



คู่มือ

การปรับพฤติกรรมที่เป็นปัญหาของนักเรียน สู่การวิจัยในชั้นเรียน

คู่มือ การปรับพฤติกรรมที่เป็นปัญหาของนักเรียนสู่การวิจัยในชั้นเรียน เล่มนี้ ผู้จัดทำได้นำเสนอเป็น 4 ตอนตามหัวข้อต่อไปนี้

ตอนที่ 1 แนวคิดและลักษณะการปรับพฤติกรรม

- แนวคิดการปรับพฤติกรรม
- การปรับพฤติกรรมและลักษณะของการปรับพฤติกรรม
- เทคนิคการปรับพฤติกรรม

ตอนที่ 2 พฤติกรรมที่เป็นปัญหาของนักเรียน

- พฤติกรรมไม่รับผิดชอบในการเรียน
- พฤติกรรมผิดระเบียบวินัยของโรงเรียน
- พฤติกรรมก่อกวนชั้นเรียน
- พฤติกรรมก้าวร้าว

ตอนที่ 3 การวิจัยกลุ่มตัวอย่างเดี่ยว (Single Subject Design)

- รูปแบบการวิจัยกลุ่มตัวอย่างเดี่ยว (Design)
- เส้นฐาน (Baseline) และการวัดตัวแปรตาม
- หลักการสังเกตพฤติกรรม
- การบันทึกข้อมูล
- การนำเสนอข้อมูล
- ความเที่ยงตรงและความเชื่อมั่น

ตอนที่ 4 ตัวอย่างการวิจัยในชั้นเรียนเพื่อปรับพฤติกรรมที่เป็นปัญหาของนักเรียน

- พฤติกรรมไม่รับผิดชอบในการเรียน
- พฤติกรรมผิดระเบียบวินัยของโรงเรียน
- พฤติกรรมก่อกวนชั้นเรียน
- พฤติกรรมก้าวร้าว



ตอนที่ 1 แนวคิดและลักษณะการปรับพฤติกรรม

แนวคิดและลักษณะการปรับพฤติกรรม

1. แนวคิดการปรับพฤติกรรม

แนวคิดในการปรับพฤติกรรม ได้นำทฤษฎีการเรียนรู้แบบวางเงื่อนไขการกระทำ (Operant Conditioning) ซึ่งเป็นทฤษฎีที่พัฒนาโดย บี.เอฟ.สกินเนอร์ (Burrhus F. Skinner) นักจิตวิทยาชาวอเมริกัน ซึ่งเน้นการกระทำที่บุคคลต้องลงมือกระทำเอง (Emitted Behavior) สกินเนอร์เชื่อว่าพฤติกรรมเกิดร่วมกันระหว่างตัวผู้แสดงพฤติกรรม (Genetic Endowment) และเงื่อนไขสิ่งแวดล้อม ในรูปผลกรรม (Consequences) ทำให้เกิดพฤติกรรมที่เรียกว่า พฤติกรรมที่เกิดขึ้นเอง (Emitted Response) ซึ่งผู้แสดงพฤติกรรมแสดงเอง และพฤติกรรมดังกล่าวถูกควบคุมโดยผลกรรม แนวคิดที่อยู่บนพื้นฐานทฤษฎีการเรียนรู้แบบวางเงื่อนไขการกระทำมี 2 แนวคิด ดังนี้

1. แนวคิดในการให้แรงเสริม (Reinforcement) การให้แรงเสริมเป็นวิธีการปรับพฤติกรรม โดยอาศัยหลักการเรียนรู้ของสกินเนอร์ โดยเน้นให้เห็นถึงความสำคัญของการให้แรงเสริมที่ว่า “การกระทำใด ๆ ที่ได้รับแรงเสริม การกระทำนั้น ๆ มีแนวโน้มที่จะเพิ่มขึ้น แต่การกระทำใด ๆ ที่ไม่ได้รับแรงเสริม การกระทำนั้น ๆ มีแนวโน้มที่จะลดลงและหายไปในที่สุด” การให้แรงเสริมแบ่งเป็น 2 ประเภท คือ การให้แรงเสริมบวก และการให้แรงเสริมลบ

1.1 การให้แรงเสริมบวก (Positive Reinforcement) หมายถึง การให้สิ่งเร้าที่ทำให้พฤติกรรมที่พึงประสงค์เพิ่มขึ้น หรือการให้สิ่งทีบุคคลพอใจ สบายใจเมื่อบุคคลมีพฤติกรรมที่พึงประสงค์ สิ่งที่ทำให้พฤติกรรมเพิ่มขึ้น เรียกว่า “ตัวแรงเสริมบวก” (Positive rein forcer) ได้แก่ ขนม ลูกกวาด อาหาร ของเล่น คำชมเชย กิจกรรมที่เด็กชอบ สิ่งเหล่านี้อาจจะเรียกว่า “รางวัล”

1.2 การให้แรงเสริมลบ (Negative Reinforcement) หมายถึง การเพิ่มความถี่ของพฤติกรรมโดยการขจัดสิ่งเร้าที่บุคคลไม่พึงพอใจออกไปทันทีที่บุคคลแสดงพฤติกรรมที่พึงประสงค์ หรือการที่พฤติกรรมของบุคคลเพิ่มขึ้นเพราะพฤติกรรมที่บุคคลแสดงออกมานั้นสามารถถอดถอนสิ่งเร้าที่ไม่น่าพึงพอใจ (Aversive Stimulus) แรงเสริมเชิงลบกับการลงโทษ (Punishment) นั้นคล้ายกันแต่ไม่เหมือนกัน ถ้าพูดกันโดยทั่วไป แล้วการลงโทษเป็นการทำให้เด็กเจ็บปวด เช่น การเขียนตี ดุ ด่า ในทางจิตวิทยานั้น การลงโทษหมายถึงการให้เด็กได้รับประสบการณ์ที่เจ็บปวดหรือประสบการณ์ที่เด็กไม่พึงปรารถนา แต่การให้แรงเสริมลบนั้น หมายถึงการที่เด็กพยายามขจัดสิ่งที่ทำให้เขาเจ็บปวดให้พ้นไป

2. แนวคิดในการควบคุมตนเอง การควบคุมตนเองเป็นเทคนิคที่บุคคลปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของตนเองด้วยการระงับการแสดงพฤติกรรมบางอย่าง ซึ่งให้ผลน่าพึงพอใจในปัจจุบัน แล้วแสดงพฤติกรรมบางอย่างเพื่อให้ได้รับผลที่น่าพึงพอใจในปัจจุบัน และแสดงพฤติกรรมบางอย่างเพื่อให้ได้รับผลที่น่าพอใจในอนาคต การควบคุมตนเองบนพื้นฐานการเรียนรู้ที่เกิดจากเงื่อนไขผลกรรมตามแนวคิดของ Skinner ซึ่งมีทัศนะว่าการควบคุมตนเองมีลักษณะเกี่ยวกับความสัมพันธ์เชิงหน้าที่

ระหว่างพฤติกรรมและผลกรรมของตนเอง และ ผลกรรมทั้งทางบวกและลบที่เกิดจากพฤติกรรมทำให้เกิดพฤติกรรม 2 ประเภท คือ 1) พฤติกรรมที่ควบคุมพฤติกรรม(Controlling behavior) 2) พฤติกรรมที่ถูกควบคุม(Controlled Behavior)โดยเน้นการควบคุมพฤติกรรมที่สังเกตเห็นได้อย่างชัดเจนที่เกี่ยวข้องกับความเจ็บปวด หรือความไม่สบายกาย การบังคับควบคุมกล้ามเนื้อ แต่ไม่สนใจสิ่งที่อยู่ภายในตัวบุคคล การระงับพฤติกรรม (Restraint) อันเป็นวิธีการควบคุมตนเองจะได้ผลดีถ้าได้รับโทษหรือสิ่งที่ไม่พึงพอใจ ส่วนการเพิ่มพฤติกรรมจะได้ผลดีเมื่อได้รับผลกรรมที่พึงพอใจ

การควบคุมตนเอง มีหลักในการพิจารณาพฤติกรรม คือ พิจารณาพฤติกรรม 2 ลักษณะที่ตรงข้ามกัน ลักษณะแรกเป็นพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์หรือพฤติกรรมที่เป็นปัญหาซึ่งบุคคลมักจะกระทำในระดับสูง อีกลักษณะหนึ่ง พฤติกรรมที่พึงประสงค์ซึ่งบุคคลมักจะกระทำในระดับต่ำ การฝึกควบคุมตนเองนั้นมักจะใช้การลดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ และเพิ่มพฤติกรรมที่พึงประสงค์ที่มีลักษณะตรงกันข้ามกันควบคู่ไปด้วย เช่น ลดพฤติกรรมชุกชกให้น้อยลง ในขณะที่เดียวกันก็เพิ่มพฤติกรรมที่ตั้งใจเรียนไปด้วย แนวทางในการควบคุมตนเอง มี 2 แนวทาง ดังนี้

2.1 การควบคุมสิ่งเร้า คือ การเปลี่ยนแปลงสิ่งเร้าที่เคยกระตุ้นให้บุคคลแสดงพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมให้เป็นสิ่งเร้าใหม่มากระตุ้นให้บุคคลแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสม นับได้ว่าเป็นการเปิดโอกาสให้บุคคลแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมในสภาพการณ์ใหม่ที่เหมาะสมโดยหลักการเชื่อมโยงระหว่างสิ่งเร้ากับพฤติกรรม ทำให้บุคคลเรียนรู้ความสัมพันธ์ระหว่างสิ่งเร้าที่ทำให้เกิดพฤติกรรมที่เป็นปัญหา เมื่อนำสิ่งเร้านั้นออกไปพฤติกรรมที่เป็นปัญหาก็จะไม่เกิดขึ้นเมื่อบุคคลเรียนรู้ความสัมพันธ์ระหว่างสภาพการณ์ใหม่กับพฤติกรรมที่เหมาะสมบุคคลก็จะจัดสภาพการณ์สิ่งเร้าใหม่เพื่อให้ตนเองมีพฤติกรรมที่เหมาะสม การจัดสภาพการณ์สิ่งเร้าใหม่จึงเป็นการลดความแค้นของสัญญาณแฉะที่ทำให้เกิดพฤติกรรมที่เป็นปัญหา หรือบุคคลอาจจะหลีกเลี่ยงสิ่งเร้า หรือสภาพการณ์ที่เป็นสัญญาณแฉะพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์

2.2 การควบคุมผลกรรม คือ การให้ผลกรรมตนเองหลังจากบุคคลได้แสดงพฤติกรรมที่พึงประสงค์หรือพฤติกรรมเป้าหมายแล้วโดยตนเองเป็นผู้วางเงื่อนไขผลกรรมแก่ตนเอง การเพิ่มพฤติกรรมที่พึงประสงค์จะกระทำได้ด้วยการให้แรงเสริมแก่ตนเองหรือการลงโทษตนเอง หลังจากเกิดพฤติกรรม หรือการลดพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมโดยการงดการเสริมแรงแก่ตนเอง หรือการลงโทษตนเอง วิธีการที่นิยมใช้ในการควบคุมตนเองส่วนใหญ่จะประกอบด้วยวิธีการหลายวิธีรวมกันเป็นกระบวนการของการควบคุมตนเอง เช่น การตั้งเป้าหมายด้วยตนเอง การสังเกตและบันทึกพฤติกรรมตนเอง การตั้งเกณฑ์มาตรฐานของตนเอง การประเมินตนเอง และการให้แรงเสริมตนเอง การใช้วิธีการต่างๆ รวมกันย่อมก่อให้เกิดประสิทธิภาพมากกว่าการใช้วิธีการเดียว ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับสภาพการณ์และพฤติกรรมของบุคคลด้วยว่าควรจะใช้เทคนิคใดในสภาพการณ์ใด หรือพฤติกรรมใดจึงจะเหมาะสม การควบคุมตนเองให้มีประสิทธิภาพมากขึ้นนั้นผู้ที่ควบคุมตนเองจะต้องทราบพฤติกรรมเป้าหมาย บุคคลจะต้องตั้งเป้าหมายด้วยตนเอง เป้าหมายจะเป็นเกณฑ์เชื่อมโยงไปถึงการให้แรงเสริมด้วยตนเอง เพื่อให้บุคคลรู้ว่าต้องแสดงพฤติกรรมใด ในระดับใดจึงจะได้รับแรงเสริม การตั้งเป้าหมายจึงมีลักษณะการกำหนดเงื่อนไขการให้แรงเสริมตนเอง (Self-Determined Reinforcement) กระบวนการสำคัญที่ทำให้บุคคลแสดงพฤติกรรมเป้าหมายคือการเตือนตนเอง (Self-monitoring) ซึ่งประกอบด้วย การสังเกตพฤติกรรมตนเอง(Self-observation) ที่ช่วยให้บุคคลพิจารณาได้ว่าตนเองได้แสดงพฤติกรรมเป้าหมายหรือไม่และการบันทึกพฤติกรรมตนเอง(Self-

