

DEVELOPMENT OF A SELF-CONTROL SKILLS PROGRAM TO PREVENT BULLYING BEHAVIORS AMONG ELEMENTARY SCHOOL STUDENTS IN GRADES 1 - 3

Patcharin Khuncumchoo, M.S. , Sajee Rukkhawattanakul, M.S.** , Kornkanok Nakprasert, M.S.****

Abstract

Objective: This research aimed to develop and examine the effects of a self-control skills enhancement program for preventing bullying behavior among primary school students in Grades 1 - 3.

Methods: The study employed a research and development design, comprising two phases. The first phase involved program development in collaboration with experts in child and adolescent mental health, Grade 1 - 3 primary school teachers, and school health personnel. The second phase involved program evaluation among a purposively selected group of teachers and students from a primary school in Samut Prakan Province. The research instruments included the self-control skills enhancement program, a teacher opinion questionnaire on the program, a teacher evaluation form of participating students, a strengths and difficulties questionnaire, and a peer interaction questionnaire. Data were analyzed using descriptive statistics and the Chi-Square Test to compare pre-program, post-program, and follow-up phase results.

Results: The program consisted of three lesson plans for teachers and three for students. The results indicated that the mean score of teachers' opinions about the program during the follow-up phase was higher than in the pre- and post-intervention phases. Students' mean knowledge scores showed statistically significant improvements between pre- and post-intervention and between pre- and follow-up phases ($p < .05$). Likewise, skill scores showed significant differences between pre- and post-intervention and between pre- and follow-up phases ($p < .05$). Statistically significant differences were also found in students' strengths and difficulties scores and in peer interaction scores specifically, regarding both being bullied and bullying others between the pre and follow-up phases ($p < .05$).

Conclusion: The program effectively enhanced teachers' knowledge, skills, and attitudes, while also improving student behavior and learning outcomes. This indicates that the program is a practical tool for promoting mental health and preventing bullying behavior among early primary school students.

Keywords: bullying behavior, primary school students (grades 1-3), self-control skills enhancement program

*Corresponding author: Public Health Officer, Senior Professional Level, Division of Mental Health Promotion and Development, e-mail: koonpatrin2@gmail.com

**Clinical Psychologist Senior Professional Level, Division of Mental Health Service Administration

***Public Health Officer, Practitioner Level, Bureau of Mental Health Literacy

Received: 8 February 2025, Revised: 12 September 2025, Accepted: 19 September 2025

การพัฒนาโปรแกรมการพัฒนาทักษะการควบคุมตนเองเพื่อป้องกัน พฤติกรรมมารั้งแค้นในเด็กประถมศึกษาปีที่ 1 - 3

พัชริน คุณคำชู, วท.ม.*, ศจี รุกขวัฒน์กุล, วท.ม.**, กรกนก นาคประเสริฐ, วท.ม.**

บทคัดย่อ

วัตถุประสงค์ : เพื่อพัฒนาและศึกษาผลของ โปรแกรมการพัฒนาทักษะการควบคุมตนเองเพื่อป้องกัน พฤติกรรมมารั้งแค้นในเด็กประถมศึกษาปีที่ 1 - 3

วิธีการศึกษา : การวิจัยและพัฒนา ประกอบด้วย ระยะพัฒนาโปรแกรม ร่วมกับผู้เชี่ยวชาญด้านสุขภาพจิต เด็กและวัยรุ่น ครูระดับประถมศึกษาปีที่ 1 - 3 และผู้รับผิดชอบงานวิจัย และระยะทดสอบผลโปรแกรมในกลุ่มครู และนักเรียน โรงเรียนแห่งหนึ่งในจังหวัดสมุทรปราการ ที่ได้รับการคัดเลือกแบบเจาะจง เครื่องมือที่ใช้ ได้แก่ โปรแกรมการพัฒนาทักษะการควบคุมตนเองเพื่อป้องกันพฤติกรรมมารั้งแค้นในเด็กประถมศึกษาปีที่ 1 - 3 แบบสอบถามความคิดเห็นของครูต่อโปรแกรมและต่อนักเรียนที่เข้าร่วม โปรแกรมฯ แบบประเมินจุดแข็ง - จุดอ่อน และแบบสอบถามปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพื่อนในโรงเรียนระดับประถมศึกษา วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติเชิงพรรณนา และ Chi-Square Test เปรียบเทียบคะแนนก่อน - หลัง และติดตามผล

ผลการศึกษา : โปรแกรมที่พัฒนาประกอบด้วยแผนการสอนสำหรับครูและนักเรียน กลุ่มละ 3 แผน พบว่า คะแนนเฉลี่ยความคิดเห็นของครูต่อโปรแกรมฯ ในระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนและหลังเข้าร่วมโปรแกรม คะแนนเฉลี่ยด้านความรู้และด้านทักษะของนักเรียน ในระยะก่อนกับระยะหลัง และระยะก่อนกับระยะติดตามผล มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 รวมถึงคะแนนเฉลี่ยจุดแข็ง - จุดอ่อน และคะแนนเฉลี่ยปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพื่อน ด้านการเป็นผู้ถูกรังแค้นและด้านการเป็นผู้รังแค้นในระยะก่อนและระยะติดตามผล แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สรุป : โปรแกรมนี้ช่วยส่งเสริมความรู้ ทักษะ และทัศนคติของครู เปลี่ยนแปลงพฤติกรรมและการเรียนรู้ของนักเรียน จึงเป็นโปรแกรมทางเลือกในการนำไปใช้ส่งเสริมสุขภาพจิตและป้องกันพฤติกรรมมารั้งแค้นในนักเรียนประถมศึกษาตอนต้น

คำสำคัญ : พฤติกรรมมารั้งแค้น, เด็กประถมศึกษาปีที่ 1-3, โปรแกรมการพัฒนาทักษะการควบคุมตนเอง

*ผู้ประสานงานบทความ: นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการพิเศษ กองส่งเสริมและพัฒนาสุขภาพจิต, e-mail: koonpatrin2@gmail.com

**นักจิตวิทยาคลินิกชำนาญการพิเศษ กองบริหารระบบบริการสุขภาพจิต

***นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ สำนักอบรุษสุขภาพจิต

วันที่รับ: 8 กุมภาพันธ์ 2568, วันที่แก้ไข: 12 กันยายน 2568, วันที่ตอบรับ: 19 กันยายน 2568

ความสำคัญของปัญหา

องค์การเพื่อการศึกษาวิทยาศาสตร์และวัฒนธรรมแห่งสหประชาชาติ (The United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization : UNESCO, 2019) พบว่าเกือบ 1 ใน 3 ของนักเรียน (ร้อยละ 32) ในทุกภูมิภาคยกเว้นยุโรปและอเมริกาเหนือ เคยถูกเพื่อนรังแกที่โรงเรียนอย่างน้อยหนึ่งครั้งในช่วงเดือนที่ผ่านมา ภูมิภาคเอเชียอยู่ที่ร้อยละ 30.3 สำหรับประเทศไทยความชุกของนักเรียนที่ถูกรังแกมีแนวโน้มเพิ่มขึ้น การรังแกทางกายภาพเป็นรูปแบบการรังแกที่พบบ่อยที่สุด และการรังแกทางเพศเป็นรูปแบบที่พบเป็นอันดับสอง ในระดับโลก เด็กหญิงและเด็กชายมีโอกาสถูกกลั่นแกล้งเท่า ๆ กัน จากผลการประเมิน PISA ในปี 2022 โดยสถาบันส่งเสริมการสอนวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี (สสวท.) พบว่าในระบบการศึกษาที่มีคะแนนเฉลี่ยอยู่ในระดับสูงและนักเรียนมีความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของโรงเรียนดีขึ้น นักเรียนจะรู้สึกปลอดภัยมากขึ้น และเผชิญกับการถูกกลั่นแกล้งและความเสี่ยงอื่น ๆ ที่โรงเรียนน้อยลง สำหรับประเทศไทย นักเรียนหญิงร้อยละ 15 และนักเรียนชายร้อยละ 19 ถูกกลั่นแกล้งอย่างน้อย 2-3 ครั้งต่อเดือน เมื่อเปรียบเทียบกับ PISA 2018 ประเทศไทยมีนักเรียนที่ถูกกลั่นแกล้งลดลงสำหรับเด็กในระดับประถมศึกษา Hunt et al. (2013) พบว่าเด็กร้อยละ 14.3 ถูกระบุว่าเป็นผู้รังแก ร้อยละ 18.2 เป็นเหยื่อ และร้อยละ 19.0 เป็นทั้งผู้รังแกและเหยื่อ โดย Kartal (2008) พบว่าการรังแกทางคำพูดเป็นรูปแบบที่พบบ่อยที่สุดในเด็กนักเรียนระดับประถมศึกษา รองลงมาคือการรังแก

ทางร่างกาย และเด็กผู้ชายถูกรายงานว่าเป็นผู้กระทำการรังแกมากกว่าเด็กผู้หญิง สำหรับการศึกษานในประเทศไทย พงษ์สุดา ป้องสีดา (2564) พบว่านักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาตอนปลายและมัธยมศึกษา มีความชุกของการรังแกกันคิดเป็นร้อยละ 79 ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ร้อยละ 56.0 อยู่ในช่วงอายุ < 12 ปี ร้อยละ 70.7 ลักษณะการรังแกกันมีเด็กเป็นผู้กระทำ ร้อยละ 4.3 ถูกกระทำร้อยละ 55.1 เป็นทั้งผู้กระทำผู้ถูกกระทำ ร้อยละ 40.6 การรังแกกันครั้งแรกส่วนใหญ่เกิดขึ้นในช่วงประถมศึกษาตอนต้น (ร้อยละ 44.3) การสำรวจของมูลนิธิริษัทไทย และสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (2563) พบนักเรียนประมาณ 1 ใน 3 ถูกรังแกเป็นประจำ โดยนักเรียนประถมศึกษาถูกรังแกร้อยละ 40.6 ซึ่งประสบการณ์รังแกมักเริ่มตั้งแต่อ่อนวัยเรียน แต่ความชุกสูงสุดในช่วงอายุ 11 - 15 ปี และลดลงเมื่ออายุมากขึ้น รูปแบบการรังแกมีแนวโน้มเปลี่ยนตามอายุที่มากขึ้นจากการเป็นเหยื่อไปเป็นผู้กระทำ (สุภรัตน์ เอกอัศวิน และจอมสุรางค์ โพธิ์สัตย์, 2560) สอดคล้องกับ Centre for Education Statistics and Evaluation (2017) พบว่าการรังแกกันจะพบได้มากที่สุดและรุนแรงที่สุดในช่วงที่เด็กเปลี่ยนผ่านจากชั้นประถมศึกษาไปสู่มัธยมศึกษาและมีแนวโน้มลดลงในช่วงมัธยมศึกษาตอนปลาย

พฤติกรรมกรรังแกกันของนักเรียนส่วนหนึ่งมาจากวัฒนธรรมไทย ที่มองว่าเป็นการท้าทายและล้อเล่น (Sokantat et al., 2021) ผลกระทบที่เกิดจากการรังแกกัน ส่งผลมากมายทั้งนักเรียนที่เป็น

