

ผลการจัดกิจกรรมเสริมทักษะการปกป้องตนเองจากปัญหาการถูกรังแกในโรงเรียน ของนักเรียนที่มีความต้องการพิเศษในระดับชั้นมัธยมศึกษา

สุภัทสรุ จตุโชคอุดม¹ เดือน เปลี่ยนจิต² ฉัตรานี นุ่นจามงค์^{3,*} และสุดาพร แท่งทอง⁴

^{1,2,3,4}โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม)

*ผู้ประพันธ์บรรณกิจ อีเมล nath.nunjamnong@gmail.com

วันที่รับต้นฉบับบทความ: 08 พฤษภาคม 2566

วันที่แก้ไขปรับปรุงบทความ: 09 ตุลาคม 2566

วันที่ตอบรับตีพิมพ์บทความ: 20 ตุลาคม 2566

บทคัดย่อ

งานวิจัยชิ้นนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาสภาพปัญหาการถูกรังแกในโรงเรียนและผลของกิจกรรมเสริมทักษะการปกป้องตนเองจากปัญหาการถูกรังแกในโรงเรียนของนักเรียนที่มีความต้องการพิเศษระดับชั้นมัธยมศึกษา กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ศึกษา คือ นักเรียนที่มีความต้องการพิเศษระดับชั้นมัธยมศึกษา จำนวน 32 คน การดำเนินการวิจัยมีขั้นตอนดำเนินการ 2 ระยะ คือ ระยะแรก เป็นการสำรวจอัตราการถูกรังแกของนักเรียนที่มีความต้องการพิเศษ โดยใช้แบบสำรวจที่ได้ปรับจากแบบประเมินพฤติกรรมการรังแกกันของโอลเวิส (Olweus Bullying Questionnaires) ในระยะที่ 2 เป็นการจัดกิจกรรมเสริมทักษะการปกป้องตนเองแก่นักเรียน การสุ่มกลุ่มตัวอย่างทั้งสองระยะใช้การสุ่มแบบกลุ่มขั้นตอนเดียว (Single-Stage Cluster Sampling) ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนที่มีความต้องการพิเศษกว่าร้อยละ 56.2 เคยถูกรังแกในโรงเรียน ลักษณะการรังแกที่เกิดขึ้นมากที่สุด คือ เพื่อนไม่ชวนไปเล่นหรือทำกิจกรรมด้วย(ร้อยละ 28.1) และไม่ยอมให้เข้ากลุ่มหรือแกล้งทำเป็นไม่สนใจ (ร้อยละ 28.1) นอกจากนี้ สถานที่ที่เกิดการรังแกในโรงเรียนมากที่สุด คือ ภายในห้องเรียนเมื่อครูไม่อยู่ (ร้อยละ 18.8) และบริเวณทางเดินหน้าห้องเรียน (ร้อยละ 18.8) อย่างไรก็ตาม ผลการสำรวจพบว่านักเรียนที่มีความต้องการพิเศษก็เคยเป็นผู้รังแกเช่นกัน เช่น ใช้คำที่ไม่ดีเรียกเพื่อน (ร้อยละ 31.3) และล้อเลียนคนอื่นให้เสียใจ (ร้อยละ 18.8) ในระยะที่ 2 ผู้วิจัยจัดกิจกรรมการพูดกับตนเองเชิงบวกและวงกลมแห่งความไว้วางใจ พบว่า นักเรียนมีความเข้าใจถึงวิธีการจัดการกับสถานการณ์การรังแก สามารถเรียนรู้การพูดและคิดในเชิงบวกต่อสถานการณ์ที่เกิดขึ้น อีกทั้งเข้าใจว่าเมื่อเผชิญกับการรังแกในโรงเรียนจะสามารถขอความช่วยเหลือจากบุคคลที่นักเรียนไว้วางใจได้อย่างไร

คำสำคัญ: การรังแกในโรงเรียน นักเรียนที่มีความต้องการพิเศษชั้นมัธยมศึกษา

The Result of Enhancing Self-Preservation Skills Activities from Peer Bullying in Secondary School Students with Special Needs

Supatsara Jatuchokudom¹, Duan Peanjud², Chatranee Nunjamnong^{3,*},
and Sudaporn Thangtong⁴

^{1,2,3,4}Prasarnmit Demonstration School (Secondary) Srinakarinwirot University

*Corresponding Author, Email: nath.nunjamnong@gmail.com

Received: May 08, 2023

Revised: October 09, 2023

Accepted: October 20, 2023

Abstract

This research aimed to study the situation of peer bullying and the result of enhancing self-preservation skills activities for students with special needs at the secondary school level. The sampling group of the study was 32 students with special needs who were at the secondary school level. The research was divided into two phases. The first phase was to survey the incidence of peer bullying in school by using Olweus Bullying Questionnaires. The second phase of the research was to apply the designed activities to the students: Positive Self-talk and Circle of Trust activities. Single-stage cluster sampling is used to collect the data in both phases. The survey found that about 56.2% of students with special needs experienced peer bullying in school. Moreover, the most frequent types of bully are being excluded from the group and ignored by their classmates about 28.1% each. Furthermore, the place of bullying that happened most frequently is in the classroom when the teacher was not present, and in the hallway at 18.8% each. Interestingly, the study found that students with special needs also take the act of bullying others. The most frequent type of bullying was calling others bad names at 31.3% and mimicking others at 18.8%. In the second phase, after the students had participated in the activities. It showed that they had a better understanding of how to deal with the bullying situation by thinking and talking positively and learned to ask for help from the people in their trusted circle.

Keywords: Peer Bullying, Students with Special Needs

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

การรังแก (Bullying) เป็นรูปแบบของการที่ผู้กระทำตั้งใจทำให้ผู้อื่นได้รับความทุกข์ทรมาน เกิดความกลัว หรือได้รับบาดเจ็บทั้งทางร่างกายและจิตใจ โดยการกระทำในลักษณะนี้จะเกิดขึ้นอย่างต่อเนื่องเป็นเวลานาน และผู้รังแกมักเป็นผู้ที่มีกำลังหรืออำนาจสูงกว่าผู้ถูกรังแก (Olweus, 1996) งานวิจัยชิ้นนี้จะมุ่งประเด็นการศึกษาในกลุ่มนักเรียนที่มีความต้องการพิเศษในระดับชั้นมัธยมศึกษาที่อยู่ในชั้นเรียนร่วมกับนักเรียนทั่วไป ทั้งในรูปแบบเรียนร่วมเต็มเวลาและเรียนร่วมบางเวลา ซึ่งเป็นกลุ่มที่มีความบกพร่องในระดับที่สามารถช่วยเหลือตนเองได้และสามารถสื่อสารความต้องการของตนเองได้

จากการสำรวจประสบการณ์การถูกรังแกของนักเรียนที่มีความต้องการพิเศษเปรียบเทียบกับนักเรียนทั่วไปที่มีอายุระหว่าง 11-13 ปี พบว่า นักเรียนที่มีความต้องการพิเศษเคยถูกรังแกมากกว่านักเรียนทั่วไปในอัตราร้อยละ 22.7 และ 17.8 (González Contreras et al., 2020) สอดคล้องกับงานวิจัยของ Blake et al. (2012) ที่ได้สำรวจประสบการณ์การถูกรังแกของนักเรียนที่มีความต้องการพิเศษในสหรัฐอเมริกา พบว่า นักเรียนที่มีความต้องการพิเศษระดับชั้นประถมศึกษา ร้อยละ 24.5 และระดับชั้นมัธยมศึกษา ร้อยละ 34.1 เคยมีประสบการณ์ถูกรังแกจากเพื่อนในโรงเรียน งานวิจัยชิ้นเดียวกันนี้ยังระบุด้วยว่า นักเรียนที่มีความต้องการพิเศษที่เคยถูกรังแกครั้งแรก มีแนวโน้มที่จะถูกรังแกซ้ำอีก (Blake et al, 2012) โดยเฉพาะอย่างยิ่งนักเรียนที่มีภาวะออทิสติก มีแนวโน้มที่จะถูกรังแกมากกว่าความพิการประเภทอื่น (Menesini & Salmivalli, 2017) อีกทั้ง กลุ่มนักเรียนที่มีภาวะออทิสติกนี้ยังเป็นกลุ่มเปราะบาง มีแนวโน้มที่จะถูกรังแกเพิ่มขึ้น 4 เท่า เมื่อเทียบกับนักเรียนทั่วไป และกว่าครึ่งของเด็กกลุ่มนี้เคยถูกรังแกจากเพื่อนในโรงเรียน (Zweers et al., 2017) นอกจากนี้ ในการศึกษาของ Maguire et al. (2019) พบว่า นักเรียนที่มีความต้องการพิเศษประเภทนี้ที่เป็นกลุ่มเปราะบางมากที่สุด

