

Effectiveness of Behavioral Modification for Critical Heterosexual Relationships Behavior among Early Adolescence¹

Sankamon Gorntum²

Prateep Jinge³

Narisara Peungposop⁴

Received: May 5, 2019

Revised: Nov 25, 2019

Accepted: Dec 3, 2019

Abstract

The aim of this study was to examine the effectiveness of behavioral modification program on critical heterosexual relationships behavior among early adolescences. The sample consisted of 40 seventh-grader students. Twenty students were assigned to the experimental group and eighteen students were assigned to the control group. The experimental group participated in behavioral modification program based on Social Cognitive Theory. The activities created based on the concept and conditions of critical heterosexual relationships: attitude development by seeing role model, positive communication, and self-regulation effect to critical heterosexual relationships behavior while those in control group did not. The data was collected by utilizing the 5 items critical heterosexual relationships behavior tools has reliable quality by Item discrimination .13 - .80, cronbach's alpha coefficient 0.59. Data were analyzed by ANCOVA. The results revealed that students who participated in behavioral modification program for critical heterosexual relationships behavior had been critical heterosexual relationships behavior with statistical significance of 0.05 Thus, the individual or organization who would use the finding need to take into consideration about Thai reading and writing skills of the groups.

Keywords: behavioral modification program, critical heterosexual relationships behavior, early adolescence

¹ This research paper is part of Doctoral of Philosophy Degree in Applied Behavioral Science Research

² Graduate Student, Doctoral of Philosophy Degree in Applied Behavioral Science Research, Behavioral Science Research Institute, Srinakharinwirot University. E-mail: sankamon_sw@hotmail.com

³ Assistant Professor in Behavioral Science Research Institute, Srinakharinwirot University

⁴ Assistant Professor in Behavioral Science Research Institute, Srinakharinwirot University

ประสิทธิผลของโปรแกรมการปรับพฤติกรรมที่มีผลต่อ พฤติกรรมการคบเพื่อนต่างเพศอย่างมีวิจารณญาณของวัยรุ่นตอนต้น¹

สรทมล กรนุ่²

ประทีป จินจ³

นริศรา พิงโพธิ์สม⁴

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมการปรับพฤติกรรมที่มีผลต่อพฤติกรรมการคบเพื่อนต่างเพศอย่างมีวิจารณญาณของวัยรุ่นตอนต้น กลุ่มตัวอย่างคือ นักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1 ในโรงเรียนมัธยมศึกษาแห่งหนึ่ง สังกัดองค์การบริหารส่วนจังหวัด จำนวน 40 คน เลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจงเข้ากลุ่มทดลอง จำนวน 22 คน และกลุ่มควบคุม จำนวน 18 คน กลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมการปรับพฤติกรรมฯ ที่สร้างขึ้นโดยใช้ฐานแนวคิดทฤษฎีปัญญาสังคม โดยมีกิจกรรมที่สร้างขึ้นจากแนวคิดและเงื่อนไขของการคบเพื่อนต่างเพศอย่างมีวิจารณญาณ ประกอบด้วย การพัฒนาเจตคติการเห็นแบบอย่าง การสื่อสารทางบวก และการควบคุมตนเอง ให้ส่งผลต่อพฤติกรรมการคบเพื่อนต่างเพศอย่างมีวิจารณญาณ ส่วนกลุ่มควบคุมทำกิจกรรมอื่นที่ไม่เกี่ยวข้องกับโปรแกรมการปรับพฤติกรรมฯ เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูลใช้แบบวัดพฤติกรรมการคบเพื่อนต่างเพศอย่างมีวิจารณญาณ จำนวน 5 ข้อ ค่าอำนาจจำแนกรายข้อ (r) อยู่ระหว่าง .13 - .80 และมีค่าความเชื่อมั่นแบบสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาคทั้งฉบับ เท่ากับ 0.59 วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วม (ANCOVA) ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมการปรับพฤติกรรมมีคะแนนพฤติกรรมการคบเพื่อนต่างเพศอย่างมีวิจารณญาณสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับโปรแกรมฯ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ข้อเสนอแนะที่สำคัญในการวิจัยครั้งนี้ บุคคลหรือหน่วยงานใดจะนำโปรแกรมฯ ไปประยุกต์ใช้ควรคำนึงถึงความสามารถด้านการอ่านเขียนภาษาไทยของผู้เข้าร่วมโปรแกรมฯ เพราะเป็นทักษะพื้นฐานในการทำกิจกรรมในโปรแกรมฯ

คำสำคัญ: โปรแกรมการปรับพฤติกรรม พฤติกรรมการคบเพื่อนต่างเพศอย่างมีวิจารณญาณ
วัยรุ่นตอนต้น

¹ บทความวิจัยนี้เป็นส่วนหนึ่งของวิทยานิพนธ์ระดับดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาการวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์ สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

² นิสิตปริญญาเอก สาขาวิชาการวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์ สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
อีเมล: sankamon_sw@hotmail.com

³ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ประจำสถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

⁴ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ประจำสถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

บทนำ

เด็กและเยาวชนในปัจจุบันให้ความสำคัญกับวัตถุนิยม และใช้เวลากับสื่อและเทคโนโลยี พยายามแสวงหาความสุขทางเพศตามกระแสวัฒนธรรมตะวันตกที่นิยมการมีเพศสัมพันธ์แบบเสรี มีการรวมกลุ่มเพื่อตอบสนองความสุขในระดับปัจเจกและสังคมส่วนรวมเป็นการแสดงตัวตนที่มีเอกลักษณ์เฉพาะในทางลบ (National Child and Youth Development Committee, 2011) ความล้มเหลวในการพัฒนาตัวเองของวัยรุ่นเกิดจากในครอบครัวมีความสัมพันธ์ไม่เหมาะสม จากการทำพ่อแม่มีการควบคุมลูกมากเกินไปหรือปล่อยปละละเลย ด้วยพ่อแม่ไม่เข้าใจความต้องการ ความรู้สึกของวัยรุ่นที่มีความแตกต่างกับพ่อแม่ (Preto & Travis 1985; Josephson, 1987) ทำให้วัยรุ่นประสบปัญหาสุขภาพทางเพศ โรคติดต่อทางเพศ ขาดการพัฒนาศักยภาพเด็กและเยาวชน การใช้ความรุนแรงในโรงเรียน การลาออกกลางคัน ด้วยวัยรุ่นเป็นวัยที่มีการเจริญเติบโตเปลี่ยนแปลงหลายด้าน โดยเฉพาะเรื่องเพศจำเป็นต้องมีที่ปรึกษา มีนักเรียนไทยน้อยกว่า 1 ใน 5 ที่ปรึกษาครูหรือผู้ปกครอง ถึงแม้ในโรงเรียนมีการสอนเพศศึกษา พบว่า วัยรุ่นไม่มีความรู้ หรือไม่เห็นความสำคัญ หรือไม่สามารถนำความรู้ประยุกต์ใช้ได้ในการป้องกันตนเอง (Department of Mental Health, Department of Mental Health, Department of Health, Department of Control Disease & Department Of Health Service Support, n.d) เมื่อเยาวชนขาดทักษะในการคิดวิเคราะห์และการแก้ไขปัญหาทำให้วัยรุ่นจัดการกับปัญหาไม่ทัน หากวัยรุ่นได้รับการพัฒนาการคิดอย่างมีวิจารณญาณซึ่งเป็นทักษะด้านการคิดอยู่บนพื้นฐานของหลักการและเหตุผล สามารถควบคุมการกระทำของตน มีการไตร่ตรองทางเลือกในการคบเพื่อนต่างเพศส่งผลเกิดขึ้นตามเจตนาปรับเปลี่ยนกระบวนการที่เฉลียวฉลาด (Munnithidarunathon, n. d.; Office of the National Education Commission, 2002)

จากการทบทวนงานวิจัยในอดีตที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาพฤติกรรมการคบเพื่อนต่างเพศอย่างมีวิจารณญาณของเด็กและเยาวชนในประเทศไทย พบว่า มีการออกแบบงานวิจัยเชิงทดลองแบบแยกส่วนระหว่างโปรแกรมเกี่ยวกับการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงต่อการคบเพื่อนต่างเพศ และการพัฒนาการคิดอย่างมีวิจารณญาณของวัยรุ่น ส่วนโปรแกรมเกี่ยวกับการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงต่อการคบเพื่อนต่างเพศ โดยภาพรวมผลของการใช้โปรแกรมมีประสิทธิภาพต่อการลดความวิตกกังวลในการคบเพื่อนต่างเพศ (Phonmasurin, 1998) สำหรับโปรแกรมเกี่ยวกับการพัฒนาการคิดอย่างมีวิจารณญาณของวัยรุ่น ภาพรวมการใช้โปรแกรมมีประสิทธิภาพต่อการพัฒนาทักษะการแก้ไขปัญหาและการคิดอย่างมีวิจารณญาณของนักเรียนดีขึ้น (Franks, 2010) ซึ่งทั้งสองส่วนยังขาดการบูรณาการความรู้ร่วมกันและจำเป็นต้องอาศัยความร่วมมือของครูผู้สอน นโยบายทางโรงเรียนในการพัฒนาวิธีการจัดกิจกรรมฝึกผู้เรียนให้รู้เท่าทันตนเองและนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้ นอกจากนี้ยังมีภาครัฐและภาคเอกชนจำนวนมากเข้ามามีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรมบริการต่าง ๆ ให้กับวัยรุ่น เช่น กรมอนามัยได้จัดโครงการ “เข้าใจ เข้าถึง ช่วยเหลือ” สร้างระบบบริการให้ครอบคลุมความต้องการของวัยรุ่น “คลินิกวัยรุ่น” (Thai Health Promotion Foundation, 2014) และกรมสุขภาพจิตมีการจัดอบรมบิดามารดา/ผู้ปกครองเรื่อง “คุยกับลูกเรื่องเพศ” อีกทั้งองค์การแพธ (Path) ซึ่งเป็นหน่วยงานเอกชนได้มีการจัดทำโครงการก้าวอย่างอย่างเข้าใจร่วมกับกระทรวงศึกษาธิการ เป็นกระบวนการจัดหลักสูตรเรื่องเพศศึกษารอบด้าน เพื่อเน้น

