ใช้ได้ |
| 2.6 ด่าชื่อพ่อแม่ผู้อื่นเมื่อโต้เถียงกัน | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1 | ใช้ได้ |
| 2.7 พุดคำหยาบเมื่อโต้เถียงกับผู้อื่น | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1 | ใช้ได้ |
| 2.8 ตวาด ตะคอกผู้อื่น | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1 | ใช้ได้ |
| 2.9 พุดข่มขู่ผู้อื่น | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1 | ใช้ได้ |
| 2.10 พุดให้ผู้อื่นได้รับความเสียหาย | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1 | ใช้ได้ |
| รวม | | | | | | | 1 | ใช้ได้ |

แบบสอบถามข้อมูลนักเรียน

| รายการประเมิน | ผู้เชี่ยวชาญ (R) | | | | | ผลรวม | ค่า IOC | แปลผล |
|---|------------------|---------|---------|---------|---------|-------|---------|--------|
| | คนที่ 1 | คนที่ 2 | คนที่ 3 | คนที่ 4 | คนที่ 5 | | | |
| ข้อมูลส่วนตัว | | | | | | | | |
| อายุ.....ปี | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1 | ใช้ได้ |
| สถานภาพของครอบครัว <input type="checkbox"/> บิดา-มารดา อยู่รวมกัน <input type="checkbox"/> บิดาถึงแก่กรรม <input type="checkbox"/> มารดาถึงแก่กรรม <input type="checkbox"/> หย่าร้าง <input type="checkbox"/> แยกกันอยู่ | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1 | ใช้ได้ |
| อาชีพบิดา – มารดา/ผู้ปกครอง <input type="checkbox"/> รับราชการ <input type="checkbox"/> เกษตรกร <input type="checkbox"/> ค้าขาย <input type="checkbox"/> รับจ้าง <input type="checkbox"/> อื่น ๆ (ระบุ)..... | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1 | ใช้ได้ |
| ข้อมูลเกี่ยวกับพฤติกรรมของนักเรียน | | | | | | | | |
| นักเรียนเคยมีปัญหาเกี่ยวกับเพื่อนหรือบุคคลอื่นหรือไม่ <input type="checkbox"/> ไม่เคยมีเคย <input type="checkbox"/> เคย (ถ้ามีระบุ)..... | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1 | ใช้ได้ |
| ขณะที่นักเรียนมีความขัดแย้งกับคนอื่น นักเรียนควบคุมตัวเองได้หรือไม่ <input type="checkbox"/> ควบคุมได้ดี <input type="checkbox"/> ควบคุมได้ปานกลาง <input type="checkbox"/> ควบคุมได้น้อย <input type="checkbox"/> ควบคุมไม่ได้เลย | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1 | ใช้ได้ |
| ขณะที่นักเรียนมีความขัดแย้งกับผู้อื่น นักเรียนมีอารมณ์โกรธมากน้อยแค่ไหน <input type="checkbox"/> โกรธมาก <input type="checkbox"/> โกรธปานกลาง <input type="checkbox"/> โกรธเล็กน้อย <input type="checkbox"/> ไม่โกรธเลย | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1 | ใช้ได้ |
| ถ้านักเรียนมีความขัดแย้งกับเพื่อนที่โรงเรียน นักเรียนจะบอกใคร (ระบุได้มากกว่า1ข้อ) <input type="checkbox"/> บอกครู <input type="checkbox"/> บอกผู้ปกครอง <input type="checkbox"/> บอกเพื่อน <input type="checkbox"/> ไม่บอกใครเลย | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1 | ใช้ได้ |
| เมื่อนักเรียนมีปัญหาหรือความขัดแย้งกับผู้อื่น นักเรียนจะทำอย่างไร <input type="checkbox"/> ตอบโต้ทันที <input type="checkbox"/> เก็บความรู้สึกไว้ <input type="checkbox"/> เฉยๆ <input type="checkbox"/> ไม่ทำอะไรเลย | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1 | ใช้ได้ |
| รวม | | | | | | | 1 | ใช้ได้ |

แบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าว

| | | ผู้เชี่ยวชาญ (R) | | | | | ผลรวม | ค่า IOC | แปลผล |
|----|--|------------------|---------|---------|---------|---------|-------|---------|--------|
| | | คนที่ 1 | คนที่ 2 | คนที่ 3 | คนที่ 4 | คนที่ 5 | | | |
| 1 | เมื่อมีเรื่องขัดแย้งกับเพื่อนฉันมักจะโต้เถียงเพื่อเอาชนะ | 1 | 0 | 1 | 1 | 1 | 5 | 0.8 | ใช้ได้ |
| 2 | ถ้าครูหรือผู้ใหญ่สั่งให้ทำในสิ่งที่ฉันไม่พอใจ ฉันจะขัดขืนไม่ทำตาม | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1 | ใช้ได้ |
| 3 | ถ้าฉันไม่พอใจเพื่อนหรือผู้อื่น ฉันจะพูดประชดเพื่อให้เขาารู้ตัว | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1 | ใช้ได้ |
| 4 | ฉันเคยทำเสียงดังรบกวนและแสดงความไม่พอใจในขณะที่ครูกำลังสอน | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1 | ใช้ได้ |
| 5 | เมื่อมีใครห้ามฉันไม่ให้ทำบางสิ่ง แต่ฉันยังทำสิ่งนั้น ฉันมักจะพูดย้อนว่าเขากลับไปเสมอ | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1 | ใช้ได้ |
| 6 | เมื่อฉันทำผิดและไม่อยากให้ผู้อื่นรู้ ฉันจะพูดโกหก | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1 | ใช้ได้ |
| 7 | ฉันจะพูดจาเยาะเย้ยผู้ที่เคยตำหนิความผิดพลาดของฉัน ถ้าเขาทำผิดพลาดบ้าง | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1 | ใช้ได้ |
| 8 | ฉันมักล้อชื่อพ่อแม่เพื่อน เพราะสนุกดี | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1 | ใช้ได้ |
| 9 | ฉันจะพูดยั่วให้เพื่อนโกรธเพราะสนุกดี | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1 | ใช้ได้ |
| 10 | เมื่อเพื่อนทำให้ฉันโกรธ ฉันจะพูดจาข่มขู่เพื่อน | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1 | ใช้ได้ |
| 11 | ฉันจะพูดคำหยาบหรือคำเมื่อฉันไม่พอใจใคร | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1 | ใช้ได้ |
| 12 | ถ้าฉันไม่ชอบเพื่อนคนไหน ฉันจะพูดจาสบประมาทให้เขาเจ็บใจ | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1 | ใช้ได้ |
| 13 | ฉันมักจะตั้งฉายาเพื่อนคนที่มีบวมด้อยในเรื่องต่างๆ | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1 | ใช้ได้ |
| 14 | ถ้าใครทำให้ฉันอับอายหรือโกรธเคืองฉัน จะแก้แค้นด้วยการพูดให้เขาอับอาย | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1 | ใช้ได้ |

| | | ผู้เชี่ยวชาญ (R) | | | | | ผลรวม | ค่า IOC | แปลผล |
|----|--|------------------|---------|---------|---------|---------|-------|---------|--------|
| | | คนที่ 1 | คนที่ 2 | คนที่ 3 | คนที่ 4 | คนที่ 5 | | | |
| 15 | ถ้าฉันถูกผู้ใหญ่ลงโทษโดยฉันคิดว่าฉันไม่ผิด ฉันจะโต้เถียง | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1 | ใช้ได้ |
| 16 | ถ้าคนอื่นมาพูดไม่ดีกับฉัน ฉันจะโต้กลับทันทีด้วยคำพูดไม่ดีเช่นกัน | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1 | ใช้ได้ |
| 17 | ฉันมักจะใช้คำหยาบคายพูดระบายเมื่อเกิดความไม่พอใจ | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1 | ใช้ได้ |
| 18 | ฉันเคยทำท่าทางล้อเลียนข้อบกพร่องของเพื่อน เพื่อยั่วให้เขาโกรธ | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1 | ใช้ได้ |
| 19 | ถ้าฉันไม่พอใจใคร ฉันจะแสดงอาการกระแทกของให้มีเสียงดังต่อหน้าเขา | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1 | ใช้ได้ |
| 20 | ถ้าเพื่อนแกล้งขวางทางเดินฉันจะผลักให้เพื่อนพ้นทางเดิน | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1 | ใช้ได้ |
| 21 | ฉันจะขว้างของที่อยู่ในมือใส่คนที่มาทำร้ายฉันก่อน | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1 | ใช้ได้ |
| 22 | ฉันเคยมีเรื่องทะเลาะเบาะแว้งกับผู้อื่นจนชกต่อย ตบตีกัน | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1 | ใช้ได้ |
| 23 | ฉันเคยแกล้งเพื่อน (เช่น ขัดขาให้ล้ม ดึงผม หรือทำให้เดือดร้อนรำคาญ) เพราะสนุกดี | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1 | ใช้ได้ |
| 24 | บางครั้งฉันเคยแกล้งผู้ที่อ่อนแอกว่า (เช่น ขวางทางเดิน) | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1 | ใช้ได้ |
| 25 | ถ้าใครหัวเราะเมื่อฉันทำผิด ฉันจะไปพูดทำร้ายจิตใจเขา | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1 | ใช้ได้ |
| 26 | ถ้าใครตั้งใจทำให้ฉันได้รับความอับอาย ฉันจะต้องทำให้เขาได้รับความบาดเจ็บ | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1 | ใช้ได้ |
| 27 | ถ้าครูหรือผู้ใหญ่ห้ามโดยไม่มีเหตุผล ฉันจะทำสิ่งที่ถูกห้ามนั้น | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1 | ใช้ได้ |

