

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยดำเนินการวิจัยตามลำดับ ดังนี้

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
3. การสร้างเครื่องมือและการหาคุณภาพเครื่องมือ
4. การดำเนินการทดลอง
5. วิธีดำเนินการทดลอง
6. การวิเคราะห์ข้อมูล

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร เป็นนักเรียนวัยรุ่นที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย
ชั้นมัธยมศึกษาที่ 4-6 โรงเรียนวัดราชโอรส กรุงเทพมหานคร

กลุ่มตัวอย่าง ที่ใช้ในการวิจัยเป็นนักเรียนวัยรุ่นที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับมัธยมศึกษา
ตอนปลาย ชั้นมัธยมศึกษาที่ 4-6 โรงเรียนวัดราชโอรส กรุงเทพมหานคร มีประวัติการทะเลาะกับ
ผู้อื่น ทำลายทรัพย์สิน และทำร้ายร่างกายผู้อื่น ในทะเบียนประวัติฝ่ายปกครองของโรงเรียนมี
อาจารย์ยืนยันในพฤติกรรมดังกล่าว ทำแบบวัดประสบการณ์ความโกรธ และการแสดงความโกรธ
ของ Spielberg (1996) ได้คะแนนสูงกว่าเปอร์เซนไทล์ที่ 75 ในมาตรวัดความโกรธแบบลักษณะ
และการแสดงความโกรธออกภายนอก และได้คะแนนต่ำกว่าเปอร์เซนไทล์ที่ 25 ในมาตรวัดการ
ควบคุมความโกรธ มีความสนใจที่จะเข้าร่วมการปรึกษากลุ่ม ดำเนินการสุ่มอย่างง่าย (Simple
Random Sampling) ให้ได้จำนวน 16 คน แล้วจึงสุ่มอย่างง่ายอีกครั้งเพื่อจำแนกออกเป็น 2 กลุ่มคือ
กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 8 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ประกอบด้วย

1. แบบวัดประสบการณ์ความโกรธและการแสดงความโกรธ ฉบับภาษาไทย ที่ได้รับ
การพัฒนาโดย ทศไนย วงศ์สุวรรณ (2542) จากแบบวัดความโกรธแบบสภาวะลักษณะการ
แสดงออกของความโกรธ (The State Trait Anger Expression Inventory-STAXI) ของ
สปีลเบิร์กเกอร์ (Spielberger, 1996)

2. โปรแกรมการปริิษากลุ่มโดยการประยุกต์การคิดตามหลักโยนิโสมนสิการของ ศาสนาพุทธ

การสร้างเครื่องมือและการหาคุณภาพเครื่องมือ

การสร้างเครื่องมือและการหาคุณภาพเครื่องมือมีขั้นตอนการดำเนินการดังนี้

1. แบบวัดประสบการณ์ความโกรธและการแสดงความโกรธ ฉบับภาษาไทย ที่ได้รับการพัฒนาโดย ทศไนย วงศ์สุวรรณ (2542) จากแบบวัดความโกรธแบบสภาวะลักษณะการแสดงออกความโกรธ (The State Trait Anger Expression Inventory-STAXI) ของ สปีลเบอร์กเกอร์ (Spielberger, 1996) จำนวน 52 ข้อ ประกอบด้วย 6 มาตรฐาน ดังนี้

1.1 มาตรฐานวัดความโกรธแบบสภาวะ (State-Anger หรือ S-Anger) มี 14 ข้อ (ข้อที่ 1-14) เป็นมาตรที่ใช้วัดความเข้มข้นของความรู้สึกโกรธที่เกิดขึ้นในช่วงเวลาใดเวลาหนึ่ง

1.2 มาตรฐานวัดความโกรธแบบลักษณะ (Trait-Anger หรือ T-Anger) มี 14 ข้อ (ข้อที่ 15-28) เป็นมาตรที่ใช้วัดความแตกต่างระหว่างบุคคลในแนวโน้มการเกิดความรู้สึกโกรธ แบ่งเป็น 2 มาตรฐานย่อย คือ