ผู้รังแก และนักเรียนที่เป็นเหยื่อ แบ่งได้เป็นผลกระทบด้านการศึกษา (educational consequences) โดยพบว่าเด็กที่ถูกรังแกบ่อยครั้งมักจะรู้สึกว่าคุณเองไม่เป็นส่วนหนึ่งของโรงเรียน (outsider at school) มากกว่าเด็กที่ถูกรังแกไม่บ่อยเกือบ 3 เท่า การรังแกในโรงเรียนส่งผลต่อความสำเร็จทางการศึกษาของนักเรียน ทั้งโรงเรียนโดยรวม นอกจากนี้ยังพบว่าสภาพแวดล้อมของโรงเรียนที่ไม่ปลอดภัยและขาดระเบียบวินัยเกี่ยวข้องกับผลการเรียนที่ต่ำกว่า และผลกระทบด้านสุขภาพ (health consequences) พบว่า การรังแกอาจส่งผลกระทบต่อสุขภาพจิต คุณภาพชีวิต และพฤติกรรมเสี่ยงของเด็ก เด็กที่ถูกรังแกมีโอกาสประมาณสองเท่าที่จะรู้สึกโดดเดี่ยว นอนไม่หลับ ตอนกลางคืน และเคยคิดฆ่าตัวตายเมื่อเทียบกับเด็กที่ไม่ถูกรังแก (UNESCO, 2019) โดย Balayan and Verma (2021) พบว่านักเรียนที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับการรังแก (ทั้งในฐานะผู้รังแกและเหยื่อ) มักประสบปัญหาสุขภาพจิต โดยเหยื่อของการรังแกพบปัญหาสุขภาพจิตได้แก่ ภาวะซึมเศร้า ความคิดฆ่าตัวตาย ความวิตกกังวล ความเครียด ความมั่นใจในตนเอง และความนับถือตนเองต่ำ ความผิดปกติในการนอนหลับ รวมถึงปัญหาทางอารมณ์และพฤติกรรม ในขณะที่เดียวกัน ผู้รังแกเองก็มีแนวโน้มที่จะประสบปัญหาสุขภาพจิตเช่นกัน เช่น อาการของภาวะซึมเศร้า ปัญหาการแสดงออกที่รุนแรง และพฤติกรรมอยู่ไม่นิ่ง (hyperactivity) เด็กที่เป็นทั้งผู้ถูกรังแกและผู้รังแก มีคุณภาพสุขภาพและความพึงพอใจในชีวิตที่ต่ำกว่าเมื่อเทียบกับเด็กที่ไม่ได้เกี่ยวข้องกับการรังแก นอกจากนี้ การรังแกยัง

เกี่ยวข้องกับอัตราการสูบบุหรี่ การดื่มแอลกอฮอล์ และการใช้กัญชาที่สูงขึ้น รวมถึงประสบการณ์ทางเพศในวัยที่อายุน้อยกว่าอีกด้วย (UNESCO, 2019) ผลของการรังแกกันยังส่งผลต่อเนื่องถึงอนาคตพบว่า การรังแกในเด็กและวัยรุ่นมีผลตามมาทางด้านลบเมื่อโตเป็นผู้ใหญ่ และมีความเสี่ยงสูงต่อภาวะซึมเศร้า ความกลัวที่สูง โรคแพนิก การฆ่าตัวตายในวัยผู้ใหญ่ตอนต้น และความผิดปกติของบุคลิกภาพแบบต่อต้านสังคม (Office of Juvenile and Delinquency Prevention, 2013) การถูกรังแกเพิ่มความเสี่ยงต่อความรุนแรงของชีวิตในภายหลังได้ถึง 1 ใน 3 และเพิ่มการเป็นผู้กระทำความผิดทางอาชญากรรม (Roberts & Morotti, 2000; Glew et al, 2000) มีการใช้สารเสพติดและสถานะทางการทำงานต่ำเมื่อเทียบกับเพื่อนที่ไม่เกี่ยวข้องอย่างมีนัยสำคัญเมื่อเป็นผู้ใหญ่ เหยื่อที่ถูกรังแกในโรงเรียนมีความเสี่ยงสูงของการถูกรังแกในที่ทำงาน (Office of Juvenile and Delinquency Prevention, 2013) เมื่อโตเป็นผู้ใหญ่ เด็กที่มีพฤติกรรมรังแกกันจะมีพฤติกรรมก้าวร้าวต่อคู่สมรสและลูก บุคคลที่อยู่รอบข้างเด็ก เช่น ครู เพื่อน พ่อแม่ผู้ปกครอง โรงเรียน สังคม ก็อาจได้รับผลกระทบจากพฤติกรรมรังแกด้วย เช่น ปัญหาอาชญากรรม และการกระทำที่ผิดกฎหมาย (Roberts & Morotti, 2000)

เมื่อพิจารณาแนวทางที่จะจัดการหรือแก้ไขปัญหาดังกล่าว แนวทางที่มีประสิทธิภาพและได้ผลคือ การสร้างการรับมือกับปัจจัยเสี่ยงและการเสริมสร้างปัจจัยปกป้อง แม้ว่าเด็กวัยเรียนจะใช้เวลาในโรงเรียนแตกต่างกัน แต่โรงเรียนถือเป็นสถาบันหลักที่มีบทบาทสำคัญในการบ่มเพาะการ

พัฒนาด้านวิชาการ และการพัฒนาทักษะอารมณ์ และสังคม รวมทั้งสุขภาพแก่นักเรียน การลดความรุนแรงและส่งเสริมสุขภาพะทางอารมณ์ในโรงเรียนเป็นมาตรการด้านการส่งเสริมสุขภาพจิตที่มีหลักฐานเชิงประจักษ์ว่ามีประสิทธิผล (แผนงานพัฒนานวัตกรรมเชิงระบบเพื่อการสร้างเสริมสุขภาพจิต, 2560) ซึ่ง โปรแกรมการพัฒนาทักษะการควบคุมตนเองเพื่อป้องกันพฤติกรรมรังแกกันในเด็กประถมศึกษาปีที่ 1 - 3 ถูกพัฒนาขึ้นเนื่องจากยังไม่มีการพัฒนาโปรแกรมเพื่อป้องกันพฤติกรรมรังแกกันในเด็กประถมศึกษาในระดับนี้ ซึ่งเป็นวัยที่สามารถเรียนรู้ความเป็นเหตุและผลได้ เพื่อเสริมสร้างทักษะการควบคุมตนเองให้เด็กสามารถรู้จักควบคุมและจัดการอารมณ์ตนเอง รวมทั้งมีทักษะในการปกป้องตนเองจากการเป็นเหยื่อและรับมือกับการรังแกกัน เป็นเสมือนการเสริมสร้างปัจจัยปกป้อง และนำไปสู่การลดการเกิดพฤติกรรมรังแกกัน

วัตถุประสงค์การวิจัย

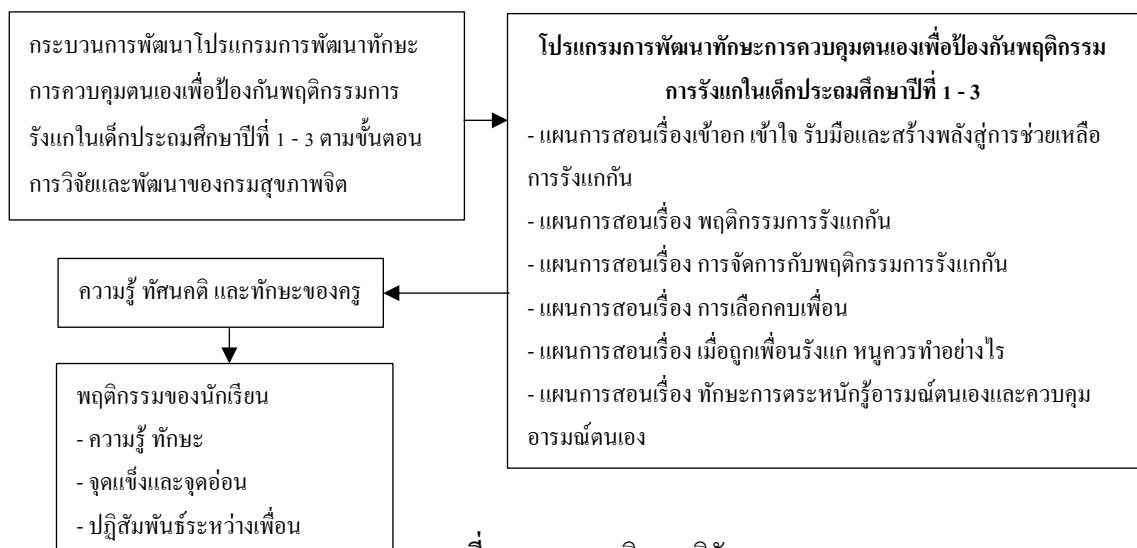
1. เพื่อพัฒนาโปรแกรมการพัฒนาทักษะการควบคุมตนเองเพื่อป้องกันพฤติกรรมรังแกกันในเด็กประถมศึกษาปีที่ 1 - 3
2. เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการพัฒนาทักษะการควบคุมตนเองเพื่อป้องกันพฤติกรรมรังแกกันในเด็กประถมศึกษาปีที่ 1 - 3

สมมติฐานการวิจัย

ผลคะแนนเฉลี่ยความคิดเห็นของครูต่อนักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมฯ จุดแข็งและจุดอ่อน และปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพื่อนในโรงเรียนระดับประถมศึกษา ในระยะก่อนและหลังเข้าร่วมโปรแกรมการพัฒนาทักษะการควบคุมตนเองเพื่อป้องกันพฤติกรรมรังแกกันในเด็กประถมศึกษาปีที่ 1 - 3 และระยะติดตามผล 3 เดือนมีความแตกต่างกัน

กรอบแนวคิดการวิจัย

กรอบแนวคิดการวิจัย แสดงภาพที่ 1



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษานี้เป็นการวิจัยและพัฒนา มี 2 ระยะเวลาคือ 1) ระยะเวลาโปรแกรมการพัฒนาทักษะการควบคุมตนเองเพื่อป้องกันพฤติกรรมก้าวร้าวกันในเด็กประถมศึกษปีที่ 1 - 3 และ 2) ระยะเวลาทดสอบผลโปรแกรมการพัฒนาทักษะการควบคุมตนเองเพื่อป้องกันพฤติกรรมก้าวร้าวกันในเด็กประถมศึกษปีที่ 1 - 3 ดังรายละเอียดต่อไปนี้

ระยะที่ 1 พัฒนาโปรแกรมการพัฒนาทักษะการควบคุมตนเองเพื่อป้องกันพฤติกรรมก้าวร้าวกันในเด็กประถมศึกษปีที่ 1 - 3

ประกอบด้วย 4 ขั้นตอนหลัก ได้แก่

1) ศึกษาข้อมูลสถานการณ์การก้าวร้าวกันจากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และศึกษาสถานการณ์การก้าวร้าวกันในโรงเรียน เพื่อวิเคราะห์ข้อมูลสถานการณ์ พฤติกรรม สาเหตุและการดำเนินการเมื่อเกิดการก้าวร้าวกันในโรงเรียน และเป็นข้อมูลในการกำหนดกรอบและแนวทางในการพัฒนาโปรแกรมการพัฒนาทักษะการควบคุมตนเองเพื่อการป้องกันพฤติกรรมก้าวร้าวกันในเด็กประถมศึกษปีที่ 1 - 3

2) การออกแบบโปรแกรม โดยกำหนดกรอบแนวคิด ร่างเนื้อหา และรูปแบบของโปรแกรม โดยใช้ข้อมูลจากขั้นตอนที่ 1 ร่วมกับการประชุมในกลุ่มผู้เชี่ยวชาญทางด้านสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่น ทั้งในและนอกสังกัดกรมสุขภาพจิต

3) พัฒนาคุณภาพทางวิชาการของโปรแกรมฯ ใน 2 ขั้นตอนคือ

3.1) พิจารณาความตรงเชิงเนื้อหาในประเด็นความครอบคลุมและความถูกต้อง

ในกลุ่มผู้เชี่ยวชาญทางด้านสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นจำนวน 15 คน พิจารณาเนื้อหาและความเป็นไปได้ในการปฏิบัติ ในกลุ่มผู้รับผิดชอบงานวิจัยและผู้ปฏิบัติงานที่เกี่ยวข้องทั้งในและนอกสังกัดกรมสุขภาพจิต จำนวน 20 คน

3.2) ทดลองใช้แผนการสอน ในกลุ่มผู้ใช้โปรแกรม ได้แก่ ครูระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 - 3 และบุคลากรผู้รับผิดชอบงานวิจัยทั้งในและนอกสังกัดกรมสุขภาพจิต จำนวน 25 คน

4) ทดลองใช้โปรแกรมการพัฒนาทักษะการควบคุมตนเองเพื่อป้องกันพฤติกรรมก้าวร้าวกันในเด็กประถมศึกษปีที่ 1 - 3 ในพื้นที่จริงดำเนินการใน 2 ขั้นตอนคือ

4.1) การนำโปรแกรมการพัฒนาทักษะการควบคุมตนเองเพื่อป้องกันพฤติกรรมก้าวร้าวกันในเด็กประถมศึกษปีที่ 1 - 3 ไปทดลองใช้ใน 4 พื้นที่

4.2) ประเมินผลการนำไปทดลองใช้ในพื้นที่จริงในกลุ่มผู้นำโปรแกรมฯ ไปใช้ใน 4 พื้นที่

ระยะที่ 2 ระยะเวลาทดสอบผลโปรแกรมการพัฒนาทักษะการควบคุมตนเองเพื่อป้องกันพฤติกรรมก้าวร้าวกันในเด็กประถมศึกษปีที่ 1 - 3

เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (quasi-experimental research) แบบ single-group time series design ดังแบบแผนการทดลอง (อรพินทร์ ชูชม, 2562) ดังนี้

ทดสอบก่อน	ทดสอบ	ทดสอบหลัง
T ₁ T ₂ T ₃ T ₄ ...	x	T ₅ T ₆ T ₇ T ₈ ...