นักเรียนที่มีความต้องการพิเศษมีแนวโน้มที่จะเผชิญกับปัญหาการถูกรังแกในโรงเรียนได้หลายรูปแบบ ทั้งการถูกรังแกทางร่างกาย ทางวาจา และทางจิตใจ จากการสำรวจสถานการณ์การถูกรังแกของวัยรุ่นในประเทศแถบเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ พบว่า วัยรุ่นไทยกว่าร้อยละ 30.0 เคยมีประสบการณ์การถูกรังแกในโรงเรียน นอกจากนี้การศึกษาของ Pan American Health Organization (PAHO) ยังพบว่า นักเรียนที่มีความต้องการพิเศษมีแนวโน้มที่จะเผชิญกับปัญหาการถูกรังแกได้มากกว่านักเรียนทั่วไปถึง 3.7 เท่า (Pan American Health Organization, 2021) ซึ่งการรังแกนี้ไม่ได้เกิดขึ้นเฉพาะภายในห้องเรียนเท่านั้น แต่ยังเกิดขึ้นภายในสถานที่ต่าง ๆ บริเวณโรงเรียน ปัญหาคือ เด็กที่มีความต้องการพิเศษมักไม่ทราบวิธีการปกป้องตนเอง วิธีการแก้ปัญหาเฉพาะหน้าที่เหมาะสม และไม่รู้ว่าเมื่อเผชิญปัญหาจะต้องขอความช่วยเหลือจากใคร/อย่างไร การให้ชุดความรู้ในการปกป้องตนเองแก่นักเรียนกลุ่มนี้ จึงเป็นสิ่งที่จำเป็นอย่างยิ่งเมื่อเกิดสถานการณ์ดังกล่าว

วัยรุ่นเป็นช่วงวัยที่ต้องเผชิญการเปลี่ยนแปลงทั้งทางร่างกาย อารมณ์ และสังคม จึงมีความจำเป็นในการสร้างชุดความรู้ให้เด็กนักเรียนกลุ่มนี้นำไปใช้ได้เมื่อมีสถานการณ์การรังแกเกิดขึ้น ผู้วิจัยจึงได้จัดกิจกรรมเสริมทักษะการปกป้องตนเองและการจัดการปัญหาการรังแกสำหรับกลุ่มนักเรียนที่มีความต้องการพิเศษในโรงเรียนผ่านกระบวนการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม โดยใช้ทฤษฎีการปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผลอารมณ์และ

พฤติกรรม (Rational Emotive Behavior Therapy: REBT) (Corey, 2015) ให้นักเรียนเข้าใจถึงวิธีแก้ไขอารมณ์ทางลบ โดยปรับแก้ที่ความคิดมากกว่าการแก้ไขเหตุการณ์ที่ผ่านมาแล้ว ซึ่งประกอบด้วยวิธีการที่สำคัญ 2 ประการ คือ การพูดกับตนเองทางบวกและการขอความช่วยเหลือจากบุคคลที่นักเรียนไว้วางใจ เพื่อสร้างทักษะสำคัญในการใช้ชีวิตให้แก่เด็กนักเรียน ซึ่งทักษะที่ได้นี้จะส่งผลดีต่อนักเรียนที่มีความต้องการพิเศษในการปรับตัวเพื่ออยู่ร่วมกันในโรงเรียน ซึ่งเป็นพื้นที่จำลองของสังคมขนาดใหญ่ที่พวกเขาจะได้เรียนรู้จากโรงเรียนก่อนจะจบการศึกษาและออกไปใช้ชีวิตในโลกภายนอก งานวิจัยชิ้นนี้ยังส่งผลดีต่อคุณภาพของการศึกษาและการเรียนรู้ของนักเรียนที่มีความต้องการพิเศษ เนื่องจากความรู้สึกลดท้อในสิ่งแวดล้อมแห่งการเรียนรู้ในโรงเรียนจะส่งผลดีต่อนักเรียนที่มีความต้องการพิเศษโดยตรง

วัตถุประสงค์ของงานวิจัย

1. เพื่อศึกษาสภาพปัญหาการถูกรังแกในโรงเรียนของนักเรียนที่มีความต้องการพิเศษระดับชั้นมัธยมศึกษา
2. เพื่อศึกษาผลของกิจกรรมเสริมทักษะการปกป้องตนเองจากปัญหาการถูกรังแกในโรงเรียนของนักเรียนที่มีความต้องการพิเศษระดับชั้นมัธยมศึกษา

นิยามศัพท์

การรังแก (Bullying) หมายถึง สถานการณ์ที่บุคคล/กลุ่มใดกลุ่มหนึ่ง พยายามที่จะทำให้นักเรียนที่มีความต้องการพิเศษรู้สึกเสียใจ หวาดกลัว หรืออับอาย โดยเฉพาะอย่างยิ่งการใช้เรื่องความแตกต่างทางพฤติกรรม รูปร่างลักษณะ และ/หรือความพิการ เป็นประเด็นในการรังแก งานชิ้นนี้แบ่งการรังแกออกเป็น 3 ประเภท ดังนี้

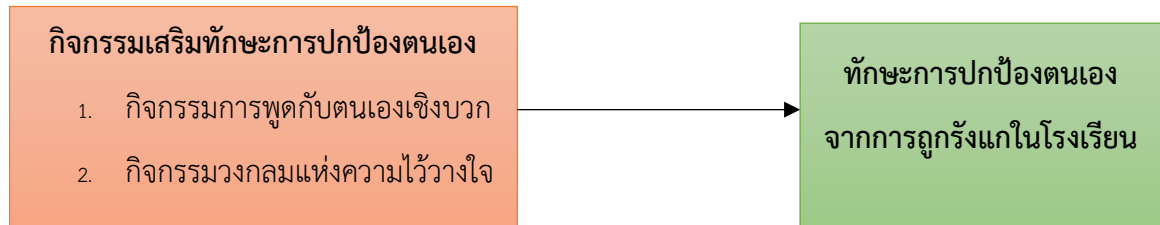
- 1) **การรังแกด้านร่างกาย (Physical Bullying)** ได้แก่ การทำร้ายหรือการคุกคามทางร่างกาย เช่น การชก การต่อย การเตะ การผลัก การตบ การตี เป็นต้น
- 2) **การรังแกด้วยคำพูด (Verbal Bullying)** ได้แก่ การพูดที่ส่งผลกระทบต่อความรู้สึกหรือทำให้เจ็บปวด เช่น การข่มขู่ การพูดจาล้อเลียน เย้ยหยัน การนินทา เป็นต้น
- 3) **การรังแกด้านสังคมหรือด้านอารมณ์ (Social or Emotional Bullying)** ได้แก่ การแบ่งแยกหรือการใช้คำพูดให้ผู้อื่นเข้าใจผิด หรือลดคุณค่าของผู้ถูกกล่าวถึง โดยอาจใช้กลุ่มเพื่อนหรือกลุ่มสังคมกดดันทำให้นักเรียนที่มีความต้องการพิเศษรู้สึกถูกแบ่งแยกออกจากกลุ่มหรือรู้สึกเสียใจกับการกระทำดังกล่าว เช่น การโน้มน้าวให้นักเรียนคนอื่นไม่สนใจนักเรียนที่มีความต้องการพิเศษ การหลีกเลี่ยงไม่ให้มีส่วนร่วมในกิจกรรม การกีดกันไม่ให้มีส่วนร่วมในกลุ่ม เป็นต้น

นักเรียนที่มีความต้องการพิเศษ ในงานวิจัยชิ้นนี้หมายถึงนักเรียนที่มีความต้องการพิเศษใน 4 ประเภท ได้แก่ นักเรียนที่มีปัญหาทางการเรียนรู้ นักเรียนที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา นักเรียนที่มีภาวะออทิสติก และนักเรียนที่มีภาวะสมาธิสั้น