1.2.1 มาตรฐานย่อยวัดนิสัยในการโกรธ (Angry Temperament หรือ T-Anger/ T) มี 5 ข้อ (ข้อที่ 15, 16, 17, 27, 28) เป็นมาตรฐานย่อยที่ใช้วัดนิสัยโดยทั่ว ๆ ไปของบุคคลในการเกิดประสบการณ์ความโกรธและการแสดงความโกรธ โดยไม่คำนึงถึงสิ่งกระตุ้นที่เฉพาะเจาะจง

1.2.2 มาตรฐานย่อยวัดปฏิกิริยาความโกรธ (Anger Reaction หรือ T-Anger/ R) มี 5 ข้อ (ข้อที่ 18, 21, 23, 24, 25, 26) เป็นมาตรฐานย่อยที่ใช้วัดความแตกต่างระหว่างบุคคลในแนวโน้มที่จะแสดงความโกรธ เมื่อถูกวิพากษ์วิจารณ์หรือไม่ได้ความยุติธรรมจากบุคคลอื่น

1.3 มาตรฐานวัดการเก็บความโกรธไว้ภายใน (Anger-In หรือ AX/ In) มี 8 ข้อ (ข้อที่ 32, 33, 37, 40, 43, 44, 48, 52) เป็นมาตรที่ใช้วัดความถี่ที่บุคคลที่ความรู้สึกโกรธแล้วเก็บความรู้สึกโกรธไว้ภายใน หรือเก็บกดความรู้สึกโกรธได้

1.4 มาตรฐานวัดการแสดงความโกรธออกภายนอก (Anger-Out หรือ AX/ Out) มี 8 ข้อ (ข้อที่ 30, 34, 36, 39, 41, 46, 49, 51) เป็นมาตรที่ใช้วัดความถี่ที่บุคคลเกิดความรู้สึกโกรธแล้วแสดงความโกรธต่อบุคคลอื่นหรือสิ่งของในสภาพแวดล้อม

1.5 มาตรฐานวัดการควบคุมความโกรธ (Anger-Control หรือ AX/ Con) มี 8 ข้อ (ข้อที่ 29, 31, 35, 38, 42, 45, 47, 50) เป็นมาตรที่ใช้วัดความถี่ที่บุคคลเกิดความรู้สึกโกรธแล้วพยายามที่จะควบคุมการแสดงความโกรธ

1.6 มาตรวัดการแสดงความโกรธ (Anger Expression หรือ AX/ EX) เป็นมาตรวัดที่รวมคะแนนจากมาตรการแสดงความโกรธออกภายนอก การเก็บความโกรธไว้ภายใน และการควบคุมความโกรธ ซึ่งเป็นดัชนีทั่ว ๆ ไปที่แสดงให้ทราบถึงความรู้สึกที่บุคคลแสดงความโกรธ ดัชนีการแสดงความโกรธ (X) ได้จากการคำนวณคะแนนจากมาตรวัดการเก็บความโกรธไว้ภายใน (A) รวมกับคะแนนจากมาตรวัดการแสดงความโกรธออกภายนอก (B) ลบด้วยคะแนนจากมาตรวัดการควบคุมความโกรธ (C) บวก 16 (16 เป็นค่าคงที่ที่ใช้เพื่อป้องกันคะแนนการแสดงความโกรธที่เป็นลบ) เขียนเป็นสมการได้ดังนี้

$$X = A+B-C+16$$

แบบวัดนี้เป็นแบบวัดที่ให้ผู้ตอบประเมินตนเองเกี่ยวกับความเข้มของประสบการณ์ความโกรธและการแสดงความโกรธที่เกิดขึ้น เป็นมาตรแบบถิกเกิด

ในมาตรวัดความโกรธแบบสภาวะ จะให้ผู้ตอบประเมินตนเองว่าในขณะที่ทำแบบวัดนี้ ผู้ตอบเกิดความรู้สึก ตามข้อคำถามที่กำหนดให้ในระดับใดโดยมีคำตอบเป็น 4 ระดับ ตั้งแต่ 1-4 โดยมีความหมายดังนี้