การพัฒนาองค์ความรู้และทักษะชีวิตของวัยรุ่นในการป้องกันตนเองเรื่องเพศ โดยมุ่งที่ผู้บริหารสถานศึกษาภายใต้สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (สพฐ) “ให้มีการจัดคาบสอนเพศศึกษารอบด้าน ไม่ต่ำกว่า 16 ชั่วโมง หรืออย่างน้อย 8 ชั่วโมง” แต่ในทางปฏิบัติที่ผ่านมากิจกรรมไม่สำเร็จอาจเกี่ยวข้องกับ 3 ประเด็น คือ 1. เกี่ยวกับหลักสูตรแบ่งออกเป็น 2 ประเด็น ได้แก่ 1.1 หลักสูตรการสอนเรื่องเพศศึกษารอบด้าน พบว่า ครูไม่กล้าสอนตามหลักสูตรขององค์การแพธจึงใช้เวลาสอนจริงได้ 3 - 4 ชั่วโมง 1.2 หลักสูตรการอบรมบิดามารดา/ผู้ปกครองคุยเรื่องเพศกับบุตรวัยรุ่น พบว่า บิดามารดา/ผู้ปกครอง ยังคงมีท่าที สอน สั่ง ห้าม ไม่สามารถนำไปสู่การพูดคุยเรื่องเพศกับบุตรวัยรุ่นได้ 2. เกี่ยวกับผู้สอนแบ่งออกเป็น 2 ประเด็น ได้แก่ 2.1 ด้านทัศนคติเรื่องเพศ พบว่า ครูไทยส่วนใหญ่มองว่าการสอนเรื่องเพศเป็นการชี้โพรงให้กระรอก และ 2.2 ด้านการเรียนการสอนเรื่องเพศ พบว่า มีการสอนไม่ต่อเนื่อง ไม่เป็นระบบ และครูผู้สอนเน้นเฉพาะเรื่องพัฒนาการทางร่างกายและการติดเชื้อโรคทางเพศสัมพันธ์ มุ่งเน้นด้านวิชาการมากกว่าการสอนทักษะชีวิตหรือหมวดทางสังคม (Path, 2007) และรูปแบบของการถ่ายทอดเป็น “ข้อห้าม” “คำสั่งสอน” ทางสังคมวัฒนธรรม มากกว่าการเตรียมผู้เรียนให้รู้จัก คิด วิเคราะห์ ตั้งคำถามกับสิ่งรอบตัว” (Path, 2008) และ 3. เกี่ยวกับบิดามารดา/ผู้ปกครองแบ่งออกเป็น 2 ประเด็น ได้แก่ 3.1 ด้านทัศนคติเรื่องเพศ พบว่า บิดามารดา/ผู้ปกครองมองว่าลูกยังเล็กอยู่ และกลัวเป็นการชี้โพรงให้กระรอก บิดามารดาไม่กล้าพูดคุยอย่างเปิดเผย และมีทัศนคติการสอนเรื่องเพศเป็นหน้าที่ของโรงเรียน 3.2 ด้านการสื่อสารเรื่องเพศ พบว่า บิดามารดา/ผู้ปกครองยังคงคุยกับลูกเรื่องทั่วไปมากกว่าเรื่องเพศในแง่ความสัมพันธ์ อารมณ์ทางเพศ และการมีเพศสัมพันธ์ รวมถึงแสดงท่าที สอน สั่ง ห้าม ทำให้วัยรุ่นรู้สึกรำคาญที่ถามซ้ำเรื่องการมีแฟน (Worakunlatthani, Saengsikaeo, Mutitacharoen, Komonbut, & Prayong, 2016)

จากสถานการณ์ดังกล่าวข้างต้น วัยรุ่นจำเป็นต้องได้รับการพัฒนาความคิด ความเชื่อ ทัศนคติในการเลือกคบเพื่อนที่ดี เพื่อป้องกันความเสี่ยงที่จะเกิดขึ้นในการดำเนินชีวิต บทความนี้ขอนำเสนอการคิดอย่างมีวิจารณญาณ ซึ่งเป็นทักษะการคิดที่สำคัญใช้ในการเรียนรู้ให้เกิดประโยชน์สูงสุด และเป็นเครื่องมือในการดำเนินชีวิตอย่างมีความสุขและสร้างสรรค์ในปัจจุบัน (Office of the National Education Commission, 2002) แต่จากที่กล่าวมาแล้ว พบว่า วัยรุ่นยังขาดการพัฒนาทางพฤติกรรม จิตใจ สติปัญญาและอารมณ์ตามศักยภาพของเด็ก จึงมีความจำเป็นอย่างยิ่งที่ต้องศึกษาโปรแกรมการปรับพฤติกรรมการคบเพื่อนต่างเพศอย่างมีวิจารณญาณของวัยรุ่นตอนต้น ซึ่งเป็นวัยเริ่มก้าวเข้าสู่ผู้ใหญ่และมีการเปลี่ยนแปลงหลายด้าน เมื่อพิจารณาแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาเพื่อส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการคบเพื่อนต่างเพศอย่างมีวิจารณญาณโดยใช้แนวคิดทฤษฎีปัญญาสังคมของ Bandura (1986) ใช้เป็นเทคนิคการปรับเปลี่ยนกระบวนการทางปัญญาโดยพัฒนาเจตคติ การเห็นแบบอย่างให้นักเรียนกลุ่มทดลอง พัฒนาการสื่อสารทางบวกให้นักเรียนกลุ่มทดลองกับผู้ปกครอง และพัฒนาการควบคุมตนเองให้นักเรียนกลุ่มทดลอง ซึ่งผลการศึกษาจะเป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาความรู้ เพิ่มพูนทักษะการคิดวิเคราะห์ในการเลือกคบเพื่อนต่างเพศในชีวิตประจำวัน เพื่อป้องกันตนเองและมีอนาคตที่ดี

วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมการปรับพฤติกรรมที่มีผลต่อพฤติกรรมการคบเพื่อนต่างเพศอย่างมี
วิจารณญาณของวัยรุ่นตอนต้น

การประมวลเอกสารที่เกี่ยวข้อง

ทฤษฎีขั้นพัฒนาการทางการรู้คิด (Stages of Cognitive Development)

วัยรุ่น เป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วหลายด้าน มีกระบวนการคิดที่แตกต่างและโดดเด่นจากวัย
อื่น ๆ ซึ่ง Piaget ทำการศึกษากระบวนการคิดของเด็กทางด้านพัฒนาความฉลาดทางสติปัญญา พบว่า การคิด
ของวัยรุ่นมีความแตกต่างจากการคิดของวัยเด็กมาก Piaget ได้กล่าวถึงช่วงอายุ 12 ปีขึ้นไปซึ่งอยู่ในขั้น Formal
Operation เป็นช่วงวัยที่สามารถคิดอย่างมีเหตุผลเชิงตรรกะและเป็นนามธรรม Steinberg (2017) ได้อธิบายเพิ่ม
ว่า วัยรุ่นสามารถคิดได้หลายมิติเพื่อหาทางเลือกที่เป็นทางแก้ปัญหาได้จริง ๆ อีกทั้งมีการคิดอย่างเป็นระบบ
เป็นนามธรรม จินตนาการในสถานการณ์ที่ซับซ้อนได้ดี แต่ไม่ใช่วัยรุ่นทุกคนที่จะสามารถพัฒนาการรู้คิดขั้น
Formal Operation ได้ ซึ่ง Morris and Sloutsky (1998) และ Steinberg (2017) ได้อ้างถึงบางงานวิจัย
ค้นพบว่า วัยรุ่นที่ถูกสอนให้คิดหาเหตุผลแบบอุปมา (Deductive Reasoning) จะสามารถมีพัฒนาการด้านการคิด
ขั้นนี้ได้ และมีข้อเสนอแนะว่า หากต้องการให้วัยรุ่นมีความสามารถในการพัฒนาการรู้คิดอย่างมีเหตุผลนอกเหนือ
สิ่งที่เป็นอยู่ควรได้รับการฝึกฝนให้สามารถคิดอย่างมีเหตุผล ด้วยการฝึกคิดในทุกสถานการณ์ ได้นำแนวคิดนี้มาใช้
ในการทำความเข้าใจกระบวนการคิดของวัยรุ่นเพื่อเป็นความรู้พื้นฐานในการพัฒนาโปรแกรมการปรับพฤติกรรม
ที่เหมาะสมตามความสามารถของวัยที่จะได้รับการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมทางปัญญาส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลง
พฤติกรรมการคบเพื่อนต่างเพศอย่างมีวิจารณญาณของวัยรุ่นตอนต้น

แนวคิดการปรับพฤติกรรม

แนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา (Cognitive Behavior Modification) มองว่า การกำหนด
พฤติกรรมของบุคคลเกิดจากกระบวนการทางปัญญา โดยการจัดเก็บข้อมูลและแปลงเป็นสัญลักษณ์ต่าง ๆ ภายใน
ปัญญา (Dryden & Golden, 1987; Jinnge, 1997) นอกจากนี้ Mahoney (1974) กล่าวว่า บุคคลมี
การตอบสนองจากสภาพแวดล้อมที่รับรู้ ปัญญาเป็นตัวแปรที่อยู่ระหว่างสิ่งเร้ากับการตอบสนองของบุคคล บุคคล
สามารถที่จะตอบสนองกับสิ่งเร้าด้วยพฤติกรรมที่หลากหลายรูปแบบ แต่ถ้ามีสิ่งเร้าที่หลากหลาย บุคคลสามารถ
ตอบสนองด้วยพฤติกรรมที่คล้ายคลึงกันได้ขึ้นอยู่กับสภาพแวดล้อม แนวคิดนี้มีผลต่อการแสดงออกทางพฤติกรรม
ของบุคคล โดยผ่านการปรับพฤติกรรมทางปัญญา เมื่อบุคคลได้รับสิ่งเร้าเข้าไปจัดกระทำในกระบวนการทางปัญญา
ส่งผลให้บุคคลแสดงพฤติกรรมภายนอกต่อสิ่งเร้า นั้น ซึ่งกลุ่มนักพฤติกรรมทางปัญญานิยมมีความคิดเห็นตรงกันว่า
ความสัมพันธ์นี้เป็นลักษณะการมีปฏิสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน (Interaction) คือ บุคคลมีการแสดงพฤติกรรมภายนอก
ด้วยการชี้แนะ (Prompting) จากกระบวนการทางปัญญา Kazdin (1978) ให้ความหมาย
การปรับพฤติกรรมทางปัญญา หมายถึง กระบวนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมภายนอกด้วยการเปลี่ยนตัวแปร
ภายในบุคคล ด้านความคิด ความเชื่อ การตีความของบุคคลเพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมภายนอก ซึ่งนัก

ปรับพฤติกรรมทางปัญญานิยมมีความเชื่อพื้นฐาน (Dodson & Dozois, 2019) คือ 1. กิจกรรมทางปัญญาส่งผลต่อพฤติกรรมภายนอก 2. กิจกรรมทางปัญญาอาจถูกจัดให้มีขึ้นและปรับเปลี่ยนได้ และ 3. พฤติกรรมภายนอกที่เปลี่ยนไปอาจเป็นผลมาจากการเปลี่ยนแปลงทางปัญญา การนำแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญามากล่าวถึงเนื่องจากเป็นแนวคิดพื้นฐานของการพัฒนาโปรแกรมการปรับพฤติกรรม เพื่อส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม การคบเพื่อนต่างเพศอย่างมีวิจารณญาณโดยนำทฤษฎีปัญญาสังคมมาใช้เป็นเทคนิคในการปรับเปลี่ยนกระบวนการทางปัญญา และสามารถอธิบายการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมภายในบุคคลส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมภายนอก

ทฤษฎีปัญญาสังคม (Social Cognitive Theory) ของ Bandura มาเป็นเทคนิคทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงกระบวนการทางปัญญากับพฤติกรรมอารมณ์ได้อย่างมีปฏิสัมพันธ์ (Interaction) ซึ่งกันและกัน การที่บุคคลแสดงพฤติกรรมออกมาเกิดจากการเรียนรู้พฤติกรรมของผู้อื่นในการปรับพฤติกรรมทางปัญญาของวัยรุ่นด้วยการเรียนรู้ (Learning) ให้เกิดการคิดอย่างมีวิจารณญาณในวัยรุ่นจากการได้รับความรู้ใหม่ (Acquired) ซึ่งไม่ได้เน้นการแสดงพฤติกรรมภายนอก (Performance) แต่เน้นการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมภายใน (Cognitive) ตามความคิดพื้นฐานของ Bandura กล่าวคือ 1) การเรียนรู้ของวัยรุ่นเกิดจากการได้รับอิทธิพลจากสภาพแวดล้อม เช่น สังคม ครอบครัว เพื่อน โรงเรียน สื่อต่าง ๆ เป็นต้น ทำให้เกิดการแสดงพฤติกรรมภายนอกของวัยรุ่น 2) มองการเรียนรู้และการกระทำมีความต่างกัน กล่าวคือ วัยรุ่นสามารถแสดงพฤติกรรมภายนอกสนองตอบตามความคาดหวัง ความเชื่อและความสามารถของตนเองจากการเรียนรู้ที่ได้รับ 3) มองว่าการแสดงพฤติกรรมของวัยรุ่นไม่อยู่คงเดิมด้วยอิทธิพลจากสภาพแวดล้อมที่วัยรุ่นอาศัยอยู่มีการเปลี่ยนแปลงอยู่เสมอ (Bandura, 1986)