Recording)ที่ทำให้บุคคลทราบทิศทางของพฤติกรรมและช่วยในการประเมินพฤติกรรมตนเอง (Self-evaluation)

วิธีการควบคุมตนเองที่บุคคลสามารถนำไปฝึกใช้ได้

1. สร้างพฤติกรรมที่เหมาะสมโดยการให้การเสริมแรงที่มีอำนาจเหนือกว่าตัวเสริมแรงของพฤติกรรมที่เป็นปัญหา เพื่อให้บุคคล กระทำพฤติกรรมที่เหมาะสมนั้นมากขึ้น และลดพฤติกรรมที่เป็นปัญหานั้นลง

2. ให้ผลกรรมที่ไม่พึงพอใจแก่ตนเองต่อพฤติกรรมที่เป็นปัญหาเพื่อให้บุคคลลดพฤติกรรมนั้นลง และเรียนรู้ที่จะหลีกเลี่ยงผลกรรมนั้น

3. ลดขนาดหรือปริมาณของการเสริมแรงต่อพฤติกรรมที่เป็นปัญหาหรือยืดเวลาการเสริมแรงออกไป หรือเปลี่ยนเป็นการให้ผลกรรมทางลบหรือให้การเสริมแรงที่มีอำนาจน้อยกว่า การเสริมแรงต่อพฤติกรรมที่เหมาะสม

4. เปลี่ยนแปลงสิ่งแวดล้อมโดยการหลีกเลี่ยงสิ่งเร้าที่กระตุ้นให้เกิดพฤติกรรมที่เป็นปัญหา

5. ให้การเสริมแรงตนเองต่อพฤติกรรมที่เหมาะสม

วิธีการควบคุมตนเองด้วยวิธีการเตือนตนเอง (Self Monitory) ของบุคคล ประกอบด้วย การสังเกตพฤติกรรมของตนเอง (Self-Recording) การสังเกตตนเองจะช่วยให้คุณพิจารณาได้ว่าพฤติกรรมเป้าหมายเกิดขึ้นหรือไม่ การบันทึกพฤติกรรมด้วยตนเองจะช่วยให้คุณทราบทิศทางของพฤติกรรม และเป็นข้อมูลสำหรับการประเมินพฤติกรรมตนเอง (Self-Evaluation) ว่าพฤติกรรมเป้าหมายเกิดขึ้นตรงตามเกณฑ์ที่จะให้การเสริมแรงหรือไม่และเมื่อคุณสามารถกระทำพฤติกรรมตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้จริงเสริมแรงตนเอง (Self-Reinforcement) ได้ทันทีหลังเกิดพฤติกรรม

แนวทางในการพัฒนาและเสริมสร้างจิตใจพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการควบคุมตน

1. การจัดการกับสาเหตุของพฤติกรรม บุคคลจำเป็นที่จะต้องศึกษาว่ามีสิ่งใดบ้างที่เป็นสาเหตุของพฤติกรรมที่ต้องการจะขจัดหรือพฤติกรรม ที่มาขัดขวางการเกิดพฤติกรรมที่น่าปรารถนาของตน กล่าวคือบุคคลจะต้องมีการสังเกตตนเองว่าในสภาพใด เวลาอะไร และมีสิ่งใดมากระตุ้นที่ทำให้ตนกระทำพฤติกรรมนั้น ซึ่งมีขั้นตอนดังนี้คือ (1) การจำแนกพฤติกรรม (2) การสังเกตพฤติกรรม (3) การลงบันทึก (4) การประเมินผล (5) การกำหนดจุดมุ่งหมายในการปรับปรุงตนเอง (6) การให้สัญญาผูกมัดว่าจะกระทำ (7) การเปลี่ยนแปลงสภาพแวดล้อม

2. การเกิดและการคงอยู่ของพฤติกรรม เมื่อใช้สภาพแวดล้อมเป็นตัวกำหนดพฤติกรรมตามเป้าประสงค์แล้ว การจะเกิดพฤติกรรมได้บุคคลจะต้องฝึกฝนออกคำสั่งปฏิบัติให้แก่ตนเอง ฝึกแสวงหาแนวทางและแนะนำตนเองให้ปฏิบัติ นอกจากนั้นควรมีการฝึกปฏิบัติโดยตรงด้วย โดยอาจจะฝึกกระทำพฤติกรรมนั้นในสถานการณ์จำลอง จนบุคคลทำพฤติกรรมนั้นได้อย่างคล่องแคล่ว ไม่เคอะเขินหรือติดขัด เช่น การฝึกการพูดที่สุภาพ ฝึกสร้างมนุษยสัมพันธ์ ฝึกทำพฤติกรรมที่น่าปรารถนาแทนพฤติกรรมที่เป็นปัญหา เป็นต้น นอกจากการฝึกกระทำจริงแล้ว บุคคลอาจจะฝึกสร้างมโนภาพว่าตนได้กระทำพฤติกรรม ในสถานการณ์หนึ่ง ๆ หรือให้เก็บตัวแบบกระทำด้วยก็ยิ่งดี ในกรณีที่จะต้องงดการกระทำพฤติกรรมที่ไม่น่าปรารถนาเป็นเวลานานหรือ รอคอย

รางวัลควรหันเหความสนใจไปจากเหตุการณ์นั้น โดยการทำกิจกรรมอื่น ๆ แทนเป็นการฆ่าเวลาและเกิดความเพลิดเพลินจะทำให้เกิดการงดเว้นได้นาน หรือรอคอยได้นาน ส่วนการทำพฤติกรรมที่น่าปรารถนานั้นซ้ำ ๆ เป็นระยะเวลาสั้น ๆ ความเป็นระยะเวลาสั้น ๆ ควรมีการให้รางวัลตนเองด้วย

3. ผลของพฤติกรรม พฤติกรรมที่น่าปรารถนาจะเกิดบ่อยๆได้ ควรเป็นพฤติกรรมที่นำไปสู่ผลดีที่บุคคลต้องการ ถ้าในกรณีที่พฤติกรรมนั้นไม่ก่อให้เกิดผลดีจากภายนอก กล่าวคือไม่มีผู้คอยให้รางวัลชมเชยหรือยกย่อง บุคคลก็ควรจัดการให้รางวัล ชมเชยหรือยกย่องตนเองได้ การให้รางวัลตนเองอาจทำได้ 2 แบบ คือให้ในสิ่งที่ตนต้องการ เช่น เวลาพักผ่อน อาหารที่ชอบ เสื้อผ้าสวย และรางวัลอีกรูปแบบหนึ่งคือ การลดหรือขจัดสภาพที่ตนเองไม่ปรารถนา เช่น ขจัดสภาพความเงิบเหงาด้วยเพลงเบา ๆ เปิดพัดลมไล่ความร้อนอบอ้าว

2. การปรับพฤติกรรมและลักษณะของการปรับพฤติกรรม

2.1 การปรับพฤติกรรม

พฤติกรรม (Behavior) คือ การกระทำของบุคคลซึ่งเป็นการแสดงออกในการตอบสนองหรือการตอบโต้สิ่งใดสิ่งหนึ่งในสภาพการณ์ใดสภาพการณ์หนึ่งการแสดงออกหรือตอบสนองนั้นเกิดขึ้นได้ทั้งภายในและภายนอกร่างกาย เช่น การร้องไห้ การกิน การอ่านหนังสือ การคิด

พฤติกรรมที่เป็นปัญหา หมายถึง พฤติกรรมอันไม่พึงประสงค์ในโรงเรียนรวมไปถึงการฝ่าฝืนกฎ ระเบียบต่างๆของโรงเรียน ประพฤติในลักษณะที่ไม่เป็นที่ยอมรับของสังคม

การปรับพฤติกรรม (Behavior Modification) คือ การประยุกต์หลักการเรียนรู้เพื่อเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของบุคคล โดยใช้เทคนิคหรือวิธีการใดวิธีการหนึ่งหรือหลายวิธีการประสมประสานกันเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ให้เป็นพฤติกรรมที่พึงประสงค์ลดทั้งการสร้างสรรค์และเสริมสร้างให้เกิดพฤติกรรมที่พึงประสงค์ โดยเน้นพฤติกรรมที่สามารถสังเกตได้หรือวัดได้ และมีความเชื่อพื้นฐาน 2 ประการ คือ

1. พฤติกรรมปกติหรือพฤติกรรมปกติ พัฒนามาจากหลักการเดียวกันคือจากหลักการเรียนรู้ แต่ทั้งนี้ต้องไม่รวมถึงพฤติกรรมที่เกิดจากความผิดปกติของร่างกายและระบบประสาท

2. พฤติกรรมสามารถเปลี่ยนแปลงแก้ไขได้โดยหลักการเรียนรู้เช่นเดียวกัน หลักการปรับพฤติกรรมส่วนใหญ่พัฒนามาจากทฤษฎีการเรียนรู้ที่ 3 ทฤษฎี คือ

1. ทฤษฎีการเรียนรู้เงื่อนไขสิ่งเร้า (Classical conditioning)
2. ทฤษฎีการเรียนรู้เงื่อนไขผลกรรม (Operant conditioning)
3. ทฤษฎีการเรียนรู้เงื่อนไขการสังเกต (Observational conditioning)

สำหรับการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในสภาพการเรียนการสอนและการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเป็นกลุ่ม มักจะใช้หลักการเรียนรู้ตามแนวคิดของทฤษฎีการเรียนรู้เงื่อนไขผลกรรม ซึ่งเสนอโดย บี.เอฟ.สกินเนอร์ (Burrhus F. Skinner) นักจิตวิทยาชาวอเมริกัน โดยมีแนวคิดพื้นฐานอยู่บนความเชื่อว่าพฤติกรรมของมนุษย์ถูกควบคุมโดยเงื่อนไขการเสริมแรงและเงื่อนไขการลงโทษ ดังนั้น ในการปรับพฤติกรรม หากต้องการสร้างหรือเพิ่มพฤติกรรมใดก็ต้องจัดเงื่อนไขต่างๆ เพื่อให้ผู้กระทำพฤติกรรมนั้นได้รับการเสริมแรงหลังจากแสดงพฤติกรรมนั้น และหากต้องการลดหรือยุติ

พฤติกรรมใดก็ต้องจัดเงื่อนไขต่างๆ เพื่อให้ผู้กระทำพฤติกรรมนั้นได้รับการลงโทษหลังจากแสดงพฤติกรรมนั้น อย่างไรก็ตามในการปรับพฤติกรรมนั้น นักปรับพฤติกรรมเสนอแนะว่าควรใช้เงื่อนไขการเสริมแรงมากกว่าเงื่อนไขการลงโทษ ทั้งนี้เพราะการลงโทษมักเกิดผลข้างเคียงตามมา

2.2 ลักษณะของการปรับพฤติกรรม

1. มุ่งที่พฤติกรรมโดยตรง โดยที่พฤติกรรมนั้นจะต้องสังเกตเห็นได้ และวัดได้ตรงกัน สิ่งที่คุณกระทำ แสดงออก ตอบสนองหรือโต้ตอบต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งในสถานการณ์ใดสถานการณ์หนึ่ง เช่น การร้องไห้ การเดิน การคิด การเดินของซีพอร์ การอ่านหนังสือ เป็นต้น