- 1 หมายถึง ไม่มีเลย
- 2 หมายถึง มีบ้าง
- 3 หมายถึง มีปานกลาง
- 4 หมายถึง มีมาก

ส่วนมาตรวัดความโกรธแบบลักษณะ และมาตรวัดการแสดงความโกรธซึ่งแบ่งเป็น 3 มาตรย่อย คือ มาตรวัดการเก็บความโกรธไว้ภายใน มาตรวัดการแสดงความโกรธออกภายนอก และมาตรวัดการควบคุมความโกรธ จะให้ผู้ตอบประเมินตนเองว่าโดยทั่ว ๆ ไปแล้ว ผู้ตอบเกิดลักษณะตามข้อคำถามที่กำหนดให้บ่อยครั้งเพียงใด โดยมีคำตอบเป็น 4 ระดับ ตั้งแต่ 1-4 โดยมีความหมายดังนี้

- 1 หมายถึง เกือบไม่เคยเลย
- 2 หมายถึง มีบางครั้ง
- 3 หมายถึง เกิดบ่อยครั้ง
- 4 หมายถึง เกือบเสมอ ๆ หรือเป็นประจำ

โดยทั่วไปแล้วเวลาที่ใช้ในการตอบแบบวัดนี้ให้เสร็จสมบูรณ์สำหรับบุคคลที่อยู่ในช่วงวัยรุ่นและวัยผู้ใหญ่อยู่ในช่วงเวลา 10-12 นาที

แบบวัดนี้ใช้กับกลุ่มตัวอย่างที่มีอายุตั้งแต่ 13 ปี จนถึงวัยผู้ใหญ่ เมื่อได้คะแนนรวมในแต่ละมาตราวัดแล้วก็นำมาเทียบกับเกณฑ์ปกติ โดย สปีลเบอเกอร์ (Spielberger, 1996) ได้ทำเกณฑ์ปกติแยกตามเพศในกลุ่มวัยรุ่น นิสิตนักศึกษา ผู้ใหญ่ และกลุ่มพิเศษ เช่น กลุ่มผู้ป่วยที่รับการผ่าตัดผู้ป่วยอายุกรรม นักโทษและทหารเกณฑ์

การแปลผลโดยทั่วไปจะพิจารณาเป็นอันดับเปอร์เซ็นต์ไทล์ คะแนนที่อยู่ในระหว่างช่วงเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ถึง 75 เป็นคะแนนที่อยู่ในช่วงปกติ ส่วนคะแนนที่สูงกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 75 หรือต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 อาจจะมีประสมการณ์ความโกรธ และการแสดงความโกรธที่อยู่ในระดับที่อาจจะก่อให้เกิดความผิดปกติด้านสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคล ด้านจิตใจและกายภาพ

ผู้วิจัยนำแบบวัดความโกรธฉบับภาษาไทยไปทดลองใช้กับนักเรียนมัธยมปลาย โรงเรียนวัดสิงห์ ซึ่งมีลักษณะเหมือนกัน แต่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างที่จะทำการทดลอง เพื่อหาค่าความเที่ยงของแบบทดสอบ (Reliability) ได้เท่ากับ .86

2. โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มโดยการประยุกต์การติดตามหลักโยนิโสมนสิการของศาสนาพุทธที่ผู้วิจัยสร้างและพัฒนาขึ้น ตามขั้นตอนดังนี้

2.1 ศึกษารายละเอียดเกี่ยวกับความโกรธ หลักการปรึกษากลุ่ม หลักการปรึกษาตามแนวพุทธศาสตร์ และการติดตามหลักโยนิโสมนสิการเลือกวิธีคิด 4 วิธีคือ วิธีคิดแบบอริยสังหรือคิดแบบแก้ปัญหา วิธีคิดแบบเห็นคุณโทษและทางออก วิธีคิดแบบเจ้าคุณธรรม และวิธีคิดแบบเป็นอยู่กับปัจจุบัน จากเอกสาร บทความ และงานวิจัยต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง เพื่อเป็นแนวทางในการกำหนดจุดมุ่งหมาย และวิธีการที่เหมาะสมในการปรับเปลี่ยนความคิด ความเชื่อเกี่ยวกับความโกรธ

2.2 สร้างโปรแกรมการปรึกษากลุ่มโดยการประยุกต์การติดตามหลักโยนิโสมนสิการของศาสนาพุทธ ให้สอดคล้องกับงานวิจัยในครั้งนี้