กิจกรรมเสริมทักษะการปกป้องตนเอง หมายถึง กิจกรรมที่มุ่งเน้นการสร้างทักษะการปกป้องตนเองให้นักเรียนที่มีความต้องการพิเศษ โดยมีจุดมุ่งหมายให้นักเรียนสามารถปกป้องตัวเองจากการถูกรังแกและรู้จัก

วิธีแก้ปัญหาที่เหมาะสมเมื่อถูกรังแกในโรงเรียน โดยเนื้อหาครอบคลุม 3 เรื่อง ได้แก่ 1) การสร้างความรู้ความเข้าใจเรื่องประเภทและลักษณะของการรังแกชนิดต่าง ๆ 2) การเสริมสร้างทักษะการจัดการปัญหาโดยการพูดกับตนเองเชิงบวกเมื่อถูกรังแก และ 3) การขอความช่วยเหลือจากบุคคลที่นักเรียนไว้วางใจ

กรอบแนวคิดในการวิจัย



งานวิจัยชิ้นนี้อยู่บนพื้นฐานของกระบวนการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม โดยใช้ทฤษฎีการปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผลอารมณ์และพฤติกรรม (Rational Emotive Behavior Therapy: REBT) (Corey, 2015) โดยในกิจกรรมที่จัดขึ้นจะมีครูซึ่งเป็นผู้นำกิจกรรมจะแนะนำให้นักเรียนเข้าใจถึงวิธีแก้ไขอารมณ์ทางลบ โดยปรับแก้ที่ความคิดมากกว่าการแก้ไขเหตุการณ์ที่ผ่านมาแล้ว เช่น การพูดกับตัวเองเชิงบวกและการทำความเข้าใจว่าอารมณ์และความคิดต่อตนเองหรือเหตุการณ์เหล่านั้นจะต้องถูกปรับเปลี่ยนไปอย่างไรหากต้องการให้ความรู้รู้ด้านลบที่เกิดขึ้นในขณะนั้นลดน้อยลง ทั้งนี้กิจกรรมการพูดกับตนเองเชิงบวก และกิจกรรมวงกลมแห่งความไว้วางใจจะจัดขึ้นเพื่อเป็นเครื่องมือในการสร้างทักษะการปกป้องตนเองจากการถูกรังแกในโรงเรียนแก่นักเรียนที่มีความต้องการพิเศษในโรงเรียน

วิธีการดำเนินการวิจัย

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในงานวิจัยชิ้นนี้ คือ นักเรียนที่มีความต้องการพิเศษของศูนย์ศัควีโรฒ ในระดับชั้นมัธยมศึกษา ซึ่งมีจำนวนทั้งสิ้น 69 คน การสุ่มกลุ่มตัวอย่างในระยะนี้ใช้การสุ่มตัวอย่างแบบกลุ่มขั้นตอนเดียว (Single-Stage Cluster Sampling) โดยใช้กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนที่มีความต้องการพิเศษของศูนย์ศัควีโรฒทุกคนที่เข้าเกณฑ์การคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างในการวิจัย

จากนั้นคณะผู้วิจัยได้ทำหนังสือขออนุญาตเก็บข้อมูลและหนังสือชี้แจงโครงการวิจัย รวมถึงแบบสอบถามที่จะใช้ในการเก็บข้อมูลเพื่อให้ผู้ปกครองพิจารณาอนุญาต ทั้งนี้ มีนักเรียนจำนวน 32 คน ที่ได้รับอนุญาตให้เข้าร่วมโครงการวิจัย โดยนักเรียน 32 คนนี้คณะผู้วิจัยใช้การสุ่มตัวอย่างแบบกลุ่มขั้นตอนเดียว และใช้กลุ่มตัวอย่างนี้ดำเนินกิจกรรมการวิจัยทั้งสองระยะ

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย การวิจัยในครั้งนี้คณะผู้วิจัยได้แบ่งการวิจัยและเก็บข้อมูลเป็น 2 ระยะ ดังนี้

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูลระยะที่ 1 ใช้แบบประเมินพฤติกรรมมารังแกกันของโอลวีอัส (Olweus, 1996) แปลเป็นภาษาไทย โดย ผศ.ดร.สมบัติ ตาปัญญา (Tapunya, 2006) ซึ่งประกอบด้วยคำถามที่เกี่ยวกับการรังแกในโรงเรียน โดยข้อคำถามถูกแบ่งเป็น 2 ส่วน ได้แก่ ประสพการณ์การถูกรังแกในโรงเรียน และการจัดการปัญหานักเรียน

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูลระยะที่ 2 คือ ชุดกิจกรรมเพื่อเสริมทักษะการปกป้องตนเองจากปัญหาการรังแกในโรงเรียน จำนวน 2 ชุด ได้แก่ กิจกรรมการพูดกับตนเองเชิงบวก และกิจกรรมวงกลมแห่งความไว้วางใจ ของ สมร แสงอรุณ (Sangarun, 2011) จากดัชนีพันธะเรื่อง “การศึกษาและพัฒนากลยุทธ์การป้องกันตนเองจากการถูกข่มเหงรังแกของนักเรียนวัยรุ่นโดยใช้การให้คำปรึกษากลุ่ม” ชุดกิจกรรมนี้ใช้ทฤษฎีการปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผลอารมณ์และพฤติกรรม (Rational Emotive Behavior Therapy: REBT) ซึ่งเป็นแนวทางหนึ่งของการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรมเพื่อลดการโทษตนเองและพัฒนาความสามารถของตนเองให้เต็มศักยภาพเพื่อบรรลุเป้าหมายในการดำรงชีวิตและการอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างเข้าใจสถานการณ์ตามความเป็นจริง

เครื่องมือที่นำมาใช้ในงานวิจัยทั้ง 2 ระยะ อันได้แก่ 1) แบบสำรวจการรังแกและ 2) ชุดกิจกรรมเสริมทักษะการปกป้องตนเอง ได้ถูกปรับภาษาและรูปแบบของชุดกิจกรรมให้ง่ายขึ้น เพื่อเหมาะสมกับความเข้าใจของกลุ่มตัวอย่างซึ่งเป็นนักเรียนที่มีความต้องการพิเศษ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยได้รับการตรวจสอบผู้เชี่ยวชาญที่มีความเชี่ยวชาญด้านการศึกษาพิเศษจำนวน 3 ท่าน โดยค่าความเที่ยงตรงของเครื่องมือชุดแรกคือ 0.83 ในส่วนของชุดกิจกรรมได้ผ่านการตรวจสอบความเหมาะสมทางด้านภาษา เนื้อหา และลักษณะการจัดกิจกรรมจากผู้เชี่ยวชาญ รวมถึงได้ทดลองใช้และได้ปรับภาษาให้เหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่าง รายละเอียดของกิจกรรมมีดังนี้

ชุดกิจกรรมที่ 1 การพูดกับตนเองทางบวก

วัตถุประสงค์ของกิจกรรม

- 1.เพื่อให้ นักเรียนเข้าใจที่มาของคำพูดที่บอกตนเองเกี่ยวกับเหตุการณ์และผลที่ตามมาต่อความรู้สึกและการกระทำต่อเหตุการณ์
- 2.เพื่อฝึกแทนที่การพูดกับตนเองทางลบด้วยการพูดกับตนเองทางบวก
- 3.เพื่อฝึกปฏิบัติการพูดกับตนเองในทางบวก

วิธีการดำเนินกิจกรรม

ขั้นที่ 1 ผู้วิจัยชวนให้นักเรียนพูดคุยและทำความเข้าใจการรังแกประเภทต่างๆ โดยอธิบายเพิ่มเติมถึงผลกระทบของการรังแกที่เกิดขึ้นทั้งทางร่างกาย ทางจิตใจและทางอารมณ์

ขั้นที่ 2 ผู้วิจัยจำลองเหตุการณ์การรังแกขึ้นหลายๆเหตุการณ์ และทบทวนความรู้ที่ได้ ความเชื่อเกี่ยวกับเหตุการณ์ที่เป็นสาเหตุให้เกิดความรู้สึกทางลบ ให้นักเรียนถามคำถามหรือแสดงความคิดเห็นต่อเหตุการณ์ โดยฝึกให้นักเรียนพูดกับตนเองในเชิงบวก เมื่อเกิดเหตุการณ์การรังแก