2. ไม่ใช่คำที่เป็นการตีตรา เช่น ก้าวร้าว ฉลาด โง่ เกเร ขี้เกียจ เก่ง เป็นต้น เพราะคำตีตราเหล่านี้มักจะเป็นคำที่มีความหมายกว้าง ๆ ที่รวมพฤติกรรมหลาย ๆ ลักษณะเข้าด้วยกัน จึงทำให้ไม่ชัดเจนยากแก่การสังเกตให้ตรงกัน เนื่องจากต่างคนต่างรับรู้คำตีตราที่ต่างกัน และยากแก่การจัดโปรแกรมการปรับพฤติกรรมให้บรรลุเป้าหมายได้

3. พฤติกรรมไม่ว่าจะเป็นพฤติกรรมที่ปกติหรือผิดปกติก็ตาม ย่อมเกิดจากการเรียนรู้ในอดีตทั้งสิ้น ดังนั้นพฤติกรรมเหล่านี้สามารถเปลี่ยนแปลงได้โดยใช้กระบวนการเรียนรู้

4. การปรับพฤติกรรมจะเน้นที่สภาพและเวลาในปัจจุบันเท่านั้น แม้ว่าการเรียนรู้จะเกิดขึ้นในอดีตก็ตาม แต่เงื่อนไขสิ่งเร้าและผลกรรมในสภาพปัจจุบันเป็นตัวกำหนดว่าพฤติกรรมที่เรียนรู้ในอดีตนั้น จะมีแนวโน้มที่จะเกิดขึ้นบ่อยครั้งหรือลดลง ดังนั้นถ้าสามารถวิเคราะห์ได้ว่าสิ่งเร้าและผลกรรมใดที่ทำให้พฤติกรรมเหล่านั้นเกิดขึ้นบ่อยครั้ง หรือลดลงในสภาพปัจจุบันก็จะสามารถทำให้ปรับสิ่งเร้า และผลกรรมนั้นได้เหมาะสมยิ่งขึ้น เพื่อที่จะทำให้พฤติกรรมดังกล่าวเปลี่ยนแปลงไปตามเป้าหมายที่ต้องการ

5. การปรับพฤติกรรมนั้น จะเน้นที่วิธีการทางบวก มากกว่าที่จะใช้วิธีการลงโทษในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของบุคคล เนื่องจากเป้าหมายของการปรับพฤติกรรมนั้นจะเน้นที่การเพิ่มพฤติกรรมที่พึงประสงค์ให้เพิ่มขึ้น วิธีการทางบวกเป็นวิธีการที่มีประสิทธิภาพ อีกทั้งก่อให้เกิดปัญหาทางอารมณ์น้อยกว่าการใช้วิธีการลงโทษอีกด้วย

6. วิธีการปรับพฤติกรรมนั้นสามารถใช้ได้อย่างเหมาะสมตามลักษณะปัญหาของแต่ละบุคคล เนื่องจากมีความเชื่อว่าบุคคลแต่ละคนนั้นมีความแตกต่างกัน การลงโทษวิธีหนึ่งอาจจะใช้ไม่ได้ผลกับคน ๆ หนึ่ง แต่อาจจะใช้ไม่ได้ผลกับอีกหลาย ๆ คนได้ ดังนั้นในการดำเนินการปรับพฤติกรรมจึงต้องคำนึงถึงความแตกต่างระหว่างบุคคลด้วย

7. วิธีการปรับพฤติกรรม เป็นวิธีการที่ได้รับการพิสูจน์มาแล้วว่ามีประสิทธิภาพและได้ผล โดยวิธีการทางวิทยาศาสตร์

2.3 เทคนิคการปรับพฤติกรรม

2.3.1 การเสริมแรง (Reinforcement)

การเสริมแรง (Reinforcement) คือ การทำให้พฤติกรรมใดๆ ของอินทรีย์เพิ่มขึ้น อันเป็นผลเนื่องมาจากการได้รับผลกรรมภายหลังการแสดงพฤติกรรมนั้น หรืออันเป็นผลมาจากการหลีกเลี่ยงสิ่งเร้าที่อินทรีย์ไม่พึงพอใจ ผลกรรมที่อินทรีย์พอใจ การเสริมแรงแบ่งออกเป็น 2 ประเภท คือ

1. การเสริมแรงทางบวก(Positive reinforcement) หมายถึง การทำให้ความถี่ของพฤติกรรมเพิ่มขึ้น เนื่องจากการได้รับผลกรรมที่พึงพอใจ เช่น ฟ่ำใสช่วยแม่ล้างจาน แม่จึงซื้อไอศกรีมให้รับประทาน

2. การเสริมแรงทางลบ (Negative reinforcement) หมายถึง การทำให้ความถี่ของพฤติกรรมเพิ่มขึ้น เนื่องจากการแสดงพฤติกรรมนั้นๆสามารถถอดถอนสิ่งเร้าที่ไม่พึงพอใจออกได้ เช่น นำฟ้าอ่านหนังสือก่อนสอบเพื่อหลีกเลี่ยงการสอบตก

2.3.1.1 ตัวเสริมแรง (Reinforcer)

ตัวเสริมแรง (Reinforcer) คือ สิ่งใดก็ตามที่ให้ภายหลังการแสดงพฤติกรรมแล้วมีผลทำให้ความถี่ของพฤติกรรมนั้นเพิ่มขึ้น ตัวเสริมแรงแบ่งออกเป็น 2 ประเภท คือ

1. ตัวเสริมแรงที่ไม่ต้องวางเงื่อนไข (Primary Reinforcer) ได้แก่ ตัวเสริมแรงที่มีคุณสมบัติเป็นตัวเสริมด้วยตัวของมันเอง โดยไม่ต้องอาศัยกระบวนการเรียนรู้ เนื่องมาจากว่ามันสามารถสนองความต้องการทางชีวภาพของอินทรีย์ หรือมีผลต่ออินทรีย์โดยตรง เช่น อาหาร น้ำ ความร้อน ความเจ็บปวด

2. ตัวเสริมแรงที่ต้องวางเงื่อนไข (Secondary Reinforcer) ได้แก่ ตัวเสริมแรงที่ไม่มีคุณสมบัติเป็นตัวเสริมด้วยตัวของมันเอง แต่เนื่องจากมันมีความสัมพันธ์กับตัวเสริมแรงที่ไม่ต้องวางเงื่อนไขหรือตัวเสริมแรงอื่นๆที่มีคุณสมบัติเป็นตัวเสริมแรงอยู่แล้ว จึงเป็นผลให้ตัวของมันมีคุณสมบัติเป็นตัวเสริมแรงได้

2.3.1.2 ประเภทของตัวเสริมแรง

ตัวเสริมแรงทางบวก แบ่งออกเป็น 6 ชนิด ดังนี้

1. อาหารและสิ่งเสพได้ เช่น ขนม เครื่องดื่ม
2. ตัวเสริมแรงทางสังคม เช่น การชมเชย การยกย่อง การพยักหน้า ยอมรับ การสัมผัส
3. สิ่งของ ได้แก่ วัสดุ ของเล่นต่างๆ
4. กิจกรรม คือ การใช้กิจกรรมที่ผู้รับการปรับพฤติกรรมชอบมากที่สุดมาเสริมแรง วิธีการนี้ Premack เป็นผู้นำมาใช้ จึงเรียกตัวเสริมแรงชนิดนี้อีกชื่อหนึ่งว่า หลักของพรีแมค (Premack's principle)

5. การให้ข้อมูลป้อนกลับ คือ การให้ข้อมูลเกี่ยวกับการกระทำว่าอยู่ในสถานภาพอย่างไร เป็นการทำให้รู้ว่าผลการกระทำเหมาะสมหรือไม่ การได้รับรู้ว่ากระทำสิ่งที่เหมาะสมย่อมเป็นแรงเสริมแก่บุคคลได้

6. เบี้ยอรรถกร (Token economy) ได้แก่ เบี้ย คะแนน ดาว เป็นต้นสิ่งเหล่านี้สามารถนำไปแลกเปลี่ยนตัวเสริมแรงสนับสนุน(Back up Reinforcer) อื่นๆได้ เช่น นำไปแลกขนม สิ่งของหรือสิ่งใดๆที่ต้องการ เบี้ยอรรถกรเป็นตัวเสริมแรงทางบวกประเภทที่ต้องวางเงื่อนไขจากตัวเสริมแรงทางบวกทั้ง 6 ชนิด เบี้ยอรรถกรเป็นตัวเสริมแรงที่สามารถใช้ได้ง่ายและสะดวกในทุกโอกาสและสถานที่ ซึ่งตัวเสริมแรงชนิดอื่นๆ อาจจะไม่สามารถนำไปใช้ได้

การเสริมแรงทางบวกสามารถแบ่งเป็น 3 ประเภท ดังนี้

1. แรงเสริมทางสังคม (Social reinforcement) ได้แก่ คำชมเชย เช่น คำว่า “ดี” “ดีมาก” การยอมรับและการให้ความสนใจ เช่น พยักหน้า พูดคำว่า “อ้อ” ยิ้ม แตะหลังเบา ๆ แรงเสริมทางสังคมเป็นแรงเสริมที่ต้องวางเงื่อนไข และสามารถนำไปใช้ในสถานการณ์อย่างมีประสิทธิภาพ อีกทั้งใช้ได้ง่าย สะดวกและประหยัด

2. แรงเสริมที่เป็นสิ่งของและสัญลักษณ์ที่นำไปแลกเปลี่ยนสิ่งที่ต้องการได้ (Tangible and Token reinforcement) เป็นแรงเสริมที่กินได้ จับต้องและมองเห็นได้ ได้แก่ ขนม อาหาร ตุ๊กตา กิจกรรมต่าง ๆ ที่เด็กพอใจ และสิ่งที่เด็กนำไปแลกเปลี่ยนสิ่งที่ต้องการซึ่งขอเรียกว่า “สิ่งประสงค์” (Back – up reinforcers) ได้แก่ ดาว กระดุก ท่อนไม้ เป็นต้น แรงเสริมนี้ เรียกว่า “แรงเสริมแลกเปลี่ยน” หรือ “เบี้ยอรรถกร”

3. แรงเสริมที่อยู่ภายในตัวบุคคล (Intrinsic reinforcement) เป็นแรงเสริมที่เกิดจากภายในตัวบุคคลหลังจากที่แสดงพฤติกรรมที่พึงปรารถนา หรือทำสิ่งต่างๆ ได้สำเร็จ

ในการนำการเสริมทางทางบวกไปใช้ นักจิตวิทยาและนักวิจัยบางท่าน อาจจะมีการวางเงื่อนไขในการแสดงพฤติกรรมเป้าหมายควบคู่ไปด้วย การวางเงื่อนไขที่นิยมนำมาใช้ ได้แก่ การชี้แนะ การทำสัญญาเงื่อนไข และการวางเงื่อนไขกลุ่ม

การชี้แนะ(Prompting) คือ การให้การเสริมแรงทางบวกทันที เมื่อบุคคลแสดงพฤติกรรมเป้าหมายตามที่ได้รับชี้แนะ การชี้แนะจะเป็นการใช้ควบคู่กับวิธีการอื่นๆ

การทำสัญญาเงื่อนไข (Contingency Contracting) คือ การทำข้อตกลงกันระหว่างผู้ที่ต้องการจะเห็นพฤติกรรมเปลี่ยนแปลงกับผู้ที่จะเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม สัญญาจะบอกถึงพฤติกรรมที่จะต้องกระทำและผลกรรมที่จะได้รับ ผลกรรมก็เป็นไปตามที่ผู้ที่จะเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเปลี่ยนแปลง ส่วนพฤติกรรมนั้นก็จะเป็นไปตามความต้องการของผู้ที่ต้องการจะเห็นพฤติกรรมเปลี่ยนแปลง