2.3 นำโปรแกรมที่สร้างขึ้นไปให้อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ตรวจสอบ และให้ข้อเสนอแนะในการปรับปรุง นำโปรแกรมที่ได้รับการปรับปรุงแก้ไขไปตรวจสอบความเที่ยงตรงโดยผู้ทรงคุณวุฒิเพื่อพิจารณาความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ นิยามศัพท์เฉพาะ เนื้อหาวิธีดำเนินการทดลอง

2.4 นำโปรแกรมที่ผ่านการพิจารณาจากผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 คน ดังนี้

2.4.1 ดร.พระเอกภัทร อภินุโท หัวหน้าภาควิชาจิตวิทยา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

2.4.2 ผศ.ดร.สมคิด บุญเรือง หัวหน้าภาควิชาจิตวิทยาและการแนะแนว มหาวิทยาลัยบูรพา

2.4.3 ผศ.ดร.สุรินทร์ สุทธิธาทิพย์ ข้าราชการบำนาญ

แล้วไปทดลองใช้ (Try Out) กับนักเรียนมัธยมปลาย โรงเรียนวัดสิงห์ กรุงเทพมหานคร ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง ซึ่งมีคุณสมบัติตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้ พบว่า นักเรียนที่ร่วมทดลองใช้โปรแกรมมีความชัดเจนการใช้ภาษาและอุปกรณ์ แต่ขั้นตอนการดำเนินการให้คำปรึกษากลุ่มต้องปรับปรุง เนื่องจากใช้ระยะในการดำเนินการในกลุ่มมากกว่าที่กำหนด โดยในการใช้โปรแกรมได้มีการปรับในส่วนของ ระยะเวลาในการเข้ากลุ่มจากเดิมที่กำหนดไว้ ครั้งละ 1.30 ชม. เป็นครั้งละ 1 ชม. จึงปรับปรุงขั้นตอนให้กระชับตามเวลาที่กำหนด

2.5 นำโปรแกรมที่ปรับปรุงแก้ไขแล้วนำไปทดลองใช้อีกครั้งและนำไปใช้ในการดำเนินการทดลองต่อไป

การดำเนินการทดลอง

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลองแบบ 2 ตัวประกอบที่มีการวัดซ้ำใน 1 ตัวประกอบ (Two Factor Experiment with Repeated on One Factor) (Winer, Brown, & Michels, 1991, p. 509) เพื่อศึกษาผลของการปรึกษากลุ่ม โดย การประยุกต์การคิดตาม หลักโยนิโสมนสิการของศาสนาพุทธที่มีต่อความโกรธของนักเรียนวัยรุ่น ทั้งในระยะก่อนการทดลอง กับระยะหลังการทดลอง และระยะก่อนการทดลองกับระยะติดตามผล แสดงดังภาพที่ 7 ต่อไปนี้

	b_1	b_2	b_3
a_1	G_1	G_1	G_1
a_2	G_2	G_2	G_2

b_1 แทน ระยะก่อนการทดลอง

b_2 แทน ระยะหลังการทดลอง

b_3 แทน ระยะติดตามผล

a_1 แทน วิธีการปรึกษากลุ่มโดยการประยุกต์การคิดตามหลัก โยนิโสมนสิการของศาสนาพุทธ

a_2 แทน วิธีปกติ

G_1 แทน กลุ่มตัวอย่างที่ได้รับการทดลอง

G_2 แทน กลุ่มตัวอย่างที่ได้รับการวิธีปกติ

ภาพที่ 7 แบบแผนการทดลอง 1 ตัวแปรภายใน และ 1 ตัวแปรระหว่างหน่วยทดลอง

วิธีดำเนินการทดลอง

มีขั้นตอนในการดำเนินงานดังนี้

1. ขั้นเตรียมการทดลอง

1.1 นำหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา ถึงผู้อำนวยการโรงเรียนวัดสิงห์ กรุงเทพมหานคร เพื่อขอทดลองหาคุณภาพของเครื่องมือ และขอความร่วมมือจากอาจารย์ประจำชั้น อาจารย์แนะแนว และผู้ที่เกี่ยวข้องเพื่อขอเวลาและสถานที่ในการหาคุณภาพของเครื่องมือ