งานวิจัยเชิงทดลองและงานวิจัยที่ทำการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่เกี่ยวข้อง

แบ่งเป็นกลุ่มงานวิจัยออกเป็น 2 ประเด็น ซึ่งประกอบด้วยงานวิจัยในประเทศและต่างประเทศ ดังนี้

1. กลุ่มงานวิจัยที่ศึกษาในประเด็นการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงต่อการคบเพื่อนต่างเพศ พบว่า มีจำนวน 3 เรื่อง (Phonmasurin, 1998; Thawitsi, 2003; Bunchu, 2006) กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น (Thawitsi, 2003; Bunchu, 2006) และนิสิตปริญญาตรีปีที่ 2 (Phonmasurin, 1998) สำหรับแบบแผนการวิจัยที่ใช้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง (Phonmasurin, 1998; Thawitsi, 2003; Bunchu, 2006)

เมื่อพิจารณาถึงลักษณะของโปรแกรมที่มีประสิทธิผล พบว่า รูปแบบการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงต่อการคบเพื่อนต่างเพศของวัยรุ่นเกิดจากความร่วมมือร่วมใจของครูผู้สอนในการพัฒนาวิธีการจัดกิจกรรมฝึกผู้เรียนให้รู้เท่าทันตนเองกับการคบเพื่อนต่างเพศ และผู้ทำหน้าที่ให้คำปรึกษาวัยรุ่นต้องมีความรู้และทักษะการให้คำปรึกษาอย่างถูกต้องและเหมาะสม (Phonmasurin, 1998; Thawitsi, 2003; Bunchu, 2006) กิจกรรมในโปรแกรมการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงต่อการคบเพื่อนต่างเพศของวัยรุ่น ประกอบด้วย ให้ความรู้ แสดงสาธิต ฝึกผ่อนคลายกล้ามเนื้อ ฝึกจินตนาการสถานการณ์และฝึกจัดการกับความว้าวุ่นวิตกกังวลในการคบเพื่อนต่างเพศ ให้สมาชิกฝึกต่อเนื่งที่บ้านประมาณ 4 ครั้ง มีการติดตามผลการฝึก และเพิ่มสถานการณ์ที่ยากขึ้น เพื่อให้มีสติลดความรู้สึกล่อลวงอย่างเป็นระบบเป็นรายบุคคลสามารถพร้อมเผชิญกับสถานการณ์คบเพื่อนต่างเพศได้ (Phonmasurin, 1998) ใช้วิธีการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์ (Thawitsi, 2003) ให้ความรู้

การเล่นบทบาทสมมติ การวิเคราะห์สถานการณ์ และสรุปสาระสำคัญ เกี่ยวกับการปฏิบัติตนกับเพื่อนต่างเพศอย่างเหมาะสมเพื่อป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงต่อการคบเพื่อนต่างเพศที่ไม่เหมาะสม (Bunchu, 2006) สำหรับผลจากการใช้โปรแกรม พบว่า นิสิตมีความวิตกกังวลในการคบเพื่อนต่างเพศลดลงหลังจากได้รับการฝึกการลดความอ่อนไหวอย่างเป็นระบบเป็นรายบุคคล (Phonmasurin, 1998) นักเรียนมีเจตคติต่อการคบเพื่อนต่างเพศดีขึ้นหลังได้รับโปรแกรมให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์ (Thawitsi, 2003) นักเรียนที่ได้รับการเข้าโปรแกรมพฤติกรรมเสี่ยงต่อการคบเพื่อนต่างเพศที่ไม่เหมาะสมของวัยรุ่นมีพฤติกรรมเสี่ยงต่อการคบเพื่อนต่างเพศที่ไม่เหมาะสมน้อยกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการเข้าโปรแกรมฯ (Bunchu, 2006)

2. กลุ่มงานวิจัยที่ศึกษาในประเด็นการพัฒนาการคิดอย่างมีวิจารณญาณของวัยรุ่นในการปรับใช้แก้ไขปัญหาในชีวิตประจำวัน พบว่า มีจำนวน 3 เรื่อง กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาพยาบาล (Losuwannakun, 2001) และนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาทั้งตอนต้นและตอนปลาย (Pandaeng, 2016; Franks, 2010) สำหรับแบบแผนการวิจัยที่ใช้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง (Pandaeng, 2016) และการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม (Losuwannakun, 2001; Franks, 2010)

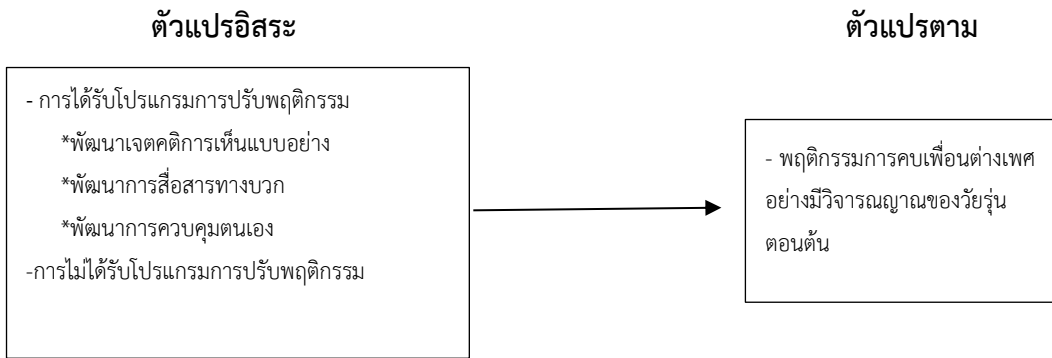
เมื่อพิจารณาถึงลักษณะของโปรแกรมที่มีประสิทธิผล พบว่า รูปแบบการพัฒนาการคิดอย่างมีวิจารณญาณของวัยรุ่นเกิดจากความร่วมมือของโรงเรียนในการมีส่วนร่วมของครูผู้สอนทุกท่านในการร่วมแรงกันพัฒนาวิธีการเรียนการสอนโดยยึดผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง (Losuwannakun, 2001; Pandaeng, 2016) ส่วนการจัดกิจกรรมการพัฒนาการคิดอย่างมีวิจารณญาณของวัยรุ่น ประกอบด้วย การทำกิจกรรมกลุ่มโดยประยุกต์ทักษะพื้นฐานการให้คำปรึกษาในการดำเนินกิจกรรมฝึกการคิดอย่างมีวิจารณญาณ มีตัวอย่างข้อความหรือบทความจากสื่ออินเทอร์เน็ตให้นักเรียนอ่านและฝึกคิดวิเคราะห์ประเด็นตามโจทย์คำถาม (Pandaeng, 2016) การพัฒนาหลักสูตรเสริมวิชาการพยาบาลด้านการเรียนการสอน พัฒนาทักษะการคิดอย่างมีวิจารณญาณ โดยการทบทวนหลักสูตรเดิม และจัดสนทนากลุ่มผู้ที่เกี่ยวข้องกับหลักสูตร เพื่อนำข้อมูลวิเคราะห์และพัฒนาเป็นหลักสูตรเสริมที่ผู้สอนนำไปทดลองใช้กับนักศึกษา (Losuwannakun, 2001) การพัฒนารูปแบบแนวทางการแก้ไขปัญหาและการคิดวิเคราะห์ที่เกี่ยวข้องกับสถานการณ์ในโลกความเป็นจริงสำหรับนักเรียน โดยแบ่งการดำเนินกิจกรรมเป็น 3 รอบ รอบแรกผู้สอนให้สถานการณ์และคำถามในการหาวิธีแก้ไขปัญหาด้วยตัวผู้เรียนเอง รอบที่สอง ผู้สอนให้แนวทางแก้ไขปัญหาและการคิดวิเคราะห์กับสถานการณ์สมมติ ผ่านไป 2 - 3 สัปดาห์จึงดำเนินกิจกรรมรอบที่สาม ผู้สอนให้สถานการณ์สมมติและให้ผู้เรียนแก้ไขปัญหาตามแนวทางการแก้ไขปัญหาอีกครั้ง โดยครูแนะแนวเป็นผู้ให้คะแนนผู้เรียนด้วยรหัสตัวเลขแทนชื่อในรอบที่สองและสามเมื่อเสร็จสิ้นกิจกรรม (Franks, 2010) สำหรับผลจากการใช้โปรแกรม พบว่า หลังได้รับการพัฒนาโดยการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา นักเรียนกลุ่มทดลองมีความสามารถในการคิดอย่างมีวิจารณญาณในการใช้สื่ออินเทอร์เน็ตสูงขึ้น (Pandaeng, 2016) หลักสูตรเสริมวิชาการพยาบาลต้องนำไปปรับปรุงพัฒนาต่อหลังจากทดลองใช้สอนกับนักศึกษาพยาบาล (Losuwannakun, 2001) ผลคะแนนรวมทั้งหมดของนักเรียนทุกคนพัฒนาดีขึ้นหลังได้รับการชี้แนะทักษะการแก้ไขปัญหาและการคิดอย่างมีวิจารณญาณ (Franks, 2010)

กรอบแนวคิดการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ได้นำผลการศึกษาระยะที่ 1 เพื่อเข้าใจความหมายและค้นหาเงื่อนไขของการคบเพื่อนต่างเพศอย่างมีวิจารณญาณของวัยรุ่นตอนต้น ซึ่งได้ความหมายของการคบเพื่อนต่างเพศอย่างมีวิจารณญาณ หมายถึง การคิดไตร่ตรองอย่างมีเหตุผลที่ไม่ก่อให้เกิดความเสียหายต่ออนาคตของตนเองก่อนตัดสินใจลงมือกระทำกิจกรรมร่วมกันกับเพื่อนเพศตรงข้าม ซึ่งมีองค์ประกอบของการคบเพื่อนต่างเพศอย่างมีวิจารณญาณ 4 ประการดังนี้

1. ความสามารถในการสังเกตเพื่อแยกแยะข้อเท็จจริงเกี่ยวกับลักษณะนิสัยความประพฤติที่ดีหรือไม่ดีของเพื่อนต่างเพศก่อนตัดสินใจกระทำกิจกรรมร่วมกัน
2. ความสามารถในการเลือกปฏิบัติตนกับเพื่อนต่างเพศตามกรอบประเพณีวัฒนธรรมไทยที่เหมาะสมกับวัย
3. ความสามารถในการกำหนดเป้าหมายที่ก่อให้เกิดผลดีต่ออนาคต
4. ความสามารถสรุปประเด็นสำคัญของปัญหาเพื่อทำนายสถานการณ์ของตนเองกับเพื่อนต่างเพศที่จะเกิดขึ้นตามมามาก่อนนำเชื่อถือ สำหรับเงื่อนไขของการคบเพื่อนต่างเพศอย่างมีวิจารณญาณ ได้แก่ เจตคติต่อการคบเพื่อนต่างเพศอย่างมีวิจารณญาณ การควบคุมตนเอง การอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผลด้วยการสื่อสารทางบวก และการเห็นแบบอย่างจากคนรอบข้าง