การวางเงื่อนไขกลุ่ม (Group contingency) คือ วิธีการใช้การวางเงื่อนไข การเสริมแรงต่อพฤติกรรมใดพฤติกรรมหนึ่งของบุคคลใดบุคคลหนึ่งหรือของกลุ่มบุคคลนั้นทั้งกลุ่ม โดยที่กลุ่มบุคคลนั้นทั้งกลุ่มจะได้รับการเสริมแรงอันเป็นที่สืบเนื่องมาจากการที่บุคคลใดบุคคลหนึ่งหรือบุคคลทั้งกลุ่มนั้นแสดงพฤติกรรมที่พึงประสงค์

2.3.1.3 ขั้นตอนการใช้การเสริมแรงทางบวกอย่างมีประสิทธิภาพ

1. เลือกพฤติกรรมที่ต้องการจะพัฒนา

2. เลือกตัวเสริมแรง โดยการสังเกตหรือสอบถามผู้ที่ต้องการจะเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมจากนั้นจึงเลือกโดยพิจารณาถึง ตัวเสริมแรงนั้นจะต้องมีอยู่แล้ว สามารถใช้ได้ทันที ใช้ได้หลายครั้งโดยไม่เกิดการเบื่อ ไม่เสียเวลาในการใช้ และควรให้มีตัวเสริมแรงหลายๆ อย่าง

3. การนำไปใช้ ควรบอกวัตถุประสงค์ของโปรแกรม ให้แรงเสริมทันทีที่พฤติกรรมที่พึงปรารถนาเกิดขึ้น ใช้คำพูดที่เจาะถึงพฤติกรรมที่พึงปรารถนาทุกครั้งก่อนจะให้การเสริมแรง และพยายามให้คำชมเชยหรือการยกย่องบ่อยๆ ครั้ง

4. การถอดถอนโปรแกรม โดยการศึกษาวิธีที่ควรใช้ในการคงไว้ซึ่งพฤติกรรมที่ได้รับการพัฒนาหรือปรับแล้ว

2.3.1.4 หลักการใช้เสริมแรงทางบวกอย่างมีประสิทธิภาพ

หลักการให้การเสริมแรงทางบวกอย่างมีประสิทธิภาพนั้นมีหลักการทั่วไป ดังนี้

1. การเสริมแรงทางบวกจะต้องให้หลังจากการเกิดพฤติกรรมเป้าหมายเท่านั้น การให้การชมเชยหรือให้สิ่งของก่อนการเกิดพฤติกรรมไม่ถือว่าเป็นการเสริมแรง
2. การเสริมแรงจะต้องกระทำทันทีที่พฤติกรรมเป้าหมายเกิดขึ้น การเสริมแรงต่อพฤติกรรมเป้าหมายอย่างทันทีนั้น จะทำให้ผู้ที่ได้รับการเสริมแรงเกิดการเรียนรู้ได้ดีที่สุด
3. การเสริมแรงควรจะให้สม่ำเสมอ นั่นคือควรให้การเสริมแรงทุกครั้ง หรือแทบทุกครั้งที่พฤติกรรมเป้าหมายเกิดขึ้น ไม่ควรขึ้นอยู่กับอารมณ์ของผู้ดำเนินการปรับพฤติกรรม การให้การเสริมแรงไม่สม่ำเสมอ ทำให้การเปลี่ยนแปลงของพฤติกรรมเกิดขึ้นได้น้อยมาก
4. ควรมีการบอกถึงเงื่อนไขการให้การเสริมแรง และเงื่อนไขในการแสดงพฤติกรรมไม่ควรสูงเกินไปจนทำให้ผู้ถูกปรับพฤติกรรมทำสำเร็จได้ยาก
5. ตัวเสริมแรงนั้น ควรจะมีปริมาณพอเหมาะที่จะเสริมแรงพฤติกรรมโดยไม่ก่อให้เกิดการหมดสภาพการเป็นตัวเสริมแรง แต่ก็ไม่ควรจะให้มากเกินไปจนไม่มีพลังพอที่จะทำให้บุคคลแสดงพฤติกรรมออกมา
6. ตัวเสริมแรงนั้นจะต้องเลือกให้เหมาะกับแต่ละบุคคล เนื่องจากคนเรามีความแตกต่างกัน ดังนั้นตัวเสริมแรงของแต่ละคนจึงอาจไม่เหมือนกัน อีกทั้งในบางโอกาสตัวเสริมแรงที่เคยเสริมแรงคน ๆ หนึ่งอาจจะไม่เสริมแรงคน ๆ หนึ่งในเวลาต่อมาก็ได้
7. ถ้าเป็นไปได้ควรใช้ตัวเสริมแรงที่มีอยู่ในสภาพแวดล้อมนั้น เช่น การใช้กิจกรรมที่ชอบทำมากที่สุด หรือการเสริมแรงทางสังคม เป็นต้น
8. ควรมีการใช้ตัวแบบหรือการชี้แนะควบคู่ไปกับการเสริมแรงด้วย เนื่องจากจะทำให้บุคคลเรียนรู้ได้เร็วขึ้นว่า ควรจะกระทำพฤติกรรมเช่นใด จึงจะได้รับการเสริมแรง
9. ควรมีการวางแผนการใช้ตารางการเสริมแรง หรือยืดเวลาการเสริมแรงเมื่อพฤติกรรมเป้าหมายเกิดขึ้นสม่ำเสมอแล้ว ควรจะมีการเปลี่ยนแปลงวิธีการเสริมแรงเสียใหม่ ให้เป็นการใช้ตารางการเสริมแรงแทน หรืออาจจะใช้การยืดเวลาการเสริมแรงก็ได้ เพราะจะทำให้พฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงไปนั้นคงอยู่ได้นานขึ้นแม้ว่าจะไม่ได้รับการเสริมแรงอีกเลยก็ตาม

2.3.1.5 เทคนิคการเสริมแรงทางบวก

1) การเสริมแรงทางสังคม (Social Reinforcers)

ตัวเสริมแรงทางสังคม ได้แก่ การยิ้ม การชมเชย การยอมรับ การกอดหรือการมองตา เป็นต้น แรงแเสริมทางสังคมถือได้ว่าเป็นตัวเสริมแรงที่ต้องวางแผนเงื่อนไข ซึ่งจำเป็นที่จะต้องใช้คู่กับตัวเสริมแรงอื่น ๆ และเมื่อแรงแเสริมทางสังคมนี้มีคุณสมบัติเป็นตัวเสริมแรงแล้ว จะเป็นตัวเสริมแรงที่มีประสิทธิภาพในการคงไว้ซึ่งพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงไปแล้วอีกด้วย ตัวเสริมแรงทางสังคมสามารถแบ่งออกได้เป็น 2 ลักษณะ คือ

1. แรงแเสริมทางสังคมที่แสดงออกโดยใช้คำพูด เช่น คำชม คำยกย่อง เป็นต้น

2. แร่งเสริมทางสังคมที่แสดงออกโดยใช้ท่าทาง เช่น การแตะตัว การกอด การมองตา การพยักหน้าแสดงการยอมรับ เป็นต้น

ข้อพิจารณาในการใช้แร่งเสริมทางสังคม

1. สามารถได้ง่าย และสะดวกในการใช้เนื่องจากใคร ๆ ก็ใช้ได้ อีกทั้งไม่ต้องลงทุนอะไรเลยเพราะเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นตามธรรมชาติ
2. เมื่อใช้แล้วไม่รบกวนพฤติกรรมที่กำลังกระทำอยู่ อีกทั้งสามารถให้ได้ทันทีและผู้ที่ได้รับการเสริมแรงยังคงสามารถดำเนินพฤติกรรมที่ตนกำลังกระทำอยู่นั้นต่อไป
3. ตัวเสริมแรงทางสังคม สามารถที่จะเป็นตัวเสริมแรงแผ่ขยายได้ โดยนำไปสัมพันธ์กับตัวเสริมแรงอื่น ๆ มากกว่า 1 ตัวขึ้นไป เช่น เมื่อชมแล้วอาจจะมีการให้รางวัลหรือพาไปเที่ยว เป็นต้น จะทำให้แร่งเสริมทางสังคมมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น
4. แร่งเสริมทางสังคมถือได้ว่าเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นตามธรรมชาติ ดังนั้น เมื่อใช้แร่งเสริมทางสังคมในการปรับพฤติกรรมแล้ว จึงไม่มีความจำเป็นที่จะต้องถอดโปรแกรม เพราะสิ่งที่ทำอยู่นั้นได้เกิดขึ้นอยู่ทุกวันในสังคม

แร่งเสริมทางสังคมเป็นตัวเสริมแรงที่สมควรใช้อย่างยิ่ง แต่ไม่สามารถใช้เสริมแรงได้ทุกคน เนื่องจากแร่งเสริมทางสังคมเป็นตัวเสริมแรงชนิดที่ต้องวางเงื่อนไข ดังนั้นในการใช้แร่งเสริมทางสังคม ผู้ใช้ควรที่จะจัดประสบการณ์ในการให้แร่งเสริมทางสังคมคู่กับแร่งเสริมตัวอื่น ๆ เสียก่อน เพื่อที่ว่าผู้ที่ได้รับการเสริมแรงจะได้มีประสบการณ์และเป็นการเพิ่มประสิทธิภาพของตัวเสริมแรงทางสังคมอีกด้วย

2) การเสริมแรงที่เป็นสิ่งของ (Material Reinforces)

ตัวเสริมแรงที่เป็นสิ่งของนั้นจะประกอบด้วย อาหาร สิ่งที่เสพได้และของใช้ต่าง ๆ ซึ่งได้แก่ ขนม บุหรี่ เหล้า หมากฝรั่ง น้ำหอม และเสื้อผ้า เป็นต้น ตัวเสริมแรงที่เป็นสิ่งของนี้จะใช้ได้ผลก็ต่อเมื่อบุคคลเกิดความขาดแคลนเท่านั้น เพราะถ้าใช้ในขณะที่ยังมีทุกอย่างพร้อมแล้วก็มักจะไม่ได้ผลโดยเฉพาะการใช้อาหารเป็นตัวเสริมแรง

ข้อพิจารณาในการใช้ตัวเสริมแรงที่เป็นสิ่งของ

1. ควรจะใช้เมื่อบุคคลอยู่ในสภาพที่ต้องการ
2. การใช้อาหารหรือสิ่งที่เสพได้ตลอดจนสิ่งของต่าง ๆ อาจก่อให้เกิดปัญหาของการหมดสภาพการเป็นตัวเสริมแรงได้ ถ้าให้มากเกินไปหรือให้ในเวลาที่ไม่เหมาะสม
3. ควรจะมีสิ่งของหรืออาหารให้เลือกมากชนิด เพราะยิ่งมากกว่าเท่าใดก็ยิ่งมีประสิทธิภาพมากขึ้นเท่านั้น
4. บุคคลแต่ละคนชอบอาหารหรือสิ่งของไม่เหมือนกัน ทำให้เกิดความยุ่งยากในการเตรียมตัวเสริมแรงเหล่านั้น ยิ่งถ้ากับคนเป็นจำนวนมากยิ่งมีความยุ่งยากมากขึ้น
5. บุคคลอาจจะเปลี่ยนใจได้ตลอดเวลา ผู้ดำเนินการจะต้องพร้อมกับความเปลี่ยนแปลงความต้องการของบุคคลเหล่านั้นด้วย
6. อาจเกิดปัญหาในการไม่สามารถให้การเสริมแรงได้ทันที โดยเฉพาะเรื่องของการอาหารเนื่องจากไม่สามารถจะเตรียมได้ทันที

7. การใช้อาหารเป็นสิ่งเสริมแรงอาจทำให้เกิดการรบกวนกิจกรรมที่บุคคลกำลังกระทำอยู่

เนื่องจากมีข้อที่จะต้องพิจารณาและอุปสรรคในการดำเนินการหลายอย่าง จึงทำให้การใช้ตัวเสริมแรงที่เป็นสิ่งของไม่ค่อยจะได้รับความนิยมในการนำมาใช้ในโปรแกรมการปรับพฤติกรรม แต่อย่างไรก็ตาม อาหารหรือสิ่งที่เสพได้นั้นนับได้ว่าเป็นตัวเสริมแรงที่มีประสิทธิภาพอย่างมาก ถ้าใช้กับเด็ก

