

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

“ในครอบครัว ถ้าทุกคนมีความรักความเข้าใจกัน ให้กำลังใจสนับสนุนซึ่งกันและกัน ครอบครัวก็จะเปี่ยมไปด้วยความอบอุ่นและมั่นคงเข้มแข็ง” พระราชดำรัสสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี (2551) จากพระราชดำรัสดังกล่าวแสดงให้เห็นว่าครอบครัวมีความสำคัญมากต่อมนุษย์ เนื่องจากมนุษย์ทุกคนเกิดมาจากรอบครัว และบุคคลจะมีบุคลิกภาพเป็นอย่างไร จะสมบูรณ์ทั้งร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และจิตวิญญาณหรือไม่ มากน้อยเพียงใด ขึ้นอยู่กับสิ่งที่ครอบครัวมอบให้ (พูนสุข ช้วยทอง, 2548, หน้า 1-2) ดังนั้นครอบครัวจึงเป็นสถาบันพื้นฐานที่ขัดเกลามนุษย์ให้รู้ว่สิ่งใดควรทำสิ่งใดไม่ควรทำ เป็นสถาบันที่มีอิทธิพลต่อการพัฒนาบุคลิกภาพอย่างลึกซึ้งและมีอิทธิพลต่ออารมณ์ทัศนคติและความประพฤติของบุคคลเป็นอย่างยิ่ง (สุพัตรา สุภาพ, 2551, หน้า 42)

ครอบครัวเป็นสถาบันที่หล่อหลอมพฤติกรรมด้านต่าง ๆ ของบุคคล เป็นที่เริ่มต้นของความรักที่ยิ่งใหญ่ ความรักความผูกพันในครอบครัวเป็นสิ่งที่หล่อหลอมให้บุคคลมีคุณภาพ คุณธรรม และเป็นพลังที่ยิ่งใหญ่ในการพัฒนาประเทศ แต่สภาพปัจจุบันสังคมไทยเปลี่ยนแปลงไปตามอิทธิพลของสภาพแวดล้อม และเทคโนโลยีที่ส่งผลให้สมาชิกครอบครัวได้รับอิทธิพลจากวัฒนธรรมภายนอกทั้งจากต่างประเทศและในประเทศได้รวดเร็ว วัฒนธรรมต่าง ๆ เหล่านั้น มีผลต่อการถ่ายทอดและส่งผ่านอารมณ์ซึ่งกันและกันของบุคคลในครอบครัว ยิ่งไปกว่านั้นจะมีผลต่อพฤติกรรมการควบคุมอารมณ์บุคคล เพราะพื้นฐานจากบุคคลในครอบครัวที่บิดามารดาใจเย็น บุตรก็ซึมซับหรือเรียนรู้ถึงความใจเย็น ส่วนครอบครัวใดที่บิดามารดาใช้ความรุนแรง ไม่สามารถควบคุมอารมณ์ได้ ก็จะส่งผลให้บุตรใช้ความรุนแรงในการแก้ปัญหา เพราะบุตรเรียนรู้จากการมองเห็นและการซึมซับพฤติกรรมต่าง ๆ จากบิดามารดา

จากการสำรวจความคิดเห็นของบิดามารดา เรื่อง “พฤติกรรมการลอกเลียนแบบ และการอบรมเลี้ยงดู” ของศูนย์วิจัยรักลูกกรุ๊ป ซึ่งดำเนินการสำรวจความคิดเห็นของบิดามารดาในเขตกรุงเทพมหานคร และปริมณฑล ในเดือนมกราคม 2551 พบว่า กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 93.5 เชื่อว่าพฤติกรรมของเด็กเกิดจากการเรียนรู้จากสิ่งที่พบเห็นในชีวิตประจำวันจากต้นแบบ ร้อยละ 74.6 เรียนรู้จากการกระทำของบิดามารดา ร้อยละ 56.6 เรียนรู้จากการอบรมสั่งสอนโดยตรงจากบิดามารดา และร้อยละ 40.1 เรียนรู้จากการอบรมสั่งสอนโดยการสื่อสาร (แนวนหน้า, 2551) ซึ่งจากผล

การสำรวจดังกล่าว จะเห็นได้ว่าพฤติกรรมของบิดามารดาส่งผลต่อลักษณะพฤติกรรมของบุตร ซึ่งการส่งเสริมลักษณะบุคลิกภาพและพฤติกรรมของบุตรจึงต้องคำนึงถึงพฤติกรรมของบิดามารดา เป็นสำคัญ

บิดามารดาเป็นต้นแบบของบุตร การควบคุมอารมณ์หรือการจัดการอารมณ์อย่างเหมาะสมของบิดามารดาจึงเป็นสิ่งสำคัญ เนื่องจากบิดามารดาเป็นผู้ที่มีความใกล้ชิดเป็นผู้จัดการทุกสิ่งทุกอย่าง เพื่อตอบสนองความต้องการขั้นพื้นฐานให้กับบุตร มีการสื่อสารและทำกิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกัน การพูดและการกระทำของบิดามารดาจะถูกถ่ายทอดมายังบุตร ดังนั้นเมื่อบิดามารดาปฏิบัติหรือกระทำอย่างไร บุตรก็จะปฏิบัติหรือกระทำตามนั้น (กุลยา ดันดิผลาชีวะ, 2551, หน้า 171) ทั้งนี้บิดามารดาสามารถถ่ายทอดเรื่องการแสดงอารมณ์ให้บุตรได้โดยผ่านการแสดงอารมณ์ของตนเองในลักษณะการเป็นต้นแบบ ซึ่งอาจเป็นลักษณะตั้งใจหรือเป็นไปโดยไม่ตั้งใจก็ได้ ซึ่งเมื่อต้นแบบการแสดงพฤติกรรมด้านอารมณ์ของบิดามารดาเกิดขึ้นและบุตรสังเกตเห็น บุตรก็จะเลียนแบบ (Denham, 1998, p. 106) ซึ่งจะทำให้บุตรซึมซับพฤติกรรมต่าง ๆ แต่ถึงบิดามารดารู้จักควบคุมพฤติกรรมในการแสดงออกทางด้านอารมณ์ ก็จะส่งผลให้บุตรเรียนรู้และรู้จักควบคุมพฤติกรรมในการแสดงออกทางด้านอารมณ์ได้เช่นเดียวกัน สถานการณ์ภายในครอบครัวเป็นสิ่งที่สมาชิกจะมีความผูกพันทางอารมณ์ซึ่งกันและกันโดยหากสมาชิกคนใดคนหนึ่งรู้สึกเศร้า สมาชิกคนอื่นจะรู้สึกเศร้าตามไปด้วย หรือเมื่อสมาชิกคนใดคนหนึ่งรู้สึกโกรธสมาชิกคนอื่นจะรู้สึกโกรธตามไปด้วย หากสมาชิกเกิดความกลัว สมาชิกคนอื่นจะรู้สึกไม่มั่นคงและวิตกกังวลไปด้วย หากเข้าใจธรรมชาติของอารมณ์แล้ว บิดามารดาจะสามารถจัดการกับอารมณ์ของตนเองและนำไปสู่การทำให้บุตรสามารถจัดการกับอารมณ์ของตนเองได้ ดังนั้นการพัฒนาให้บิดามารดาเรียนรู้การควบคุมอารมณ์ของตนเอง จึงนับเป็นสิ่งสำคัญเพื่อที่จะสามารถเป็นต้นแบบที่ดีแก่บุตรธิดาต่อไป

อารมณ์เป็นสิ่งที่ไม่สามารถสัมผัสและสังเกตเห็นได้อย่างชัดเจน แต่สามารถรู้สึกถึงสภาวะทางอารมณ์ของบุคคลที่อยู่แวดล้อมได้ อารมณ์ของมนุษย์จะเริ่มมีขึ้นนับตั้งแต่เกิด ซึ่งอารมณ์แรกของมนุษย์นั้นคือ อารมณ์ตื่นเต้น โดยทารกอายุ 3 เดือน จะมีเพียง อารมณ์เศร้า และอารมณ์ดีใจ ส่วนอารมณ์ที่มีความสลับซับซ้อนจะปรากฏมากขึ้นตามวุฒิภาวะโดยอารมณ์ก้าวร้าวและรุนแรงเป็นผลมาจากการที่บุคคลเกิดความคับข้องใจหรือความรู้สึกว่าตนถูกกดขี่อยู่ตลอดเวลา ดังนั้นมนุษย์ทุกคนจึงต้องเรียนรู้วิธีการควบคุมอารมณ์ของตนให้สอดคล้องตามกฎเกณฑ์ที่สังคมแต่ละแห่งได้กำหนดไว้ ซึ่งจะทำให้สามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข (เทพสงวนกิตติพันธุ์, 2549) อารมณ์ของบุคคลหนึ่งจะสามารถส่งผลกระทบทั้งด้านร่างกาย จิตใจและการแสดงพฤติกรรมของตนเอง รวมทั้งส่งผลต่อผู้อื่นด้วย ดังนั้นในครอบครัว อารมณ์ของบิดา

มารดาจึงสามารถส่งผลต่อทั้งตนเอง และสมาชิกคนอื่นในครอบครัว บิดามารดาจึงต้องมีการพัฒนาพฤติกรรมการควบคุมอารมณ์ การจัดการแสดงออกทางอารมณ์ที่เกิดขึ้นให้อยู่ในขอบเขตที่เหมาะสมตามแต่สถานการณ์ รู้จักระบายอารมณ์ออกในรูปแบบที่เหมาะสม เพื่อเป็นต้นแบบที่ดีในการควบคุมอารมณ์ การแสดงออกทางด้านอารมณ์ให้แก่บุตรของตน

วัยรุ่นเป็นช่วงเวลาที่บุคคลมีพัฒนาการเด่น ๆ ในแทบทุกด้าน เป็นระยะหัวเลี้ยวหัวต่อระหว่างความเป็นเด็กและผู้ใหญ่ มีการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย และจิตใจ และอารมณ์จะมีลักษณะเข้มข้น อ่อนไหว เปลี่ยนแปลงง่ายและรวดเร็ว (ศรีเรือน แก้วกังวาล, 2549, หน้า 387) ปัญหาที่พบในวัยรุ่นไม่ว่าจะเป็นปัญหาพฤติกรรมรุนแรง ปัญหาทางเพศ ปัญหายาเสพติด ล้วนเป็นปัญหาปลายทางที่ส่งสมมาตั้งแต่เกิดกำเนิด ทั้งนี้ประสบการณ์วัยรุ่นที่ได้รับตั้งแต่เกิดจนโตเป็นวัยรุ่นได้หล่อหลอมให้วัยรุ่นเข้มแข็งหรืออ่อนแอ มีความอ่อนไหว หรือมั่นคงในจิตใจ การคิดเป็น การยับยั้ง ชั่งใจ และแยกแยะคิด ดี ชั่ว สมควรหรือไม่สมควรได้หรือไม่ ล้วนมาจากประสบการณ์ที่เด็กได้รับจากครอบครัวและสังคมโดยรวม ฉะนั้นปัจจัยสำคัญในการป้องกันปัญหา คือการให้ความสำคัญกับที่สถาบันครอบครัว (สุกรี สุวรรณจุฑะ, 2547, หน้า 2 อ้างถึงใน พูนสุข ช้วยทอง, 2548, หน้า 191) เพราะครอบครัวเป็นสถาบันแรกที่จะปลูกฝังและเป็นต้นแบบทางด้านพฤติกรรมการควบคุมอารมณ์ ดังที่ Denham (1998, pp. 105-146) ได้กล่าวถึงการถ่ายทอดเรื่องการแสดงอารมณ์จากบิดามารดาไปสู่บุตรนั้นมีวิธีการ 3 อย่าง คือ การที่บิดามารดาเป็นตัวแบบในการแสดงพฤติกรรมควบคุมอารมณ์ในสถานการณ์ บิดามารดาสั่งสอนในเรื่องของอารมณ์ และการตอบสนองของบิดามารดาต่อการแสดงอารมณ์ของบุตร

ศูนย์วิจัยความสุขชุมชน มหาวิทยาลัยอัสสัมชัญ ได้วิจัยเรื่อง สถานการณ์การใช้ความรุนแรงในกลุ่มเด็กและเยาวชน กรณีศึกษาเด็กและเยาวชนที่มีอายุ 12 - 24 ปี ในเขตกรุงเทพมหานคร จำนวนทั้งสิ้น 2,511 คน ดำเนินการสำรวจระหว่างวันที่ 10 - 17 กุมภาพันธ์ 2552 พบว่า การใช้ความรุนแรงในเด็กและเยาวชนเกิดจากการที่เด็กและเยาวชน ร้อยละ 46.5 พบเห็นพฤติกรรมการพูดจาหยาบคาย คำทอ ได้เลียงกันภายในครอบครัว ร้อยละ 39.3 พบเห็นภาพการทะเลาะวิวาทของคนในครอบครัว ซึ่งผลการวิจัยครั้งนี้ชี้ให้เห็นว่า การมีปัญหาคือการใช้ความรุนแรงภายในครอบครัวเป็นปัจจัยที่มีผลต่อการใช้ความรุนแรงในกลุ่มเด็กและเยาวชน (เนชั่น, 2552) เมื่อเด็กและเยาวชนเติบโตในสังคมที่มีความรุนแรงย่อมส่งผลให้เด็กและเยาวชน เกิดพฤติกรรมเลียนแบบ เกิดปัญหาพฤติกรรมควบคุมอารมณ์ ซึ่งเป็นผลมาจากการถูกกระตุ้นจากสิ่งแวดล้อม ครอบครัวและสังคม และข้อมูลจาก “ศูนย์พึ่งได้” ซึ่งได้รวบรวมข้อมูลจากโรงพยาบาลขนาดใหญ่ประจำจังหวัด จำนวน 297 แห่งมีเด็ก สตรี และผู้สูงอายุ ที่ถูกระงับเข้ารับบริการในปี พ.ศ. 2547 จำนวน 6,951 คน พ.ศ. 2548 จำนวน 14,642 คน พ.ศ. 2549 จำนวน 15,882 คน และพ.ศ.2550 มีเด็ก สตรี

และผู้สูงอายุ ที่ถูกระงับการกระทำทารุณเข้ารับบริการจำนวน 19,068 ราย เฉลี่ย 52 รายต่อวัน หรือเฉลี่ย ชั่วโมงละประมาณ 2 ราย โดยร้อยละ 80 เป็นความรุนแรงในครอบครัว และเมื่อเปรียบเทียบกับช่วงเริ่มก่อตั้งศูนย์ในปี 2547 พบว่าแนวโน้มของผู้มารับบริการเพิ่มขึ้นทุกปี และ มากเกิน 2 เท่าภายในเวลาเพียง 4 ปี (มดิชน, 2552; ดันคิด, 2552, หน้า 1-2)

สถาบันสุขภาพเด็กแห่งมหาราฐินี ได้รายงานสถิติตั้งแต่ปี พ.ศ. 2546 พบว่ามีผู้ป่วยเด็ก ทั้งหญิงและชายเข้ารับการรักษาช่วยเหลือรวม 15 ราย และในปี พ.ศ. 2547 เพิ่มขึ้นเป็น 42 ราย ก่อนจะลดลง เป็น 34 รายในปีพ.ศ. 2548 และ 22 รายในปีพ.ศ. 2549 ก่อนจำนวนผู้ป่วยเด็กจะเพิ่มขึ้นเป็น 28 ราย ในปี พ.ศ.2550 และเพิ่มขึ้นเกือบเท่าตัวในปีพ.ศ.2551 ที่ผ่านมา คือมีผู้ป่วยเด็กทั้งหญิงและชายเข้า รักษาตัวรวม 50 ราย ศิราภรณ์ สวัสดิ์วิธ ผู้อำนวยการสถาบันสุขภาพเด็กแห่งชาติดมหาราฐินี กล่าวว่า เด็ก ๆ ที่ถูกระงับการกระทำทารุณ มักจะกลายเป็นคนที่มีปัญหาด้านอารมณ์อาจกลายเป็นคนดื้อหรือ วิตกกังวล ในเด็กแต่ละรายเมื่อโตขึ้นจะมีการแสดงออกที่แตกต่างกันตามการเรียนรู้ เช่น หากเด็ก เรียนรู้ที่จะเอาอย่างความก้าวร้าว โตขึ้นเขาจะเป็นคนก้าวร้าว และในที่สุดเขาจะหันเหตนเอง เป็น ผู้กระทำความรุนแรงกับผู้ที่อ่อนแอกว่า แต่หากเขาเรียนรู้จะเป็นผู้แพ้ เขาก็จะกลายเป็นคนที่เก็บกด มีภาวะซึมเศร้า และจำยอมกับทุกสถานการณ์ มีภาวะพึ่งพิงผู้อื่นสูงจนต้องยอมถูกทำร้าย ไม่กล้า แม้แต่เรียกร้องสิทธิของตนเอง ไม่ว่าเด็กจะเรียนรู้แบบใดก็ตาม ผู้ที่เคยถูกระงับการกระทำทารุณในวัยเด็ก มักจะรู้สึกไร้ค่า รู้สึกว่าตัวเองไม่มีความสำคัญ ทำให้เป็นคนขาดความมั่นใจ จมอยู่ในความทุกข์ ตลอดเวลา และจะมีปัญหาด้านความสัมพันธ์ คือ จะเป็นคนหวาดระแวง ไว้วางใจยาก โดยเฉพาะ หากเคยถูกบิดามารดาทำร้ายก็จะยังมีปัญหาเรื่องการไว้วางใจคนอื่น ๆ เพื่อหลีกเลี่ยงไม่ให้เด็ก ๆ ต้องเผชิญกับความรุนแรงในรูปแบบต่าง ๆ บิดามารดาควรให้ความรักและเอาใจใส่บุตร อย่างเหมาะสมและใกล้ชิด ควรฝึกควบคุมอารมณ์ของตนเอง (ผู้จัดการออนไลน์, 2554) การใช้ความรุนแรงในครอบครัวในปัจจุบันมีแนวโน้มที่สูงขึ้นทุกปี แสดงให้เห็นถึงพฤติกรรมความรุนแรง อารมณ์ที่ขาดประสิทธิภาพส่งผลให้เกิดการใช้ความรุนแรงภายในครอบครัว

จังหวัดฉะเชิงเทรา เป็นเมืองกึ่งอุตสาหกรรม มีความเจริญหลาย ๆ ด้านทั้งศูนย์การค้า สถานบันเทิงต่างๆ การคมนาคมสะดวกสบายเนื่องจากเป็นจังหวัดที่มีพื้นที่ติดต่อกับหลายจังหวัด กรุงเทพมหานคร ชลบุรี ปราจีนบุรี สภาพภูมิประเทศและเศรษฐกิจของจังหวัด ได้เปลี่ยนแปลงจาก อดีตที่มีสภาพพื้นที่ส่วนใหญ่เป็นท้องสวน ไร่ นา ประชาชนส่วนใหญ่ประกอบอาชีพเกษตรกรรม แต่ในปัจจุบันครอบครัวส่วนใหญ่ต้องไปทำงานนอกบ้านทำให้บิดามารดาขาดการจัดการเวลาใน การดูแล การมีปฏิสัมพันธ์ซึ่งกันและกันลดลง ยิ่งไปกว่านั้นการที่บุตรเข้าสู่วัยรุ่นส่งผลให้เกิดความ แตกต่าง เกิดช่องว่างระหว่างวัย เนื่องจากวัยรุ่นเป็นวัยที่มีการค้นหาเอกลักษณ์เฉพาะตน มี การเปลี่ยนแปลงทั้งทางร่างกายและจิตใจ และมีความเชื่อมั่นในตนเองสูง ดังนั้นการที่บิดา

มารดาใช้อารมณ์ในการสื่อสารก็จะส่งผลให้เกิดการตอบโต้ที่รุนแรงขึ้นได้ และจากการวิจัยติดตาม สภาการเด็กและเยาวชน รายจังหวัด (Child Watch) ของจังหวัดฉะเชิงเทราปี 2550 – 2551 ผลการศึกษาสภาการเด็กและเยาวชนพบว่าเด็กมีการสื่อสารกับบิดามารดาน้อยลง มีอัตราการต้องอยู่บ้านคนเดียวหลังเลิกเรียนสูงขึ้น มีเด็กถูกขู่กรรโชกทรัพย์ และทำร้ายร่างกายใน สถานศึกษา เป็นจำนวนที่สูงขึ้นทุกปี จากสภาการเด็กที่มีการเปลี่ยนแปลงด้านสังคมนั้น บิดามารดา มีการสื่อสารและใช้เวลาคุณภาพกับบุตรลดลง เด็กและเยาวชนมีการใช้ความรุนแรงที่สูงขึ้นอย่าง ต่อเนื่องทุกปี (สถานันรามจิตติ, 2550, หน้า 13 - 16) และจากการสำรวจเบื้องต้น กับบิดามารดา จำนวน 98 คน ในเขตพื้นที่อำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทรา โดยใช้แบบสอบถามลักษณะที่พึง ประสงค์ของบิดามารดาในสังคมไทย (ชูศรี เลิศศรีบุตตะกุล, 2547, หน้า 169 - 171) ซึ่งแบบวัด ประกอบด้วย 7 องค์ประกอบ คือ คุณลักษณะด้านการให้ความรัก ความอบอุ่น และความเอาใจใส่ ของบิดามารดาต่อบุตรธิดา คุณลักษณะด้านความรับผิดชอบของบิดามารดาต่อบุตรธิดา คุณลักษณะ ด้านการให้เวลาแก่บุตรธิดา คุณลักษณะด้านการสื่อสารระหว่างบิดามารดาต่อบุตรธิดา คุณลักษณะ ด้านการควบคุมอารมณ์ของบิดามารดา คุณลักษณะด้านการเป็นแบบอย่างที่ดีแก่บุตรธิดา คุณลักษณะด้านสัมพันธภาพระหว่างบิดามารดาต่อบุตรธิดา ผลการสำรวจพบว่าบิดามารดาในเขต พื้นที่อำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทรา มีคุณลักษณะด้านการสื่อสารระหว่างบิดามารดาต่อบุตรธิดามี ค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.47$) คุณลักษณะด้านการเป็นแบบอย่างที่ดีแก่บุตรธิดามี ค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.36$) คุณลักษณะด้านความรับผิดชอบของบิดามารดาต่อบุตร ธิดามีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.13$) คุณลักษณะด้านการให้ความรัก ความอบอุ่น และ ความเอาใจใส่ของบิดามารดาต่อบุตรธิดามีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.12$) คุณลักษณะ ด้านสัมพันธภาพระหว่างบิดามารดาต่อบุตรธิดามีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.10$) คุณลักษณะด้านการให้เวลาแก่บุตรธิดามีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.09$) และ คุณลักษณะด้านการควบคุมอารมณ์ของบิดามารดามีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับต่ำสุดคือ ($\bar{X} = 2.66$) ดังนั้นจึงเป็นสิ่งที่สำคัญที่จะพัฒนาการควบคุมอารมณ์ของบิดามารดาในเขตจังหวัดฉะเชิงเทรา

การให้การปรึกษาครอบครัวเป็นวิธีการหนึ่งที่มีเป้าหมายเพื่อช่วยให้สมาชิกภายใน ครอบครัวปฏิบัติหน้าที่ได้อย่างเหมาะสม ปรับตัวกับปัญหาที่เกิดขึ้นได้อย่างมีประสิทธิภาพ และใช้ ศักยภาพที่มีอยู่ได้อย่างสูงสุด (อุมาพร ตรังคสมบัติ, 2544, หน้า 110) ปัญหาของบุคคลใน ครอบครัวเป็นผลมาจากเหตุการณ์และความสัมพันธ์ลักษณะต่างๆ ที่เกิดขึ้นในครอบครัว สมาชิก ทุกคนในครอบครัวจะมีอิทธิพลต่อกันและกัน ดังนั้นปัญหาที่เกิดขึ้นกับใครคนใดคนหนึ่งย่อมเป็น ปัญหาที่มีความเกี่ยวข้องกับครอบครัวทั้งระบบ แนวคิดในการให้ความช่วยเหลือนี้จึงต่างไปจาก การให้การปรึกษาเป็นรายบุคคลที่เน้นตัวบุคคลคนเดียวที่ต้องการความช่วยเหลือให้สามารถเข้าใจ

ตนเอง สามารถตัดสินใจและแก้ปัญหาด้วยตัวเองได้และสามารถปรับตัวในสังคมได้อย่างมีประสิทธิภาพ (เมธินันท์ ภิณญชน, 2539, หน้า 49)

การให้การปรึกษารอบครัวแนวพฤติกรรมนิยม เชื่อว่าพฤติกรรมทุกพฤติกรรมเกิดจากการเรียนรู้ พฤติกรรมที่ไม่มีประสิทธิภาพหรือเกิดจากการปรับตัวที่ไม่เหมาะสมสามารถเปลี่ยนแปลงและแทนที่ได้โดยพฤติกรรมใหม่ ๆ ซึ่งสมาชิกทุกคนไม่จำเป็นต้องรับการปรึกษา โดยทั่วไปผู้ให้การปรึกษากลุ่มนี้จะให้ความช่วยเหลือสมาชิกคนใดคนหนึ่งของกลุ่ม (Gladding, 1995 อ้างถึงใน เมธินันท์ ภิณญชน, 2539, หน้า 110) พฤติกรรมทุกพฤติกรรมที่บุคคลแสดงออกนั้น ส่งผลมาจากการที่ได้รับแรงเสริมมาจากในอดีต และพฤติกรรมนั้นจะคงอยู่ต่อไป ตราบเท่าที่ได้รับเสริมแรง ส่วนในกรณีของพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์หรือไม่มีประสิทธิภาพนั้น สามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและความคิดให้เหมาะสมได้ โดยผู้ให้การปรึกษา สอนเกี่ยวกับทักษะการสื่อสาร การแก้ไขปัญหา การพัฒนาศักยภาพต่าง ๆ การปรับเปลี่ยนพฤติกรรม การทำสัญญาและการจัดการหรือการบริหารความขัดแย้ง เพื่อลดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ เพื่อให้ผู้รับการปรึกษาสามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ความคิด และการแสดงออกทางด้านการพฤติกรรม การควบคุมอารมณ์ของตน เพื่อเป็นการเพิ่มศักยภาพที่ตนเองมีอยู่ ส่งเสริมให้เกิดความสุข ความเข้มแข็งของสัมพันธภาพระหว่างสมาชิกในครอบครัว (เพ็ญนภา กุลนภาดล, 2553, หน้า 58) พฤติกรรมการควบคุมอารมณ์อาจเกิดขึ้นในระดับที่แตกต่างกันในแต่ละสถานการณ์ การควบคุมพฤติกรรมการแสดงออกทางด้านอารมณ์นั้น ขึ้นอยู่กับพื้นฐานประสบการณ์เมื่อได้รับการฝึกฝน โดยวิธีที่เหมาะสม ก็ส่งผลให้บุคคลสามารถควบคุมและแสดงพฤติกรรมการควบคุมอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม

จากเหตุผลดังกล่าวข้างต้น ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะพัฒนาพฤติกรรมการควบคุมอารมณ์ของบิดาหรือมารดาที่มีบุตรวัยรุ่นโดยการให้การปรึกษารอบครัวแนวพฤติกรรมนิยม เพื่อนำผลที่ได้ไปเป็นแนวทางในการพัฒนาพฤติกรรมการควบคุมอารมณ์ของบิดามารดาที่มีบุตรวัยรุ่นต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมการควบคุมอารมณ์ของบิดามารดาที่ได้รับการให้การปรึกษารอบครัวแนวพฤติกรรมนิยมกับบิดามารดาที่ได้รับวิธีการปกติ
2. เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมการควบคุมอารมณ์ของบิดามารดาที่ได้รับการให้การปรึกษารอบครัวแนวพฤติกรรมนิยม ในระยะก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล

สมมติฐานการวิจัย

1. มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาในการทดลอง
2. บิดามารดาที่มีบุตรวัยรุ่นที่ได้รับการให้การปรึกษารอบครัวแนวพฤติกรรมนิยมมีคะแนนพฤติกรรมการควบคุมอารมณ์สูงกว่ากลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลอง
3. บิดามารดาที่มีบุตรวัยรุ่นที่ได้รับการให้การปรึกษารอบครัวแนวพฤติกรรมนิยมมีคะแนนพฤติกรรมการควบคุมอารมณ์สูงกว่ากลุ่มควบคุมในระยะติดตามผล
4. บิดามารดาที่มีบุตรวัยรุ่นที่ได้รับการให้การปรึกษารอบครัวแนวพฤติกรรมนิยมมีคะแนนพฤติกรรมการควบคุมอารมณ์สูงกว่ากลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลองสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง
5. บิดามารดาที่มีบุตรวัยรุ่นที่ได้รับการให้การปรึกษารอบครัวแนวพฤติกรรมนิยมมีคะแนนพฤติกรรมการควบคุมอารมณ์สูงกว่ากลุ่มควบคุมในระยะติดตามผลและสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ทำให้บิดามารดาตระหนักถึงความสำคัญของความสัมพันธ์ภายในครอบครัวและการแสดงพฤติกรรมทางอารมณ์ตลอดจนสามารถควบคุมอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม
2. เป็นแนวทางให้หน่วยงานที่เกี่ยวข้องนำผลจากการวิจัย ไปเป็นแนวทางในการส่งเสริม ป้องกันและแก้ไขปัญหามีลักษณะคล้ายคลึงกันได้
3. ผลการวิจัยจะเป็นแนวทางในการพัฒนาเพื่อนำไปใช้ในการควบคุมอารมณ์ตนเองสำหรับผู้ที่มิมีปัญหาด้านการควบคุมอารมณ์ ต่อไป

ขอบเขตของการวิจัย

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1.1 ประชากรในการศึกษาค้างนี้ คือ บิดาและมารดาที่มีอายุระหว่าง 30 – 50 ปี ที่มีบุตร อายุระหว่าง 10 – 15 ปี ที่อยู่ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทรา

1.2 กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้างนี้ คือ บิดาและมารดาที่มีอายุระหว่าง 30 – 50 ปี ที่มีบุตร อายุระหว่าง 10 – 15 ปี โดยสุ่มด่าบลในเขต อำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทรา

1.2.1 ผู้วิจัยให้บิดามารดาที่มีคุณลักษณะดังกล่าวทำแบบวัดพฤติกรรมการควบคุมอารมณ์ ที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้น

1.2.2 นำคะแนนได้จากกรทำแบบวัดพฤติกรรมการควบคุมอารมณ์ของบิดามารดาที่มีบุตรวัยรุ่น มาจัดเรียงลำดับจากน้อยไปหามากที่สุด คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างที่มีคะแนนแบบวัดพฤติกรรมการควบคุมอารมณ์ ต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25

1.2.3 คะแนนของบิดามารดาที่มีบุตรวัยรุ่นจะต้องมีความสอดคล้องกันโดยพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์ความสัมพันธ์แบบเพียร์สันได้มากกว่า 0.8 (ภาคผนวก ข)

1.2.4 มีความสนใจและสามารถเข้าร่วมกิจกรรมได้ตลอดช่วงระยะเวลาการทดลอง

1.2.5 สุ่มกลุ่มตัวอย่างบิดามารดาที่มีบุตรวัยรุ่น โดยใช้วิธีการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) จากบิดามารดาที่มีคุณสมบัติตามที่กำหนด 20 ครอบครัว จำนวน 40 คน และสุ่มเข้ากลุ่ม (Random Assignment) เป็นกลุ่มทดลอง 10 ครอบครัว จำนวน 20 คน และเป็นกลุ่มควบคุม 10 ครอบครัว จำนวน 20 คน

2. ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษา

2.1 ตัวแปรอิสระ (Independent Variables)

2.1.1 วิธีการให้การปรึกษามี 2 วิธี ค้างนี้

2.1.1.1 วิธีการให้การปรึกษาครอบครัวแนวพฤติกรรมนิยม

2.1.1.2 วิธีปกติ

2.1.2 ระยะเวลาการทดลอง

2.1.2.1 ระยะเวลาก่อนการทดลอง (Pre-test)

2.1.2.2 ระยะเวลาหลังการทดลอง (Post-test)

2.1.2.3 ระยะติดตามผล (Follow up)

2.2 ตัวแปรตาม (Dependent Variables) คือ พฤติกรรมการควบคุมอารมณ์ของบิดามารดาที่มีบุตรวัยรุ่น

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. พฤติกรรมการควบคุมอารมณ์ หมายถึง การที่บุคคลสามารถจัดการกับความเครียด ความรู้สึก ของตนที่เกิดจากการถูกกระตุ้นจากสิ่งต่าง ๆ ทั้งภายนอกและภายในร่างกายและสามารถแสดงออกเป็นพฤติกรรมหรือการกระทำที่ปรากฏให้บุคคลอื่นเห็นอย่างเหมาะสม ซึ่งพฤติกรรมการควบคุมอารมณ์จะมีการยับยั้งพฤติกรรม การแสดงออกในการตอบสนองของอารมณ์ ประกอบด้วย 4 องค์ประกอบ คือ

1.1 การทบทวนอารมณ์ (Emotional Rumination) หมายถึง การที่บุคคลสามารถไตร่ตรองถึงพฤติกรรม การกระทำ ที่แสดงออกจากสถานการณ์ในอดีตที่ผ่านมา ว่าส่งผลต่ออารมณ์ ความรู้สึกของตนเอง และบุคคลอื่นในครอบครัวมากน้อยเพียงใด

1.2 การยับยั้งอารมณ์ (Emotional Inhibition) หมายถึง การที่บุคคลสามารถระงับการแสดงความรู้สึกด้านลบภายในใจของตนเอง ออกมา

1.3 การควบคุมความก้าวร้าว (Aggression Control) หมายถึง การที่บุคคลารู้เท่าทันอารมณ์ที่รุนแรงพลุ่งพล่าน ซึ่งเป็นอารมณ์ที่เกิดขึ้นอย่างรวดเร็วและรุนแรง และสามารถควบคุมและจัดการกับอารมณ์นั้น ได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม

1.4 การควบคุมลักษณะอารมณ์ด้านดีให้สมเหตุสมผล (Benign Control) หมายถึง การที่บุคคลสามารถจัดการกับสภาวะอารมณ์ด้านบวกที่ไม่เหมาะสม เช่น อารมณ์ดีใจมากเกินไปมีความสุขไร้ขอบเขตและสามารถแสดงออกอย่างเหมาะสม

2. บุคคลที่มีบุตรวัยรุ่น หมายถึง บุคคลและมารดาที่มีอายุระหว่าง 30 - 50 ปี ที่มีบุตรอายุระหว่าง 10 - 15 ปี

3. การให้การปรึกษารอบครัวแนวพฤติกรรมนิยม หมายถึง กระบวนการที่ผู้ให้การปรึกษาช่วยเหลือผู้รับการปรึกษาทั้งบิดาและมารดา โดยมีเป้าหมายให้เกิดการเปลี่ยนแปลงความคิดและพฤติกรรม โดยพิจารณาที่สาเหตุ ที่มาของปัญหา พฤติกรรมการแก้ไขปัญหามาจากความเชื่อหรือการกระทำที่ไม่สมเหตุสมผล ตามขั้นตอน ดังนี้

3.1 ขั้นสร้างสัมพันธภาพ มีจุดมุ่งหมายเพื่อสร้างความคุ้นเคยระหว่างผู้ให้การปรึกษาและผู้รับการปรึกษา แนะนำวัตถุประสงค์ ประโยชน์ที่จะได้รับ และชี้ให้เห็นถึงความสำคัญของการร่วมมือกันระหว่างสมาชิกภายในครอบครัวให้ช่วยเหลือซึ่งกันและกันได้ ระยะเวลา และสถานที่ในการให้การปรึกษา รวบรวมทั้งรับฟังความคิด ความรู้สึกของผู้รับการปรึกษา ผู้ให้การปรึกษา ใช้เทคนิคการให้การปรึกษาเบื้องต้นและเทคนิคการให้การปรึกษารอบครัว เช่น การฟังและการสังเกตพฤติกรรม การตรวจสอบความเข้าใจ การให้ข้อมูลป้อนกลับ การเชื่อมโยงการสื่อสาร

การถามนำไปสู่ประเด็น และตามติดตามร่องรอย เพื่อรวบรวมข้อมูลจากผู้รับการปรึกษาเล่าให้ฟัง เพื่อนำมาวางแผนในการช่วยเหลือครั้งต่อไป

3.2 ขั้นดำเนินการ มีจุดมุ่งหมายเพื่อวางแผนในการให้ความช่วยเหลือให้ชัดเจน สอดคล้องกับทิศทาง การแก้ปัญหาของครอบครัวได้ตรงประเด็น โดยการอภิปรายถึงความรู้สึกและพฤติกรรม เพื่อให้ผู้รับการปรึกษากเกิดการเปลี่ยนแปลงที่พึงประสงค์ มีลำดับขั้นตอนในการให้การปรึกษาดังนี้

ผู้วิจัยดำเนินการให้การปรึกษาโดยใช้เทคนิคพื้นฐานในการให้การปรึกษา ได้แก่ การฟัง การใช้คำถามปลายเปิดและปลายปิด การสะท้อนความรู้สึก การทวนคำ การเรียบ การให้กำลังใจการตีความ และการสรุปความ และใช้เทคนิคการให้การปรึกษาครอบครัวแนวพฤติกรรมนิยม ได้แก่ การสอน (Coaching) การทำสัญญา (Contracting) การเสริมแรงทางบวก (Positive Reinforcement) การฝึกการจัดการหรือบริหารความขัดแย้ง (Conflict Management Skills) การปรับโครงสร้างความคิด (Cognitive Restructuring) การใช้เทคนิคแม่แบบ (Modeling Technique) เทคนิคการหยุดความคิด (Thought Stopping) เทคนิคการแสดงบทบาทสมมติ (Role Play) เพื่อให้ผู้รับการปรึกษาได้สำรวจตนเอง เข้าใจตนเอง เข้าใจปัญหาและร่วมกันแก้ปัญหาพฤติกรรม การควบคุมอารมณ์โดยมีขั้นตอนต่าง ๆ ดังนี้ คือ

1. ขั้นสำรวจความคิด อารมณ์และพฤติกรรม ที่เป็นปัญหาและมีผลต่อพฤติกรรม การควบคุมอารมณ์โดยผู้วิจัยกระตุ้นให้ผู้รับการปรึกษาได้สำรวจตนเอง และรับรู้สิ่งที่ต้องการปรับเปลี่ยน
2. ขั้นประเมินความคิด อารมณ์และพฤติกรรม ที่เป็นปัญหาและมีผลต่อพฤติกรรม การควบคุมอารมณ์โดยให้ผู้รับการปรึกษาพิจารณาสิ่งที่เกิดขึ้นว่ามีผลกระทบต่อพฤติกรรม การควบคุมอารมณ์อย่างไร เพื่อให้ผู้รับการปรึกษาได้มองเห็นความสำคัญของการปรับเปลี่ยน
3. ขั้นวางแผนปฏิบัติ โดยผู้วิจัยกระตุ้นให้ผู้รับการปรึกษาเห็นว่าความคิดที่ก่อให้เกิดปัญหาและส่งผลกระทบต่อพฤติกรรมควบคุมอารมณ์นั้น เป็นความคิดที่ไม่มีเหตุผลและเกิดขึ้นอย่างไร

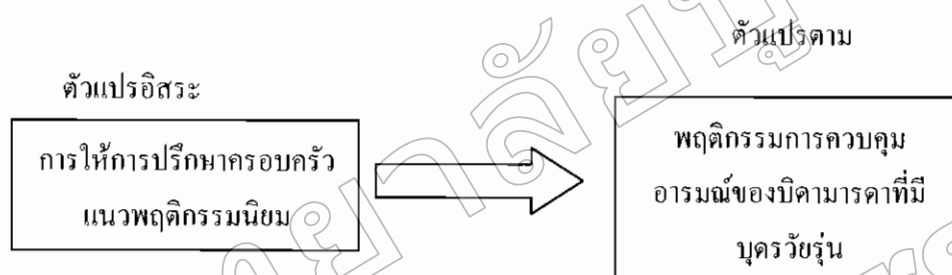
3.3 ขั้นสรุป เป็นขั้นตอนที่เกิดขึ้นเมื่อสภาพปัญหาในครอบครัว ได้รับการแก้ไข ผู้รับการปรึกษาเข้าใจพฤติกรรม การกระทำของตนเองมากขึ้น ในระยะนี้ผู้ให้การปรึกษาดังวางแผนร่วมกับผู้รับการปรึกษาถึงการยุติการให้การปรึกษา โดยการยุติประกอบด้วย 4 ขั้นตอนดังนี้

- 3.3.1 การวางแผนการยุติการให้การปรึกษา
- 3.3.2 การสรุปผลการให้การปรึกษา
- 3.3.3 การอภิปรายถึงเป้าหมายระยะยาว

3.3.4 การหาทางป้องกันแก้ไขที่จะไม่ให้ปัญหาเกิดขึ้นมาอีกในอนาคต และติดตามผลการให้การศึกษาอยู่เป็นระยะ ๆ ถึงแม้การให้การศึกษาจะยุติไปแล้ว

4. วิธีปกติ หมายถึง วิธีการที่ผู้ให้การศึกษาให้บิดามารดาทำกิจกรรมและภารกิจในชีวิตประจำวันตามปกติ โดยไม่ได้รับโปรแกรมการให้การศึกษาครอบครัวนวพฤติกรรมนิยม

กรอบแนวคิดในการวิจัย



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดในการพัฒนาพฤติกรรมการควบคุมอารมณ์ของบิดามารดาที่มีบุตรวัยรุ่น