ผู้วิจัยได้นำข้อค้นพบนี้มาสู่การพัฒนาโปรแกรมการปรับพฤติกรรมที่มีผลต่อพฤติกรรมการคบเพื่อนต่างเพศอย่างมีวิจารณญาณของวัยรุ่นตอนต้น โดยใช้ตัวแปรการเห็นแบบอย่างจากคนรอบข้างเป็นกระบวนการส่งผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมบนแนวคิด Interaction ด้วย ใช้ตัวแปรเจตคติต่อการคบเพื่อนต่างเพศอย่างมีวิจารณญาณ โดยทำให้นักเรียนกลุ่มทดลองเห็นตัวแบบของการแสดงพฤติกรรมการคบเพื่อนต่างเพศอย่างมีวิจารณญาณผ่านการแสดงบทบาทสมมติและได้รับแรงเสริมทางบวกเป็นคำชื่นชมจากผู้ปกครองและครูซึ่งเป็นแรงจูงใจ ทำให้นักเรียนกลุ่มทดลองเกิดความรู้สึกอยากปฏิบัติตามตัวแบบเพื่อให้ได้รับแรงเสริมทางบวกเหมือนตัวแบบ อันเป็นผลให้นักเรียนจะตระหนักถึงประโยชน์และพร้อมแสดงพฤติกรรมการคบเพื่อนต่างเพศอย่างมีวิจารณญาณได้ นอกจากนี้ยังใช้ตัวแปรการสื่อสารทางบวก โดยผู้วิจัยนำเสนอตัวแบบที่เป็นหนังสือเกี่ยวกับวิธีการสื่อสารทางบวกของพ่อแม่ผู้ปกครองกับวัยรุ่น และร่วมกันแสดงบทบาทสมมติตามสถานการณ์จำลอง การที่นักเรียนและผู้ปกครองได้สังเกตตัวแบบและมีการแสดงบทบาทสมมติตามบทสนทนาพร้อมกันดังกล่าว เป็นการต่อยอดวิธีการสื่อสารทางบวกให้เกิดขึ้นในครอบครัว เช่นเดียวกับกระบวนการเปลี่ยนเจตคติต่อการคบเพื่อนต่างเพศอย่างมีวิจารณญาณ ร่วมกับแนวคิด Homogeneity เป็นการค่อย ๆ ลดอิทธิพลจากภายนอกด้วยการใช้ตัวแปรการควบคุมตนเอง โดยผู้วิจัยได้ให้นักเรียนกลุ่มทดลองทำการกำกับตนเองด้วยการกำหนดเป้าหมายด้วยตนเอง รวมถึงการกำหนดเงื่อนไขให้การเสริมแรงตนเองเมื่อกระทำพฤติกรรมได้ตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ และแสดงปฏิกิริยาทางลบหากนักเรียนไม่สามารถกระทำพฤติกรรมได้ตามเป้าหมาย โดยอยู่บนฐานแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาเพื่อส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการคบเพื่อนต่างเพศอย่างมีวิจารณญาณ ดังแสดงกรอบแนวคิดการวิจัย ดังภาพประกอบ 1



ภาพประกอบ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

สมมติฐานการวิจัย

พฤติกรรมการคบเพื่อนต่างเพศอย่างมีวิจารณญาณของกลุ่มทดลองในระยะหลังการทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุม

วิธีการดำเนินการวิจัย

งานวิจัยนี้เป็นงานวิจัยเชิงทดลองประเภทกึ่งทดลอง (Quasi-Experimental Design) รูปแบบ (Non-Randomized Control-Group Pretest-Posttest Design) (Chuchom, 2009) ซึ่งผ่านการรับรองจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์จากสถาบันยุทธศาสตร์ทางปัญญาและวิจัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เอกสารรับรองเลขที่ SWUEC/E-257/2560

ประชากร คือ นักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนมัธยมศึกษาขนาดเล็กแห่งหนึ่ง ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2560 ในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ สังกัดองค์การบริหารส่วนจังหวัด

กลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาชั้นปีที่ 1 ของโรงเรียนมัธยมศึกษาขนาดเล็กแห่งหนึ่งในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ สังกัดองค์การบริหารส่วนจังหวัด มีจำนวน 3 ห้องเรียน รวมทั้งสิ้น 66 คน โดยมีเกณฑ์ในการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง คือ มีความสมัครใจและได้รับการยินยอมจากผู้ปกครองให้เข้าร่วมการวิจัย ไม่มีโรคประจำตัวที่เป็นอุปสรรคต่อการวิจัย และมีความสามารถอ่านเขียนภาษาไทยได้ ผู้วิจัยประเมินความสามารถด้านการอ่านเขียนภาษาไทยของกลุ่มตัวอย่างเป็นรายบุคคลจากครูหัวหน้าฝ่ายกิจการนักเรียนและครูหัวหน้าฝ่ายวิชาการเป็นผู้คัดเลือก พบว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ห้องที่หนึ่งและห้องที่สอง มีความสามารถด้านการอ่านเขียนภาษาไทยได้มากกว่าห้องที่สาม ดังนั้นจึงกำหนดให้นักเรียนทั้ง 2 ห้องเป็นกลุ่มตัวอย่าง ห้องเรียนที่หนึ่งเป็นกลุ่มทดลอง จำนวน 23 คน และแบ่งห้องเรียนที่สองเป็นกลุ่มควบคุม จำนวน 20 คน รวมจำนวน 43 คน ระหว่างการทดลองมีนักเรียนกลุ่มทดลองขาดเรียนอยู่ไม่ครบโปรแกรมฯ จำนวน 1 คน เหลือกลุ่มทดลอง จำนวน 22 คน ส่วนกลุ่มควบคุมมีนักเรียนขาดเรียน Post-test จำนวน 2 คน เหลือกลุ่มควบคุม จำนวน 18 คน รวมทั้งสิ้นจำนวน 40 คน แสดงข้อมูลรายละเอียดลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างในตาราง 1

ตาราง 1 จำนวน ร้อยละ ของลักษณะกลุ่มตัวอย่างและข้อมูลทั่วไปที่เข้าร่วมโปรแกรม

ลักษณะของกลุ่ม ตัวอย่าง	กลุ่มทดลอง (n=22)		กลุ่มควบคุม (n=18)	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
เพศ				
ชาย	8	36.36	10	55.56
หญิง	14	63.64	8	44.44
ความสามารถด้านอ่าน เขียนภาษาไทย				
ดี	16	72.73	8	55.56
ปานกลาง	6	27.27	10	44.44
การรับการรักษาโรค ทางพฤติกรรม-อารมณ์				
ไม่มี	22	100.00	18	100.00
กำลังรักษา	-	-	-	-
สถานภาพครอบครัว				
บิดามารดาอยู่ ด้วยกัน	11	50.00	9	50.00
บิดามารดา แยกกันอยู่	7	31.90	5	27.80
บิดามารดา เลิกร้าง	4	18.10	4	22.20
ผู้ปกครองที่อาศัยอยู่ด้วย				
อยู่กับบิดามารดา	8	36.40	9	50.00
อยู่กับบิดา	3	13.60	-	-
อยู่กับมารดา	3	13.60	4	22.20
อยู่กับปู่ย่า	3	13.60	1	5.60
อยู่กับตายาย	5	22.80	4	22.20

เครื่องมือที่ใช้และคุณภาพของเครื่องมือ

เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง เป็นโปรแกรมการปรับพฤติกรรมฯ ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นจากแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาโดยใช้แนวคิดทฤษฎีปัญญาสังคมของ Bandura (1986) เป็นเทคนิคการปรับเปลี่ยนกระบวนการทางปัญญาโดยพัฒนาเจตคติการเห็นแบบอย่างให้นักเรียนกลุ่มทดลอง พัฒนาการสื่อสารทางบวกให้นักเรียนกลุ่มทดลองกับผู้ปกครอง และพัฒนาการควบคุมตนเองให้นักเรียนกลุ่มทดลอง ส่งผลต่อการปรับพฤติกรรมการคบเพื่อนต่างเพศอย่างมีวิจาร์ณญาณ ได้แก่ 1) กิจกรรมการพัฒนาเจตคติการเห็นแบบอย่าง

ประกอบด้วย การนำเสนอตัวแบบผ่านบทละครเกี่ยวกับการคบเพื่อนต่างเพศอย่างมีวิจารณญาณ จำนวน 8 เรื่อง การแสดงตัวแบบผ่านบทบาทสมมติ การสังเกตตัวแบบจากการแสดงของเพื่อน ๆ กลุ่มอื่น การสรุปสาระสำคัญของการสังเกตตัวแบบ การแลกเปลี่ยนเรียนรู้ และการทบทวนพฤติกรรมหลักของการแสดงพฤติกรรมการคบเพื่อนต่างเพศอย่างมีวิจารณญาณ ก่อนเริ่มแสดงเรื่องต่อไป 2) กิจกรรมการพัฒนาสื่อสารทางบวก ประกอบด้วย การนำเสนอตัวแบบผ่านหนังสือที่แสดงถึงการสื่อสารทางบวกระหว่างบิดามารดากับวัยรุ่น การใช้คำพูดชักจูง การเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ด้วยผู้ปกครองและบุตรร่วมกันเขียนบทสนทนาจากสถานการณ์จำลองร่วมกัน แสดงบทบาทสมมติตามบทสนทนา การให้ข้อมูลย้อนกลับจากผู้สังเกต การสรุปประเด็นสำคัญเกี่ยวกับวิธีการสื่อสารที่เหมาะสมกับวัยรุ่น และ 3) กิจกรรมการพัฒนาการควบคุมตนเอง ประกอบด้วย การสังเกตตนเองในการกำหนดพฤติกรรมเป้าหมาย พร้อมฝึกสังเกตและบันทึกพฤติกรรมตนเอง กำหนดวิธีการบันทึกและการใช้เครื่องมือบันทึก การตัดสินใจประเมินตนเองในการบันทึกตรงตามเป้าหมายที่ตั้งไว้หรือไม่ และการแสดงปฏิกิริยาต่อตนเองในการให้รางวัล ได้รับการตรวจความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาโดยผู้เชี่ยวชาญทางพฤติกรรมศาสตร์ จำนวน 3 ท่าน ตรวจสอบภาษา และกิจกรรมในโปรแกรมฯ แล้วนำมาปรับปรุงด้านความเหมาะสมของกิจกรรมที่ใช้ และแก้ไขตามข้อเสนอแนะ จากนั้นนำไปทดลองใช้กับนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนมัธยมศึกษาขนาดเล็กแห่งหนึ่งในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ สังกัดองค์การบริหารจังหวัด ซึ่งมีลักษณะใกล้เคียงกลุ่มตัวอย่างจำนวน 8 คน และปรับแก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้ใช้ สามารถสรุปเป็นภาพรวมของกิจกรรมได้ตามตาราง 2

ตาราง 2 ภาพรวมของกิจกรรม วัตถุประสงค์ของกิจกรรม โดยใช้แนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา/ทฤษฎีปัญญา สังคม