3) การเสริมแรงด้วยเบี้ยอรรถกร

การเสริมแรงด้วยเบี้ยอรรถกรเป็นการให้แรงเสริมทางบวกวิธีหนึ่ง จัดเป็นลักษณะหนึ่งของการให้แรงเสริมที่เรียกว่า “สัญญาที่ตกลงกันไว้” (Contingency Contracting) ซึ่งสัญญาที่ตกลงกันไว้จะมีลักษณะที่ชัดเจน และทำให้ทุกคนเกิดความเข้าใจเป็นอย่างดี ซึ่งทำให้บุคคลเกิดความคาดหวังในผลของพฤติกรรมที่แตกต่างกัน นักปรับพฤติกรรมจะเป็นผู้ทำข้อตกลงต่าง ๆ กับผู้เกี่ยวข้องตลอดจนการให้คำปรึกษาโปรแกรม การปรับพฤติกรรมที่มีการสัญญากันไว้ และใช้เบี้ยเป็นตัวเสริมแรง เรียกว่า “เบี้ยอรรถกร” ดังนั้น การให้แรงเสริมด้วยเบี้ยอรรถกรจึงประกอบด้วย 2 ขั้นตอน ดังนี้ ขั้นตอนที่ 1 เป็นขั้นตอนที่ผู้เกี่ยวข้องมาทำสัญญาร่วมกันเกี่ยวกับปริมาณ และคุณภาพของพฤติกรรมที่จะได้รับเบี้ย ส่วนขั้นตอนที่ 2 เป็นขั้นตอนที่ผู้รับการปรับพฤติกรรมนำเบี้ยไปแลกเปลี่ยนรางวัลตามรายการของการเสริมแรง ซึ่งมีให้เลือกมากมาย และสามารถนำไปใช้ได้ได้ในหลายสถานการณ์

ข้อดีของการเสริมแรงด้วยเบี้ยอรรถกร

1. สามารถคงไว้ซึ่งอัตราการแสดงพฤติกรรมในระดับสูงกว่าการใช้แรงเสริมชนิดอื่น ๆ เช่น การยอมรับ คำชมเชย หรือการให้ทำกิจกรรมที่ชอบ
2. สามารถให้ได้ทันทีที่บุคคลแสดงพฤติกรรมที่ต้องการโดยไม่ขัดขวางหรือรบกวนพฤติกรรมนั้น
3. ไม่หมดภาวการณ์มีประสิทธิภาพในการเสริมแรง เพราะสามารถแลกเปลี่ยนเป็นสิ่งของหรือกิจกรรมที่ต้องการได้มากมาย
4. เป็นแรงเสริมชนิดเดียวที่สามารถเสริมแรงบุคคลที่มีความต้องการและพึงพอใจต่างกัน
5. สามารถนำติดตัวไปง่าย และจำนวนของเบี้ยอรรถกรแสดงถึงอันตรายของการแสดงพฤติกรรมด้วย
6. ง่ายต่อการให้และสามารถให้อย่างยุติธรรม
7. สามารถใช้ได้ทุกสถาน เช่น เด็ก ๆ ได้รับเบี้ยทุกวัน เพื่อรักษาพฤติกรรมหรืออาจได้รับเบี้ยสำหรับรางวัลเล็ก ๆ น้อย ๆ ประจำวัน เช่น อนุญาตให้เข้านอนได้ครึ่งชั่วโมง และได้รับรางวัลใหญ่ในเวลาอื่น ๆ นอกเหนือจากนั้น

ข้อจำกัดของการเสริมแรงด้วยเบี้ยอรรถกร

1. การให้เบี้ยอรรถกรมีความสัมพันธ์โดยตรงกับการแสดงพฤติกรรมที่พึงปรารถนา ฉะนั้นบุคคลจึงเรียนรู้ว่าเบี้ยอรรถกรเป็นสัญญาที่แสดงให้ทราบว่า พฤติกรรมนั้นได้รับการเสริมแรงด้วยเบี้ยอรรถกร เมื่อถึงเวลาต้องงดให้เบี้ยอรรถกร พฤติกรรมนั้นจึงลดลง ถ้าต้องการให้

อัตราการแสดงพฤติกรรมนี้ยังคงเดิม จึงต้องใช้แรงเสริมตัวอื่นที่มีคุณค่า เช่น เกรด เงิน และคำชมเชย มาแทนเบี้ยอรรถกร หรืออาจใช้สภาพการณ์ที่มีอยู่ตามธรรมชาติ เช่น สิทธิพิเศษ กิจกรรม และแรงเสริมทางสังคมแทนได้

2. มีปัญหาในการเก็บและรักษาเบี้ย บางคนอาจได้เบี้ยมาโดยไม่ถูกต้อง เช่น ขโมยของจากเพื่อน แทนที่จะแสดงพฤติกรรมที่พึงประสงค์ ซึ่งทำให้เบี้ยอรรถกรมีประสิทธิภาพน้อยลง วิธีป้องกันการขโมย ทำได้โดยการให้เบี้ยอรรถกรที่แตกต่างกัน สำหรับแต่ละบุคคล ส่วนการทำเบี้ยหายก็ให้ผู้แสดงพฤติกรรมที่พึงประสงค์เสียสิทธิในการแลกเปลี่ยนสิ่งที่ต้องการด้วย นอกจากนี้ การคิดค้นวิธีการให้และแลกเปลี่ยนเบี้ยอรรถกรที่ยุงยากก็เป็นการเพิ่มงานให้แก่นักปรับพฤติกรรม

ขั้นตอนในการเสริมแรงด้วยเบี้ยอรรถกร

1. กำหนดพฤติกรรมที่เป็นเป้าประสงค์ พร้อมทั้งนิยามลักษณะของพฤติกรรมให้ชัดเจนและวิธีวัดลักษณะพฤติกรรมนั้น
2. เลือกวิธีการทดลองที่สามารถประเมินผลการเสริมแรงได้
3. เลือกสิ่งที่จะนำมาใช้เป็นเบี้ย
4. เลือกตัวเสริมแรงที่ต้องนำมาแลกเปลี่ยน และกำหนดอัตราการแลกเปลี่ยนที่แน่นอน
5. กำหนดเหตุการณ์ที่เกี่ยวข้องที่พิเศษ (Specification Contingency)

การเลือกเบี้ยอรรถกร

เบี้ยเป็นสิ่งที่ใช้เป็นตัวกลางสำหรับการแลกเปลี่ยน สิ่งที่นิยมใช้เป็นเบี้ยมีหลายชนิด เช่น ไฟ ตัว ดาว คะแนนความถี่ของเครื่องนับครั้ง การเจาะรูบนกระดาษแข็ง เหรียญที่ผลิตเอง เหรียญต่างประเทศ บัตรเครดิตที่ทำด้วยพลาสติก บัตรคอมพิวเตอร์ และอื่น ๆ การเลือกชนิดของเบี้ย ต้องคำนึงถึงสิ่งต่อไปนี้

1. เบี้ยต้องมีลักษณะพิเศษยากแก่การปลอมแปลง
2. สะดวกในการใช้พกติดตัวง่าย ๆ
3. มีลักษณะเฉพาะสำหรับแต่ละบุคคล เพื่อมิให้เกิดการขโมยหรือแลกเปลี่ยน พร้อมทั้งสะดวกในการให้และการตรวจสอบจำนวนพฤติกรรมและสิ่งแลกเปลี่ยนที่แต่ละคนพึงพอใจ

การเลือกสิ่งแลกเปลี่ยน

การเลือกตัวเสริมแรงที่ต้องใช้เบี้ยมาเป็นตัวแลกเปลี่ยนในการเลือกสิ่งที่ต้องใช้เบี้ยมาแลกเปลี่ยน อาจทำได้ 2 วิธีคือ การสังเกตและการสอบถามเป็นรายบุคคล เกี่ยวกับสิ่งที่ต้องการทั้งอาหาร สิ่งของเครื่องใช้ และกิจกรรมที่ชอบมากที่สุด แต่จะต้องพิจารณาถึงความเหมาะสมและเป็นไปได้ มีการกำหนดอัตราแลกเปลี่ยนแน่นอนและต้องเปิดโอกาสให้ทุกคนมีสิทธิที่จะได้รับแรงเสริมถึงแม้ว่าจะแสดงพฤติกรรมน้อยมาก

4) การให้ข้อมูลป้อนกลับ (Informative Feedback)

การให้ข้อมูลป้อนกลับเป็นการชี้ให้เห็นว่าสิ่งที่บุคคลทำอยู่นั้นได้ผลเป็นอย่างไร จากการที่รู้ว่าสิ่งที่ทำนั้นได้ผลเป็นอย่างไร จะทำให้เกิดเป็นแรงเสริมในการดำเนินกิจกรรมต่อไป

หลักในการใช้การให้ข้อมูลป้อนกลับ

1. ควรใช้ข้อมูลป้อนกลับที่เกี่ยวกับพฤติกรรมในทางบวก
2. ข้อมูลป้อนกลับที่ให้นั้นต้องชัดเจน และเป็นข้อมูลที่แท้จริงของพฤติกรรมที่เกิดขึ้น
3. ควรให้ข้อมูลป้อนกลับที่เกี่ยวกับความก้าวหน้าในการแสดงพฤติกรรมที่พึงประสงค์
4. การให้ข้อมูลป้อนกลับในระยะเริ่มแรกต้องให้ข้อมูลป้อนกลับในทันที และเมื่อเกิดการเรียนรู้แล้ว จึงให้ข้อมูลป้อนกลับแบบยืดเวลา
5. ควรมีการบันทึกข้อมูลป้อนกลับไว้อย่างชัดเจนทุกครั้ง
6. ผู้ที่ให้ข้อมูลป้อนกลับจะต้องเป็นบุคคลที่ผู้ถูกปรับพฤติกรรมเชื่อถือ และได้รับการยอมรับว่าเป็นผู้มีความตั้งใจและจริงใจในการให้ข้อมูลป้อนกลับ
7. ควรอธิบายให้บุคคลเห็นความสำคัญของข้อมูลป้อนกลับเพื่อจะได้นำไปปรับปรุงพฤติกรรมของตนให้ดีขึ้น
8. ให้ผู้ที่ได้รับข้อมูลป้อนกลับ กำหนดพฤติกรรมเป้าหมายที่ตนต้องการจะปรับปรุง
9. พฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงหลังจากให้ข้อมูลป้อนกลับนั้นควรจะเป็นพฤติกรรมที่สังเกตเห็นได้ชัดเจน
10. การใช้ข้อมูลป้อนกลับ ควรใช้ควบคู่กับการเสริมแรงทางบวก

5) การวางเงื่อนไขเป็นกลุ่ม

การวางเงื่อนไขเป็นกลุ่ม (Group Contingency) คือ วิธีการใช้การวางเงื่อนไขการเสริมแรงต่อพฤติกรรมใดพฤติกรรมหนึ่งของบุคคลใดบุคคลหนึ่งหรือของกลุ่มบุคคลนั้นทั้งกลุ่ม โดยที่กลุ่มบุคคลนั้นทั้งกลุ่มจะได้รับการเสริมแรงอันเป็นที่สืบเนื่องมาจากการที่บุคคลใดบุคคลหนึ่งหรือบุคคลทั้งกลุ่มนั้นแสดงพฤติกรรมที่พึงประสงค์