ประชากร ได้แก่ ครูและนักเรียน ในโรงเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 - 3 แห่งหนึ่งในจังหวัดสมุทรปราการ เป็นกลุ่มครู จำนวน 4 ราย และกลุ่มนักเรียน จำนวน 52 ราย

กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ ครูและนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 - 3 ทั้งหมดในโรงเรียนแห่งหนึ่งในจังหวัดสมุทรปราการ โดยคัดเลือกแบบเจาะจงเพื่อเข้าร่วมโปรแกรมการพัฒนาทักษะการควบคุมตนเองเพื่อป้องกันพฤติกรรมก้าวร้าวในเด็กประถมศึกษาปีที่ 1 - 3 กลุ่มครู จำนวน 4 ราย เป็นครูในระดับประถมศึกษาปีที่ 1 จำนวน 1 ราย ครูระดับประถมศึกษาปีที่ 2 จำนวน 2 ราย และครูระดับประถมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 1 ราย กลุ่มนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 - 3 รวมจำนวน 47 ราย เป็นนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 จำนวน 10 ราย นักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 2 จำนวน 23 ราย และนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 14 ราย

เกณฑ์การคัดเลือก

1. ครูในระดับประถมศึกษาปีที่ 1 - 3 ได้แก่ ครูประจำชั้น ครูแนะแนวหรือครูที่ปรึกษา (ครูที่ดูแลระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียน) ทุกคนที่ให้ความยินยอมเข้าร่วมการวิจัย

2. นักเรียนในระดับประถมศึกษาปีที่ 1 - 3 ทุกคนที่ให้ความยินยอมเข้าร่วมการวิจัย

เกณฑ์การคัดออก

ครูและนักเรียน ระดับประถมศึกษาปีที่ 1 - 3 ที่ไม่สามารถเข้าร่วมโปรแกรมได้ครบตามกำหนด เช่น ป่วย ขาดโรงเรียน

วิธีดำเนินการวิจัย

1) ก่อนดำเนินการวิจัย ซึ่งแจ้งวัตถุประสงค์ ขั้นตอนการวิจัย การวัดและประเมินผลแก่ผู้บริหารสถานศึกษา และร่วมกันกำหนดตารางเวลาในการเข้าร่วมทำการวิจัย

2) ดำเนินการและเก็บรวบรวมข้อมูล

2.1) ก่อนดำเนินการสอนตามแผนการสอนสำหรับครูในวันแรก ทีมผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์ ขั้นตอนการวิจัย การวัดและประเมินผลแก่ครู และให้ตอบแบบสอบถามเพื่อประเมินความคิดเห็นของครูต่อโปรแกรมการพัฒนาทักษะการควบคุมตนเองเพื่อป้องกันพฤติกรรมก้าวร้าวในเด็กประถมศึกษาปีที่ 1 - 3 เมื่อสิ้นสุดการดำเนินการสอนตามแผนการสอนสำหรับครูทั้ง 3 แผนการสอน ให้ครูในแต่ละระดับชั้นปีตอบแบบสอบถามเพื่อประเมินความคิดเห็นของครูต่อโปรแกรมฯ

2.2) ก่อนดำเนินการสอนตามแผนการสอนสำหรับนักเรียนในวันที่สอง ให้ครูตอบแบบสอบถามเพื่อประเมินความคิดเห็นของครูต่อนักเรียนที่เข้าร่วม โปรแกรม ฯ ประเมินพฤติกรรมเด็กด้วยแบบประเมินจุดอ่อนจุดแข็ง (SDQ) และแบบสอบถามปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพื่อนในโรงเรียนระดับประถมศึกษา ครูดำเนินการสอนตามแผนการสอน โดยนักเรียนที่เป็นกลุ่มปกติและกลุ่มเสี่ยงได้รับความรู้และฝึกทักษะร่วมกันในชั้นเรียน และเมื่อสิ้นสุดการดำเนินการสอนตามแผนการสอนสำหรับนักเรียนทั้ง 3 แผนการสอน ให้ครูในแต่ละระดับชั้นปีตอบแบบสอบถามเพื่อประเมินความคิดเห็นของครูต่อนักเรียนที่เข้าร่วม

โปรแกรมฯ และกรณีที่ผลการประเมินจากแบบประเมินจุดอ่อนจุดแข็ง (SDQ) พบนักเรียนอยู่ในกลุ่มเสี่ยงและกลุ่มมีปัญหา ทีมผู้วิจัยดำเนินการสัมภาษณ์ครูและนักเรียน หากพบว่าเป็นกลุ่มมีปัญหาจริง ส่งต่อข้อมูลให้ครูแนะแนวหรือครูประจำชั้นของโรงเรียน หรือครูในระบบดูแลช่วยเหลือเพื่อดูแลและส่งต่อตามระบบดูแลช่วยเหลือต่อไป ซึ่งจากการศึกษาครั้งนี้พบ 1 คน

3) ทีมผู้วิจัยติดตามผลภายหลังการเข้าใช้โปรแกรม 3 เดือน โดยกลุ่มครูในแต่ละระดับชั้นปีให้ตอบแบบสอบถามความคิดเห็นของครูต่อโปรแกรมฯ แบบสอบถามความคิดเห็นของครูต่อนักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมฯ แบบประเมินจุดอ่อนจุดแข็ง (SDQ) และแบบสอบถามปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพื่อนในโรงเรียนระดับประถมศึกษา

4) ทีมผู้วิจัยตรวจสอบความถูกต้องและสมบูรณ์ของข้อมูลเพื่อนำมาวิเคราะห์ข้อมูลต่อไป

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย แบ่งออกเป็น 2 ประเภทคือ เครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินการวิจัย และเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล โดยมีรายละเอียดดังนี้

1) เครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินการวิจัย คือ โปรแกรมการพัฒนาทักษะการควบคุมตนเองเพื่อป้องกันพฤติกรรมรังแกกันในเด็กประถมศึกษาปีที่ 1 - 3 พัฒนาโดยกองส่งเสริมและพัฒนาสุขภาพจิต (2563) เป็น โปรแกรมที่พัฒนาขึ้นโดยใช้หลักการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม (participatory learning) ประกอบด้วยแผนกิจกรรมตามองค์ประกอบแผนกิจกรรมการเรียนรู้ ได้แก่ ทักษะคิด ความรู้และทักษะ จำนวน 6 แผนการสอน มีรายละเอียดดังนี้

แผนการเรียนรู้สำหรับครู จำนวน 3 แผนการสอน ได้แก่ 1) เข้าอก เข้าใจ รับมือและสร้างพลังสู่การช่วยเหลือการรังแกกัน เป็นแผนทัศนคติ เวลา 1 ชั่วโมง 30 นาที เพื่อให้ครูเกิดความตระหนักในการป้องกันพฤติกรรมรังแกกันในเด็กนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 1 - 3 และเห็นความสำคัญของการมีส่วนร่วมในการแก้ไขพฤติกรรมรังแกกันในเด็กนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 1 - 3 2) พฤติกรรมรังแกกัน เป็นแผนความรู้ เวลา 1 ชั่วโมง 15 นาที เพื่อให้ครูมีความรู้ความเข้าใจในเรื่องพฤติกรรมรังแกกัน และสามารถประยุกต์ใช้แนวทางการแก้ไขและการจัดการพฤติกรรมรังแกกันเพื่อป้องกันพฤติกรรมรังแกกันในโรงเรียน และ 3) การจัดการกับพฤติกรรมรังแกกัน เป็นแผนทักษะ เวลา 1 ชั่วโมง เพื่อให้ครูสามารถสังเกตพฤติกรรมรังแกกันจากสัญญาณเตือน และสามารถจัดการพฤติกรรมรังแกกันของนักเรียนได้

แผนการเรียนรู้สำหรับนักเรียน เป็นแผนความรู้และทักษะ จำนวน 3 แผนการสอน ได้แก่ 1) การเลือกคบเพื่อน เวลา 1 ชั่วโมง เพื่อให้ให้นักเรียนรู้ถึงลักษณะเพื่อนที่ดีและเพื่อนที่ไม่ดี และสามารถประเมินและหลีกเลี่ยงจากสถานการณ์ที่มีแนวโน้มความรุนแรงหรือการรังแกกันในชั้นเรียน 2) เมื่อถูกเพื่อนรังแก หนูควรทำอย่างไร เวลา 1 ชั่วโมง เพื่อให้ให้นักเรียนรู้วิธีการจัดการกับสถานการณ์เมื่อถูกรังแก และมีทักษะในการรับมือเมื่อถูกรังแก และ 3) ทักษะการตระหนักรู้อารมณ์ตนเองและควบคุมอารมณ์ตนเอง เวลา 1 ชั่วโมง 30 นาที เพื่อให้ให้นักเรียนสามารถตระหนักและรับรู้อารมณ์

ของตนเองเมื่อถูกรังแก และสามารถจัดการอารมณ์ของตนเองได้อย่างเหมาะสมเมื่อถูกรังแก

2) เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลประกอบด้วย

2.1) แบบสอบถามความคิดเห็นของครูต่อโปรแกรมการพัฒนาทักษะการควบคุมตนเอง เพื่อป้องกันพฤติกรรมรังแกกันในเด็กประถมศึกษาปีที่ 1 - 3 พัฒนาโดยทีมผู้วิจัย ประกอบด้วย 2 ส่วน คือ ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของครู จำนวน 6 ข้อ ได้แก่ เพศ อายุ ชั้นปีที่รับผิดชอบ ประสิทธิภาพในการสอน ประสิทธิภาพในการทำงาน และงานที่รับผิดชอบ และส่วนที่ 2 ข้อความคิดเห็นของครูต่อโปรแกรมฯ จำนวน 9 ข้อ เป็นมาตรวัด 10 ระดับ จากน้อยไปมาก ในประเด็นความสำคัญของปัญหาพฤติกรรมรังแกกันที่เกิดขึ้นในโรงเรียน ความสำคัญของการป้องกันพฤติกรรมรังแกกันในโรงเรียน ความสำคัญของครูในการป้องกันพฤติกรรมรังแกกัน ความรู้ของครูในเรื่องพฤติกรรมรังแกกัน การป้องกันพฤติกรรมรังแกกัน และแนวทางการแก้ไขและการจัดการเพื่อป้องกันพฤติกรรมรังแกกันในโรงเรียน ความสามารถของครูในการแก้ไขและการจัดการพฤติกรรมรังแกกันของนักเรียนเพื่อป้องกันพฤติกรรมรังแกกันในโรงเรียน การสังเกตสัญญาณเตือนของพฤติกรรมรังแกกันในโรงเรียน และการพัฒนานักเรียนให้เกิดทักษะการรับมือพฤติกรรมรังแกกันในโรงเรียน

2.2) แบบสอบถามความคิดเห็นของครูต่อนักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมการพัฒนา

ทักษะการควบคุมตนเองเพื่อป้องกันพฤติกรรมรังแกกันในเด็กประถมศึกษาปีที่ 1 - 3 พัฒนาโดยทีมผู้วิจัย ประกอบด้วย 2 ส่วน คือ ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของนักเรียน จำนวน 8 ข้อ ได้แก่ อายุ ชั้นปี ฐานะครอบครัวของนักเรียน ผู้ที่พักอาศัยด้วย บุคลิกภาพของนักเรียนตามการรับรู้ของครู ลักษณะร่างกายของนักเรียน ภาวะสุขภาพของนักเรียนตามการรับรู้ของครู และผลการเรียนของนักเรียน และส่วนที่ 2 ความคิดเห็นของครูต่อนักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมฯ จำนวน 6 ข้อ เป็นมาตรวัด 10 ระดับ จากน้อยไปมาก ได้แก่ ความรู้ของนักเรียนในเรื่องลักษณะเพื่อนที่ดีและเพื่อนที่ไม่ดี วิธีการจัดการกับสถานการณ์เมื่อถูกรังแก ความสามารถของนักเรียนในการเลือกคบเพื่อน การหลีกเลี่ยงจากสถานการณ์ที่มีแนวโน้มการรังแกกันในโรงเรียน การรับมือเมื่อถูกรังแก และการจัดการกับอารมณ์ของตนเองได้อย่างเหมาะสมเมื่อถูกรังแก

2.3) แบบประเมินจุดแข็งจุดอ่อน (The Strengths and Difficulties Questionnaire: SDQ) ฉบับครูประเมิน (ทวิศักดิ์ สิริรัตน์เลขา, 2560) มีค่า Cronbach's alpha ฉบับครู 0.76 และข้อคำถามทุกข้อมีค่าความสอดคล้องภายใน (internal consistency) ระดับสูง ใช้คัดกรองปัญหาพฤติกรรมในเด็กอายุ 4 - 16 ปี ในโรงเรียนหรือสถานบริการสาธารณสุข ประกอบด้วยข้อคำถาม จำนวน 25 ข้อ แต่ละข้อมี 3 ตัวเลือก คือ “ไม่จริง” “จริงบ้าง” และ “จริงแน่นอน” ให้คะแนน ดังนี้ 1) ข้อคำถามที่ 1 - 6, 8 - 10, 12 - 13, 15 - 20 และ 22 - 24 “ไม่จริง = 0 คะแนน” “จริงบ้าง = 1 คะแนน” “จริงแน่นอน = 2

คะแนน” 2) ข้อคำถามที่ 7, 11, 14, 21 และ 25 “ไม่จริง = 2 คะแนน” “จริงบ้าง = 1 คะแนน” “จริงแน่นอน = 0 คะแนน” การแปลผล แบ่งเป็น 5 ด้าน ด้านละ 5 ข้อ คะแนนแต่ละด้านจะอยู่ระหว่าง 0 - 10 คะแนน คะแนนรวม 0 - 40 คะแนน (รวม 4 ด้าน ยกเว้นด้านสัมพันธภาพทางสังคม) เพื่อแบ่งเด็กออกเป็น 3 กลุ่มคือ “กลุ่มปกติ” “กลุ่มเสี่ยง” และ “กลุ่มมีปัญหา” คะแนนรวมของกลุ่มที่ 1 - 4 เป็นคะแนนที่แสดงถึงปัญหาพฤติกรรมของเด็กในด้านนั้น ๆ (Total Difficulties Score) ส่วนคะแนนในด้านที่ 5 เป็นคะแนนที่แสดงถึงจุดแข็งของเด็ก (Strengths Score) ซึ่งเป็นส่วนสำคัญในการพิจารณานำจุดแข็งมาใช้เพื่อให้การช่วยเหลือแก้ปัญหาในด้านอื่น ๆ ให้กับเด็กต่อไป และคะแนนด้านสัมพันธภาพทางสังคมเป็นตัวบ่งชี้ให้ครูได้ทราบถึงความยากง่ายในการแก้ปัญหา

2.4) แบบสอบถามปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพื่อนในโรงเรียนระดับประถมศึกษา แปลมาจาก Peer Interactions in Primary School Questionnaire ซึ่งพัฒนาโดย Tarshis and Huffman (2007 cited in Hamburger et al., 2011) ประกอบด้วยข้อคำถามจำนวน 22 ข้อ ซึ่งแบ่งเป็นข้อคำถามด้านเหยื่อจากการรังแก (Victim subscale) จำนวน 12 ข้อ และข้อคำถามด้านผู้รังแก (Bully subscale) จำนวน 10 ข้อ แต่ละข้อมี 3 ตัวเลือก คือ “ไม่เคยเลย = 0 คะแนน” “บางครั้ง = 1 คะแนน” และ “บ่อย = 2 คะแนน” เมื่อรวมคะแนนในแต่ละหัวข้อย่อย ช่วงคะแนนสำหรับเหยื่อจากการรังแกคือ 0 - 24 คะแนน โดยคะแนนที่มากขึ้น บ่งชี้ถึงการเป็นเหยื่อจากการรังแก ส่วนช่วงคะแนนสำหรับผู้รังแกคือ 0 - 20

คะแนน โดยคะแนนที่มากขึ้น บ่งชี้ถึงการกระทำพฤติกรรมรังแก

การพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่าง

การวิจัยนี้ได้รับการรับรองจริยธรรมการวิจัยในคนจากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคนด้านสุขภาพจิตและจิตเวช เลขที่หนังสือรับรอง DMH.IRB.CO.A 021/2563 กลุ่มตัวอย่างได้รับการเชิญชวนเข้าร่วมวิจัยด้วยการลงลายมือชื่อยินยอม ในแบบคำชี้แจงอาสาสมัครและแบบคำยินยอม ในกลุ่มครูลงลายมือชื่อยินยอมด้วยตนเอง ส่วนกลุ่มนักเรียนให้ผู้ปกครองลงนาม กลุ่มตัวอย่างมีสิทธิ์ในการตอบรับหรือปฏิเสธการเข้าร่วมวิจัยในครั้งนี้ โดยไม่มีผลกระทบใด ๆ ทั้งสิ้น รวมทั้งสามารถยุติการเข้าร่วมการวิจัยได้ ข้อมูลที่ได้จากการศึกษาจะปกปิดเป็นความลับ และเปิดเผยข้อมูลเฉพาะส่วนที่เป็นข้อสรุป การวิเคราะห์ข้อมูล และการนำเสนอข้อมูลในภาพรวม เพื่อประโยชน์ในเชิงวิชาการเท่านั้น ซึ่งไม่ส่งผลกระทบต่อบุคคลหรือหน่วยงานใด รวมทั้งจะทำลายข้อมูลทันทีหลังจากได้รายงานวิจัยแล้วเสร็จ

การวิเคราะห์ข้อมูล

1) วิเคราะห์ข้อมูลเชิงพรรณนา ได้แก่ ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มครู กลุ่มนักเรียน ความคิดเห็นของครูต่อ โปรแกรมฯ โดยใช้สถิติเชิงบรรยาย (Descriptive statistics) ได้แก่ ความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

2) วิเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนความคิดเห็นของครูต่อนักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมฯ แบบประเมินจุดแข็งจุดอ่อน และแบบสอบถามปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพื่อนในโรงเรียน

ระดับประถมศึกษา ระยะก่อน ระยะหลัง และระยะติดตามผลหลังเข้าร่วมโปรแกรม 3 เดือน โดยใช้สถิติ Chi-Square Test

ผลการวิจัย

ระยะที่ 1 พัฒนาโปรแกรม

ต้นร่างโปรแกรมที่พัฒนาขึ้น ประกอบด้วยแผนกิจกรรมตามองค์ประกอบแผนกิจกรรมการเรียนรู้ จำนวน 14 แผนการสอน ได้แก่

1. แผนความรู้ ประกอบด้วย 1) พฤติกรรมการรังแก/การใช้ความรุนแรงในเด็ก ป.1 - 3 และ 2) สัญญาณเตือนการใช้ความรุนแรงในเด็ก ป.1 - 3

2. แผนทัศนคติ ประกอบด้วย 1) ความเห็นอกเห็นใจผู้ถูกรังแก 2) แบบอย่างการรับมืออย่างสร้างสรรค์ และ 3) เสียงร้องที่ต้องการพลังในการช่วยเหลือ

3. แผนทักษะ ประกอบด้วย 1) แผนสำหรับพัฒนาครู ได้แก่ 1.1 การสร้างสัมพันธภาพและความไว้วางใจ 1.2 การแก้ไขปัญหาความรุนแรงอย่างสร้างสรรค์ 1.3 การสร้างแรงจูงใจเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรม และ 1.4 ทักษะพัฒนาเด็กให้มี self-control 2) แผนสำหรับพัฒนาเด็ก ได้แก่ 1.1 การเคารพสิทธิผู้อื่นและปกป้องสิทธิตนเอง 1.2 ทักษะการตระหนักรู้อารมณ์ตนเอง ควบคุมอารมณ์ตนเอง เข้าใจอารมณ์ผู้อื่น 1.3 ทักษะการกล้าพูด กล้าบอก 1.4 ทักษะการสังเกตและการประเมินสถานการณ์ความรุนแรง และ 1.5 ทักษะการเลือกคบเพื่อน

ต้นร่างโปรแกรมที่พัฒนาขึ้น จำนวน 14 แผนการสอนย่อย ถูกพัฒนาคุณภาพทางวิชาการ

และปรับแก้ตามข้อคิดเห็นและข้อเสนอแนะจากผู้เชี่ยวชาญทางด้านสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่น และทดลองใช้แผนการสอนในกลุ่มผู้ปฏิบัติ ซึ่งเป็นครูระดับประถมศึกษาปีที่ 1 - 3 และบุคลากรสาธารณสุขที่รับผิดชอบงานวิจัยเรียนในเขตสุขภาพและกรมสุขภาพจิต ปรับแก้ในรายละเอียดภายหลังการทดลองใช้แผนการสอน และนำไปทดลองใช้จริงใน 4 พื้นที่ และปรับแก้ภายหลังประเมินผลการนำไปทดลองใช้ในพื้นที่ ซึ่งโปรแกรมการพัฒนาทักษะการควบคุมตนเองเพื่อป้องกันพฤติกรรมการรังแกกันในเด็กประถมศึกษาที่ 1 - 3 ที่พัฒนาสมบูรณ์ ประกอบด้วยแผนการสอนสำหรับครู จำนวน 3 แผนการสอน และแผนการสอนสำหรับครูใช้สอนนักเรียน จำนวน 3 แผนการสอน ดังนี้

แผนการสอนสำหรับครู ได้แก่

1. แผนการสอนเรื่อง เข้าอก เข้าใจ รับมือ และสร้างพลังสู่การช่วยเหลือการรังแกกัน เป็นแผนทัศนคติ มีสาระสำคัญคือ เด็กประถมศึกษาตอนต้นมีความเสี่ยงต่อพฤติกรรมการรังแกกันไม่น้อยไปกว่าเด็กประถมศึกษาตอนปลายหรือเด็กมัธยมศึกษา ซึ่งหากครูเพิกเฉยหรือมองว่าเป็นเพียงพฤติกรรมการแกล้งกันธรรมดาของเด็กนักเรียนย่อมส่งผลกระทบต่อทั้งด้านร่างกายและจิตใจของเด็กและหากปล่อยปัญหาไว้นานจะส่งผลกระทบต่อตัวเด็ก ครอบครัว โรงเรียนและสังคม เช่น ปัญหาความก้าวร้าวรุนแรง ปัญหาสุขภาพจิต เป็นต้น ดังนั้น ครูจึงมีบทบาทสำคัญในการป้องกันและแก้ไขปัญหาพฤติกรรมรังแกกัน โดยเฉพาะการเสริมสร้างการควบคุมตนเอง เพื่อให้เด็กตระหนักรู้อารมณ์ตนเอง รู้จักควบคุมและจัดการอารมณ์