ครั้งที่	เวลา	ชื่อกิจกรรม	วัตถุประสงค์ของกิจกรรม	สื่อที่ใช้	เทคนิคที่ใช้
1 - 4	200 นาที	การพัฒนาเจตคติ การเห็นแบบอย่าง	- เพื่อพัฒนาเจตคติและเห็นแบบอย่างส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม การคบเพื่อนต่างเพศอย่างมีวิจารณญาณของนักเรียน	บทละครจำนวน 8 เรื่อง - สังเกตคู่อื่นเพื่อน (1) - มองเพื่อนออก (1) - กิจกรรมหลังเลิกเรียน (2) - สิ่งที่น่าสนใจ (2) - รู้คุณรู้โทษ (3) - เริ่มต้นใหม่...ฝืนอยู่ไม่ไกล (3) - รู้ทันสิ่งสำคัญ (4) - ระวังตนระวังภัย (4)	การแสดง บทบาทสมมติ ผ่านตัวแบบใน บทละครและ ผลกรรมติ ที่ได้รับ
5	150 นาที	พัฒนาการสื่อสารทางบวก	- เพื่อพัฒนาสื่อสารทางบวกด้านการคบเพื่อนต่างเพศอย่างมีวิจารณญาณระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง	- หนังสือ - บทสนทนาจากสถานการณ์จำลอง	การนำเสนอ ตัวแบบหนังสือ และแสดงบทบาท สมมติผ่านตัวแบบ บทสนทนา
6 - 10	495 นาที	พัฒนาการควบคุมตนเอง	- เพื่อพัฒนาการควบคุมตนเอง การคบเพื่อนต่างเพศอย่างมีวิจารณญาณ	- แบบสังเกตและบันทึกพฤติกรรมตนเอง	การกำกับตนเอง

เครื่องมือที่ใช้ในการวัดตัวแปร ใช้แบบวัดพฤติกรรมการคบเพื่อนต่างเพศอย่างมีวิจารณญาณ ได้รับการตรวจความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาโดยผู้เชี่ยวชาญทางพฤติกรรมศาสตร์และการสร้างเครื่องมือวัด จำนวน 3 ท่าน ตรวจสอบความสอดคล้องของข้อคำถามกับนิยามปฏิบัติการ ตรวจสอบภาษา และหนังสือ แล้วนำมาปรับปรุงด้านความเหมาะสมของภาษาที่ใช้ ข้อความกระชับสอดคล้องกับหนังสือ และแก้ไขความซับซ้อนของข้อคำถามตามข้อเสนอแนะ นำไปทดลองใช้กับนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนมัธยมศึกษาขนาดเล็กแห่งหนึ่งในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ สังกัดองค์การบริหารจังหวัด ซึ่งมีลักษณะใกล้เคียงกลุ่มตัวอย่างจำนวน 30 คน เพื่อหาค่าอำนาจจำแนกรายข้อ (r) อยู่ระหว่าง .13 - .80 และค่าความเชื่อมั่นของแบบวัด ได้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค ทั้งฉบับ เท่ากับ 0.59 และข้อคำถามที่มีค่าต่ำกว่า 0.40 ได้นำมาปรับแก้ภาษาและหนังสือ เพื่อให้ชัดเจนขึ้นตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญ ปรับจากจำนวน 5 ข้อ เหลือจำนวน 4 ข้อคำถามกับหนังสือ 4 สถานการณ์

แบบวัดพฤติกรรมการคบเพื่อนต่างเพศอย่างมีวิจารณญาณ เป็นการนำเสนอหนังสือ 4 สถานการณ์เกี่ยวกับพฤติกรรมการคบเพื่อนต่างเพศ เพื่อกระตุ้นการคิดวิเคราะห์ของกลุ่มตัวอย่างในการเขียนอธิบายเหตุผลต่อสถานการณ์ต่าง ๆ ได้แก่ การถูกชักชวนไปชมหนังที่บ้านเพื่อนต่างเพศตามลำพัง การถูกชักชวนไปเที่ยวสวนสาธารณะกับเพื่อนต่างเพศตามลำพัง การถูกชักชวนไปเที่ยววัดกับเพื่อนต่างเพศหลายคน และการถูกขอเป็นมากกว่าเพื่อน จำนวน 4 ข้อ เป็นการวัดแบบตามระดับคุณภาพ (Scoring Rubrics) รวมค่า 5 ระดับ ตั้งแต่ระดับ 0 ถึง 4 คือ “นักเรียนไม่สามารถอธิบายพฤติกรรมการคบเพื่อนต่างเพศอย่างมีวิจารณญาณ” ถึง “นักเรียนสามารถอธิบายพฤติกรรมการคบเพื่อนต่างเพศอย่างมีวิจารณญาณดีมาก”

การวิเคราะห์ข้อมูล นำข้อมูลที่ได้จากการเก็บรวบรวมข้อมูลทำการตรวจสอบข้อตกลงเบื้องต้นของการวิเคราะห์สถิติ ซึ่งมีผลการทดสอบ 4 ด้าน ได้แก่ ด้านการแจกแจงของตัวแปรเป็นปกติ กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยนี้แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง จำนวน 22 คน และกลุ่มควบคุม จำนวน 18 คน ใช้การตรวจสอบความเบ้และความโด่งของตัวแปรตามแต่ละตัว ควบคู่ไปกับการใช้สถิติ Homogeneity Test (Wanitbancha, 2018) พบว่ามีความเบ้เท่ากับ .79 และมีความโด่งเท่ากับ .10 ซึ่งมีค่าความเบ้และความโด่ง ไม่เกิน 2 สรุปได้ว่า ข้อมูลมีการแจกแจงแบบโค้งปกติ (George & Mallery, 2010) ด้านความเท่ากันของความแปรปรวน (Homogeneity of Variance) จากการทดสอบด้วย Levene's Test เพื่อเปรียบเทียบความแปรปรวนระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม พบว่า ทั้งสองกลุ่มมีความแปรปรวนไม่แตกต่างกัน ($F = .39, p = ns$) ด้านความสัมพันธ์เชิงเส้นตรงระหว่างตัวแปรตาม (Linearity) พบว่า ทั้งสองตัวแปรไม่มีความสัมพันธ์กัน ($r = .11, p = ns$) และด้านการทดสอบความเป็นเอกพันธ์ของความชันเส้นถดถอย พบว่า ทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีความชันของพฤติกรรมการคบเพื่อนต่างเพศอย่างมีวิจารณญาณในระยะหลังการทดลองไม่แตกต่างกัน ($F = 2.91, p = ns$)

จากผลการตรวจสอบข้อตกลงเบื้องต้น การทดสอบประสิทธิผลของโปรแกรมการปรับพฤติกรรมที่มีผลต่อพฤติกรรมการคบเพื่อนต่างเพศอย่างมีวิจารณญาณระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม จึงมีความเหมาะสมที่ใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วม (Analysis of Covariance: ANCOVA) โดยใช้คะแนนก่อนการทดลองเป็นความแปรปรวนร่วม (Covariate Variable) เนื่องจากจำนวนกลุ่มตัวอย่างของการวิจัยนี้ในแต่ละกลุ่มมีจำนวนน้อย (น้อยกว่า 30) คือ กลุ่มทดลองมี 22 คน และกลุ่มควบคุมมี 18 คน และมีความแตกต่างกันในคะแนน

พฤติกรรมกรรมการคบเพื่อนต่างเพศอย่างมีวิจารณญาณวัดก่อน (Pre-test) ในทั้งสองกลุ่ม อาจเป็นปัจจัยแทรกซ้อนได้ ดังนั้น ผู้วิจัยจึงเลือกแก้ไขปัญหาดังกล่าวด้วยวิธีการทางสถิติ คือ การใช้สถิติทดสอบที่ลดความแปรปรวนของความคลาดเคลื่อนหรือความแตกต่างของคะแนนภายในกลุ่ม ด้วยการควบคุมตัวแปรแทรกซ้อน คือ คะแนนวัดก่อน (Pre-test) ที่คาดว่าจะมีอิทธิพลต่อตัวแปรตาม เพื่อเป็นการยืนยันผลลัพธ์ของตัวแปรตามที่ได้รับผลมาจากโปรแกรมการปรับพฤติกรรมที่มีผลต่อพฤติกรรมกรรมการคบเพื่อนต่างเพศอย่างมีวิจารณญาณของวัยรุ่นตอนต้น

ผลการวิจัย

จากการวิเคราะห์ข้อมูล สามารถแบ่งผลการวิจัยออกเป็น 2 ตอนดังนี้

ตอนที่ 1 ลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง พบว่า นักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1 จำนวน 40 คน จำแนกตามเพศ พบว่า ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง จำนวน 22 คน คิดเป็นร้อยละ 55.0 เมื่อจำแนกด้านความสามารถการอ่านเขียนภาษาไทย พบว่า นักเรียนมีความสามารถอ่านเขียนภาษาไทยได้ดี จำนวน 24 คน คิดเป็นร้อยละ 60.0 เมื่อจำแนกการรับการรักษาโรคทางพฤติกรรม-อารมณ์ พบว่า ส่วนใหญ่ไม่ได้รับการรักษาโรคทางพฤติกรรม-อารมณ์ จำนวน 40 คน คิดเป็นร้อยละ 100 เมื่อจำแนกด้านสถานภาพครอบครัว พบว่า ส่วนใหญ่บิดามารดาอยู่ด้วยกัน จำนวน 20 คน คิดเป็นร้อยละ 50.0 รองลงมา คือ บิดามารดาแยกกันอยู่ จำนวน 12 คน คิดเป็นร้อยละ 30 และเมื่อจำแนกผู้ปกครองที่อาศัยอยู่ด้วย พบว่า ส่วนใหญ่นักเรียนอาศัยอยู่กับบิดามารดา จำนวน 17 คน คิดเป็นร้อยละ 42.5 รองลงมา คือ อยู่กับตายาย จำนวน 9 คน คิดเป็นร้อยละ 22.5

ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วม พบว่า นักเรียนที่ได้รับโปรแกรมการปรับพฤติกรรมจะมีพฤติกรรมกรรมการคบเพื่อนต่างเพศอย่างมีวิจารณญาณสูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้รับโปรแกรมฯ ด้วยการกำหนดให้คะแนนพฤติกรรมกรรมการคบเพื่อนต่างเพศอย่างมีวิจารณญาณทั้งในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีค่าเริ่มต้นที่เท่ากัน (ค่าเฉลี่ยพฤติกรรมกรรมการคบเพื่อนต่างเพศอย่างมีวิจารณญาณ = 0.213) จะพบว่า นักเรียนที่ได้รับโปรแกรมการปรับพฤติกรรมมีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมกรรมการคบเพื่อนต่างเพศอย่างมีวิจารณญาณสูงกว่ากลุ่มควบคุม (ค่าเฉลี่ยที่ปรับตามตัวแปรร่วมในกลุ่มทดลอง = 3.32 กลุ่มควบคุม = 1.83) ซึ่งผู้วิจัยทำการวัด Post-test ในระยะหลังเสร็จสิ้นการทดลองนาน 2 สัปดาห์ ข้อมูลแสดงในตาราง 3

ตารางที่ 3 ค่าสถิติพื้นฐานของคะแนนพฤติกรรมกรรมการคบเพื่อนต่างเพศอย่างมีวิจารณญาณ ของนักเรียนที่ได้รับโปรแกรมฯ และไม่ได้รับโปรแกรมการปรับพฤติกรรม

แหล่งตัวแปร	ก่อนทดลอง		หลังทดลอง	
	\bar{X}	SD	\bar{X}	SD
กลุ่มทดลอง (n = 22)	1.23	.97	3.32	1.76
กลุ่มควบคุม (n = 18)	1.17	.79	1.83	1.62
รวม	1.20	.88	2.65	1.83

สำหรับผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วม (ANCOVA) ของพฤติกรรมการคบเพื่อนต่างเพศอย่างมีวิจารณญาณ ระหว่างกลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมการปรับพฤติกรรมฯ และกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับโปรแกรมฯ โดยใช้คะแนนพฤติกรรมการคบเพื่อนต่างเพศอย่างมีวิจารณญาณก่อนการทดลองเป็นตัวแปรร่วม (Covariate Variable) พบว่า นักเรียนที่ได้รับโปรแกรมการปรับพฤติกรรมมีคะแนนพฤติกรรมการคบเพื่อนต่างเพศอย่างมีวิจารณญาณสูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้รับโปรแกรมการปรับพฤติกรรมฯ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (\bar{X}_{ad} กลุ่มทดลอง = 3.31, \bar{X}_{ad} กลุ่มควบคุม = 1.84) โดยมีค่าอิทธิพลอยู่ในระดับกลาง แสดงว่า ความแตกต่างของคะแนนพฤติกรรมการคบเพื่อนต่างเพศอย่างมีวิจารณญาณระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมเป็นผลมาจากอิทธิพลของโปรแกรมฯ ซึ่งยอมรับสมมติฐานข้างต้น ข้อมูลแสดงดังตาราง 4

ตารางที่ 4 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วมของพฤติกรรมการคบเพื่อนต่างเพศอย่างมีวิจารณญาณในระยะหลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมเมื่อใช้คะแนนก่อนการทดลองเป็นตัวแปรปรวนร่วม (Covariate Variable)

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F	p	ES
ตัวแปรปรวนร่วม	1.15	1	1.15	.39	.53	.54
กลุ่มการทดลอง	21.46	1	21.46	7.34	.01**	
ความคลาดเคลื่อน	108.12	37	2.92			

**มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากผลการวิเคราะห์ข้อมูลดังกล่าว สรุปได้ว่า นักเรียนที่ได้รับโปรแกรมการปรับพฤติกรรมฯ มีพฤติกรรมการคบเพื่อนต่างเพศอย่างมีวิจารณญาณระยะหลังการทดลองสูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้รับโปรแกรมการปรับพฤติกรรมฯ ซึ่งเป็นการยอมรับสมมติฐานการวิจัย

ตอนที่ 3 ผลการประเมินโปรแกรมการปรับพฤติกรรมที่มีผลต่อพฤติกรรมการคบเพื่อนต่างเพศอย่างมีวิจารณญาณของวัยรุ่นตอนต้นหลังเสร็จสิ้นการทดลองนาน 6 สัปดาห์ โดยจัดสนทนากลุ่ม (Focus Group Discussion) และสัมภาษณ์รายบุคคลด้วยการประเมิน 3 ด้าน ได้แก่ การนำไปประยุกต์ใช้คุณค่า/ประโยชน์ของโปรแกรมฯ และข้อเสนอแนะพัฒนากิจกรรมในโปรแกรมฯ เพื่อพัฒนาโปรแกรมการปรับพฤติกรรมที่มีผลต่อพฤติกรรมการคบเพื่อนต่างเพศอย่างมีวิจารณญาณของวัยรุ่นตอนต้น แบ่งเป็น 3 กลุ่ม ได้แก่

1) กลุ่มนักเรียนในกลุ่มทดลอง พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่ได้นำความรู้และทักษะการคบเพื่อนต่างเพศอย่างมีวิจารณญาณประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน ด้านการระวังตนเองในการคบเพื่อนต่างเพศและเชื่อฟังผู้ปกครอง เชื่อฟังครูและตั้งใจเรียนมากขึ้น สำหรับกิจกรรมในโปรแกรมฯ นักเรียนชอบกิจกรรมการควบคุมตนเองโดยการสังเกตและบันทึกพฤติกรรมการคบเพื่อนต่างเพศอย่างมีวิจารณญาณมากที่สุด แต่มีข้อเสนอแนะสำหรับ 3 กิจกรรม ได้แก่ 1) การพัฒนาเจตคติการเห็นแบบอย่างผ่านการแสดงบทบาทสมมติ ควรปรับลดบทละครเพื่อจดจำบทได้มากขึ้น 2) การพัฒนาการสื่อสารทางบวกสำหรับผู้ปกครอง ควรทำให้ผู้ปกครองมีความสุขสนุกสนานในการร่วมกิจกรรม และ 3) การพัฒนาการควบคุมตนเอง ขอให้ลดประเด็นการบันทึกน้อยลงและง่ายต่อความเข้าใจ

2) กลุ่มผู้ปกครองของนักเรียนกลุ่มทดลอง พบว่า ส่วนใหญ่ผู้ปกครองเห็นด้วยต่อการจัดกิจกรรม และเห็นประโยชน์ต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการคบเพื่อนต่างเพศของเด็ก และมีการปรับเปลี่ยนการสื่อสารทางบวกกับวัยรุ่นมากขึ้น นอกจากนี้ผู้ปกครองให้ข้อเสนอแนะในการพัฒนากิจกรรมของโปรแกรมการปรับพฤติกรรมที่มีผลต่อพฤติกรรมการคบเพื่อนต่างเพศอย่างมีวิจารณญาณของวัยรุ่นตอนต้น ผู้ปกครองส่วนใหญ่ต้องการให้จัดกิจกรรมเช่นนี้ขึ้นในโรงเรียนอย่างต่อเนื่อง จัดเวลาในช่วงเช้าของวันหยุดเหมาะสมดี และให้มีการเพิ่มเติมกิจกรรมอื่น ๆ เช่น เทคนิคการพูดคุยกับสมาชิกในบ้าน เป็นต้น

3) กลุ่มผู้บริหารโรงเรียน ครูที่เกี่ยวข้อง ผู้บริหารสถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์ และผู้ทรงคุณวุฒิ พบว่า การจัดโปรแกรมการปรับพฤติกรรมที่มีผลต่อพฤติกรรมการคบเพื่อนต่างเพศอย่างมีวิจารณญาณของวัยรุ่นตอนต้น ส่วนใหญ่เห็นด้วยกับการจัดกิจกรรมนี้ในโรงเรียนซึ่งมีผลต่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของนักเรียนด้านการคบเพื่อนต่างเพศ และสามารถสอดแทรกในการเรียนการสอนวิชาสุศึกษาและพลศึกษาได้ นอกจากนี้โปรแกรมฯ มีความคุ้มค่าและเหมาะสมต่อการจัดกิจกรรมในโรงเรียนอย่างต่อเนื่อง เพื่อส่งเสริมการคิดอย่างมีวิจารณญาณในการคบเพื่อนต่างเพศของวัยรุ่น แต่มีข้อเสนอแนะในการเพิ่มสมาชิกกลุ่มย่อยสำหรับกิจกรรมการพัฒนาการสื่อสารทางบวก และเพิ่มความหลากหลายของบทบาทสมมติให้มีความทันสมัย และนักเรียนมีส่วนร่วมในการคัดเลือกเรื่องที่น่าสนใจ อีกทั้งปรับการให้รางวัลที่เหมาะสมกับวัยรุ่นมากขึ้น

สรุปผลการวิจัยและอภิปรายผล

1. จากผลการทดสอบสมมติฐาน พบว่า ในระยะหลังการทดลองนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่ได้รับโปรแกรมการปรับพฤติกรรมมีพฤติกรรมการคบเพื่อนต่างเพศอย่างมีวิจารณญาณสูงกว่านักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่ไม่ได้รับโปรแกรมการปรับพฤติกรรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งผลการศึกษาเป็นไปตามสมมติฐาน ทั้งนี้เนื่องจากนักเรียนกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการปรับพฤติกรรมที่มีผลต่อพฤติกรรมการคบเพื่อนต่างเพศอย่างมีวิจารณญาณของวัยรุ่นตอนต้น เกิดการเปลี่ยนแปลงกระบวนการทางปัญญา อันเป็นผลมาจากการที่ผู้วิจัยใช้แนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาที่ส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมภายนอก ด้วยการใช้เทคนิคการเรียนรู้จากการสังเกตและการกำกับตนเองตามทฤษฎีปัญหาสังคมของ Bandura โดยโปรแกรมการปรับพฤติกรรมที่ใช้ในการวิจัยนี้ เริ่มต้นจากการเปลี่ยนแปลงเจตคติต่อการคบเพื่อนต่างเพศอย่างมีวิจารณญาณ ซึ่งเป็นตัวแปรปัจจัยภายในสำคัญที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการคบเพื่อนต่างเพศอย่างมีวิจารณญาณที่พบจากการศึกษาในระยะที่ 1 การเปลี่ยนแปลงเจตคติต่อการคบเพื่อนต่างเพศอย่างมีวิจารณญาณ โดยทำให้นักเรียนกลุ่มทดลองเห็นตัวแบบของการแสดงพฤติกรรมการคบเพื่อนต่างเพศอย่างมีวิจารณญาณแล้วเกิดความรู้สึกอยากทำตาม ตัวอย่างเช่น นิดเฝ้าดูนิสัยความประพฤติของเพื่อนก่อนตัดสินใจเลือกสมาชิกกลุ่ม และนำส่วนดีส่วนเสียของเพื่อนมาพัฒนางาน ภัทรก็สังเกตนิสัยของเพื่อนเพื่อหาส่วนดีทำงานร่วมกัน (B) คุณครูกล่าวชมชนิดและภัทรที่ช่างสังเกตนิสัยและพฤติกรรมของเพื่อนที่นำส่วนดีของเพื่อนมาทำงานร่วมกัน “ช่างสังเกตนิสัยและพฤติกรรมเพื่อน การทำงานด้วยกันต้องรู้ส่วนดี ส่วนเสียของกันและกัน และแก้ไขส่วนที่บกพร่องให้ดีขึ้น” (C+) แนทรู้จักนิสัยและพฤติกรรมที่ดีและไม่ดีของเพื่อน ๆ ก่อนตัดสินใจไปเที่ยววัดตามคำชวนของจ้อย (B) คุณป้าจำปากกล่าวชื่นชม แนทที่รู้จักเลือก

คบเพื่อนที่ดี และทำกิจกรรมที่ดีกับเพื่อน ๆ “เออ...ดิฉันเด็กสมัยนี้ชวนกันไปวัด หนูก็เป็นเด็กดี จะไปไหนมาไหน ขออนุญาตผู้ใหญ่ ดีแล้วที่หนูรู้จักเลือกคบเพื่อนที่ดีน่าชื่นใจ” (C+) เป็นต้น การที่ตัวแบบแสดงพฤติกรรมการคบเพื่อนต่างเพศอย่างมีวิจารณญาณในตัวชี้วัดทั้ง 8 ตัวแล้วได้รับการเสริมแรงทางบวก ซึ่งกระบวนการเสริมแรงทางบวกดังกล่าวทำหน้าที่เป็นแรงจูงใจที่จะทำให้นักเรียนกลุ่มทดลองเกิดความรู้สึกอยากปฏิบัติตาม (Vicarious Reinforcement) เพื่อให้ได้ตัวเสริมแรงเหมือนกับตัวแบบ การที่นักเรียนได้สังเกตตัวแบบแสดงพฤติกรรมการคบเพื่อนต่างเพศอย่างมีวิจารณญาณ (Behavior) แล้วได้รับผลกระทบ (Consequence) ที่เป็นการเสริมแรงทางบวก (Positive Reinforcement) ซึ่งเป็นคำชมเชยของครูและผู้ปกครองนั้นเป็นแรงจูงใจที่ทำให้นักเรียนเกิดความรู้สึกที่ดีต่อการทำพฤติกรรมการคบเพื่อนต่างเพศอย่างมีวิจารณญาณ และอยากปฏิบัติตามเพื่อให้ได้การเสริมแรงทางบวกอย่างที่ตัวแบบได้บ้าง (Vicarious Reinforcement) ซึ่งทำให้นักเรียนกลุ่มทดลองเกิดการเปลี่ยนแปลงเจตคติที่เป็นองค์ประกอบด้านความรู้สึกในทางที่ดีต่อพฤติกรรมการคบเพื่อนต่างเพศอย่างมีวิจารณญาณ ได้ดำเนินการซ้ำ 8 ครั้ง จึงมีผลทำให้เจตคติของกลุ่มทดลองเพิ่มขึ้น ดังจะเห็นได้จากผลการวิเคราะห์ข้อมูลด้านเจตคติต่อการคบเพื่อนต่างเพศอย่างมีวิจารณญาณ ที่ผู้วิจัยทำการวัดก่อนและหลังการทดลองโปรแกรมการปรับพฤติกรรมที่มีผลต่อพฤติกรรมการคบเพื่อนต่างเพศอย่างมีวิจารณญาณสำหรับกลุ่มทดลอง พบว่า กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยเจตคติต่อการคบเพื่อนต่างเพศอย่างมีวิจารณญาณอยู่ที่ 95.00 ในระยะหลังการทดลองสูงกว่าระยะก่อนการทดลองซึ่งมีค่าเฉลี่ยอยู่ที่ 89.91 ซึ่งผลที่ได้สอดคล้องกับงานวิจัยของ Mohd Noor et al. (2013) ได้ศึกษาเรื่อง เจตคติของลูกค้าชาวมาเลเซียต่อการโฆษณาเคลื่อนที่ กลุ่มตัวอย่างเป็นลูกค้าชาวมาเลเซียจำนวน 856 คน พบว่า โครงสร้างของตัวแบบมีความสัมพันธ์ระหว่างเจตคติของลูกค้าชาวมาเลเซียต่อการโฆษณาเคลื่อนที่ ความรู้สึกของบุคคล การควบคุมพฤติกรรมรับรู้ และความตั้งใจในการซื้อสินค้าและบริการอย่างมีนัยสำคัญ