วิธีการใช้การวางเงื่อนไขเป็นกลุ่ม

1. โดยการวางเงื่อนไขการเสริมแรงต่อความร่วมมือกันภายในกลุ่ม เช่น ครูต้องการปรับพฤติกรรมนักเรียนทั้งชั้นเรียนโดยตั้งเงื่อนไขว่า “ถ้านักเรียนไม่เล่นหยอกล้อกันในชั้นเรียน และตั้งใจเรียน นักเรียนจะได้สิทธิพิเศษ เช่น เล่นเกมส์ วาดรูป แต่ถ้านักเรียนคนใดเล่นกับเพื่อน ครูจะหักเวลาออกครึ่งละ 1 นาที” และภายหลังจากที่นักเรียนทราบเงื่อนไขของครู ก็จะทำให้ นักเรียนทั้งห้องพยายามควบคุมตนเองซึ่งจะช่วยเพิ่มความถี่ของพฤติกรรมที่พึงประสงค์ และขณะเดียวกันก็ช่วยลดความถี่ของการเกิดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์อีกด้วย
2. โดยการวางเงื่อนไขการเสริมแรงกับนักเรียนทั้งชั้นเรียนต่อการแสดงพฤติกรรมที่พึงประสงค์ของนักเรียนคนใดคนหนึ่งหรือชั้นเรียน เช่น ครูต้องการปรับพฤติกรรมเด็กหญิง

แดงให้พูดคุยกับเพื่อน ๆ น้อยลง และทำการบ้านให้มากขึ้น ครูจึงตั้งเงื่อนไขและบอกนักเรียนทั้งชั้นว่า “นักเรียนทุกคนจะไปทำกิจกรรมที่นักเรียนชอบ ถ้าเด็กหญิงแดงสามารถทำการบ้านเสร็จภายใน 30 นาที” ภายหลังจากที่นักเรียนทราบเงื่อนไขของครู นักเรียนในชั้นก็จะไม่คุยกับเด็กหญิงแดง และอาจช่วยอธิบายการบ้านให้เด็กหญิงแดงฟังเมื่อเด็กหญิงแดงมีข้อสงสัย

ข้อดีของการวางเงื่อนไขเป็นกลุ่ม

1. สะดวกในการจัดโปรแกรมและดำเนินการเพราะการเสริมแรงเป็นกลุ่มช่วยให้ผู้จัดโปรแกรมสามารถให้การเสริมแรงได้สะดวกและเร็วขึ้น
2. การวางเงื่อนไขเป็นกลุ่มเป็นการฝึกให้บุคคลตอบสนองต่อกลุ่มและฝึกการรับผิดชอบต่อผู้อื่น เพราะในชีวิตประจำวันมีพฤติกรรมจำนวนมากที่เป็นมาตรฐานของกลุ่ม ซึ่งน่าจะรับผิดชอบร่วมกันนอกจากนี้การวางเงื่อนไขเป็นกลุ่มทำให้บุคคลเรียนรู้ผลของการกระทำของตนที่มีต่อกลุ่ม

6) การใช้สัญญาเงื่อนไข (Contingency Contract)

การใช้สัญญาเงื่อนไข (Contingency Contract) เป็นวิธีหนึ่งที่ใช้ในการปรับพฤติกรรมโดยการนำเทคนิคของการปรับพฤติกรรมแบบต่างๆ คือ การเสริมแรง การลงโทษ และการให้รางวัลพิเศษมาผสมผสานกันโดยทำเป็นสัญญาระหว่างผู้ปรับพฤติกรรม เช่น ผู้ปกครอง ครู หรือ ผู้ทดลองกับผู้ที่ถูกปรับพฤติกรรม เช่น เด็ก นักเรียน หรือผู้ป่วย สัญญาที่ทำขึ้นนั้น จะต้องกระทำร่วมกันทั้งสองฝ่าย และมีความเข้าใจสัญญาตรงกัน และสัญญาจะระบุความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมที่กระทำและตัวเสริมแรงที่ได้รับ เช่น การทำสัญญาระหว่างครูกับนักเรียนในห้องเรียน โดยวางเงื่อนไขว่า ถ้านักเรียนสามารถทำงานที่ครูมอบหมายเสร็จภายในเวลาที่ครูกำหนด ครูจะให้เวลาวางนักเรียนทำงานส่วนตัวหรือเลือกทำกิจกรรมเป็นเวลา 5 หรือ 10 นาที

หลักของการใช้สัญญาเงื่อนไข

1. ในสัญญาจะต้องระบุรายละเอียดของเงื่อนไขที่แต่ละฝ่ายต้องกระทำ และได้รับเมื่อทำตามสัญญาที่ได้ระบุไว้ เช่น ผู้ปกครองต้องการให้ลูกทำการบ้านและอ่านหนังสือเป็นเวลา 2 ชั่วโมงต่อวัน ขณะเดียวกันลูกต้องการได้เงินไว้ใช้เป็นพิเศษ หรือต้องการเวลาดี ๆ ในการดูโทรทัศน์ เป็นต้น
 2. จะต้องระบุพฤติกรรมที่ไม่พึงปรารถนาซึ่งได้สังเกตไว้แล้วและต้องการเปลี่ยนแปลงให้ชัดเจน นอกจากนี้ยังต้องสำรวจและระบุตัวเสริมแรงที่จะให้เมื่อเด็กสามารถทำตามสัญญาได้
 3. จะต้องระบุตัวเสริมแรง และอัตราที่ให้ ต้องระบุคะแนนที่ได้และให้การเสริมแรงตามที่ระบุไว้ การบอกคะแนนแก่เด็กตามที่ระบุไว้ นี้ เป็นวิธีการให้ข้อมูลย้อนกลับ (Informative Feedback) ซึ่งเป็นการเสริมแรงที่ทำให้เด็กมีความกระตือรือร้นที่จะทำตามสัญญาที่ระบุไว้
1. จะต้องระบุโทษที่จะได้รับเมื่อเด็กไม่สามารถทำตามสัญญาที่กำหนดไว้ โดยจะต้องทำอย่างเป็นระบบ วางแผนอย่างรัดกุม และเป็นความยินยอมของทั้งสองฝ่าย เพื่อเด็กจะได้ตระหนักว่าเขาจะได้รับผลกระทบที่ไม่พึงปรารถนาเมื่อไม่ทำตามสัญญา

2. จะต้องระบุรางวัลพิเศษ (Bonus) ที่จะให้เมื่อเด็กสามารถกระทำตามสัญญาได้อย่างสม่ำเสมอเป็นระยะเวลาานพอสมควร ซึ่งจะมีประโยชน์ในโปรแกรมการปรับพฤติกรรมที่ใช้ระยะเวลานาน ถ้าเด็กได้รับการเสริมแรงติดต่อกันนาน อาจจะทำให้เกิดความซาบซึ้งต่อสัญญา การให้รางวัลพิเศษจะช่วยแก้ปัญหานี้ได้

ข้อดีของการใช้สัญญาเงื่อนไข

1. ผู้ถูกปรับพฤติกรรมได้มีส่วนร่วมในการดำเนินการของโปรแกรมทำให้ความรู้สึกถูกบังคับน้อยลงและยินยอมที่จะปฏิบัติตามสัญญาเงื่อนไขได้ง่าย ซึ่งจะทำให้โปรแกรมได้ผลยิ่งขึ้น
2. ผลที่ได้รับจากสัญญาจะไม่ใช่สิ่งที่ทำให้เด็กเกิดความไม่พึงพอใจมากนักเนื่องจากผู้ถูกปรับพฤติกรรมมีส่วนร่วมในการกำหนดสัญญา ซึ่งเขาสามารถต่อรอง และเปลี่ยนแปลงตามความเหมาะสมได้
3. สัญญามีความยืดหยุ่นได้ถ้าฝ่ายหนึ่งฝ่ายใดมีความไม่พอใจ ก็สามารถที่จะตกลงและแก้ไขใหม่ไม่มีการบังคับตายตัว
4. สัญญาระบุเงื่อนไขไว้อย่างชัดเจนโดยระบุพฤติกรรมและผลกรรมไว้อย่างชัดเจน ซึ่งจะช่วยให้เป็นแนวทางในการปฏิบัติตามสัญญาได้ง่ายขึ้น
5. การทำสัญญาเงื่อนไขมีประโยชน์ในการสร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้ปรับพฤติกรรมกับผู้ถูกปรับพฤติกรรม

สำหรับข้อจำกัดของสัญญาเงื่อนไขนั้นมีไม่มากนัก แต่ที่เห็นได้ชัด คือ สัญญาเงื่อนไขนี้ใช้กับเด็กที่มีความพิการทางสมอง หรือเด็กที่ไม่สามารถเข้าใจความหมายของการทำสัญญาเงื่อนไขไม่ได้

2.3.2 การควบคุมตนเอง

การควบคุมตนเอง เป็นวิธีการที่ใช้ในการปรับพฤติกรรมมีพื้นฐานมาจากทฤษฎีการเรียนรู้ ซึ่งทฤษฎีการเรียนรู้เชื่อว่าพฤติกรรมเป็นผลมาจากการมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทั้งนี้ เพราะสิ่งแวดล้อมเป็นตัวการควบคุมที่เปลี่ยนแปลงไปก็จะเป็นการกำหนดสิ่งแวดล้อมใหม่ เช่นเดียวกันดังนั้นก็เห็นได้ว่าพฤติกรรมของบุคคลและสิ่งแวดล้อมต่างมีอิทธิพลซึ่งกันและกัน การควบคุมตนเองที่เกี่ยวข้องกับสิ่งแวดล้อมนี้มีลักษณะ 2 ประการ ได้แก่

1. ความสามารถของบุคคลที่จะควบคุมพฤติกรรมของตนโดยเปลี่ยนสิ่งแวดล้อมใหม่
2. เมื่อบุคคลนั้นเรียนรู้ที่จะควบคุมพฤติกรรมของตนเองได้ผลที่เกิดขึ้นคือทั้งพฤติกรรมและสภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงตามไปด้วย

ดังนั้น ลักษณะที่สำคัญของการควบคุมตนเองคือบุคคลเป็นผู้ดำเนินการในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมด้วยตนเอง ตลอดจนประเมินเป้าหมายด้วยตนเองเพื่อเป็นการตอบสนองและแก้ไขปัญหาอย่างเป็นระบบอันจะมีผลต่อพฤติกรรมที่พึงประสงค์นั้นด้วยตนเองและมีผลระยะยาวต่อพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงนั้นมีความคงทนถาวร ซึ่งการกระทำดังกล่าวนี้เป็นการลดความสำคัญของอิทธิพลภายนอกและทำให้บุคคลมีอิสระที่จะกำหนดพฤติกรรมของตนเองได้มากขึ้น ในทางปฏิบัติการควบคุมตนเองนั้นบุคคลอื่นก็สามารถเข้าไปให้ความช่วยเหลือได้โดยหน้าที่ให้คำแนะนำและ

ให้คำปรึกษา ในกรณีที่ผู้ปรับพฤติกรรมด้วยตนเองเกิดปัญหาเกี่ยวกับการดำเนินการของกระบวนการของกระบวนการควบคุมตนเอง

กระบวนการที่สำคัญในการควบคุมตนเอง

1. บุคคลเกิดพฤติกรรมที่เหมาะสมให้บุคคลเรียนรู้ที่จะแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสม โดยอาศัยหลักการว่าเมื่อบุคคลเชื่อมโยงสิ่งเร้ากับพฤติกรรมได้แล้วสิ่งเร้าจะเป็นตัวแนะให้บุคคลแสดงพฤติกรรม ถ้าไม่มีการเสนอสิ่งเร้าพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมนั้นจะไม่เกิดขึ้น เมื่อบุคคลสามารถเชื่อมโยงพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมกับสภาพสิ่งเร้าที่จัดสภาพขึ้นใหม่สิ่งเร้านั้นก็จะเป็นตัวให้บุคคลแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมด้วย หลักการดังกล่าวจึงสามารถลดพฤติกรรมที่เป็นปัญหาของบุคคลได้ โดยลดความถี่ของสิ่งเร้าที่เป็นตัวแนะให้เกิดพฤติกรรมที่เป็นปัญหา

2. การควบคุมผลกรรม หมายถึงการให้ผลกรรมตนเองหลังจากที่ได้ทำพฤติกรรมเป้าหมายแล้ว ซึ่งอาจเป็นการเสริมแรงตนเองหรือการลงโทษตนเองก็ได้ แต่การลงโทษตนเองนั้นมีลักษณะเป็นสิ่งที่ไม่พึงปรารถนา จึงเป็นการยากที่บุคคลจะนำไปปฏิบัติกับตนเองได้ และบางครั้งก็เพียงแต่ช่วยระงับพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์เท่านั้นอาจทำให้เกิดปฏิกิริยาทางลบต่ออารมณ์ ดังนั้นบุคคลจึงนิยมการเสริมแรงตนเองมากกว่า