ขั้นที่ 3 นักเรียนช่วยกันสรุปประโยชน์ที่ได้จากกิจกรรม และช่วยกันค้นหาการพูดกับตนเองทางลบและทางบวก ต่อเหตุการณ์ที่ครูยกตัวอย่างให้

ชุดกิจกรรมที่ 2 วงกลมแห่งความไว้วางใจ

วัตถุประสงค์ของกิจกรรม

เพื่อช่วยให้นักเรียนได้ทราบว่า เมื่อเกิดปัญหามีบุคคลใดบ้างที่นักเรียนจะสามารถพึ่งพาและไว้วางใจได้

วิธีการดำเนินกิจกรรม

ขั้นที่ 1 ผู้วิจัยชวนให้นักเรียนช่วยกันคิดถึงบุคคลที่นักเรียนจะขอความช่วยเหลือหรือพึ่งพาเมื่อนักเรียนเกิดปัญหา โดยผู้วิจัยแสดงให้เห็นถึงความสำคัญของการมีคนที่ยคอยแบ่งปันความทุกข์และเรื่องราวต่าง ๆ

ขั้นที่ 2 ผู้วิจัยได้อธิบายรายละเอียดให้นักเรียนฟังเกี่ยวกับขั้นตอนการทำกิจกรรม โดยผู้วิจัยให้นักเรียนจับมือกันเป็นวงกลมซ้อนกันจำนวน 3 วง แต่ละชั้นเรียงลำดับจากคนที่นักเรียนไว้วางใจมากไปหาน้อยที่สุด วงกลมแต่ละวงสื่อให้เห็นว่าเมื่อใดที่นักเรียนมีปัญหา นักเรียนจะไม่โดดเดี่ยว เพราะมีคนอีกมากมายที่รักและพร้อมจะให้ความช่วยเหลือเมื่อนักเรียนต้องการ

วงกลมที่ 1 แทนคนที่นักเรียนรักและรู้สึกไว้วางใจมากที่สุดในชีวิต คนที่นักเรียนสามารถขอรับความช่วยเหลือได้เมื่อต้องการ

วงกลมที่ 2 บุคคลที่นักเรียนสามารถพึ่งพาได้ในชีวิต

วงกลมที่ 3 บุคคลบางคนที่นักเรียนชอบในชีวิต ที่นักเรียนจะสามารถขอความช่วยเหลือได้

ขั้นที่ 3 นักเรียนช่วยกันสรุปข้อคิดที่ได้จากกิจกรรม

การเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ แบ่งออกเป็น 2 ส่วน ประกอบด้วย ส่วนที่ 1 การสำรวจอัตราการถูกรังแกของนักเรียนที่มีความต้องการพิเศษ ผู้วิจัยใช้เวลา 4 สัปดาห์ในการเก็บข้อมูล และส่วนที่ 2 ชุดกิจกรรมเสริมทักษะการปกป้องตนเองจากปัญหาการถูกรังแกในโรงเรียน ผู้วิจัยดำเนินการจัดกิจกรรมทั้ง 2 กิจกรรมให้กับนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นและมัธยมศึกษาปลาย รวมทั้งสิ้น 4 ครั้ง ครั้งละ 40 นาที โดยมีรายละเอียด ดังนี้

กระบวนการเก็บข้อมูลในระยะที่ 1

1. เริ่มต้นจากการอธิบายที่มาที่ไปและเหตุผลของการเก็บข้อมูลเพื่อทำการศึกษาให้นักเรียนเข้าใจ และชี้แจงว่าข้อมูลที่ได้จากการเก็บข้อมูลในครั้งนี้จะไม่มีการระบุตัวตนของผู้ตอบแบบสอบถาม และจะนำผลไปใช้ในการวิเคราะห์เท่านั้น
2. ผู้วิจัยจะทำการเก็บข้อมูลโดยการอ่านคำถามให้นักเรียนฟังด้วยตนเองและจะเป็นผู้กรอกคำตอบให้แก่ นักเรียน โดยนักเรียน 1 คน จะใช้เวลาตอบแบบสอบถามประมาณ 30 นาที หรือจนกว่าจะเก็บข้อมูลได้ครบถ้วน ทั้งนี้ หากผู้ตอบแบบสอบถามไม่สะดวกในการให้ข้อมูลระหว่างเก็บข้อมูล ผู้วิจัยจะยุติการเก็บข้อมูลทันที
3. หลังจากทำแบบสอบถามเสร็จสิ้น ผู้วิจัยจะตรวจสอบความครบถ้วนของมูลอีกครั้ง โดยข้อมูลที่ได้อาจจะถูกลบไปบางส่วน เพื่อนำไปวิเคราะห์ต่อไปโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติ (Statistical Product and Service Solutions: SPSS)

กระบวนการเก็บข้อมูลในระยะที่ 2

จัดกิจกรรมจะดำเนินการเป็นขั้นตอนโดยมีครูการศึกษาพิเศษเป็นผู้จัดกิจกรรมแก่นักเรียน ระยะที่สองของการศึกษาวิจัยขึ้นนี้ เกี่ยวเนื่องกับการสร้างความรู้ความเข้าใจในทักษะการปกป้องตนเองจากปัญหาการถูกรังแกในโรงเรียน ซึ่งรายละเอียดของกิจกรรมได้ถูกกล่าวไว้ในหัวข้อเครื่องมือการวิจัย

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลของงานวิจัยในระยะที่ 1 เป็นการแสดงสภาพปัญหาการถูกรังแกของนักเรียนที่มีความต้องการพิเศษในโรงเรียน โดยใช้แบบสำรวจที่ได้ปรับจากแบบประเมินพฤติกรรมการรังแกกันของโอลิวีส (Olweus, 1996) ข้อมูลการศึกษาระยะนี้ ประกอบด้วย ประสพการณ์การถูกรังแกในโรงเรียนและการจัดการปัญหาของนักเรียน อภิปรายโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics) ได้แก่ การแจกแจงความถี่และร้อยละ และระยะที่ 2 คือ ผลจากการทำกิจกรรมเพื่อเสริมทักษะการปกป้องตนเองจากปัญหาการรังแกในโรงเรียน ใช้วิธีการวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) ในการวิเคราะห์

จริยธรรมในการวิจัย

งานวิจัยขึ้นนี้ผ่านการรับรองจากคณะกรรมการจริยธรรมสำหรับพิจารณาโครงการวิจัยที่ทำในมนุษย์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ผลการวิจัย ผลลัพธ์ของการศึกษาในครั้งนี้ นำเสนอเป็น 2 ระยะ ดังนี้

กิจกรรมระยะที่ 1 ผลการสำรวจประสพการณ์การรังแกในโรงเรียนของนักเรียนที่มีความต้องการพิเศษ

การวิจัยในระยะนี้เป็นการสำรวจสภาพศึกษาสภาพปัญหาการถูกรังแกของนักเรียนที่มีความต้องการพิเศษ ในศูนย์ศึกษาวิโรฒ โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม) โดยใช้แบบสำรวจที่ได้ปรับจากแบบประเมินพฤติกรรมการรังแกกันของโอลิวีส (Olweus Bullying Questionnaires) ซึ่งผลการวิจัยได้นำเสนอในตารางดังต่อไปนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

นักเรียนทั้งหมดที่เข้าร่วมโครงการวิจัยเป็นนักเรียนที่มีความต้องการพิเศษ จำนวน 32 คน โดยแบ่งตามระดับชั้นได้ ดังนี้