นอกจากนี้ผู้วิจัยยังได้ใช้เทคนิคการเรียนรู้โดยการสังเกต ในการเปลี่ยนแปลงตัวแปรภายนอก คือ การสื่อสารทางบวก จากข้อค้นพบการวิจัยระยะที่ 1 ด้วยการพัฒนาการสื่อสารทางบวกระหว่างผู้ปกครองกับนักเรียนกลุ่มทดลอง โดยเริ่มจากผู้วิจัยนำเสนอตัวแบบที่เป็นหนังสือเกี่ยวกับวิธีการสื่อสารทางบวกของพ่อแม่ผู้ปกครองกับลูกวัยรุ่น เรื่องป้องกันภัยจากเพื่อนต่างเพศด้วยการแต่งกายให้เหมาะสม โดยให้นักเรียนกับผู้ปกครองรับชมหนังสือ ต่อมาร่วมกันเขียนบทสนทนาตามตัวแบบจากสถานการณ์จำลอง 3 เหตุการณ์ เช่น เพื่อนผู้ชายชวนลูกสาวไปเที่ยวบ้าน เป็นต้น พร้อมทั้งร่วมกันแสดงบทบาทสมมติตามบทสนทนาที่แต่ละกลุ่มได้ร่วมกันคิดซึ่งเป็นการต่อยอดการแสดงวิธีการสื่อสารทางบวกตามตัวแบบ เช่น *แสดงการให้เหตุผลต่อสิ่งที่ควรและไม่ควรปฏิบัติ* แสดงน้ำเสียงที่เป็นมิตร แสดงท่าทีใส่ใจ สบตา รับฟังอย่างตั้งใจ เป็นต้น การที่นักเรียนและผู้ปกครองได้สังเกตตัวแบบและมีการแสดงบทบาทสมมติตามบทสนทนาดังกล่าวทำหน้าที่เป็นสิ่งเร้าเข้าไปจัดกระทำกระบวนการทางปัญญาที่เป็นการได้รับความรู้ใหม่ (Acquired) ของนักเรียนและพ่อแม่ ผู้ปกครองอันเป็นผลให้เกิดการเรียนรู้ (Learning) เกี่ยวกับวิธีการสื่อสารทางบวกเกิดขึ้น เช่นเดียวกับกระบวนการเปลี่ยนเจตคติต่อการคบเพื่อนต่างเพศอย่างมีวิจารณญาณ ผู้วิจัยได้ทำการประเมินผลเกี่ยวกับการพัฒนาวิธีการสื่อสารทางบวกด้วยการจัดสนทนากลุ่ม (Focus Group Discussion) สำหรับกลุ่มผู้ปกครองที่เข้าร่วมกิจกรรมในโปรแกรมการปรับ

พฤติกรรมที่มีผลต่อพฤติกรรมการคบเพื่อนต่างเพศอย่างมีวิจารณญาณ เกี่ยวกับการนำไปประยุกต์ใช้ พบว่า ผู้ปกครองมีการปรับเปลี่ยนการสื่อสารทางบวกกับลูกวัยรุ่นไปในทิศทางที่ดีขึ้น เช่นคำพูดดังนี้

“ใช้เรื่องที่ชอบอนุญาตไปบ้านเพื่อน พ่อแม่รู้วิธีพูดคุยกับลูก มีขั้นตอนการคุยตกลงกัน มีการให้เหตุผล โดยลูกจะมีการมาขออนุญาตทุกครั้ง” (สัมภาษณ์ 2561, 9 กันยายน)

“แม่จะฟังลูกมากขึ้น ถามเหตุผล ถามความคิดลูกมากขึ้น” (สัมภาษณ์ 2561, 9 กันยายน)

สำหรับปัจจัยภายในอีกหนึ่งตัวจากข้อค้นพบการวิจัยระยะที่ 1 คือ การควบคุมตนเอง ผู้วิจัยใช้แนวคิด การควบคุมภายในด้วยการค่อย ๆ ลดอิทธิพลจากภายนอก โดยนำเทคนิคการกำกับตนเอง (Self-Regulation) ของ Bandura มาจัดกระทำ โดยผู้วิจัยได้ให้นักเรียนกลุ่มทดลองทำการกำกับตนเองด้วยการกำหนดเป้าหมายด้วยตนเอง ฝึกการสังเกตและบันทึกพฤติกรรมตนเองได้ ตัดสินใจเกี่ยวกับการประเมินการกระทำของตนเองด้วยการเปรียบเทียบการกระทำของตนเองกับเพื่อน และให้นักเรียนกำหนดเงื่อนไขการให้การเสริมแรงตนเองเมื่อกระทำพฤติกรรมได้ตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ หากนักเรียนไม่สามารถกระทำพฤติกรรมได้ตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ นักเรียนจะแสดงปฏิกิริยาทางลบต่อตนเองจากแบบสำรวจตัวเสริมแรง ซึ่งกระบวนการดังกล่าวทำให้นักเรียนสามารถควบคุมตนเองได้ ซึ่งจากการพัฒนาตัวแปรทั้ง 3 ตัวแปรด้วยแนวคิดการพัฒนากระบวนการทางปัญญาเพื่อให้ส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมภายนอกโดยใช้ทฤษฎีปัญญาสังคมของ Bandura ตามที่กล่าวมาแล้วนี้ ทำให้นักเรียนกลุ่มทดลองมีพฤติกรรมการคบเพื่อนต่างเพศอย่างมีวิจารณญาณสูงขึ้น โดยพิจารณาเปรียบเทียบจากคะแนนพฤติกรรมการคบเพื่อนต่างเพศอย่างมีวิจารณญาณมีค่าเฉลี่ย 0.21 ในช่วงก่อนการทดลอง หลังการพัฒนาตัวแปรการควบคุมตนเองของกลุ่มทดลองค่าเฉลี่ยเพิ่มขึ้นเป็น 8.70 ในระยะหลังการทดลอง และจากผลการเก็บข้อมูลก่อนและหลังทำตัวแปรการควบคุมตนเองสอดคล้องกับการวิจัยที่ใช้วิธีการกำกับตนเองในการพัฒนาพฤติกรรมที่เหมาะสมเพิ่มขึ้น ได้แก่ ผลงานของ Sikan (2009) ได้ศึกษาเรื่อง ผลของการใช้โปรแกรมการกำกับตนเองที่มีความรับผิดชอบด้านการเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนเทศบาลพลประชานุกูล อำเภอพล จังหวัดขอนแก่น จากผลการศึกษาพบว่า นักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมการกำกับตนเองมีความรับผิดชอบด้านการเรียนทั้งโดยรวม และรายด้านเพิ่มสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และสอดคล้องกับงานวิจัยของ Matric (2018) ได้ศึกษาเรื่อง การควบคุมตนเอง: ด้วยการกำกับตนเองและการเรียนรู้ สัมภาษณ์นักเรียนชาย และหญิงอายุ 14 ปี จำนวน 9 คน ผลการศึกษาพบว่า การฝึกบุคคลให้กำกับตนเองเป็นวิธีการที่จำเป็น ทำให้บุคคลประสบความสำเร็จตามเป้าหมาย ซึ่งเป้าหมายต้องมาจากความสนใจของบุคคลและความต้องการทางสังคม การที่บุคคลจะประสบความสำเร็จตามเป้าหมายได้ บุคคลนั้นต้องมีประสบการณ์ที่อิมเมมกับความสำเร็จ การกำกับตนเองยังคงไว้ซึ่งพฤติกรรมที่เหมาะสม และยับยั้งพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ได้

2. นักเรียนที่ได้ฝึกการปรับเปลี่ยนกระบวนการทางปัญญาผ่านประสบการณ์ทางตรงและประสบการณ์ทางอ้อมไปพร้อมกัน ส่งผลให้นักเรียนมีพฤติกรรมการคบเพื่อนต่างเพศอย่างมีวิจารณญาณเพิ่มขึ้น โดยพิจารณาจากคะแนนพฤติกรรมการคบเพื่อนต่างเพศอย่างมีวิจารณญาณเฉลี่ย 0.21 ในช่วงก่อนการทดลอง เพิ่มขึ้นเป็น

3.32 ในช่วงหลังการทดลอง ซึ่งมีความใกล้เคียงกับผลการวิจัยของ Bunchu (2006) ศึกษาผลของโปรแกรมพฤติกรรมเสี่ยงต่อการคบเพื่อนต่างเพศที่ไม่เหมาะสมของวัยรุ่น ซึ่งกิจกรรมในโปรแกรมฯ ประกอบด้วย การให้ความรู้ การเล่นบทบาทสมมติ การวิเคราะห์สถานการณ์ และสรุปสาระสำคัญ เกี่ยวกับการปฏิบัติตนกับเพื่อนต่างเพศอย่างเหมาะสมเพื่อป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงต่อการคบเพื่อนต่างเพศที่ไม่เหมาะสม ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนที่ได้รับการเข้าโปรแกรมพฤติกรรมเสี่ยงต่อการคบเพื่อนต่างเพศที่ไม่เหมาะสมของวัยรุ่นมีพฤติกรรมเสี่ยงต่อการคบเพื่อนต่างเพศที่ไม่เหมาะสมน้อยกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการเข้าโปรแกรมฯ สำหรับงานวิจัยที่มีความคล้ายคลึงกับงานวิจัยนี้ เพื่อพัฒนาการคิดอย่างมีวิจารณญาณ เป็นผลงานของ Franks (2010) ศึกษาการพัฒนาแบบแนวทางการแก้ไขปัญหาและการคิดวิเคราะห์ที่เกี่ยวข้องกับสถานการณ์ในโลกความเป็นจริง สำหรับนักเรียน โดยแบ่งการดำเนินกิจกรรมเป็น 3 รอบ รอบแรกผู้สอนให้สถานการณ์และคำถามในการหาวิธีแก้ไขปัญหาด้วยตัวผู้เรียนเอง รอบที่สอง ผู้สอนให้แนวทางแก้ไขปัญหาและการคิดวิเคราะห์กับสถานการณ์สมมติ ผ่านไป 2-3 สัปดาห์จึงดำเนินกิจกรรมรอบที่สาม ผู้สอนให้สถานการณ์สมมติและให้ผู้เรียนแก้ไขปัญหาตามแนวทางการแก้ไขปัญหาอีกครั้ง โดยครูแนะนำเป็นผู้ให้คำแนะนำผู้เรียนด้วยรหัสตัวเลขแทนชื่อในรอบที่สองและสามเมื่อเสร็จสิ้นกิจกรรม ผลการศึกษาพบว่า ผลคะแนนรวมทั้งหมดของนักเรียนทุกคนพัฒนาดีขึ้นหลังได้รับการชี้แนะทักษะการแก้ไขปัญหาและการคิดอย่างมีวิจารณญาณ ทั้งนี้ผู้วิจัยไม่สามารถค้นพบงานวิจัยที่สอดคล้องเรื่องการพัฒนาพฤติกรรมการคบเพื่อนต่างเพศอย่างมีวิจารณญาณของวัยรุ่นได้โดยตรง เนื่องจากยังมีงานวิจัยจำนวนน้อยที่ศึกษาแบบองค์รวม