ขั้นตอนในการควบคุมตนเอง

ขั้นที่ 1 การตั้งเป้าหมาย (Goal Setting) หมายถึงการกำหนดพฤติกรรมเป้าหมายที่ต้องการเปลี่ยนแปลง ซึ่งการตั้งเป้าหมายนี้จะช่วยให้บุคคลรู้ถึงพฤติกรรมที่ต้องการกระทำอย่างเด่นชัดและยังใช้พฤติกรรมเป้าหมายเป็นเกณฑ์ในการประเมินการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่เกิดขึ้น ในกรณีที่บุคคลยังไม่สามารถตั้งเป้าหมายได้อย่างชัดเจนสามารถให้คนอื่นช่วยได้ จนกว่าเขาจะสามารถตั้งเป้าหมายได้ด้วยตนเอง อย่างไรก็ตามการตั้งพฤติกรรมเป้าหมายควรตั้งเป้าหมายที่เป็นจริงและสามารถทำได้ เพราะถ้าเป็นเป้าหมายที่บุคคลไม่สามารถทำได้ก็จะทำให้เกิดความผิดหวังและก่อให้เกิดพฤติกรรมเบี่ยงเบนได้

ขั้นที่ 2 การเตือนตนเอง (Self Monitoring) เป็นกระบวนการที่บุคคลสังเกตหรือจำแนกลักษณะของพฤติกรรมของตนเอง ว่าตนได้ทำพฤติกรรมตามเป้าหมายแล้วหรือยังประกอบด้วยการสังเกตตนเอง และการบันทึกพฤติกรรมตนเอง โดยมีขั้นตอนดังนี้

1. จำแนกพฤติกรรมเป้าหมายว่าพฤติกรรมอะไรที่ต้องการสังเกต
2. กำหนดเวลาที่จะสังเกต และบันทึกการสังเกต
3. กำหนดวิธีการบันทึก และเครื่องมือที่ใช้ในการบันทึก
4. สังเกตและบันทึกพฤติกรรม
5. ทำแผนภาพ หรือกราฟแสดงผลการบันทึก
6. วิเคราะห์ข้อมูลที่บันทึกเพื่อที่จะได้ข้อมูลย้อนกลับซึ่งจะมีผลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม

การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม

ขั้นที่ 3 การประเมินผลตนเอง (Self Evaluation) หมายถึงการที่บุคคลตัดสินพฤติกรรมของตนเอง โดยการประเมินคุณค่าของพฤติกรรมจากข้อมูลที่ได้จากการบันทึกด้วยตนเอง ทำให้สามารถพิจารณาถึงพฤติกรรมที่กำลังทำอยู่อย่างถี่ถ้วน

ขั้นที่ 4 การเสริมแรงตนเอง (Self Reinforcement) หมายถึงการจัด ผลกรรมที่เป็นแรงเสริมให้แก่พฤติกรรมที่พึงประสงค์ด้วยตนเอง เพื่อให้พฤติกรรมนั้นเพิ่มขึ้นโดย บุคคลเป็นผู้ดำเนินการเพื่อให้ได้แรงเสริมด้วยตนเอง การเสริมแรงตนเองมักเกิดร่วมกับการ ตั้งเป้าหมาย คือ มีการตั้งเป้าหมายหรือกำหนดเกณฑ์เสียก่อนแล้วจึงมีการเสริมแรงตามมา ในการ กำหนดเกณฑ์นั้นบุคคลผู้เป็นเจ้าของพฤติกรรมอาจจะกำหนดเองหรือให้ผู้อื่นกำหนด

การฝึกการควบคุมตนเอง

1. การฝึกการควบคุมตนเองโดยการจัดประสบการณ์การควบคุม พฤติกรรมของตนเอง ให้แก่บุคคลที่ประสงค์จะควบคุมพฤติกรรมของตนเอง โดยขั้นแรกควรให้ บุคคลนั้นมีประสบการณ์ในการถูกบุคคลอื่นควบคุมพฤติกรรมที่เขาประสงค์จะควบคุมเสียก่อน และ หลังจากที่มีการปรับพฤติกรรมได้ดำเนินไปจนบรรลุเป้าหมายพฤติกรรมที่ได้รับการปรับแล้ว ซึ่งเป็น พฤติกรรมที่พึงประสงค์ได้เกิดขึ้นอย่างสม่ำเสมอผู้ปรับพฤติกรรมจึงค่อย ๆ ถอดแรงเสริม ตลอดทั้ง กระบวนการที่ใช้ในการปรับพฤติกรรมนั้นออกไป แล้วเปิดโอกาสให้บุคคลนั้นได้เริ่มต้นกระบวนการ ในการปรับพฤติกรรมนั้น ๆ ของเขาเอง พร้อมทั้งหาวิธีการรักษานั้นให้คงอยู่
2. การฝึกการควบคุมตนเอง โดยการฝึกให้บุคคลที่ประสงค์จะควบคุม พฤติกรรมของตนเองให้รู้จักปรับพฤติกรรมเป้าหมายจากตัวแบบ และฝึกให้รู้จักเลือกเลียนแบบ พฤติกรรมที่ต้องการจะเลียนแบบจากตัวแบบให้ได้อย่างเหมาะสม
3. การฝึกการควบคุมตนเอง โดยการสังเกตตนเอง ในกรณีนี้บุคคลที่ ประสงค์จะปรับพฤติกรรมของตนเองจะต้องกำหนดพฤติกรรมเป้าหมายตามที่ตนคาดหวัง และ ตั้งเป้าหมายไว้ในกาฝึกการควบคุมตนเองนี้ จะต้องให้บุคคลนั้นรู้จักสังเกตการณ์เปลี่ยนแปลงของ ตนเอง และเรียนรู้วิธีทางที่จะควบคุมพฤติกรรมของตนเองให้บรรลุเป้าหมายตามที่ตนประสงค์
4. การฝึกการควบคุมตนเอง โดยการวางเงื่อนไขให้ตนเองเงื่อนไขบุคคล ที่ประสงค์จะปรับพฤติกรรมของตนเองให้บรรลุเป้าหมายนั้น อาจได้แก่ เงื่อนไขของการเสริมแรงแก่ ตนเองและเงื่อนไขการลงโทษตนเองและในกรณีที่บุคคลนั้นสามารถกระทำหรือมีพฤติกรรมที่สมความ คาดหวัง และบรรลุเป้าหมายที่ตนเองได้กำหนดไว้แล้ว บุคคลนั้นจะให้แรงเสริมด้วยตนเองและแรง เสริมที่ตนเองให้แก่ตนเอง จะมีค่าและเป็นพลังที่จะกระตุ้นให้บุคคลนั้นกระทำหรือมีพฤติกรรมใจ วิธีทางที่พึงประสงค์ต่อไป
5. การฝึกการควบคุมตนเอง โดยการขจัดพฤติกรรมบางประการที่บุคคล นั้น ถูกควบคุมด้วยสิ่งเร้าหรือต้องอยู่ภายใต้การควบคุมสิ่งเร้าบางประการ ในกรณีเช่นนี้จะต้อง อาศัยพลังใจที่เข้มแข็งของบุคคลนั้น ที่จะต้องหาทางที่จะถอดถอนสิ่งเร้านั้นออกไป เช่นการบังคับใจ ตนเอง การไม่ให้ความสนใจกับสิ่งเร้านั้น ๆ แม้ว่าสิ่งเร้านั้นจะเป็นสิ่งเร้าที่นำพึงประสงค์ก็ตาม แต่ สิ่งเร้านั้น ๆ ก็ทำให้บุคคลนั้นไม่สามารถจะควบคุมพฤติกรรมของตนเองให้บรรลุเป้าหมายได้
6. การฝึกการควบคุมตนเอง โดยขจัดสิ่งเร้าที่ไม่พึงประสงค์ที่เป็นผลให้ บุคคลนั้นมีพฤติกรรมหลีกเลี่ยง และทำให้บุคคลนั้นไม่สามารถบรรลุพฤติกรรมที่พึงประสงค์ได้ กรณี เช่นนี้แสดงว่า พฤติกรรมที่พึงประสงค์ซึ่งเป็นพฤติกรรมเป้าหมายของบุคคลนั้นอาจจะยาก ไม่เชียว ขวนให้กระทำ เพราะฉะนั้นบุคคลจึงหลีกเลี่ยงไปทำสิ่งอื่นที่ง่ายกว่า เป็นที่พึงพอใจมากกว่า ด้วย เหตุนี้จึงจำเป็นต้องขจัดสิ่งเร้าที่ไม่พึงประสงค์ให้หมดไปจากสถานการณ์นั้น ๆ เพื่อให้บุคคลนั้น

สามารถควบคุมตนเองไม่เกิดความวอกแวก หลีกเลียงงานใดงานหนึ่งที่ตนจะต้องรับผิดชอบและเป็นพฤติกรรมที่พึงประสงค์ที่จะต้องเกิดขึ้น

ข้อดีของการควบคุมตนเอง

1. การควบคุมตนเองเป็นวิธีการปรับพฤติกรรมที่บุคคลสามารถให้ผลกรรมต่อพฤติกรรมที่เหมาะสมได้อย่างสม่ำเสมอเพราะสามารถสังเกตเห็นพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงด้วยตนเองได้ตลอดเวลา
2. การควบคุมตนเอง ทำให้เกิดการแผ่ขยายพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงไม่ว่าจะเป็นการแผ่ขยายข้ามสภาพการณ์ ข้ามพฤติกรรมหรือข้ามเวลา (การคงอยู่ของพฤติกรรม)
3. พฤติกรรมบางชนิดไม่สามารถให้บุคคลภายนอกเป็นผู้ควบคุมให้เนื่องจากสภาพแวดล้อมของบุคคลของบุคคลนั้นมีสิ่งเร้ามากมายและยังมีการให้การเสริมแรงและลงโทษตลอดเวลาเช่นพฤติกรรมการสูบบุหรี่ดังนั้นถ้ามีการใช้วิธีการควบคุมตนเองควบคู่กันไปการดำเนินการจะมีประสิทธิภาพมากขึ้น
4. การใช้การควบคุมตนเอง บางครั้งสามารถที่จะนำมาใช้ควบคุมพฤติกรรมที่ได้รับผลกระทบอ่อน ผลกระทบอ่อนหมายถึง ผลกระทบที่มีปริมาณน้อยมากหรือเกิดขึ้นซ้ำไม่มีความสำคัญต่อการรับรู้ของบุคคลอื่นซึ่งมักไม่ส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม เช่น โปรแกรมการลดความอ้วน
5. บุคคลสามารถทำได้ถ้าเป็นผู้กำหนดและตัดสินใจเลือกที่จะทำดังนั้นการควบคุมตนเองจึงทำให้การดำเนินโปรแกรมต่าง ๆ มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น
6. การควบคุมตนเองช่วยประหยัดเวลาในการดำเนินการของผู้บำบัดเนื่องจากกระบวนการปรับพฤติกรรมทั้งหมดผู้เข้ารับการบำบัดเป็นผู้จัดการเอง ผู้บำบัดเพียงแต่ให้แนะนำและชี้แนะเท่านั้น
7. การควบคุมตนเองเป็นเป้าหมายของการปรับพฤติกรรม เพราะการควบคุมตนเองเป็นการฝึกให้ผู้รับการบำบัดสามารถที่จะควบคุมตนเองได้
8. การควบคุมตนเองนั้นจะทำให้ผู้เข้ารับบำบัดมีความรู้สึกที่ดีกับตนเอง ด้านทัศนคติต่อตนเอง ความรู้สึกถึงคุณค่าของตนเองหรือความรู้สึกว่าตนเองมีความสามารถทำให้บุคคลเหล่านั้นมองโลกในแง่ดีเพราะมีความเชื่อว่าสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นเพราะเขาเป็นผู้กระทำที่เกิดขึ้นเอง