ตนเองอย่างเหมาะสม

2. แผนการสอนเรื่อง พฤติกรรมการรังแกกัน เป็นแผนความรู้ มีสาระสำคัญคือ พฤติกรรมรังแกกันคือ การกระทำของบุคคลทางด้านลบต่อบุคคลใดบุคคลหนึ่ง หรือหลาย ๆ คน โดยเกิดขึ้นซ้ำ ๆ อย่างต่อเนื่อง ทำให้บุคคลเหล่านั้นไม่พึงพอใจ ไม่สุขสบาย เจ็บปวดทางร่างกายและจิตใจ หรือทำให้บุคคลรู้สึกแปลกแยก อับอาย ค้อยคุณค่า ซึ่งการกระทำดังกล่าวกระทำโดยทางร่างกาย วาจา หรืออย่างอื่น ซึ่งกลุ่มนักเรียนระดับประถมศึกษาส่วนใหญ่เป็นกลุ่มที่มีความเสี่ยงต่อการเกิดพฤติกรรมรังแกกันมากกว่าระดับมัธยมศึกษา พฤติกรรมการรังแกกัน แบ่งเป็นพฤติกรรมการรังแกกันตามลักษณะของการกระทำ (การรังแกด้านร่างกาย การรังแกด้านวาจาและการรังแกด้านสังคม) และพฤติกรรมการรังแกกันตามทิศทางการกระทำ (การรังแกทางตรง และการรังแกทางอ้อม) สำหรับผลกระทบจะส่งผลทั้งต่อตนเอง ครอบครัว และสังคม ส่วนสาเหตุของพฤติกรรมการรังแกกัน มีความเกี่ยวข้องกับด้านบุคคล ด้านครอบครัว และด้านโรงเรียน/ชุมชน การที่ครูเห็นความสำคัญและมีความรู้ความเข้าใจหลักการของการจัดการพฤติกรรมการรังแกกันของนักเรียน จะสามารถช่วยป้องกันพฤติกรรมการรังแกกันในนักเรียนได้

3. แผนการสอนเรื่อง การจัดการกับพฤติกรรมรังแกกัน เป็นแผนทักษะ มีสาระสำคัญคือ วิธีการสังเกตลักษณะเด็กที่มีแนวโน้มที่จะถูกเพื่อนรังแก และวิธีการสังเกตสัญญาณเตือนของเด็กที่ถูกรังแกในโรงเรียน จะเป็นการเฝ้าระวังและป้องกันการรังแกกันในโรงเรียน รวมทั้งมีวิธีการ

จัดการที่เหมาะสมเพื่อการแก้ไขปัญหาพฤติกรรมรังแกกันในโรงเรียน

แผนการสอนสำหรับนักเรียน เป็นแผนความรู้และทักษะ ได้แก่

1. แผนการสอนเรื่อง การเลือกคบเพื่อน มีสาระสำคัญคือ เพื่อนคือคนที่สร้างมิตรภาพที่ดีอยู่ด้วยแล้วมีรอยยิ้ม ช่วยปลอบใจ ไม่ทิ้งกัน ไม่ปล่อยหรือชักชวนให้เพื่อนหลงไปผิดทาง ปกป้องเพื่อน จากคำกล่าวที่ไม่จริง และพาเพื่อนไปในทางที่ดี การคบเพื่อนเป็นสิ่งสำคัญมากเนื่องจากเพื่อนมีอิทธิพลต่อจิตใจและการกระทำของนักเรียน เพราะนักเรียนมักจะทำตามเพื่อน โดยนึกว่าเป็นสิ่งที่ดี แต่บางสิ่งก็เป็นสิ่งที่ไม่ดี เช่น การรังแกเพื่อนที่อ่อนแอกว่า การทำตัวเป็นหัวโจก เป็นต้น เพื่อนดี ๆ ถึงจะมีเพียงน้อยนิด แต่หากมีความจริงใจ คอยดูแลและแนะนำสิ่งดี ๆ ให้กัน จะมีส่วนสำคัญในการเปลี่ยนแปลงชีวิตของเรา นอกจากนี้ ทักษะการสังเกตและความสามารถในการประเมินสถานการณ์ที่มีแนวโน้มจะเกิดความรุนแรงหรือการรังแกกันได้ ในโรงเรียน จะช่วยให้นักเรียนสามารถป้องกันตนเองจากการเป็นเหยื่อของการรังแกกัน รวมทั้งสามารถช่วยบอกหรือเตือนเพื่อนไม่ให้ตกอยู่ในสถานการณ์เหล่านี้ได้

2. แผนการสอนเรื่อง เมื่อถูกเพื่อนรังแก หนูควรทำอย่างไร มีสาระสำคัญคือ เมื่อเข้าสู่โรงเรียน การได้พบกับเพื่อน ๆ ที่มาจากต่างครอบครัว บางครั้งอาจทำให้เกิดเหตุการณ์ไม่คาดคิด เช่น ถูกข่มขู่ ถูกแกล้ง หรือถูกรังแก ซึ่งอาจส่งผลให้เกิดพฤติกรรมต่อต้าน กลัวสังคม กลัวเพื่อนและโรงเรียนจนไม่อยากมาโรงเรียน ดังนั้น

การเสริมสร้างให้นักเรียนมีวิธีการและทักษะในการรับมือเมื่อถูกรังแก จะช่วยให้เด็กสามารถดูแลและปกป้องตนเองจากบุคคลหรือสถานการณ์ที่ตกเป็นเหยื่อของการถูกรังแกได้อย่างสร้างสรรค์

3. แผนการสอนเรื่อง ทักษะการตระหนักรู้อารมณ์ตนเองและควบคุมอารมณ์ตนเอง มีสาระสำคัญคือ ทักษะในการรับรู้อารมณ์โกรธหรือความรู้สึกไม่พอใจของตนเองจากการถูกรังแก จะช่วยให้นักเรียนรู้ตัวและไม่โต้ตอบด้วยความรุนแรง นอกจากนี้ ทักษะการจัดการกับอารมณ์อย่างเหมาะสม จะทำให้นักเรียนมีวิธีการระบายอารมณ์และจัดการกับสถานการณ์ต่าง ๆ ได้เป็นอย่างดี

ระยะที่ 2 ทดสอบผลโปรแกรม

ข้อมูลทั่วไปของครูที่เข้าร่วมโปรแกรม

ครูที่เข้าร่วมโปรแกรม จำนวน 4 คน เป็นเพศหญิงมากที่สุด จำนวน 3 คน คิดเป็นร้อยละ 75.0 มีอายุมากที่สุดในช่วง 21 - 30 ปี จำนวน 2 คน คิดเป็นร้อยละ 50.0 อยู่ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่สองมากที่สุด จำนวน 2 คน คิดเป็นร้อยละ 50.0 มีประสบการณ์ในการสอนและประสบการณ์ในการทำงานในช่วง 1 - 10 ปี มากที่สุด จำนวน 2 คน คิดเป็นร้อยละ 50.0 โดยมีงานที่รับผิดชอบส่วน

ใหญ่เป็นครูประจำชั้น ครูแนะแนว และครูที่ปรึกษา มากที่สุด จำนวน 2 คน คิดเป็นร้อยละ 50.0

เปรียบเทียบคะแนนความคิดเห็นของครูต่อโปรแกรมในระยะก่อน ระยะเวลาหลังเข้าร่วมโปรแกรม และระยะติดตามผล

จากตาราง 1 เมื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความคิดเห็นของครูต่อ โปรแกรมในระยะก่อน ระยะเวลาหลังเข้าร่วมโปรแกรม และระยะติดตามผล พบว่า ในภาพรวมคะแนนเฉลี่ยความคิดเห็นของครูต่อโปรแกรมฯ ในระยะติดตามผล (mean = 84.50) สูงกว่าระยะก่อน (mean = 66.75) และหลังเข้าร่วมโปรแกรม (mean = 80.50) เมื่อพิจารณารายด้านพบว่า คะแนนเฉลี่ยรายด้านทั้งด้านทัศนคติ ความรู้ และทักษะของครูในระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนและหลังเข้าร่วมโปรแกรม

ข้อมูลทั่วไปของนักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรม

นักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมจำนวนทั้งสิ้น 47 คน เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 มากที่สุด จำนวน 23 คน คิดเป็นร้อยละ 48.9 รองลงมาคือชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 14 คน คิดเป็นร้อยละ 29.8 เป็นเพศชายมากที่สุด จำนวน 24 คน คิดเป็นร้อยละ 51.1 อายุ 8 ปี มีจำนวนมากที่สุดคือ 22 คน

ตารางที่ 1 คะแนนเฉลี่ยความคิดเห็นของครูต่อโปรแกรมฯ ในระยะก่อน ระยะเวลาหลังเข้าร่วม โปรแกรมฯ และระยะติดตามผล (n = 4)

ความคิดเห็น	ระยะก่อน	ระยะหลัง	ระยะติดตามผล
ด้านทัศนคติ	27.25	29.0	29.25
ด้านความรู้	18.50	26.25	27.50
ด้านทักษะ	21.0	25.25	27.75
คะแนนในภาพรวม	66.75	80.50	84.50

คิดเป็นร้อยละ 46.8 รองลงมาคือ อายุ 9 ปี จำนวน 11 คน คิดเป็นร้อยละ 43.4 และอายุ 7 ปี จำนวน 9 คน คิดเป็นร้อยละ 19.1 ฐานะทางครอบครัวของนักเรียนพอมือพอใช้มากที่สุดจำนวน 32 คน คิดเป็นร้อยละ 68.1 รองลงมาคือ ฐานะยากจน จำนวน 13 คน คิดเป็นร้อยละ 27.7 นักเรียนส่วนใหญ่อาศัยอยู่กับพ่อแม่ จำนวน 38 คน คิดเป็นร้อยละ 80.9 รองลงมาอาศัยอยู่กับปู่ย่า/ตายาย จำนวน 5 คน คิดเป็นร้อยละ 10.6 นักเรียนมีบุคลิกภาพชอบเล่นกับเพื่อนมากที่สุดจำนวน 25 คน คิดเป็นร้อยละ 53.2 น้อยที่สุดคือบุคลิกภาพแบบเก็บตัว จำนวน 4 คน คิดเป็นร้อยละ 8.5 นักเรียนมีลักษณะร่างกายตัวเล็กกว่าวัย และสมวัยมากที่สุดจำนวนเท่ากันคือ 16 คน คิดเป็นร้อยละ 34.0 รองลงมา มีลักษณะร่างกายโตกว่าวัย จำนวน 15 คน คิดเป็นร้อยละ 31.9 นักเรียนส่วนใหญ่มีสุขภาพแข็งแรงจำนวน 45 คน คิดเป็นร้อยละ 95.7 นักเรียนมีผลการเรียนดีมากที่สุดจำนวน 17 คน คิดเป็นร้อยละ 36.2 รองลงมา ผลการเรียนปานกลาง จำนวน 14 คน คิดเป็นร้อยละ 29.8

เปรียบเทียบคะแนนพฤติกรรมของนักเรียนระยะก่อน ระยะหลังเข้าร่วมโปรแกรม และระยะติดตามผล

เมื่อพิจารณาผลคะแนนเฉลี่ยความคิดเห็นของครูต่อนักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมฯ จุดแข็งและจุดอ่อน และปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพื่อนในโรงเรียนระดับประถมศึกษา พบว่า

1. คะแนนเฉลี่ยความคิดเห็นของครูต่อนักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมฯ พบว่า ในภาพรวมคะแนนเฉลี่ยด้านความรู้ของนักเรียนในระยะติดตามผล (mean = 17.34) สูงกว่าระยะก่อนเข้าร่วม

โปรแกรมฯ (mean = 11.89) และระยะหลังเข้าร่วมโปรแกรมฯ (mean = 16.94) เมื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยด้านความรู้ของนักเรียนในระยะก่อนเข้าร่วมโปรแกรมฯ กับระยะหลังเข้าร่วมโปรแกรมฯ และระยะก่อนเข้าร่วมโปรแกรมฯ กับระยะติดตามผล พบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยคะแนนเฉลี่ยด้านความรู้ของนักเรียนหลังเข้าร่วมโปรแกรมฯ และระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนเข้าร่วมโปรแกรมฯ ส่วนคะแนนเฉลี่ยด้านความรู้ของนักเรียนระยะหลังเข้าร่วมโปรแกรมฯ กับระยะติดตามผลไม่แตกต่างกัน ดังตารางที่ 2