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะเพื่อการนำไปใช้

สำหรับผู้บริหารโรงเรียนและคณะครูผู้เกี่ยวข้อง สามารถนำการจัดกิจกรรมนี้ใช้ในโรงเรียนได้ เพราะมีผลต่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของนักเรียนด้านการคบเพื่อนต่างเพศอย่างมีวิจารณญาณ และสามารถจัดเป็นกิจกรรมหนึ่งในการเรียนการสอนวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา ในกลุ่มสาระการเรียนรู้เรื่อง การคบเพื่อนต่างเพศและความสัมพันธ์ในครอบครัว เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนมีการเรียนรู้ผ่านกิจกรรมที่เป็นประสบการณ์ตรงและประสบการณ์ทางอ้อม และสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้จริง

2. ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยครั้งต่อไป

2.1 งานวิจัยนี้มีข้อจำกัดในรูปแบบกิจกรรมต้องใช้ความสามารถในการอธิบายความคิดด้วยการอ่านเขียน การคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างจำเป็นต้องใช้ความสามารถด้านการอ่านเขียนภาษาไทย จึงต้องกำหนดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจงจากการประเมินความสามารถของบุคคล ดังนั้นการวิจัยสำหรับกลุ่มวัยรุ่นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จำเป็นต้องเลือกกิจกรรมที่มีความง่ายมากขึ้นในการฝึกสื่อสารอธิบายความคิด

2.2 ควรมีการศึกษาวิจัยในระยะติดตามผลและศึกษาการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่ดีขึ้นในระยะยาวอย่างต่อเนื่อง เพื่อส่งผลถึงการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการคบเพื่อนต่างเพศอย่างมีวิจารณญาณอย่างคงทน

เอกสารอ้างอิง

- Bandura, A. (1986). *Social Foundations of Thought and Action: A Social Cognitive Theory*. Englewood Cliffs, New Jersey: Prentice-Hall.
- Bunchu, D. (2006). *kānsāng bæp khat krōng læ prōkræm pōngkan phruttkam siāng tō kān khop phūān tāng phēt thī mai moṣom khōng wairun* [The Construction Screening and Risk Behavior Prevention Program for Inappropriate Heterosexual Relationship of Adolescents]. (Master's thesis). Graduate School, Srinakharinwirot University, Bangkok.
- Chuchom, O. (2009). *Wichai-kungthotloṅg* [Quasi-experimental research]. *Warasan Phruttkammasat*, 15(1); 1-15.
- Department of Mental Health. (n.d.). *sathānakān panhā sukkhaphāp wairun* [Health Risk Behavior of Adolescents] Retrieved from <http://www.dmh.go.th/downloadportal/Strategy>.
- Department of Mental Health., Department of Health., Department of Control Disease., Department Of Health Service support.(n.d.).*thōṭrahāt rūpbæp kānchat phūnthī wairun læ yaowachon læ kānchat phūnthī kān rianrū khōng phō māe* [The decoding of adolescents and youth's area model and parents' learning area]. Nonthaburi: Ministry of Publish Health.
- Dewey, J. (1993). *How to Think*. Boston D.C. heath Company.
- Dodson, K. S, Dozois, D. J. A. (2019). *Handbook of Cognitive-Behavioral Therapies*(4thed). New York : Guilford Press.
- Ennis, R. H. (1985, October). "A logical Basic for Measuring Critical Thinking Skill," *Educational Leadership*. 43, 45-48.
- Franks. J. S, (2010). *Problem Solving and Critical Thinking Education in a Situation of Rural Poverty: An Action Research Project*. Master of Science in Education. United States: Purdue University.
- George, D., & Mallery, M. (2010). *SPSS for Windows Step by Step: A Simple Guide and Reference*, 17.0 update (10th ed.). Boston: Pearson.
- Jinge, P. (1997). *kān wikhro phruttkam læ kān prap phruttkam* [Behavior Analysis and Behavior Modification] . Srinakharinwirot University, Bangkok. (copy).
- Josephson, A. (1987). *Family therapy: intergrating individual and family dynamics*. Presentation at the 140th Annual Meeting of the American Psychiatric Association, Chicago.

- Kazdin A. E.(1978). *History of behavior modification: Experimental foundations of contemporary research*. Baltimore, MD: University Park Press.
- Losuwannakun, W.(2001). *kānphatthana laksū soēm phuā phatthana thaksa kān khit yāng mī wīchāranayān nai krabuānkān phayabān*. [The Development of the Enrichment Curriculum on the Critical Thinking Skills of Nursing Process].(Ph.D.).Srinakharinwirot University, Bangkok.
- Mahoney, M. J. (1974). *Cognition and behavior modification*. Cambridge, Mass: Ballinger.
- Matric, M. (2018). Self-Regulatory Systems: Self-Regulation and Learning. *Journal of Process Management-New Technologies International*,6(4), 79-84.
- Mohd Noor, M. N. et al. (2013). Malaysian Consumers Attitude towards Mobile Advertising, the Role of Permission and Its Impact on Purchase Intention: A Structural Equation Modeling Approach. *Journal of Asian Social Science*,9(5), 135-153.
- Munnithidarunathon. (n.d.) *sathanākān yaowachon Thai* [Thai youth situation] on July 28th, 2017 Retrieved from http://www.compassionth.com/?page_id=6260.
- National Child and Youth Development Committee. (2011). *phān phatthana dek læ yaowachon hæng chāt* [National Child and Youth Development Plan 2012 - 2016]. Bangkok: Community Agricultural Cooperatives of Thailand Publisher. (in Thai)
- Office of the National Education Commission. (2002). *Phrarāchabanyathængchāt 1999 sōngphanhārōjsīsipsōng læthikækhai Phoēmtoēm (chabapthī 2) 2002* [National Education Act B.E. 1999 and Editing (2nd) 2002]. Bangkok : Sweet Chili Graphic Co., Ltd.
- Pandaeng, P. (2016). *kānsuksā læ phatthana khwāmsāmān nai kān khit yāng mī wīchāranayān nai kānchai sū ‘inthoēnet khoṅg nakriān chan matthayommasuksā pī thī sī doī kān fuk ‘opromchoēng chittawitthaya* [Study and Develop the Ability to Critical Thinking to Using Internet Media of Grade Ten by Psychological Training]. (Master's thesis). Graduate School, Srinakharinwirot University, Bangkok.
- Path. (2007). *næothāng kānchāt kān rīanrū phēt suksā rōp dān nai sathan suksā samrap phubōrihān sathan suksā*. [Guidelines for the management of sexual education in all aspects for school administrators]. Bangkok: Echen Thækchamkat Co., Ltd.
- Path. (2008). *khūmū kānchāt krabuānkān rīanrū phēt suksā rōp dān samrap nakriān chan matthayommasuksā pī thī nung*. (3th Ed) [Guidelines for orgazing the sexual education in all aspects for grade 1 students]. Bangkok: Echen Thækchamkat Co., Ltd.

- Phonmasurin, W. (1998). k̄n̄p̄rīap̄th̄īap̄ phon kh̄ōng k̄n̄ fuk k̄n̄lot khw̄m 'ōn̄wai ȳng pen rabop penr̄ai bukkhon l̄e k̄n̄hai kham pruks̄a penr̄ai bukkhon b̄ēp yut bukkhon pen s̄un̄kl̄ang ph̄ūa lot khw̄m witok kangwon nai k̄n̄ khop ph̄ūan t̄ang ph̄ēt kh̄ōng nisit chan p̄i th̄i 2. [Comparison of the results of individualized sensitivity reduction training and individual counseling a person-centered model to reduce anxiety about courtship of second - year students]. (Master's thesis). Graduate School, Srinakharinwirot University, Bangkok.
- Sikan, S. (2009). phon kh̄ōng k̄n̄chai prōkr̄ēm kap ton 'ēng th̄i m̄i t̄ō khw̄mrapphitch̄ōp d̄an k̄n̄ r̄ian kh̄ōng nakr̄ian chon prathom suks̄a p̄i th̄i hok r̄ongr̄ian th̄ētsab̄an phon Prachanukun phon c̄h̄angwat Kh̄ōn K̄ēn. [Effects of a Self-Regulation Program on Studying Responsibility of Sixth Grade Student of Municipal Public Prachanukun School, Pon District, Khon Kaen Province]. (Master's thesis). Graduate School, Srinakharinwirot University, Bangkok.
- Steinberg. (2017). *Adolescence* (11th ed.). New York: McGraw-Hill Education.
- Thai Health Promotion Foundation. (2014). khlinik wairun. [Teen Clinic] on September 2nd, 2016 Retrieved from <http://www.thaihealth.or.th/Content/24403>
- Thawitsi, W. (2003). k̄n̄suks̄a c̄h̄ētakhati t̄ō k̄n̄ khop ph̄ūan t̄ang ph̄ēt l̄e k̄n̄ pl̄ian c̄h̄ētakhati t̄ō k̄n̄ khop ph̄ūan t̄ang ph̄ēt kh̄ōng nakr̄ian chan matthayommasuks̄a p̄i th̄i s̄ōng r̄ongr̄ian s̄i ȳa phai c̄h̄angwat Chumphon [Study of Attitude toward Heterosexual Relationship and Attitude Changing toward Heterosexual Relationship of Eighth Grade Student of Siyaphai School, Chumphon Province]. (Master's thesis). Graduate School, Srinakharinwirot University, Bangkok.
- Worakunlatthani, K., S̄ēngsik̄ēo, N., Mutitacharoen, P., Komonbut, R., & Prayong, P. (2016). khr̄ōngk̄n̄ pram̄ōn̄phon krabūank̄n̄ c̄hat kitchakam ph̄ūa s̄ang khw̄mr̄u khw̄mkhaōchai thatsanakhati l̄e thaksa k̄n̄s̄ūs̄an ph̄ūa ph̄ēt kh̄ōng ph̄upokkhr̄ōng kap l̄uk wairun [Evaluation of Activities Project for knowledge and understanding of attitude and communication skills of parents and teenagers]. Bangkok: Thai Health Promotion Foundation.
- Wanitbancha, K. (2018). k̄n̄ wikhr̄ō sathiti khan s̄ung dūai SPSS for Windows [Advanced statistical analysis SPSS for Windows]. Bangkok: Chulalongkorn University Publisher.
- Watson, G., & Glaser, E. M. (1964). *Watson-Glaser Critical Thinking Appraisal Manual: Form Ym and Zm*. New York: Harcourt Brace and World Inc.