| | | ผู้เชี่ยวชาญ (R) | | | | | ผลรวม | ค่า IOC | แปลผล |
|----|--|------------------|---------|---------|---------|---------|-------|---------|--------|
| | | คนที่ 1 | คนที่ 2 | คนที่ 3 | คนที่ 4 | คนที่ 5 | | | |
| 28 | ถ้าฉันต้องถูกลงโทษโดยไม่มีเหตุผล ฉันจะแสดงท่าทีไม่พอใจ โดยทำลายสิ่งของ | 1 | 0 | 1 | 1 | 1 | 4 | 0.8 | ใช้ได้ |
| 29 | เมื่อมีความขัดแย้งกับผู้อื่นและถูกท้าทายให้ต่อสู้กัน ฉันก็จะไม่ปฏิเสธ | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1 | ใช้ได้ |
| 30 | ถ้าฉันไม่พอใจการกระทำของใครบางคน ฉันเคยทำต่อสู้กับเขา | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1 | ใช้ได้ |
| 31 | ฉันจะขว้างปาสิ่งของใส่คนที่ทำให้ฉันโกรธมาก | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1 | ใช้ได้ |
| 32 | ถ้าฉันถูกดุด่า ฉันจะระบายความโกรธด้วยการทำลายสิ่งของส่วนรวมให้เสียหาย | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1 | ใช้ได้ |
| 33 | ฉันเคยข่มขู่เพื่อนเพื่อเอาของที่ฉันต้องการจากเขา | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1 | ใช้ได้ |
| 34 | ฉันจะสั่งให้รุ่นน้องนำของที่ฉันต้องการมาให้ฉัน | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1 | ใช้ได้ |
| 35 | เมื่อพบกับบางคนที่ไม่ชอบหน้ากัน บางครั้งเคยแหย้ให้เขาไม่พอใจ | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1 | ใช้ได้ |
| 36 | ฉันเคยแกล้งให้รุ่นน้องทำในสิ่งที่เขาอาย | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1 | ใช้ได้ |
| 37 | ฉันเคยนำสิ่งของของเพื่อนไปซ่อนเพื่อให้เพื่อนอารมณ์เสีย | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1 | ใช้ได้ |
| 38 | ฉันแอบเอาสิ่งที่เพื่อนเกลียดกลัวใส่ในกระเป๋าหรือโต๊ะของเขา | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1 | ใช้ได้ |
| 39 | ฉันเขียนคำหยาบคายบนโต๊ะหรือผนังเพื่อระบายความคับแค้นใจ | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1 | ใช้ได้ |
| 40 | เมื่อฉันเกิดความโกรธแค้น ฉันเคยทำของส่วนรวมเสียหาย | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1 | ใช้ได้ |