ด้านทักษะของนักเรียน พบว่า ในภาพรวมคะแนนเฉลี่ยด้านทักษะของนักเรียนในระยะติดตามผล (mean = 33.70) สูงกว่าระยะก่อนเข้าร่วมโปรแกรมฯ (mean = 23.79) และระยะหลังเข้าร่วมโปรแกรมฯ (mean = 32.98) เมื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยด้านทักษะในระยะก่อนเข้าร่วมโปรแกรมฯ กับระยะหลังเข้าร่วมโปรแกรมฯ และระยะก่อนเข้าร่วมโปรแกรมฯ กับระยะติดตามผล พบว่าแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05 โดยคะแนนเฉลี่ยด้านทักษะของนักเรียนหลังเข้าร่วม โปรแกรมฯ และระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนเข้าร่วมโปรแกรมฯ ส่วนคะแนนเฉลี่ยด้านทักษะของนักเรียนระยะหลังเข้าร่วมโปรแกรมฯ กับระยะติดตามผลไม่แตกต่างกัน ดังตารางที่ 2

2. จุดแข็งและจุดอ่อนของนักเรียน (SDQ) พบว่า ในภาพรวมคะแนนเฉลี่ยจุดแข็งและจุดอ่อนของนักเรียนในระยะติดตามผล (mean = 7.02) น้อยกว่าระยะก่อนเข้าร่วมโปรแกรมฯ (mean = 10.89) เมื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยระยะก่อนเข้า

ร่วม โปรแกรมฯ และระยะติดตามผล พบว่าแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังตารางที่ 3

3. ปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพื่อนในโรงเรียนระดับประถมศึกษา พบว่า ในด้านการเป็นผู้ถูกรังแก ในภาพรวมคะแนนเฉลี่ยของนักเรียนใน

ระยะติดตามผล (mean = 3.55) น้อยกว่าระยะก่อนเข้าร่วม โปรแกรมฯ (mean = 6.06) เมื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยในระยะก่อนเข้าร่วม โปรแกรมฯ และระยะติดตามผลพบแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังตารางที่ 4

ตารางที่ 2 เปรียบเทียบความแตกต่างคะแนนเฉลี่ยด้านความรู้และด้านทักษะของนักเรียนในระยะก่อนเข้าร่วมโปรแกรมฯ ระยะหลังเข้าร่วมโปรแกรมฯ และระยะติดตามผล (n = 47)

คะแนนเฉลี่ย	mean	S.D.	T	Df	Sig (2-tailed)
ด้านความรู้					
ระยะก่อน 11.89	5.043	1.444	23.941	46	.000*
ระยะหลัง 16.94					
ระยะก่อน 11.89	5.447	1.987	18.793	46	.000*
ระยะติดตาม 17.34					
ระยะหลัง 16.94	.404	1.624	1.707	46	.095
ระยะติดตาม 17.34					
ด้านทักษะ					
ระยะก่อน 23.79	9.191	3.019	20.872	46	.000*
ระยะหลัง 32.98					
ระยะก่อน 23.79	9.915	4.048	16.793	46	.000*
ระยะติดตาม 33.70					
ระยะหลัง 32.98	.723	2.803	1.769	46	.083
ระยะติดตาม 33.70					

*p-value < .05

ตารางที่ 3 เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยจุดแข็งและจุดอ่อนของนักเรียน (SDQ) ในระยะก่อนเข้าร่วมโปรแกรมฯ และระยะติดตามผล (n = 47)

คะแนนเฉลี่ย	mean	S.D.	t	df	Sig (2-tailed)
ระยะก่อน 10.89	3.872	3.405	7.797	46	.000*
ระยะติดตาม 7.02					

*p-value < .05

ตารางที่ 4 เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพื่อนในโรงเรียนระดับประถมศึกษา ด้านการเป็นผู้ถูกรังแก และการเป็นผู้รังแกของนักเรียนระยะก่อนเข้าร่วม โปรแกรมฯ และระยะติดตามผล (n = 47)

คะแนนเฉลี่ย	mean	S.D.	t	df	Sig (2-tailed)	
ด้านการเป็นผู้ถูกรังแก						
ระยะก่อน	6.06	2.51	1.208	14.249	46	.000*
ระยะติดตาม	3.55					
ด้านการเป็นผู้รังแก						
ระยะก่อน	4.66	2.83	1.20	16.163	46	.000*
ระยะติดตาม	1.83					

*p-value < .05

ในด้านการเป็นผู้รังแกในภาพรวมคะแนนเฉลี่ยของนักเรียนในระยะติดตามผล (mean = 1.83) น้อยกว่าระยะก่อนเข้าร่วม โปรแกรมฯ (mean = 4.66) เมื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยด้านการเป็นผู้รังแกในระยะก่อนเข้าร่วม โปรแกรมฯ และระยะติดตามผลพบมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังตารางที่ 4

การอภิปรายผล

1. โปรแกรมการพัฒนาทักษะการควบคุมตนเองเพื่อป้องกันพฤติกรรมกรังแกกันในเด็กประถมศึกษาที่ 1 - 3 เป็นโปรแกรมที่พัฒนาโดยใช้หลักการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม ตามองค์ประกอบแผนกิจกรรมการเรียนรู้ ได้แก่ ทักษะคิด ความรู้ และทักษะ จำนวน 6 แผนการสอน เป็นแผนการเรียนรู้สำหรับครู 3 แผนการสอน ได้แก่ เข้าอก เข้าใจ รับมือและสร้างพลังสู่การช่วยเหลือการรังแกกัน พฤติกรรมกรังแกกัน และ การจัดการกับพฤติกรรมกรังแกกัน และแผนการเรียนรู้สำหรับครู

สอนนักเรียน 3 แผนการสอน ซึ่งเป็นแผนความรู้ และทักษะ ได้แก่ การเลือกคบเพื่อน เมื่อถูกเพื่อนรังแก หนูควรทำอะไร และทักษะการตระหนักรู้อารมณ์ตนเองและควบคุมอารมณ์ตนเอง โปรแกรมผ่านการพัฒนาคุณภาพทางวิชาการตามกระบวนการวิจัยและพัฒนาอย่างเข้มข้น ทั้งในกลุ่มผู้เชี่ยวชาญด้านสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่น และนักวิชาการที่เกี่ยวข้อง การทดลองใช้แผนการสอนในกลุ่มผู้ปฏิบัติ ซึ่งเป็นผู้รับผิดชอบงานสุขภาพจิตเด็กวัยเรียนและครูในระดับประถมศึกษา การนำโปรแกรมไปใช้จริงใน 4 พื้นที่ที่มีบริบทแตกต่างกัน และติดตามประเมินผลการนำไปใช้ มีการปรับเนื้อหาตามข้อเสนอแนะของผู้มีส่วนได้ส่วนเสียเพื่อให้ความเป็นไปได้ในการนำไปใช้ในพื้นที่ และเหมาะสมกับบริบทของพื้นที่และสังคม จนได้โปรแกรมต้นแบบในการป้องกันพฤติกรรมกรังแกกัน

ลักษณะโปรแกรมถูกออกแบบมาเพื่อใช้ป้องกันการเกิดปัญหาสุขภาพจิตในกลุ่มเสี่ยง โดยการเฝ้าระวังพฤติกรรมกรังแกกันในโรงเรียน

และใช้ส่งเสริมสุขภาพจิตให้กับกลุ่มติหรือกลุ่มเด็กนักเรียนทั่วไป โดยการให้ความรู้ในเรื่องพฤติกรรม การรังแกกัน เนื่องจากเด็กในวัยนี้สามารถเรียนรู้เรื่องความเป็นเหตุเป็นผลมากขึ้นกว่าเด็กปฐมวัย (ศรีเรือน แก้วกัจจวน, 2545) การเสริมสร้างทักษะการควบคุมตนเอง จะช่วยให้เด็กสามารถรู้จักควบคุมและจัดการอารมณ์ตนเอง เคารพในสิทธิของผู้อื่น รวมทั้งมีทักษะในการปกป้องตนเองจากการเป็นเหยื่อและรับมือกับการรังแกกัน เป็นการเสริมสร้างปัจจัยปกป้อง และนำไปสู่ลดการเกิดพฤติกรรมรังแกกัน และมุ่งหวังให้ครูเกิดความตระหนัก เห็นความสำคัญในบทบาทของตนที่จะช่วยเฝ้าระวังพฤติกรรมรังแกกันในเด็กนักเรียน มีความรู้ที่ถูกต้อง และมีทักษะในการจัดการแก้ไขเกี่ยวกับพฤติกรรมรังแกกัน รวมทั้งสามารถพัฒนาทักษะการควบคุมตนเองในเด็กกลุ่มเป้าหมาย แม้ว่าเด็กวัยเรียนจะใช้เวลาในโรงเรียนแตกต่างกัน แต่โรงเรียนถือเป็นสถาบันหลักในการจัดเวลาทางสังคมของนักเรียน และยังเป็นหนึ่งในสถานที่สำคัญที่สุดสำหรับมาตรการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคในกลุ่มเด็กและเยาวชน ทั้งนี้ต้นแบบที่สำคัญของนักเรียนในโรงเรียนคือครู ซึ่งเป็นผู้ที่จะรู้จักและใกล้ชิดกับเด็ก หากครูมีความเข้าใจมีความตระหนักและมีทัศนคติที่ถูกต้องเกี่ยวกับการรังแกกัน รวมถึงมีแนวทางการเสริมสร้างทักษะการควบคุมตนเองแก่เด็ก จะสามารถลดปัจจัยเสี่ยงจากการเผชิญความก้าวร้าวรุนแรงและบาดแผลทางใจให้กับเด็ก ป้องกันการเกิดปัญหาสุขภาพจิตจากการถูกรังแก หรือลดพฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรงของเด็กที่เป็นผู้กระทำ เมื่อเด็กเติบโตเป็นผู้ใหญ่ได้ ซึ่ง

การศึกษาของชนัชชา วงษ์ทองคำ (2564) พบว่าการให้ความสำคัญถึงปัญหาการกลั่นแกล้งรังแกมีความสัมพันธ์กันในเชิงบวก กับทัศนคติต่อมาตรการการป้องกันและคุ้มครองการกลั่นแกล้งรังแกในสถานศึกษา

2. ผลของโปรแกรมการพัฒนาทักษะการควบคุมตนเองเพื่อป้องกันพฤติกรรมรังแกกันในเด็กประถมศึกษาปีที่ 1 - 3 พบว่า ในกลุ่มครู มีคะแนนเฉลี่ยความคิดเห็นของครูต่อโปรแกรมฯ ในภาพรวมในระยะติดตามผล (mean = 84.50) สูงกว่าระยะก่อน (mean = 66.75) และหลังเข้าร่วมโปรแกรม (mean = 80.50) เมื่อพิจารณารายด้านพบว่า คะแนนเฉลี่ยรายด้านทั้งด้านทัศนคติ ความรู้ และทักษะของครูในระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนและหลังเข้าร่วมโปรแกรม ในกลุ่มนักเรียน คะแนนเฉลี่ยด้านความรู้ของนักเรียนในระยะก่อนกับระยะหลัง และระยะก่อนกับระยะติดตามผล มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยคะแนนเฉลี่ยด้านความรู้ของนักเรียนระยะหลัง และระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนเข้าร่วมโปรแกรมฯ คะแนนเฉลี่ยด้านทักษะในระยะก่อนกับระยะหลัง และระยะก่อนกับระยะติดตามผลแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05 โดยคะแนนเฉลี่ยด้านทักษะของนักเรียนระยะหลัง และระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนเข้าร่วมโปรแกรมฯ ส่วนคะแนนเฉลี่ยด้านความรู้และด้านทักษะของนักเรียนระยะหลังเข้าร่วม โปรแกรมฯ กับระยะติดตามผลไม่แตกต่างกัน เช่นเดียวกับคะแนนเฉลี่ยจุดแข็งและจุดอ่อนของนักเรียนในภาพรวม (SDQ) ในระยะก่อนและระยะติดตามผล

แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และคะแนนเฉลี่ยปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพื่อนในโรงเรียนระดับประถมศึกษา ในภาพรวมพบว่าคะแนนเฉลี่ยด้านการเป็นผู้ถูกรังแกในระยะก่อนเข้าร่วม โปรแกรมฯ และระยะติดตามผลพบแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และคะแนนเฉลี่ยด้านการเป็นผู้รังแกในระยะก่อนเข้าร่วม โปรแกรมฯ และระยะติดตามผลพบมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เช่นกัน

การเปลี่ยนแปลงในกลุ่มครู ผลการประเมินความคิดเห็นของครูต่อโปรแกรมฯ พบว่าหลังเข้าร่วม โปรแกรมฯ มีคะแนนเฉลี่ยมากกว่าก่อนเข้าร่วมโครงการทุกด้าน ทั้งด้านทัศนคติ ด้านความรู้ และด้านทักษะ สะท้อนให้เห็นว่าครูมีทัศนคติ ความรู้ และทักษะต่อ โปรแกรมฯ ที่ดีขึ้น และยังคงสูงขึ้นในระยะติดตามผล ซึ่งแสดงให้เห็นว่าโปรแกรมมีผลต่อการพัฒนาทัศนคติ ความรู้ และทักษะของครู โดยเฉพาะด้านความรู้และทักษะที่คะแนนเฉลี่ยในระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการที่ครูมีทัศนคติที่ดีขึ้นและได้รับความรู้และทักษะที่เหมาะสม แสดงถึงประสิทธิผลของโปรแกรมในการเสริมสร้างความสามารถในวิชาชีพของครู ซึ่ง Desimone (2009) ระบุว่า การพัฒนาวิชาชีพครูที่มีประสิทธิภาพส่งผลให้ครูสามารถปรับปรุงทักษะการสอนได้อย่างมีประสิทธิภาพ สอดคล้องกับผลการวิจัยที่ชี้ให้เห็นว่าหลังจากเข้าร่วมโปรแกรม ครูมีคะแนนเฉลี่ยด้านทักษะที่สูงขึ้น โดยเฉพาะในระยะติดตามผล และन्छชา วงษ์ทองคำ (2564) พบว่าการให้ความ

สำคัญถึงปัญหาการกลั่นแกล้งรังแกมีความสัมพันธ์ในเชิงบวกกับทัศนคติต่อมาตรการป้องกันและคุ้มครองการกลั่นแกล้งรังแกในสถานศึกษาด้านแบบที่สำคัญในโรงเรียนสำหรับนักเรียนคือครู ซึ่งเป็นผู้ที่รู้จักและใกล้ชิดกับเด็ก หากครูมีความเข้าใจ ตระหนัก มีทัศนคติที่ถูกต้องเกี่ยวกับการรังแกกัน รวมถึงมีแนวทางการเสริมสร้างทักษะการควบคุมตนเองแก่เด็ก จะสามารถลดปัจจัยเสี่ยงจากการเผชิญความก้าวร้าว รุนแรงและบาดแผลทางใจให้กับเด็ก ป้องกันการเกิดปัญหาสุขภาพจิตจากการถูกรังแก หรือลดพฤติกรรมรุนแรง ก้าวร้าวของเด็กที่เป็นผู้กระทำเมื่อเด็กเติบโตขึ้นไป ซึ่งครูสามารถพัฒนาให้นักเรียนเรียนรู้หรือส่งเสริมพัฒนาการให้เหมาะสมตามวัย ตลอดจนพัฒนาเอกลักษณ์ของตนเอง และพัฒนาความคิดรวบยอดที่มีต่อตนเองได้ (ศรีสลัก นิมบุตร และคณะ ,2565)

การเปลี่ยนแปลงในกลุ่มนักเรียน จากผลการพัฒนาโปรแกรมฯ พบว่าเกิดการเปลี่ยนแปลงกับนักเรียน โดยคะแนนเฉลี่ยหลังเข้าร่วมโปรแกรมมากกว่าก่อนเข้าร่วม โปรแกรมฯ ทั้งในภาพรวมและรายด้าน ซึ่งนักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมแสดงให้เห็นถึงการพัฒนาทั้งด้านความรู้และทักษะ โดยคะแนนเฉลี่ยด้านความรู้และทักษะเพิ่มขึ้นหลังเข้าร่วม โปรแกรมฯ และในระยะติดตามผล ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยทั้งสองด้านในระยะก่อนและหลังเข้าร่วมโปรแกรมมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ นอกจากนี้ ผลการเปรียบเทียบในระยะก่อนและระยะติดตามผลยังชี้ให้เห็นว่าคะแนนยังคงเพิ่มขึ้น ซึ่งบ่งบอกถึงผลกระทบของโปรแกรมที่ช่วยเสริมสร้างความรู้และทักษะของ

นักเรียน อาจเป็นผลจากการทำกิจกรรมจากแผนการสอนที่ให้นักเรียนได้เห็นทั้งภาพตัวอย่างผลกระทบและร่วมกันวิเคราะห์ผลกระทบที่เกิดขึ้นจากสถานการณ์ตัวอย่างและประสบการณ์การพบเจอการกระทำ ความรุนแรง ทำให้นักเรียนเกิดความรู้จากการเห็นแบบอย่างและจากประสบการณ์ซึ่ง Piaget (1952) กล่าวว่าประสบการณ์การเรียนรู้ การสร้างโปรแกรมการเรียนรู้ที่กระตุ้นให้นักเรียนมีส่วนร่วมและมีประสบการณ์ตรงสามารถช่วยให้นักเรียนพัฒนาความรู้และทักษะได้ดียิ่งขึ้น สอดคล้องกับผลการวิจัยที่พบว่านักเรียนมีพัฒนาการด้านความรู้และทักษะหลังเข้าร่วมโปรแกรม ผลการศึกษาครั้งนี้ยังสอดคล้องกับการศึกษาของ ศรสลัก นิมบุตร (2564) พบว่านักเรียนประถมศึกษาปีที่ 5 ในกลุ่มทดลองที่เข้าร่วมโปรแกรมเสริมสร้างการเรียนรู้อารมณ์สังคมในการป้องกันการข่มเหงรังแกกันมีการป้องกันการข่มเหงรังแกกันในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลนักเรียนที่ได้เข้าร่วมโปรแกรมมีการป้องกันการข่มเหงรังแกกันที่สูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และการศึกษาของ วาสนา มั่งคั่ง และคณะ (2564) พบว่าคะแนนเฉลี่ยทักษะการป้องกันการข่มเหงรังแกผู้อื่นและการป้องกันการถูกข่มเหงรังแกของนักเรียนประถมศึกษาและมัธยมศึกษาตอนต้นหลังการใช้โปรแกรมการเรียนรู้เพื่อการป้องกันการพฤติกรรมข่มเหงรังแกในโรงเรียนสูงกว่าก่อน

ใช้โปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และการศึกษาของธัญญากรณ์ อุปม์ยรัตน์ และคณะ (2562) ในกลุ่มนักเรียนระดับมัธยมศึกษาในโรงเรียนจังหวัดชายแดนใต้ พบว่าหลังได้รับโปรแกรมการกำกับตนเอง กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยทัศนคติต่อการใช้ความรุนแรงต่ำกว่าก่อนได้รับโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 หลังสิ้นสุดโปรแกรมกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยทัศนคติต่อการใช้ความรุนแรงต่ำกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

คะแนนด้านจุดแข็งและจุดอ่อนของนักเรียนลดลงอย่างมีนัยสำคัญในระยะติดตามผลซึ่งบ่งบอกถึงการพัฒนาด้านพฤติกรรมของนักเรียนในหลายด้าน เช่น พฤติกรรมเกร อารมณ์ และความสัมพันธ์กับเพื่อน การลดลงของคะแนนนี้สะท้อนให้เห็นว่าโปรแกรมช่วยส่งเสริมให้นักเรียนสามารถปรับปรุงพฤติกรรมและพัฒนาสัมพันธ์ภาพกับผู้อื่นได้ดียิ่งขึ้น ซึ่งการใช้ SDQ สามารถใช้ในการประเมินความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการรังแกกันและปัญหาพฤติกรรมของเด็ก เช่น การศึกษาของ Wolke et al. (2000) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการรังแกและการเป็นเหยื่อในโรงเรียนประถมศึกษา โดยใช้แบบประเมินจุดแข็งและจุดอ่อน (SDQ) ในการวัดพฤติกรรมด้านต่าง ๆ ของนักเรียน พบว่าการรังแกกันมีความเชื่อมโยงกับพฤติกรรมด้านอารมณ์ที่ไม่มั่นคง และนักเรียนที่เป็นผู้รังแกมีปัญหาในด้านสัมพันธ์ภาพทางสังคมมากกว่านักเรียนทั่วไป การศึกษาของ Hawker & Boulton (2000) ถึงผลกระทบทางจิตใจของการถูกรังแกในโรงเรียนและใช้ SDQ

ในการประเมินสุขภาพจิตของนักเรียนประถมศึกษา พบว่าการถูกรังแกมีความสัมพันธ์กับปัญหาด้านอารมณ์ เช่น ความกังวลและการถอนตัวทางสังคม เช่นเดียวกับการศึกษาของซุนินาถ ศักรินทร์กุล และ อลิสา วัชรสินธุ (2557) ในกลุ่มนักเรียนอายุ 12 - 15 ปี พบว่าปัญหาสุขภาพจิตด้านพฤติกรรมเกรและพฤติกรรมสัมพันธ์ทางสังคมมีความสัมพันธ์กับการข่มเหงรังแก

การปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพื่อนในโรงเรียน การลดลงของคะแนนเฉลี่ยทั้งในด้านกรถูกรังแกและการเป็นผู้รังแกในระยะติดตามผลแสดงให้เห็นว่า โปรแกรมสามารถช่วยลดความรุนแรงและการกระทำที่ไม่เหมาะสมในกลุ่มนักเรียน การที่คะแนนในด้านกรถูกรังแกและการเป็นผู้รังแกลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติในระยะติดตามผลนั้นชี้ให้เห็นถึงประโยชน์ของโปรแกรมในการส่งเสริมความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างเพื่อนในโรงเรียน ซึ่งผลการทบทวนงานวิจัยกว่า 40 ปีเกี่ยวกับการรังแกในโรงเรียนของ Hymel & Swearer (2015) พบความสำคัญของการปฏิสัมพันธ์ทางสังคมระหว่างเพื่อนในการลดพฤติกรรมกรรังแก การสร้างสภาพแวดล้อมที่นักเรียนรู้สึกปลอดภัยและมีการสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อนสามารถลดการรังแกและส่งเสริมความสัมพันธ์ที่ดี สอดคล้องกับงานวิจัยของพัชราภรณ์ ศรีสวัสดิ์ และคณะ (2561) พบว่า นักเรียนชั้นประถมศึกษาตอนปลายและชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นที่ข่มเหงรังแก หลังจากการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มมีคะแนนเฉลี่ยการข่มเหงรังแกลดลงจากการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นักเรียนที่ถูกข่มเหงรังแก

หลังจากการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มมีคะแนนเฉลี่ยการถูกข่มเหงรังแกลดลงจากการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งการศึกษาของกิติรัตน์ สุวรรณรงค์ และคณะ (2565) พบว่า อิทธิพลจากเพื่อนที่มีพฤติกรรมข่มเหงรังแกสามารถทำนายความแปรปรวนของพฤติกรรมข่มเหงรังแกผู้อื่น ($\beta = .200, p < .01$) ปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพื่อนในโรงเรียนมีบทบาทสำคัญต่อการสร้างสภาพแวดล้อมที่สนับสนุนหรือยับยั้งพฤติกรรมกรรังแก งานวิจัยที่เกี่ยวข้องทั้งในและต่างประเทศแสดงให้เห็นว่า การส่งเสริมการสนับสนุนทางสังคมในกลุ่มนักเรียนและการปรับปรุงความสัมพันธ์ระหว่างเพื่อนสามารถลดพฤติกรรมกรรังแกและเพิ่มความผูกพันในกลุ่มเพื่อน

โปรแกรมที่พัฒนาขึ้นนี้มีผลกระทบในเชิงบวกต่อทั้งครูและนักเรียน โดยช่วยพัฒนาทักษะความรู้ และทัศนคติของครู ขณะเดียวกันยังช่วยส่งเสริมการปรับปรุงพฤติกรรมและความสัมพันธ์ระหว่างนักเรียน แสดงให้เห็นถึงควมมีประสิทธิภาพในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมและการเรียนรู้ของนักเรียนในระยะยาว รวมถึงความสามารถในการเสริมสร้างศักยภาพและการทำงานของครู ซึ่งการเสริมสร้างทัศนคติ ความรู้ และทักษะของครูเป็นสิ่งสำคัญที่สามารถส่งผลต่อประสิทธิภาพในการสอนและการจัดการห้องเรียน

ข้อเสนอแนะ

1. การศึกษาในกลุ่มตัวอย่างที่มีความหลากหลายมากขึ้น เช่น ครูและนักเรียนจาก

โรงเรียนในและนอกเขตเมืองที่มีบริบทแตกต่างกัน เพื่อเห็นความแตกต่างในบริบททางสังคมและการศึกษา ซึ่งอาจส่งผลต่อพฤติกรรมการปฏิสัมพันธ์และการรังแกของนักเรียน นอกจากนี้ การรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มอายุที่หลากหลาย เช่น นักเรียนในระดับมัธยมต้น อาจให้มุมมองที่ครอบคลุมมากขึ้นเกี่ยวกับพฤติกรรมการรังแกและผลกระทบระยะยาว

2. การศึกษาเพื่อวัดผลในมิติต่าง ๆ เช่น ความสามารถในการแก้ไขปัญหาของนักเรียน การรับรู้ของนักเรียนเกี่ยวกับบรรยากาศทางสังคมในโรงเรียน หรือการสัมพันธภาพเชิงลึกกับนักเรียน ครู และผู้ปกครอง เพื่อให้ได้ข้อมูลเชิงคุณภาพที่เกี่ยวกับสาเหตุและผลกระทบของพฤติกรรมการรังแก

3. พัฒนาโปรแกรมการป้องกันที่มุ่งเน้นการสร้างสภาพแวดล้อมที่สนับสนุน เช่น กิจกรรมสร้างความสัมพันธ์ระหว่างเพื่อน การสร้างกลุ่มสนับสนุนทางอารมณ์ในโรงเรียน (peer support groups) หรือการพัฒนาความสามารถทางสังคม (social-emotional learning) เพื่อช่วยให้นักเรียนมีทักษะในการจัดการกับสถานการณ์การรังแกได้ดียิ่งขึ้น

4. ติดตามผลการศึกษาในระยะยาว โดยติดตามประเมินผลกระทบของโปรแกรมที่ใช้ เช่น ผลของการปฏิสัมพันธ์และพฤติกรรมการรังแกในระยะยาว เพื่อติดตามการเปลี่ยนแปลงในพฤติกรรมของนักเรียน

เอกสารอ้างอิง

- กองส่งเสริมและพัฒนาสุขภาพจิต กรมสุขภาพจิต. (2563). *โปรแกรมการพัฒนาทักษะการควบคุมตนเอง (self-control) เพื่อป้องกันพฤติกรรมกรังแกกัน (bullying) ในเด็กประถมศึกษาปีที่ 1-3 (ฉบับปรับปรุง)*. กรุงเทพฯ: บริษัทพรอสเพอริสพลัส.
- กิติรัตน์ สุวรรณรงค์, ยุณี พงศ์จตุรวิทย์, และนุจรี ไชยมงคล, (2565). ปัจจัยทำนายพฤติกรรมข่มเหงรังแกผู้อื่นในเด็กวัยเรียนตอนปลาย. *วารสารคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา*, 30(4), 13-25.
- ชุนิชา ศักรินทร์กุล, และอลิสา วัชรสินธุ. (2557). ความสุขของการข่มเหงรังแกและปัจจัยด้านจิตสังคมที่เกี่ยวข้องในเด็กมัธยมต้น เขตอำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่. *วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย*, 59(3), 221-230.
- ทวีศักดิ์ สิริรัตน์เลขา. (2560). *การคัดกรองสุขภาพจิตเด็กวัยเรียน*. <https://www.happyhomeclinic.com/Download/ebook/screening2560.pdf>.
- ธนัชชา วงษ์ทองคำ. (2564). *การศึกษามาตรการการป้องกันและคุ้มครองการแก้อั้งรังแกในสถานศึกษาระดับชั้นประถมศึกษาตอนปลายในสังกัดกรุงเทพมหานคร [วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต]*. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ธัญญาภรณ์ อุปมัรัตน์, วินิภาญณ์ คงสุวรรณ, และวันดี สุทธรังษี. (2562). ผลของโปรแกรมการกำกับตนเองต่อทัศนคติการใช้ความรุนแรง และพฤติกรรมการควบคุมตนเองในนักเรียนวัยรุ่น. *วารสารการพยาบาลจิตเวชและสุขภาพจิต*, 33(3), 13-28.
- แผนงานพัฒนานวัตกรรมเชิงระบบเพื่อการสร้างเสริมสุขภาพจิต. สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.). (2560). *รายงานสรุป การป้องกันโรคจิตเวช: มาตรการและทางเลือกนโยบายที่มีประสิทธิผล*. กรุงเทพฯ: วนิดาการพิมพ์.
- พงษ์สุดา ป้องลีดา. (2564). ความสุขของการรังแกกันและปัจจัยด้านครอบครัวที่เกี่ยวข้องในนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาตอนปลายและมัธยมศึกษา จังหวัดน่าน. *เชิงวิจัยวารสาร*, 13(2), 102-119.

- พัชราภรณ์ ศรีสวัสดิ์, วิไลลักษณ์ ลังกา, กัมปนาท บริบูรณ์, และ
 วรรณิต แสนอุบล. (2561). การพัฒนารูปแบบการป้องกันการ
 การข่มเหงรังแกในโรงเรียน. *Veridian E-Journal, Silpakorn
 University ฉบับภาษาไทย สาขามนุษยศาสตร์ สังคมศาสตร์
 และศิลปะ*, 11(1), 3653-3667.
- มูลนิธิรักไทย, และสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้น
 พื้นฐาน. (2563). *นักเรียนก้าวทันยุคดิจิทัลในโรงเรียน
 และโซเชียลมีเดีย*. <https://anyflip.com/xlwwg/vyiu/basic>
- วาสนา มั่งคั่ง, ศรีประไพ อินทร์ชัยเทพ, แลรุ่งนภา สูดินันท์
 โอภาส. (2564). การพัฒนาโปรแกรมการเรียนรู้เพื่อการ
 ป้องกันพฤติกรรมข่มเหงรังแกในโรงเรียน. *วารสาร
 วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี อุดรดิตถ์*, 13(2), 119-131.
- ศรสลัก นิมบุตร. (2564). ประสิทธิภาพของโปรแกรมเสริมสร้าง
 การเรียนรู้อารมณ์สังคมในการป้องกันการข่มเหงรังแกกัน
 ของนักเรียนที่เห็นเหตุการณ์การข่มเหงรังแกกันในโรงเรียน
 ระดับชั้นประถมศึกษาตอนปลาย: การวิจัยผสมวิธี
 [วิทยานิพนธ์คุณวุฒิปริญญาโท]. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
[http://ir-ithesis.swu.ac.th/dspace/bitstream/123456789/
 1986/1/gs611150039.pdf](http://ir-ithesis.swu.ac.th/dspace/bitstream/123456789/1986/1/gs611150039.pdf)
- ศรสลัก นิมบุตร, อัจฉรา ประเสริฐสิน, และสุภาสุกร จันประเสริฐ.
 (2565). ผู้เห็นเหตุการณ์กับการป้องกันการข่มเหงรังแกกัน
 ในโรงเรียน. *วารสารราชพฤกษ์*, 20(3), 141-155.
- ศรีเรือน แก้วกังวาน. (2545). *จิตวิทยาพัฒนาทุกช่วงวัย : แนวคิด
 เชิงทฤษฎี-วิจัยเด็กตอนกลาง เล่ม 1 (พิมพ์ครั้งที่ 8)*. โรงพิมพ์
 มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- สุภรัตน์ เอกอัครวิน, และจอมสุรางค์ โพธิ์สัตย์. (2560). ความชุก
 ของประสบการณ์รังแกและโรคร่วมจิตเวชในนักเรียนไทย.
วารสารสุขภาพจิตแห่งประเทศไทย, 25(2), 96-106.
- สถาบันส่งเสริมการสอนวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี. (2567).
ผลการประเมิน PISA 2022 : บทสรุปสำหรับผู้บริหาร.
<https://pisathailand.ipst.ac.th/pisa2022-summary-result/>
- อรพินทร์ ชุชม. *การวิจัยกึ่งทดลอง Quasi – Experimental
 Research*. <http://bsris.swu.ac.th/journal/150952/file/1.pdf>.
- Balayan, K. & Verma, M. (2021) Understanding Bullying:
 Roles, Types, Gender Difference and Effect on Mental
 Health. *The International Journal of Indian Psychology*.
 9(3), 2216-2223.
- Centre for Education Statistics and Evaluation. (2017). *Anti-
 bullying interventions in schools-what works?.* [https://education.
 nsw.gov.au/content/dam/main-education/about-us/
 educational-data/cese/2017-anti-bullying-interventions-in-
 schools.pdf](https://education.nsw.gov.au/content/dam/main-education/about-us/educational-data/cese/2017-anti-bullying-interventions-in-schools.pdf)
- Glew, G., Rivara, F., & Feudtner, C. (2000). Bullying: children
 hurting children. *Pediatrics in review*, 21(6), 183-190.
- Hamburger, M. E., Basile, K. C., & Vivolo, A. M. (2011).
*Measuring Bullying Victimization, Perpetration, and
 Bystander Experiences : A Compendium of Assessment
 Tools*. [https://www.researchgate.net/publication/50844676_
 Measuring_Bullying_Victimization_Perpetration_and_By-
 stander_Experiences_A_Compendium_of_Assessment_To-
 ols](https://www.researchgate.net/publication/50844676_Measuring_Bullying_Victimization_Perpetration_and_Bystander_Experiences_A_Compendium_of_Assessment_Tools)
- Hawker, D. S. J., & Boulton, M. J. (2000). Twenty years'
 research on peer victimization and psychosocial
 maladjustment: A meta-analytic review of cross-sectional
 studies. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 41(4),
 441-455.
- Hunt, M, H., Meyers, J., Jarrett, O., & Neel, J. (2013). *Student
 Survey of Bullying Behavior: Preliminary Development and
 Results from Six Elementary Schools*. [https://schoolsafety.
 education.gsu.edu/wp-content/blogs.dir/277/files/2013/10/
 SSBB_FINAL_FINAL_FINALtulip.pdf](https://schoolsafety.education.gsu.edu/wp-content/blogs.dir/277/files/2013/10/SSBB_FINAL_FINAL_FINALtulip.pdf)
- Hymel, S., & Swearer, S. M. (2015). Four decades of research
 on school bullying: An introduction. *American Psychologist*,
 70(4), 293-299.
- Kartal, H. (2008). Bullying prevalence among elementary
 students. *Journal of Education*, 35, 207-217.
- Office of Juvenile and Delinquency Prevention. (2013).
Literature review A product of the Model Programs Guide.
<https://www.ojjdp.gov/mpg/litreviews/Bullying.pdf>.
- Piaget, J. (1952). *The Origins of Intelligence in Children*.
[https://www.bxscience.edu/ourpages/auto/2014/11/16/500
 07779/Piaget%20When%20Thinking%20Begins10272012
 _0000.pdf](https://www.bxscience.edu/ourpages/auto/2014/11/16/50007779/Piaget%20When%20Thinking%20Begins10272012_0000.pdf)

- Roberts, W. B., Jr., & Morotti, A. A. (2000). The bully as victim: Understanding bully behaviors to increase the effectiveness of interventions in the bully-victim dyad. *Professional School Counseling, 4*(2), 148-155.
- Sokantat, N., Kanyajit, S., Poonyarith, S., Thanyasiri, P. & Unmareng, N. (2021). Thai culture: The Foundation of school bullying. *International Journal of Criminal Justice Science, 16*(2), 369-384.
- The United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization. (2019). *Behind the numbers: Ending school violence and bullying*. <https://www.unicef.org/media/66496/file/Behind-the-Numbers.pdf>
- Wolke, D., Woods, S., Bloomfield, L., & Karstadt, L. (2000). The association between direct and relational bullying and behaviour problems among primary school children. *Journal of Child Psychology and Psychiatry, 41*(8), 989-1002.