1.2 นำหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา ถึงผู้อำนวยการโรงเรียน วัดราชโอรส แขวงบางค้อ เขตจอมทอง กรุงเทพมหานคร เพื่อขออนุญาต ในการเก็บข้อมูลและขอความร่วมมือจากอาจารย์ประจำชั้น อาจารย์แนะแนว และผู้ที่เกี่ยวข้องเพื่อขอเวลาและใช้สถานที่ในการทดลอง

2. ขั้นตอนการแบ่งเป็น 4 ระยะ

2.1 ระยะก่อนการทดลอง คัดเลือกนักเรียนในระดับมัธยมศึกษาตอนปลายที่เคยมีประวัติเกี่ยวกับปัญหาทางพฤติกรรม เช่น ทะเลาะ เป็นต้น โดยใช้ข้อมูลทะเบียนประวัติจากฝ่ายปกครองของโรงเรียนย้อนหลัง ให้นักเรียนเหล่านั้นทำแบบสำรวจความโกรธและการแสดง ความโกรธ แล้วจึงคัดเลือกนักเรียนที่มีคะแนนสูงกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 75 ในมาตรย่อยความโกรธ แบบลักษณะและในมาตรย่อยการแสดงความโกรธออกภายนอกและมีคะแนนต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ในมาตรย่อยการควบคุมความโกรธ จากนั้นจึงสัมภาษณ์นักเรียนเพื่อประเมินให้ชัดเจนว่า นักเรียนตระหนักและยอมรับว่าตนเองมีความโกรธตามความสมัครใจในการเข้าร่วมกลุ่ม สุ่มอย่างง่ายมาจำนวน 16 คน แล้วจึงสุ่มอย่างง่ายอีกครั้งเพื่อจำแนกออกเป็น 2 กลุ่ม เป็นกลุ่มทดลอง 8 คน และกลุ่มควบคุม 8 คน

2.2 ระยะทดลอง ดำเนินการฝึกแบบกลุ่มโดยการประยุกต์การคิดตามหลัก โยนิโสมนสิการของศาสนาพุทธกับกลุ่มทดลอง สัปดาห์ละ 3 ครั้ง ในวัน จันทร์ พุธ และ ศุกร์ ครั้งละประมาณ 1 ชั่วโมง เป็นเวลา 3 สัปดาห์ ส่วนกลุ่มควบคุมที่ดำเนินการในวิธีปกติจะไม่ได้ เข้าสู่กระบวนการให้คำปรึกษาแต่อย่างใด จะให้ติดต่อเมื่อสิ้นสุดการทดลอง และมีผู้มาขอคำปรึกษา เท่านั้น ซึ่งไม่พบว่า มี กลุ่มควบคุม มาขอคำปรึกษาแต่อย่างใด

การดำเนินการทดลอง ได้กระทำในวันที่ 7 – 28 มิถุนายน 2547 โดยจัดกระทำใน ช่วงเวลา 16.30 – 17.30 โดยประมาณ

2.3 ระยะหลังการทดลอง ให้กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมทำแบบสำรวจความโกรธ และการแสดงความโกรธอีกครั้ง ในวันที่ 29 มิถุนายน 2547

2.4 ระยะติดตามผล เมื่อสิ้นสุดการทดลองแล้ว 2 สัปดาห์ ผู้วิจัยให้กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมทำแบบสำรวจความโกรธและการแสดงความโกรธ ในวันที่ 13 กรกฎาคม 2547

3. นำข้อมูลทั้งหมดมาตรวจสอบความถูกต้องให้ครบถ้วนเพื่อเตรียมการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิเคราะห์ข้อมูลผู้วิจัยทำการวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากทดลองและกลุ่มควบคุมเพื่อเปรียบเทียบคะแนนความโกรธของทั้ง 2 กลุ่ม ทั้ง 3 ระยะ โดยใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบวัดซ้ำ ประเภทหนึ่งตัวแปรระหว่างกลุ่มและหนึ่งตัวแปรภายในกลุ่ม (Repeated-Measure Analysis at Variance: One between-Subjects Variable and One within-Subject Variable) (Howell, 1997, p. 458) และเมื่อพบความแตกต่างทำการทดสอบความแตกต่างด้วยวิธีทดสอบรายคู่แบบนิวแมน-คูลต์ (Newman-Keuls Procedure)