| | | ผู้เชี่ยวชาญ (R) | | | | | ผลรวม | ค่า IOC | แปลผล |
|----|--|------------------|---------|---------|---------|---------|-------|---------|--------|
| | | คนที่ 1 | คนที่ 2 | คนที่ 3 | คนที่ 4 | คนที่ 5 | | | |
| 41 | ฉันเคยเขียนว่าใครบางคนที่ฉันไม่พอใจในสถานที่สาธารณะ เช่น ห้องน้ำ เพราะจะไม่มีใครรู้ | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1 | ใช้ได้ |
| 42 | ฉันเคยหยอกล้อเล่นกับเพื่อนแล้วได้รับบาดเจ็บ ฉันควบคุมความโกรธไม่ได้ ต้องทำให้เขาบาดเจ็บคืน | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1 | ใช้ได้ |
| 43 | เมื่อฉันมีความคิดเห็นไม่ตรงกับผู้อื่น ฉันจะพูดประชดเขา | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1 | ใช้ได้ |
| 44 | หากมีกรณีขัดแย้งกับผู้อื่น ฉันจะแก้ปัญหาด้วยการใช้กำลังตัดสิน | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1 | ใช้ได้ |
| 45 | เมื่อไม่พอใจผู้อื่น ฉันจะทำให้เสียผ้าหรือสมุดของเขาเพราะเพื่อน | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1 | ใช้ได้ |
| | รวม | | | | | | | 0.99 | ใช้ได้ |



ภาคผนวก ฉ
ภาพกิจกรรมการเก็บข้อมูล

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

ประมวลภาพการเก็บข้อมูล

1. กิจกรรมรับรู้ข้อมูล



กิจกรรมรับรู้ข้อมูล



กิจกรรมรับรู้ข้อมูล

2. กิจกรรมเกมการเล่นพื้นบ้านไทย



ตัวอย่าง กิจกรรมเกมการเล่นพื้นบ้านไทย



ตัวอย่าง กิจกรรมเกมการเล่นพื้นบ้านไทย

3. กิจกรรมประเมินตนเอง



กิจกรรมประเมินตนเองสัปดาห์ละ 1 ครั้ง



กิจกรรมประเมินตนเองสัปดาห์ละ 1 ครั้ง

4. กิจกรรมให้คำปรึกษาและเสริมแรง



กิจกรรมให้คำปรึกษาสำหรับนักเรียนที่มีปัญหาพฤติกรรมก้าวร้าว



กิจกรรมเสริมแรงสำหรับนักเรียนที่ลดพฤติกรรมก้าวร้าวได้มากที่สุดในแต่ละสัปดาห์

ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์

ชื่อ นายจักรี ออย่าเสียดัตย์

วัน/เดือน/ปี เกิด วันที่ 6 เมษายน พ.ศ. 2533

ที่อยู่ปัจจุบัน 1/57 ถนนเทศบาล 3 ตำบล ในเมือง อำเภอเมือง จังหวัด สุรินทร์ 32000

การศึกษา

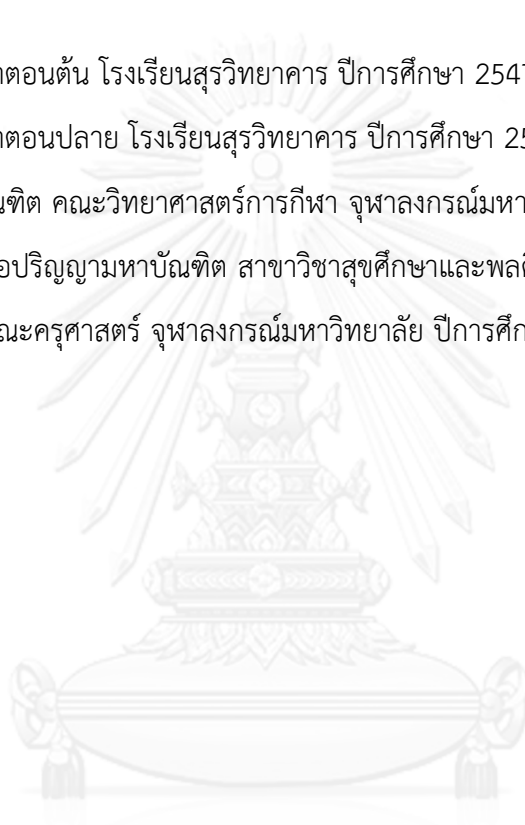
มัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนสุรวิทยาคาร ปีการศึกษา 2547

มัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสุรวิทยาคาร ปีการศึกษา 2550

ปริญญาบัณฑิต คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ปีการศึกษา 2554

เข้าศึกษาต่อปริญญาโท สาขาวิชาสุศึกษาและพลศึกษา ภาควิชาหลักสูตรและ

การสอน คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ปีการศึกษา 2555



จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY



จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY