

### บทที่ 3

#### วิธีดำเนินการวิจัย

ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ มีลำดับขั้นตอนในการดำเนินการ ดังนี้

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
3. การสร้างเครื่องมือในการวิจัย
4. การดำเนินการทดลอง
5. วิธีดำเนินการทดลอง
6. สถิติที่ใช้ในการทดสอบสมมติฐาน

#### ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1. ประชากร เป็นนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ วิทยาลัยสารพัดช่างชลบุรี ที่เรียนอยู่ชั้นปีที่ 1 อายุระหว่าง 15-17 ปี ปีการศึกษา 2552 จำนวน 123 คน
2. กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ วิทยาลัยสารพัดช่างชลบุรี ที่มีอายุระหว่าง 15-17 ปี ปีการศึกษา 2552 ทำแบบวัดทักษะชีวิต และสมัครใจเข้าร่วมในงานวิจัยโดยคัดเลือกตามขั้นตอนดังนี้
  - 2.1 ให้นักเรียนทำแบบวัดทักษะชีวิตในการป้องกันความรุนแรง
  - 2.2 นำแบบวัดทักษะชีวิตในการป้องกันความรุนแรงมาตรวจให้คะแนนตามที่กำหนดไว้เรียงลำดับคะแนนจากมากไปหาน้อย คัดเลือกนักเรียนที่ได้คะแนนในระดับต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมา
  - 2.3 ผู้วิจัยสัมภาษณ์นักเรียนที่ได้จากข้อ 2 เพื่อสอบถามความสมัครใจในการเข้าร่วมจำนวน 24 คน
  - 2.4 แบ่งกลุ่มโดยวิธีสุ่มอย่างง่ายโดยการจับสลาก เพื่อแบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 12 คน
  - 2.5 นักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพในกลุ่มทดลอง จำนวน 12 คน ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเกสตัลท์ สัปดาห์ละ 2 ครั้ง ในวันพุธ และวันศุกร์

ครั้งละ 1 ชั่วโมง 30 นาที จำนวน 10 ครั้ง เป็นเวลา 5 สัปดาห์ ส่วนนักเรียนอาชีวศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพในกลุ่มควบคุมไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเกสตัลท์

### เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ ได้แก่

1. แบบวัดทักษะชีวิต ในการป้องกันความรุนแรง
2. โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเกสตัลท์

### การสร้างเครื่องมือในการวิจัย

1. แบบวัดทักษะชีวิตในการป้องกันความรุนแรง

1.1 ศึกษาค้นคว้าข้อมูลเกี่ยวกับทักษะชีวิต จากตำรา เอกสารและงานวิจัย

1.2 ศึกษาแบบวัดทักษะชีวิตทั้งลักษณะข้อคำถาม วิธีการให้คะแนนและการแปลความหมาย

1.3 สร้างแบบวัดทักษะชีวิตในการป้องกันความรุนแรงโดยพัฒนามาจากแบบวัดทักษะชีวิตของ ภูมิภัทร ปาลกะวงศ์ ณ อยุธยา (2547)

1.4 นำแบบวัดที่ปรับปรุงตามคำแนะนำของอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) จำนวน 3 ท่าน (ภาคผนวก ค) ซึ่งผู้ทรงคุณวุฒิมีข้อเสนอแนะเรื่องการใช้ภาษาในการวัดทักษะชีวิตในการป้องกันความรุนแรง จากนั้นปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ

1.5 ผู้วิจัยนำแบบวัดทักษะชีวิตในการป้องกันความรุนแรงที่ปรับปรุงตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิให้อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ตรวจสอบอีกครั้ง

1.6 ผู้วิจัยนำแบบวัดทักษะชีวิตในการป้องกันความรุนแรงที่ผ่านการตรวจสอบจากผู้ทรงคุณวุฒิ และอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ไปทดลองใช้ (Try Out) กับนักเรียนอาชีวศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช.) ชั้นปีที่ 1 ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน

1.7 นำคะแนนที่ได้มาวิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่นตามวิธีการของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) ได้ค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือ (Reliability) เท่ากับ .85 (ภาคผนวก ข)

1.8 ผู้วิจัยนำแบบวัดทักษะชีวิตในการป้องกันความรุนแรงที่ปรับปรุงหลังจากการทดลองใช้ ไปดำเนินการวิจัยต่อไป

แบบวัดทักษะชีวิตในการป้องกันความรุนแรง มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scales) แบ่งเป็น 5 ระดับตามแนวของลิเคอร์ท (Likert Rating Scales) คือ มากที่สุด, มาก, ปานกลาง, น้อย, น้อยที่สุด จำนวน 40 ข้อ ซึ่งประกอบด้วย

การตระหนักรู้ในตนเอง จำนวน 6 ข้อ เป็นข้อความด้านบวก จำนวน 1 ข้อ คือ ข้อ 6  
ข้อความด้านลบ จำนวน 5 ข้อ คือ ข้อ 1, 2, 3, 4, 5

การเห็นใจผู้อื่น จำนวน 6 ข้อ เป็นข้อความด้านบวก จำนวน 2 ข้อ คือ ข้อ 11, 12 ข้อความ  
ด้านลบ จำนวน 4 ข้อ คือ ข้อ 7, 8, 9, 10

การคิดวิเคราะห์ จำนวน 4 ข้อ เป็นข้อความด้านบวก จำนวน 4 ข้อ คือ 13, 14, 15, 16

การจัดการกับอารมณ์ จำนวน 11 ข้อ เป็นข้อความด้านบวก จำนวน 5 ข้อ คือ ข้อ 18, 20,  
21, 25, 26 ข้อความด้านลบ จำนวน 6 ข้อ คือ ข้อ 17, 19, 22, 23, 24, 27

การตัดสินใจและการแก้ปัญหา จำนวน 6 ข้อ เป็นข้อความด้านบวก จำนวน 4 ข้อ คือ  
ข้อ 28, 30, 31, 32 ข้อความด้านลบจำนวน 2 ข้อ คือ ข้อ 29, 33

การสื่อสาร จำนวน 7 ข้อ เป็นข้อความด้านบวก จำนวน 3 ข้อ คือ ข้อ 35, 36, 37 ข้อความ  
ด้านลบจำนวน 4 ข้อ คือ ข้อ 34, 38, 39, 40

โดยมีเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้

ข้อความด้านบวก

มากที่สุด ให้ 5 คะแนน

มาก ให้ 4 คะแนน

ปานกลาง ให้ 3 คะแนน

น้อย ให้ 2 คะแนน

น้อยที่สุด ให้ 1 คะแนน

ข้อความด้านลบ

มากที่สุด ให้ 1 คะแนน

มาก ให้ 2 คะแนน

ปานกลาง ให้ 3 คะแนน

น้อย ให้ 4 คะแนน

น้อยที่สุด ให้ 5 คะแนน

## 2. โปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มแบบเกสตัลท์

2.1 ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับทฤษฎีการให้การปรึกษาแบบเกสตัลท์  
วิธีการและเทคนิคในการให้การปรึกษา

2.2 สร้างโปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มแบบเกสตัลท์ให้สอดคล้องกับนิยามศัพท์  
เฉพาะและทักษะชีวิตรวมทั้งมีความสอดคล้องกับจุดมุ่งหมายของการวิจัยครั้งนี้ โดยจัดการให้  
การปรึกษาทั้งหมด 10 ครั้ง สัปดาห์ละ 2 ครั้ง ๆ ละ 1 ชั่วโมง 30 นาทีโดยมีรายละเอียดการให้  
การปรึกษา ดังนี้

2.2.1 การให้การปรึกษาครั้งที่ 1 ปฐมนิเทศและสร้างสัมพันธภาพ เพื่อให้ผู้รับ  
คำปรึกษารู้สึกคุ้นเคย เกิดความไว้วางใจ มีบรรยากาศที่อบอุ่นเป็นกันเอง และกล้าที่จะเปิดเผยตนเอง

2.2.2 การให้การปรึกษาครั้งที่ 2 เพื่อพัฒนาทักษะชีวิตในการป้องกันความรุนแรง  
ด้วยให้นักเรียนรู้จักและเข้าใจตนเองตลอดจนมองเห็นคุณค่าของตน

2.2.3 การให้การปรึกษาครั้งที่ 3 เพื่อพัฒนาทักษะชีวิตในการป้องกันความรุนแรง  
ด้วยการเห็นใจผู้อื่น เพื่อให้สามารถรับรู้และเข้าใจความต้องการของบุคคลอื่น การมีความรู้สึกที่ดี  
ต่อกันและเห็นในความงามของบุคคลอื่นและสิ่งแวดล้อมรอบตัว

2.2.4 การให้การปรึกษาครั้งที่ 4 เพื่อพัฒนาทักษะชีวิตในการป้องกันความรุนแรง  
ด้วยการคิดวิเคราะห์เพื่อพัฒนาให้นักเรียนมีการคิดวิเคราะห์และสร้างสรรค์ให้สามารถ แยกแยะ  
ข้อมูลข่าวสาร โดยผ่านการกลั่นกรอง ประเมินถึงคุณและโทษเพื่อใช้ประกอบการพิจารณาใน  
ปัญหาและสถานการณ์ต่าง ๆ รอบตัวได้อย่างเหมาะสมผล

2.2.5 การให้การปรึกษาครั้งที่ 5 เพื่อพัฒนาทักษะชีวิตในการป้องกันความรุนแรง  
ด้วย การตัดสินใจและแก้ปัญหา เพื่อให้สามารถตัดสินใจและเลือกปฏิบัติได้เหมาะสม

2.2.6 การให้การปรึกษาครั้งที่ 7 เพื่อพัฒนาทักษะชีวิตในการป้องกันความรุนแรง  
ด้วยการสื่อสารเพื่อพัฒนาให้มีความสามารถในการใช้คำพูด และท่าทางเพื่อสื่อสารให้จริง  
ความรู้สึก ความคิดอย่างเหมาะสม กับบุคคล สถานที่ โดยสามารถแสดงความคิดเห็น ความต้องการ  
การขอความช่วยเหลือ การขอร้อง การเตือน ได้อย่างเหมาะสม

2.2.7 การให้การปรึกษาครั้งที่ 8-9 เพื่อพัฒนาทักษะชีวิตในการป้องกัน  
ความรุนแรงด้วยการจัดการกับอารมณ์เพื่อให้เข้าใจรู้เท่าทันอารมณ์ของตนเองและบุคคลอื่น  
มีวิธีการควบคุมอารมณ์และจิตใจรวมทั้งการผ่อนคลายตนเองจากภาวะกดดันของสถานการณ์ที่ไม่  
พึงประสงค์ได้อย่างเหมาะสมโดยไม่ใช้ความรุนแรง

2.2.8 การให้การปรึกษาครั้งที่ 10 ปัจฉิมนิเทศและยุติการให้คำปรึกษา เพื่อให้ผู้รับ  
คำปรึกษาเข้าใจและสามารถยอมรับการเปลี่ยนแปลงและดำรงชีวิตอยู่ในสภาพการณ์ปัจจุบันได้  
อย่างมีความสุข

2.3 ผู้วิจัยนำโปรแกรมที่สร้างขึ้นให้อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ตรวจสอบความตรง  
เชิงเนื้อหา (Construct Validity) ระหว่างนิยามศัพท์ จุดมุ่งหมาย กิจกรรม เนื้อหาและวิธีการ  
ดำเนินการและแก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ ตามคำแนะนำของอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

2.4 ผู้วิจัยนำโปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเกสตัลท์ที่ผ่าน  
การตรวจสอบจากอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 ท่าน (ภาคผนวก ก)  
ตรวจสอบความสอดคล้องระหว่างวัตถุประสงค์ เนื้อหา วิธีการดำเนินการ และการประเมินผล  
เพื่อนำมาปรับปรุงแก้ไขให้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น ภายใต้การควบคุมของอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

2.5 ผู้วิจัยนำโปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเกสตัลท์ที่ปรับปรุงแล้วไปทดลองใช้ (Try Out) กับนักเรียนที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 12 คน จำนวน 10 ครั้ง เพื่อพิจารณาความเหมาะสมทางด้านภาษา วิธีการดำเนินการ อุปกรณ์และเวลาในการให้คำปรึกษา แล้วจึงนำมาปรับปรุงแก้ไขอีกครั้งหนึ่ง

2.6 นำโปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเกสตัลท์ที่ปรับปรุงแล้วไปดำเนินการวิจัย

#### การดำเนินการทดลอง

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง (Experimental Research Design) โดยใช้แบบแผนการวิจัยเชิงทดลองสองตัวประกอบแบบวัดซ้ำหนึ่งตัวประกอบ (Two-Factor Experimental with Repeated Measures on One Factor) (Winner, Brown, & Michels, 1991, p. 509) โดยมีแบบแผนการทดลองดังนี้

|     | b 1 | ... | bj | ... | Bq |
|-----|-----|-----|----|-----|----|
| a 1 | G1  | ... | G1 | ... | G1 |
| .   | .   | .   | .  | .   | .  |
| .   | .   | .   | .  | .   | .  |
| .   | .   | .   | .  | .   | .  |
| a 2 | G2  | ... | G2 | ... | G2 |

ภาพที่ 2 แบบแผนการทดลอง

a 1 แทน กลุ่มทดลอง

a 2 แทน กลุ่มควบคุม

b 1 แทน ระยะก่อนการทดลอง

bj แทน ระยะหลังการทดลอง

bq แทน ระยะติดตามผล

G 1 แทน จำนวนคนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเกสตัลท์

G 2 แทน จำนวนคนที่ไม่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเกสตัลท์

## วิธีดำเนินการทดลอง

### 1. ขั้นเตรียมการ

1.1 เสนอแบบขออนุมัติทำวิทยานิพนธ์ต่อคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย เพื่อตรวจสอบขั้นตอนในการทดลองมิให้มีผลกระทบต่อสิทธิและเสรีภาพหรือมีอันตรายใด ๆ แก่กลุ่มตัวอย่าง

1.2 ทำหนังสือ ถึงผู้อำนวยการวิทยาลัยสารพัดช่างชลบุรี เพื่อขออนุญาตทำการศึกษาวิจัยและขอความร่วมมือในการดำเนินการวิจัย

### 2. ขั้นตอนดำเนินการทดลอง

2.1 ระยะเวลาการทดลอง ผู้วิจัยดำเนินการเก็บข้อมูลด้วยตนเอง โดยได้คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างในวันที่ 5 กุมภาพันธ์ 2553 โดยให้กลุ่มตัวอย่างทำแบบวัดทักษะชีวิตในการป้องกันความรุนแรง แล้วเรียงลำดับคะแนนแบบวัดทักษะชีวิตจากต่ำสุดไปหาสูงสุด คัดเลือกผู้ที่มีคะแนนแบบวัดทักษะชีวิตต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 จำนวน 24 คน จากนั้นผู้วิจัยจึงสุ่มเข้ากลุ่มด้วยการจับฉลากเพื่อแบ่งเป็น 2 กลุ่ม ได้แก่กลุ่มทดลอง 12 คน และกลุ่มควบคุม 12 คน

2.2 ระยะการทดลอง กลุ่มทดลองเริ่มตั้งแต่วันที่ 8 กุมภาพันธ์ ถึงวันที่ 12 มีนาคม 2553 ผู้วิจัยดำเนินการทดลองโดยให้กลุ่มทดลองได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเกสตัท์ จำนวน 10 ครั้ง ๆ ละ 1 ชั่วโมง 30 นาที สัปดาห์ละ 2 ครั้ง คือในวันพุธและวันศุกร์ ส่วนนักเรียนกลุ่มควบคุมจะไม่ได้รับการให้คำปรึกษาแต่จะดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ ทั้งในชีวิตประจำวันและการเรียนการสอนตามปกติ รวมถึงเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ที่โรงเรียนจัดให้

2.3 ระยะหลังการทดลอง เมื่อสิ้นสุดการทดลองผู้วิจัยให้กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมตอบแบบวัดทักษะชีวิตในการป้องกันความรุนแรงซึ่งเป็นฉบับเดียวกันกับที่ใช้ในระยะก่อนการทดลองแต่สลับข้อคำถามเพื่อป้องกันการจดจำของกลุ่ม เพื่อเป็นคะแนนระยะหลังการทดลอง ในวันที่ 12 มีนาคม 2553

2.4 ระยะติดตามผล หลังจากจบการทดลองแล้ว 2 สัปดาห์ผู้วิจัยให้กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมทำแบบวัดทักษะชีวิตในการป้องกันความรุนแรงฉบับเดิม ที่ใช้ในการวัดในระยะก่อนการทดลองและระยะหลังการทดลอง ซึ่งมีการสลับข้อคำถามเพื่อป้องกันการจดจำของกลุ่มตัวอย่าง เพื่อเป็นคะแนนในระยะติดตามผลในวันที่ 26 มีนาคม 2553

3. นำข้อมูลจากแบบวัดทั้งหมด ตรวจสอบความถูกต้องให้ครบถ้วน แล้วจึงนำไปดำเนินการวิเคราะห์ผลการทดลองต่อไป

### สถิติที่ใช้ในการทดสอบสมมติฐาน

1. วิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปส่วนบุคคลด้วยสถิติการแจกแจงความถี่ และร้อยละ
2. คำนวณหาค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนแบบวัดทักษะชีวิตในการป้องกันความรุนแรงก่อนการทดลอง หลังการทดลองสิ้นสุดทันที และระยะติดตามผล 2 สัปดาห์
3. เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยของแบบวัดทักษะชีวิตในการป้องกันความรุนแรงในระยะก่อนการทดลอง หลังการทดลองสิ้นสุดทันที และระยะหลังติดตามผล 2 สัปดาห์ ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบวัดซ้ำ (Repeated Measure Analysis of Variance) แบบหนึ่งตัวแปรระหว่างกลุ่มและหนึ่งตัวแปรภายในกลุ่ม (One Between Subject Variable and One Within Subject Variable) เมื่อพบความแตกต่างทำการทดสอบความแตกต่างด้วยวิธีทดสอบรายคู่แบบนิวแมน-คูลส์ (Newman-Keuls Procedure)