ตารางที่ 1 แสดงข้อมูลทั่วไป

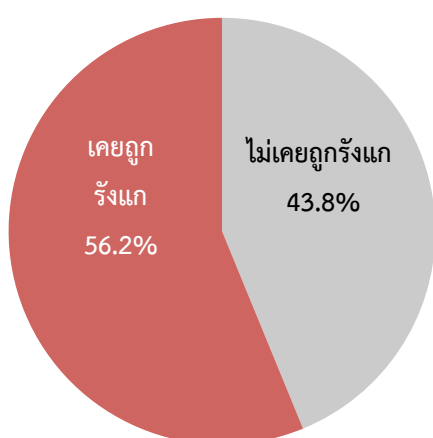
1. ระดับชั้น	จำนวน (n=32)	ร้อยละ
มัธยมศึกษาปีที่ 1	14	43.7
มัธยมศึกษาปีที่ 2	8	25.0
มัธยมศึกษาปีที่ 4	6	18.8
มัธยมศึกษาปีที่ 5	5	12.5
2. เพศ		
ชาย	25	78.1
หญิง	7	21.9
3. ลักษณะชั้นเรียน		
*ห้องเรียนร่วมเต็มเวลา	22	68.8
**ห้องเรียนร่วมบางเวลา	10	31.2

*ห้องเรียนร่วมเต็มเวลา หมายถึง ห้องเรียนที่นักเรียนที่มีความต้องการพิเศษเข้าไปเรียนและทำกิจกรรมทุกอย่างเหมือนกับนักเรียนในชั้นเรียนปกติ

** ห้องเรียนร่วมบางเวลา หมายถึง ห้องเรียนที่นักเรียนที่มีความต้องการพิเศษเรียนร่วมกับนักเรียนในชั้นเรียนปกติในวิชาอื่น ๆ ที่ไม่ใช่วิชาหลัก

นักเรียนที่เข้าร่วมโครงการวิจัยมีจำนวนทั้งสิ้น 32 คน ผู้เข้าร่วมโครงการส่วนใหญ่เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1, 2, 4, และ 5 แบ่งเป็นนักเรียนชาย 25 คน คิดเป็นร้อยละ 78.1 และนักเรียนหญิง 7 คน คิดเป็นร้อยละ 21.9 ผู้เข้าร่วมวิจัยเป็นนักเรียนในห้องเรียนร่วมเต็มเวลา จำนวน 22 คน คิดเป็นร้อยละ 68.8 และเป็นนักเรียนในห้องเรียนร่วมบางเวลา จำนวน 10 คน คิดเป็นร้อยละ 31.2

ตอนที่ 2 ประสพการณ์การรังแกในโรงเรียนของนักเรียนที่มีความต้องการพิเศษ



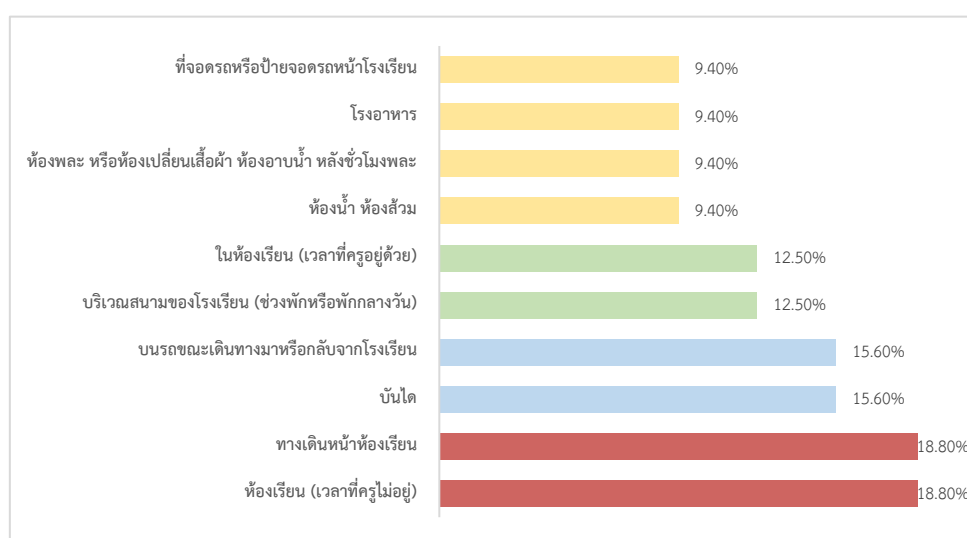
ในระยะเวลา 2 เดือนที่ผ่านมาจากนักเรียนที่มีความต้องการพิเศษจำนวน 32 คนพบว่า นักเรียนที่มีความต้องการพิเศษ ร้อยละ 56.2 เคยมีประสบการณ์การถูกรังแกที่โรงเรียน และกว่าร้อยละ 43.8 ไม่เคยถูกรังแกที่โรงเรียน

ภาพที่ 1 แสดงจำนวนร้อยละของนักเรียนที่มีความต้องการพิเศษเคยถูกรังแกที่โรงเรียน



ภาพที่ 2 แสดงจำนวนร้อยละของลักษณะการรังแกที่นักเรียนที่มีความต้องการพิเศษเคยถูกระทำในโรงเรียน

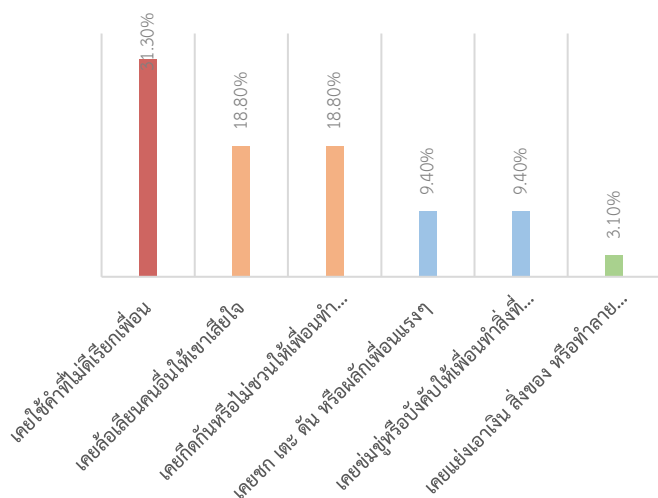
จากข้อมูลข้างต้นจะเห็นว่า ลักษณะการรังแกที่เกิดขึ้นกับนักเรียนที่มีความต้องการพิเศษมากที่สุด คือ เพื่อนไม่ชวนไปเล่นหรือทำกิจกรรมด้วย ไม่ยอมให้เข้ากลุ่มเพื่อน หรือแกล้งทำเป็นไม่สนใจ (ร้อยละ 28.1) รองลงมาคือ เพื่อนใช้คำพูดหยาบคาย ล้อเลียนในลักษณะที่ทำให้เจ็บใจหรือเสียใจ ถูกเพื่อนสร้างเรื่องโกหก หรือปล่อยข่าวลือในทางไม่ดีเกี่ยวกับนักเรียนและพยายามทำให้คนอื่น ๆ ไม่ชอบนักเรียน และถูกข่มขู่หรือ บังคับให้ทำสิ่งที่ไม่อยากทำ เป็นอัตราที่เท่ากันคือ ร้อยละ 25.0 ถูกขโมยเงิน แยมของ หรือถูกคนอื่นทำให้ข้าว ของเสียหาย และ ถูกเรียกด้วยคำพูดที่ไม่ดี ด้วยการแสดงความคิดเห็นหรือทำทางที่สื่อไปในเรื่องเพศ ใน จำนวนที่เท่ากัน คือ ร้อยละ 18.8 และการถูกเพื่อนชก ตะ ดัน ผลักแรง ๆ หรือถูกขังไว้ในห้อง อยู่ในอัตราที่ น้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 12.5



ภาพที่ 3 แสดงจำนวนร้อยละของสถานที่ที่นักเรียนที่มีความต้องการพิเศษเคยถูกรังแกในโรงเรียน

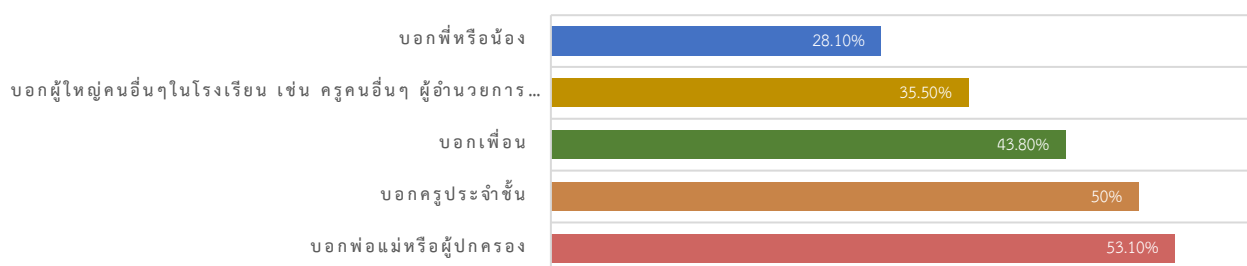
ผลการสำรวจพบว่า สถานที่ที่เกิดการรังแกในโรงเรียนมากที่สุด คือ ภายในห้องเรียนเมื่อครูไม่อยู่ (ร้อยละ 18.8) และบริเวณทางเดินหน้าห้องเรียน (ร้อยละ 18.8) ลำดับถัดมาคือ ตามบันได (ร้อยละ 15.6) หรือในรถโดยสารระหว่างทางไปหรือกลับจากโรงเรียน (ร้อยละ 15.6) นอกจากนี้ สถานที่ที่นักเรียนที่มีความ

ต้องการพิเศษถูกรังแกในโรงเรียนยังรวมไปถึงในบริเวณสนามของโรงเรียนในช่วงเลิกพักหรือพักกลางวัน (ร้อยละ 12.5) ในห้องเรียน เวลาที่ครูอยู่ด้วย (ร้อยละ 12.5)



ผลการสำรวจการรังแกเด็กนักเรียนคนอื่นของนักเรียนที่มีความต้องการพิเศษพบว่า นักเรียนเคยใช้คำที่ไม่ดีเรียกเพื่อน (ร้อยละ 31.3) ลำดับถัดมา คือ นักเรียนเคยล้อเลียนคนอื่นให้เขาเสียใจ (ร้อยละ 18.8) เคยกีดกันหรือไม่ชวนให้เพื่อนทำกิจกรรมด้วย (ร้อยละ 18.8) เคยชก ตะ ดัน หรือผลักเพื่อนแรงๆ (ร้อยละ 9.4) เคยข่มขู่หรือบังคับให้เพื่อนทำสิ่งที่เขาไม่ยอมทำ (ร้อยละ 9.4)

ภาพที่ 4 แสดงจำนวนร้อยละของประสบการณ์การรังแกนักเรียนคนอื่นของนักเรียนที่มีความต้องการพิเศษ



ภาพที่ 5 แสดงจำนวนร้อยละของการจัดการปัญหาของนักเรียนที่มีความต้องการพิเศษเมื่อถูกรังแก

ผลการสำรวจแสดงให้เห็นว่า เมื่อนักเรียนที่มีความต้องการพิเศษต้องเผชิญเหตุการณ์ที่เกี่ยวข้องกับการรังแกในโรงเรียน นักเรียนเกินกว่าครึ่งหนึ่ง (ร้อยละ 53.1) จะแจ้งให้พ่อแม่หรือผู้ปกครองรับทราบ บุคคลถัดมาที่นักเรียนคิดว่าจะช่วยแก้ปัญหาให้นักเรียนได้ คือ ครูประจำชั้น (ร้อยละ 50.0) บุคคลลำดับถัดมาที่นักเรียนจะแบ่งปันเรื่องราวด้วย คือ เพื่อน (ร้อยละ 43.8) ผู้ใหญ่คนอื่นๆในโรงเรียน (ร้อยละ 35.5) และบอกพี่หรือน้อง (ร้อยละ 28.1)

กิจกรรมระยะที่ 2 ผลจากการทำกิจกรรมเพื่อเสริมทักษะการปกป้องตนเองจากปัญหาการรังแกในโรงเรียน

ในระยะที่สองของการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับการสร้างความรู้ความเข้าใจในทักษะการปกป้องตนเองจากปัญหาการถูกรังแกในโรงเรียน โดยการจัดกิจกรรมที่มุ่งเน้นให้นักเรียนที่มีความต้องการพิเศษ สามารถรับมือกับสถานการณ์การรังแกในโรงเรียนได้อย่างมีประสิทธิภาพ ผู้วิจัยใช้กิจกรรม จำนวน 2 กิจกรรมในการสร้างความรู้ความเข้าใจในเรื่องการจัดการปัญหาการรังแกเบื้องต้นแก่นักเรียน คือ กิจกรรมการพูดกับตนเองในทางบวกและกิจกรรมวงกลมแห่งความไว้วางใจ

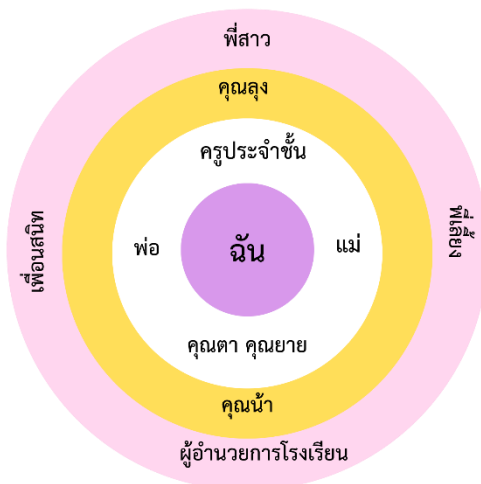
กิจกรรมที่ 1 การพูดกับตัวเองทางบวก

ผลการจัดกิจกรรมแสดงการเปรียบเทียบวิธีการพูดกับตนเองของนักเรียนก่อนและหลังเมื่อเจอเหตุการณ์ที่ถูกรังแกจากเพื่อนในโรงเรียนว่ามีความแตกต่างกัน ก่อนการจัดกรรมพูดกับตนเองในทางบวก นักเรียนยังมีการพูดในเชิงลบต่อเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น หลังจากนักเรียนได้รับการอบรมการพูดกับตนเองในทางบวกแล้ว วิธีการตอบสนองของนักเรียนก่อนเหตุการณ์ ระหว่างเหตุการณ์และหลังจากเกิดเหตุการณ์เปลี่ยนไปในทางบวกมากขึ้น เช่น เหตุการณ์ที่นักเรียนเคยถูกเพื่อนล้อว่า “ไอ้เอ๋อ” จากที่นักเรียนเคยคิดว่า “เราต้องชิงด่ามันก่อน ” นักเรียนได้เรียนรู้วิธีปรับวิธีคิดโดยการพูดกับตัวเองทางบวกว่า “มองไปทางอื่นแล้วเดินหนีเลยดีกว่า” เป็นต้น รายละเอียดดังแสดงในตารางที่ 2

ตารางที่ 2 สรุปกิจกรรมการพูดกับตนเองทางบวก

เหตุการณ์ที่นักเรียนถูกข่มเหงรังแก	ก่อนเกิดเหตุการณ์การรังแก		ระหว่างเกิดเหตุการณ์การรังแก		หลังเกิดเหตุการณ์การรังแก	
	การพูดกับตนเอง ก่อนจัดกิจกรรม	การพูดกับตนเอง หลังจัดกิจกรรม	การพูดกับตนเอง ก่อนจัดกิจกรรม	การพูดกับตนเอง หลังจัดกิจกรรม	การพูดกับตนเอง ก่อนจัดกิจกรรม	การพูดกับตนเอง หลังจัดกิจกรรม
1) โดนรุ่นพี่ว่าเนื่องจากเท้าไปโดนรุ่นพี่ ขณะขึ้นลิฟท์	- จะไปอีกห้องเรียน และต้องใช้ลิฟท์ และมีคนเต็มไปหมด คิดว่า “ต้องเข้าไป อีกแล้ว”	- อย่างน้อยก็ไปทัน ไม่สาย คนอื่นก็มี สิทธิ์ใช้ลิฟท์ เหมือนกัน”	- ทำไมเขาถึงไม่ พยายามเข้าใจ ก็พูด เหตุผลไปแล้วยังไม่ ฟังอีก	- สู้ตายใจสิๆและ ไม่ฟังที่ ปลอ่ยให้ เขาพูดไป ถ้าเขาไม่ พยายามเข้าใจ	- ทำไมถึงไม่เข้าใจ อยากขาหักจะได้ เข้าใจมัย ครึ่งหน้า จะถ่ายไว้และปลอ่ย วิดีโอเลย	- มันโอเค มันแคว้น แยะวันเดียวเอง เดียวบอกครูให้ ช่วยจัดการให้
2) โดนเพื่อนว่าว่า “อ่อนวะ” “ไอ้บ้า”	- เดียวไปฟ้องครูแน่ - เดียวจะไปฟ้องแม่ - ฉันทจะโวยวายใส่เลย - ว่าเพื่อนก่อนเลย	- ฉันทไม่สนใจหรอก - ฉันทจะไม่ทำร้าย เพื่อนหรอก - ฉันทเดินหนีดีกว่า - อย่าว่าเขากลับนะ	- จะเอาอะไรกับฉันท นักหนา - ว่าฉันทเหอเนี่ย	- ช่างมันเถอะ - อย่าสนใจเค้าเลย	- ไม่อยากเจอหน้าอีก แล้ว - ไม่อยากเป็นเพื่อน ด้วยแล้ว	- ฉันทก็อดทนได้นีนา - เรานีมันทสุดยอด มากเลย
3) โดนล้อว่าอ้วน	- ฟ้องครู	- เดินหนี	- จะหาเรื่องใช้ไหม	- ปลอ่ยผ่านไปเถอะ	- เสียใจ	- อดทน
4) โดนเพื่อนว่าว่า “น่ารำคาญ” “ไอ้โง่ เอ๊ย”	- เดียวจะไปฟ้องครู - ผมจะโวยวายก่อน เลย	- ผมเดินหนีดีกว่า - วันนี้ผมจะไม่มีเรื่อง กับเค้า	- จะเอาอะไรกับผม นักหนา - เปื้อนมากนะ	- อย่าสนใจคำพูดที่ ไม่ดีเลย	- ไม่อยากจะฟ้องครู อีกแล้ว - เสียใจวะ	- ผมเก่งมากเลยที่ยัง ความโกรธไว้ได้ - เรานีมันทสุดยอด มากเลย
5) โดนเพื่อนด่าว่า “ไอ้เอ๋อ” และปา แมสใส่หน้า	- เราต้องชิงด่ามัน ก่อน	- มองไปทางอื่นแล้ว เดินหนีเลยดีกว่า	- จะเอาอะไรนักหนา	- อย่าไปแคร์	- รู้สึกโกรธและไม่พูด ด้วย	- คิดว่าเป็นลมที่ผ่าน มา - ไม่สนใจ
6) โดนเพื่อนว่า ว่า ไอ้เตี้ย	- ฉันทโกรธยัยนี้มาก เลย - ฉันทไม่ชอบหน้ายัยนี้ เลย	- ไม่ต้องกลัว จนเกินไป - ฉันทอาจจะคิดมาก ไปเอง	- เพื่อนคนนี้นิสัยไม่ดี เลย - พ่อแม่ไม่สั่งสอน เหอ	- ฉันทจะไม่ตอบโต้ - ฉันทอดทนได้	- ฉันทโกรธมากเลย - อยากจะเอาคืน	- ดีมากเลยที่ฉันท อดทนได้ - เรานีมันทเก่งมาก เลย

กิจกรรมที่ 2 วงกลมแห่งความไว้วางใจ



ภาพที่ 6 ตัวอย่างแผนภาพจากกิจกรรมวงกลมแห่งความไว้วางใจ

จากกิจกรรมวงกลมแห่งความไว้วางใจ จัดขึ้นเพื่อช่วยเหลือนักเรียนที่เกิดความรู้สึกแย่ ซึ่งบางครั้งรู้สึกว่ามีใครรังแกและหวงใจ ผู้วิจัยจึงมีวัตถุประสงค์ให้นักเรียนรู้ว่านักเรียนสามารถมีบุคคลที่ตนเองสามารถพึ่งพาและไว้วางใจได้ เมื่อให้นักเรียนจับมือกันเป็นวงกลมซ้อนกันจำนวน 3 วง แต่ละชั้นเรียงลำดับจากคนที่นักเรียนไว้วางใจมากที่สุดไปหาน้อยที่สุดแล้ว นักเรียนได้วาดวงกลมแห่งความไว้วางใจของตนเอง แต่ละวงมีบุคคลที่นักเรียนไว้วางใจแตกต่างกันไป แต่ส่วนใหญ่แล้วบุคคลที่นักเรียนไว้วางใจมากที่สุด คือ พ่อ แม่ ครูประจำชั้น หรือญาติสนิทที่อยู่ในครอบครัวเดียวกันกับนักเรียน นอกจากนี้ยังมีเพื่อนสนิทของนักเรียนรวมถึงบุคลากรในโรงเรียนอีกด้วย ทำให้เห็นว่าบุคคลที่ใกล้ชิดกับนักเรียนมีส่วนในการช่วยเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตใจให้แก่เด็กที่มีความต้องการพิเศษอย่างมาก การที่นักเรียนมีผู้ปกครองคอยรับฟังปัญหาและสร้างความเชื่อมั่นแก่นักเรียนว่าหากเกิดปัญหาพวกเขามีบุคคลที่คอยรับฟังและช่วยเหลืออยู่เสมอเป็นเรื่องที่สำคัญมากต่อนักเรียนที่มีความต้องการพิเศษ

สรุปและอภิปรายผล

นักเรียนที่มีความต้องการพิเศษเป็นกลุ่มที่เปราะบางและมีแนวโน้มที่จะถูกรังแกได้มากกว่ากลุ่มนักเรียนทั่วไป งานวิจัยชิ้นนี้พบว่า นักเรียนเกินกว่าครึ่งของนักเรียนกลุ่มนี้เคยถูกรังแกในโรงเรียน สอดคล้องกับงานวิจัยส่วนใหญ่ที่พบว่านักเรียนที่มีความต้องการพิเศษมีแนวโน้มที่จะถูกรังแกมากกว่านักเรียนทั่วไปสองถึงสามเท่า และอาจมากถึงสี่เท่าในบางพื้นที่ เช่น เกาหลีใต้และสหรัฐอเมริกา (UNESCO, 2021) โดยลักษณะการรังแกนั้นเกิดขึ้นในทุกรูปแบบ ไม่ว่าจะเป็นการรังแกทางร่างกาย การรังแกด้วยวาจา หรือการรังแกทางอ้อมโดยการกีดกันไม่ให้เข้าร่วมหรือทำเป็นไม่สนใจ รวมถึงการรังแกทางไซเบอร์ (Cyberbullying) อย่างไรก็ตามจากการสำรวจพบว่า นักเรียนที่มีความต้องการพิเศษก็เคยรังแกนักเรียนคนอื่นเช่นกัน โดยพบว่า ลักษณะการรังแกที่นักเรียนกระทำต่อคนอื่นมากที่สุด คือการใช้วาจาพูดจาให้คนอื่นเสียใจ หรือล้อเลียนเพื่อนคนอื่น ซึ่ง

การกระทำเช่นนี้ถูกอธิบายจากทฤษฎีความกดดันจากเพื่อนและจากกลุ่ม (Group and Peer Pressure Theory) ได้ว่า การข่มขู่รังแกเป็นการตอบสนองต่อความกดดันจากเพื่อนและกลุ่มในโรงเรียน โดยทฤษฎีนี้เชื่อว่า นักเรียนได้รับอิทธิพลด้านความรุนแรงจากการรับรู้วัฒนธรรมของโรงเรียน และได้รับอิทธิพลมาจากกลุ่มเพื่อนรอบๆตัวนักเรียน (Soutter & McKenzie, 2000 as cited in Sangarun, 2011)

การรังแกเช่นนี้ส่งผลกระทบต่อนักเรียนในหลายด้าน เช่น ความเป็นอยู่ที่ดี (Well-Being) หากนักเรียนไม่มีความสุขในการเรียนและมีความกลัว กังวลว่าจะโดนกลั่นแกล้ง ก็อาจส่งผลกระทบต่อภาวะทางอารมณ์ให้เกิดความเครียด ความวิตกกังวล การแยกตัวและโรคซึมเศร้าได้ นอกจากนี้ การรังแกในโรงเรียนยังส่งผลกระทบต่อการเรียนรู้และผลการเรียน เช่น การถูกกีดกันไม่ให้เข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ เช่น การเล่นกีฬา ชุมชนที่นักเรียนสนใจ เป็นต้น หากสภาพจิตใจและสภาพแวดล้อมในโรงเรียนไม่เอื้อต่อการเรียนรู้ของนักเรียน การจดจ่อในห้องเรียนก็มีแนวโน้มที่จะลดลงลดลง อัตราการขาดเรียน หรือการออกจากโรงเรียนก็มีแนวโน้มที่จะเพิ่มขึ้นด้วย ซึ่งสถานการณ์ข้างต้นยังเป็นอุปสรรคแก่นักเรียนที่มีความต้องการพิเศษในการศึกษาต่อในระดับที่สูงขึ้น เมื่ออุปสรรคในการเรียนไม่ถูกขจัดออก ประสิทธิภาพในการเรียนรู้ก็ยากที่จะเพิ่มขึ้น นักเรียนที่มีความต้องการพิเศษจำนวนมากต้องออกจากระบบการศึกษาและไม่มีโอกาสเข้าเรียนในระดับอุดมศึกษาได้ (UNESCO, 2021)

ในส่วนของการจัดกิจกรรมเสริมทักษะการปกป้องตนเองในระยะที่ 2 ของงานวิจัย ที่ถูกออกแบบโดยนำทฤษฎีการปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผลอารมณ์และพฤติกรรม (Rational Emotive Behavior Therapy: REBT) มาเป็นแนวทางในการจัดกิจกรรมที่มุ่งเน้นให้ผู้เข้าร่วมสามารถฝึกฝนการพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรมลดการโทษตนเองและพัฒนาความสามารถของตนเองให้เต็มศักยภาพเพื่อบรรลุเป้าหมายในการดำรงชีวิตและการอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างเข้าใจสถานการณ์ตามความเป็นจริง ผู้วิจัยพบว่ากิจกรรมที่จัดขึ้นเป็นพื้นที่ปลอดภัยเพื่อให้นักเรียนสามารถแลกเปลี่ยนและแบ่งปันประสบการณ์การถูกรังแกของตนเอง ซึ่งในความเป็นจริงแล้วเรื่องนี้เป็นเรื่องที่ละเอียดอ่อนและนักเรียนจำนวนหนึ่งไม่กล้าบอกครูหรือบอกพ่อแม่ ดังนั้นพื้นที่แห่งความเข้าใจที่ถูกสร้างขึ้นผ่านกิจกรรมทั้งสองกิจกรรม จึงช่วยให้นักเรียนรู้สึกปลอดภัย มีทักษะการเข้าสังคมและสามารถทำความเข้าใจตนเอง พร้อมทั้งเรียนรู้วิธีการจัดการปัญหาการรังแกที่เกิดขึ้นสามารถลดอารมณ์ที่ไม่เหมาะสม เช่น การกล่าวโทษตนเอง ความรู้สึกซึมเศร้า ท้อแท้ และเพิ่มอารมณ์ที่เหมาะสม อันได้แก่อารมณ์ทางบวกที่ก่อให้เกิดความสุข สอดคล้องกับงานวิจัยของ (Sohrabi et al., 2013) ที่จัดกิจกรรมการให้คำปรึกษากลุ่มในเรื่องความเชื่อมั่นในศักยภาพของตนเองแก่นักเรียนชั้นมัธยมศึกษา และพบว่ากิจกรรมกลุ่มช่วยเสริมสร้างให้นักเรียนเกิดความเชื่อมั่นในศักยภาพของตนเองได้จริง นอกจากนี้การที่ครูมีทักษะในการให้คำปรึกษาแก่นักเรียนที่มีความพิเศษ โดยผ่านกิจกรรมที่ได้ถูกออกแบบให้นักเรียนกลุ่มนี้มีส่วนร่วมได้มากที่สุด จะสามารถเพิ่มความยืดหยุ่นทางจิตใจ ทำให้นักเรียนสามารถปรับตัวและแก้ไขปัญหาได้ดีขึ้น (Azwar, et al., 2021)

อย่างไรก็ดี การปัญหาการรังแกในโรงเรียนสามารถป้องกันได้ในหลายรูปแบบ เช่น การสร้างความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างครูและนักเรียนจะทำให้นักเรียนกล้าที่จะแบ่งปันเรื่องราวและขอความช่วยเหลือจากครูได้เมื่อต้องการ ครูเป็นบุคคลที่มีความสำคัญมากในการจัดการปัญหาการรังแกในโรงเรียน หากครูได้รับ

การอบรมเพื่อพัฒนาความรู้ในการจัดการปัญหาความรุนแรงในโรงเรียนและมีวิธีการจัดการสถานการณ์การรังแกที่ถูกต้อง โอกาสที่นักเรียนที่มีความต้องการพิเศษจะต้องเผชิญปัญหาการรังแกในโรงเรียนจะมีแนวโน้มที่ลดลง นอกจากนี้ การจัดกิจกรรมเพื่อเสริมสร้างทักษะการปกป้องตนเอง เช่น การเอาตัวรอดหรือการขอความช่วยเหลือแก่นักเรียนพร้อมกับการมีระบบการช่วยเหลือที่มีประสิทธิภาพก็เป็นสิ่งที่จำเป็นเช่นกัน การสร้างระบบการติดตามตรวจสอบและการสร้างสร้างความเข้าใจในการอยู่ร่วมกันในสังคมที่มีความแตกต่างหลากหลาย การเคารพความแตกต่าง และฝึกให้มีการสื่อสารที่เหมาะสม จะสามารถลดอัตราการเกิดความรุนแรงและเพิ่มความเข้าใจจะทำให้ลดปัญหาการรังแกในโรงเรียนลงได้อย่างมีประสิทธิภาพสูงสุด

เอกสารอ้างอิง

- Azwar, B., Wanto, D., & Hidayat, R. (2021). Improving self-resilience in students with special needs through the counseling teachers' roles: A case study on grounded theory. *Education Research International*, 2021, 1–6. <https://doi.org/10.1155/2021/7872889>
- Blake, J. J., Lund, E. M., Zhou, Q., Kwok, O.-m., & Benz, M. R. (2012). National prevalence rates of bully victimization among students with disabilities in the United States. *School Psychology Quarterly*, 27(4), 210–222. <https://doi.org/10.1037/spq0000008>
- Corey, G. (2015). *Theory and practice of group counseling* (10th ed.). Cengage Learning.
- González Contreras, A. I., Pérez-Jorge, D., Rodríguez-Jiménez, M. C., & Bernadette-Lupson, K. (2020). Peer bullying in students aged 11 to 13 with and without special educational needs in Extremadura (Spain). *International Journal of Primary Elementary and Early Years Education 3-13*, 49(8), 945-956. <https://doi.org/10.1080/03004279.2020.1817965>
- Maguire, R., Wilson, A., & Jahoda, A. (2019). Talking about learning disability: promoting positive perceptions of people with intellectual disabilities in Scottish schools. *International Journal of Developmental Disabilities*, 65(4), 257–264. <https://doi.org/10.1080/20473869.2018.1446497>
- Menesini, E., & Salmivalli, C. (2017). Bullying in schools: the state of knowledge and effective interventions. *Psychology, Health & Medicine*, 22, 240–253. <https://doi.org/10.1080/13548506.2017.1279740>
- Olweus, D. (1996). Bullying at School: Knowledge base and an effective intervention program. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 794(1), 265-276.

- Pan American Health Organization. (2021). *Children with disabilities more likely to experience violence*. https://www3.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=6998:2012-children-disabilities-more-likely-experience-violence&Itemid=135&lang=en
- Sangarun, S. (2011). *A study and development of self-prevention strategies for adolescent students from bullying through group counseling* [Doctoral dissertation, Srinakarinwirot University]. Srinakarinwirot University. http://thesis.swu.ac.th/swudis/Coun_Psy/Samorn_S.pdf.
- Sohrabi, R., Mohammadi, A., & Adalatzadeh, G. (2013). Effectiveness of Group Counseling with Problem Solving Approach on Educational Self-efficacy Improving. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 84, 1782-1784. doi:10.1016/j.sbspro.2013.07.033
- Tapunya, S. (2006). *Report of peer bullying in school*. Faculty of Medicine, Chiang Mai University.
- UNESCO. (2021). *Violence and bullying in educational settings: The experience of children and young people with disabilities*. United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization, France. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000378061>
- Zweers, I., Scholte, R., & Didden, R. (2017). Bullying among youth with autism spectrum disorders. In Leaf, J. B. (Eds.), *Handbook of Social Skills and Autism Spectrum Disorder* (pp. 45–61). Springer. https://doi.org/10.1007/978-3-319-62995-7_4