ข้อควรพิจารณาในการควบคุมตนเอง

1. การกำหนดพฤติกรรมเป้าหมายและเกณฑ์การแสดงพฤติกรรมเป้าหมายควรสะท้อนถึงปัญหาของพฤติกรรมที่แท้จริงไม่เช่นนั้นจะทำให้เกิดปัญหาได้
2. วิธีการบันทึกพฤติกรรมควรจะทำให้ง่ายและไม่เสียค่าใช้จ่ายสูงเพราะถ้าวิธีการบันทึกพฤติกรรมซับซ้อนเกินไปและไม่สะดวกต่อการบันทึกแล้ว ผู้เข้าร่วมการบำบัดอาจจะหยุดการบันทึกพฤติกรรมดังกล่าวได้
3. การเสริมแรงหรือการลงโทษ ควรจะอยู่ภายใต้การควบคุมของผู้เข้ารับการบำบัดกล่าวคือ สามารถที่จะใช้ได้ทันทีที่ต้องการในกรณีที่พฤติกรรมบรรลุเป้าหมายหรือไม่

บรรลุปเป้าหมาย เพราะถ้ากระทำพฤติกรรมเป้าหมายตามเกณฑ์ที่กำหนดแล้วไม่ได้รับการเสริมแรง แนวโน้มที่พฤติกรรมเป้าหมายนั้นจะยุติลงก็มีโอกาสเกิดขึ้นสูง

4. การลงโทษตนเองนั้น ควรระวังผลกระทบข้างเคียงที่อาจเกิดขึ้น

5. การควบคุมตนเอง เป็นเทคนิคที่ได้ผลดีมากกับผู้ที่มีระดับสติปัญญา

พอสมควร อีกทั้งเป็นผู้เชื่อในอัตลิติต และความสามารถในตนเอง

2.3.3 การหยุดยั้ง (EXTINCTION)

การหยุดยั้ง(Extinction) นี้สามารถนำไปใช้เพื่อลดพฤติกรรมที่เกิดขึ้นโดยทั่วไป หรือพฤติกรรมที่เกิดขึ้นในลักษณะของปฏิกิริยาสะท้อนก็ได้ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับว่าเทคนิคการหยุดยั้งที่ใช้มีพื้นฐานการพัฒนามาจากทฤษฎีการเรียนรู้ทฤษฎีใดนั่นเอง

เทคนิคการหยุดยั้ง พัฒนามาจากแนวคิดของทฤษฎีการเรียนรู้ 2 ทฤษฎีด้วยกัน คือ ทฤษฎีการเรียนรู้การวางเงื่อนไขแบบการกระทำของ B.F. Skinner และทฤษฎีการเรียนรู้การวางเงื่อนไขแบบคลาสสิก ของ Pavlov เทคนิคการหยุดยั้งที่พัฒนามาจากทฤษฎีการเรียนรู้การวางเงื่อนไขแบบการกระทำนั้น จะเรียกชื่อเทคนิคที่พัฒนาขึ้นว่าเทคนิคการหยุดยั้ง (Extinction) โดยตรง ส่วนเทคนิคการหยุดยั้งที่พัฒนามาจากทฤษฎีการเรียนรู้การวางเงื่อนไขแบบคลาสสิกนั้น สามารถแบ่งออกได้เป็น 3 เทคนิคใหญ่ ๆ ด้วยกันคือ เทคนิคการลดความรู้สึกลอยอย่างเป็นระบบ (Systematic Desensitization) Flooding และ Implosive Therapy

การหยุดยั้งนอกจากจะสามารถใช้เพื่อลดพฤติกรรมได้ด้วยตัวของมันเองแล้ว ยังสามารถใช้ร่วมกับการเสริมแรงทางบวกได้อีกด้วย การนำเอาเทคนิคการหยุดยั้งมาใช้ร่วมกับการเสริมแรงทางบวกนี้ทำให้เกิดการพัฒนาเทคนิคการปรับพฤติกรรมขึ้นมาอีกอย่างน้อย 4 เทคนิคด้วยกัน ซึ่งได้แก่ DRO (Differential Reinforcement of Other Behavior) DRA(Differential Reinforcement of Alternative Behavior) DRI (Differential Reinforcement of Incompatible Behavior) DRL (Differential Reinforcement of Low Rate Behavior) ซึ่งเทคนิคทั้ง 4 นี้จัดได้ว่าเป็นเทคนิคที่มีประสิทธิภาพอย่างมากในการลดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ และเพิ่มพฤติกรรมที่พึงประสงค์

2.3.3.1 ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อประสิทธิภาพของการหยุดยั้ง

ในการที่จะใช้เทคนิคการหยุดยั้งเพื่อลดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์นั้น ควรจะพิจารณาปัจจัยดังต่อไปนี้

1. พฤติกรรมที่ต้องการจะให้ลดลงนั้น ได้รับแรงเสริมแบบต่อเนื่องหรือแบบบางครั้งบางคราวการใช้วิธีการหยุดยั้งต่อพฤติกรรมที่ได้รับแรงเสริมแบบต่อเนื่อง จะทำให้พฤติกรรมนั้นลดลงอย่างรวดเร็ว แต่ถ้าพฤติกรรมนั้นได้รับแรงเสริมแบบบางครั้งบางคราว การใช้การหยุดยั้งต่อพฤติกรรมนั้น จะทำให้พฤติกรรมนั้นลดลงช้ามาก หรืออาจจะไม่ลดลงเลย

2. พฤติกรรมที่ต้องการจะให้ลดลงนั้น ได้รับแรงเสริมเป็นระยะเวลานานเพียงใด และได้รับแรงเสริมมากเพียงใด พฤติกรรมใดที่ได้รับการเสริมแรงมาเป็นระยะเวลานาน และได้รับแรงเสริมเป็นจำนวนมาก การใช้การหยุดยั้งต่อพฤติกรรมนั้นย่อมให้ผลช้ามากหรือมีผลน้อยมาก แต่ในขณะเดียวกันพฤติกรรมใดที่ได้รับการเสริมแรงในช่วงเวลาอันสั้น และได้รับแรงเสริมจำนวนน้อยย่อมที่จะได้ผลอย่างรวดเร็ว ถ้าใช้วิธีการหยุดยั้งต่อพฤติกรรมนั้น

3. พฤติกรรมบางพฤติกรรมได้รับแรงเสริมมากกว่า 1 ตัวขึ้นไป ดังนั้นในการที่จะใช้การหยุดยั้งให้ได้ผล จำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องรู้แหล่งของแรงเสริมที่มีผลต่อพฤติกรรมนั้นทุกตัว

4. ต้องรู้วิธีควบคุมแหล่งของแรงเสริมให้ได้ ถ้าควบคุมไม่ได้โปรแกรมการลดพฤติกรรมโดยใช้การหยุดยั้งย่อมจะไม่ได้ผล

5. จะต้องพิจารณาว่าพฤติกรรมที่จะใช้วิธีการหยุดยั้ง เป็นพฤติกรรมที่มีการเสริมแรงอยู่ในตัวของมันเองอยู่แล้วหรือไม่ ซึ่งถ้าพฤติกรรมนั้นเป็นพฤติกรรมที่เสริมแรงอยู่ในตัวของมันเอง วิธีการหยุดยั้งย่อมไม่ได้ผล สมควรจะหาวิธีอื่นมาใช้

2.3.3.2 การดำเนินการเทคนิคการหยุดยั้ง

เทคนิคการหยุดยั้งดูเหมือนว่าจะเป็นเทคนิคที่ดำเนินการได้ง่ายที่สุด แต่ดูเหมือนว่าจะจะเป็นเทคนิคที่มีโอกาสประสบความสำเร็จได้ยากมาก ทั้งนี้เป็นเพราะว่าพฤติกรรมของบุคคลเป็นจำนวนมากได้รับตัวเสริมแรงที่มากกว่า 1 ตัวขึ้นไป อีกทั้งมาจากแหล่งต่าง ๆ ด้วยกัน ซึ่งบางครั้งแม้ว่าเราจะวิเคราะห์ได้อย่างถูกต้องว่าพฤติกรรมดังกล่าวนี้ได้รับการเสริมแรงจากที่ใด และมีอะไรเป็นตัวเสริมแรงบ้าง แต่ก็อาจจะพบว่า เราไม่สามารถที่จะควบคุมแหล่งการให้การเสริมแรงนั้นได้โดยเฉพาะอย่างยิ่งตัวเสริมแรงที่มาจากตัวบุคคลที่แสดงพฤติกรรมนั่นเอง อย่างไรก็ตามแนวทางในการที่ดำเนินการเทคนิคการหยุดยั้งให้ มีประสิทธิภาพสูงสุดควรที่จะดำเนินการดังต่อไปนี้

1. การหยุดยั้ง ควรจะใช้กับพฤติกรรมที่มีประวัติของการได้รับการเสริมแรงอย่างต่อเนื่อง

2. พฤติกรรมนั้น ควรเป็นพฤติกรรมที่ได้รับการเสริมแรงด้วยตัวเสริมแรงที่มีจำนวนไม่มากนัก อีกทั้งระยะเวลาที่พฤติกรรมนั้นได้รับการเสริมแรงนั้นควรจะเป็นระยะเวลาอันสั้น

3. ผู้ที่ใช้การหยุดยั้ง จะต้องรู้ว่าพฤติกรรมที่ตนเองจะใช้การหยุดยั้งนั้นได้รับการเสริมแรงจากที่ใดบ้าง

4. เมื่อรู้ถึงแหล่งที่มาของตัวเสริมแรงแล้ว จะต้องสามารถควบคุมแหล่งของการเสริมแรงนั้นให้ได้

5. ไม่ควรใช้การหยุดยั้งกับพฤติกรรมที่อาจจะก่อให้เกิดอันตรายทั้งต่อตนเอง และต่อผู้อื่น

6. ผู้ที่ใช้การหยุดยั้งจะต้องมีความอดทนเพียงพอต่อพฤติกรรมนั้น ที่อาจจะเปลี่ยนแปลงไปในทิศทางที่รุนแรงขึ้นก่อนที่จะลดลง

7. การหยุดยั้งควรจะได้มีการใช้ควบคู่ไปกับการเสริมแรงทางบวก

2.3.3.3 ข้อพิจารณาในการใช้การหยุดยั้ง

ก่อนที่จะตัดสินใจใช้หลักการหยุดยั้ง จำเป็นต้องพิจารณาถึงลักษณะและปัญหาอันเนื่องมาจากการใช้การหยุดยั้งเสียก่อน ซึ่งลักษณะและปัญหาของการใช้การหยุดยั้ง ได้แก่

1. เมื่อใช้การหยุดยั้งต่อพฤติกรรมใดพฤติกรรมหนึ่งนั้นจะค่อย ๆ ลดลงตามลำดับซึ่งจะไม่หยุดทันทีเหมือนการใช้การลงโทษ

2. ในการใช้การหยุดยั้งพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ ในระยะต้น ๆ นั้น พฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์จะเพิ่มขึ้นสูงอย่างรวดเร็ว แล้วจะค่อย ๆ ลดลงตามลำดับ ดังนั้นการใช้วิธีนี้จึงจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องเตรียมตัวเตรียมใจกับเหตุการณ์เช่นนี้ไว้ล่วงหน้า

3. พฤติกรรมที่ยุติลงด้วยวิธีการหยุดยั้งนี้สามารถที่จะกลับมาได้อีกครั้ง ถ้าพฤติกรรมนั้นได้รับการเสริมแรงอย่างตั้งใจอีกครั้ง

4. การใช้การหยุดยั้งนั้นอาจจะก่อให้เกิดปัญหาทางอารมณ์ได้ เนื่องจากการหยุดยั้งนั้นเป็นเพียงแต่วิธีการที่บอกให้รู้ว่าสิ่งใดที่ไม่ควรทำ แต่ไม่ได้บอกว่าควรจะทำอย่างไร ดังนั้นเมื่อจะใช้วิธีการหยุดยั้งนี้ ควรจะใช้คู่กับแรงเสริมทางบวกโดยการเสริมแรงต่อพฤติกรรมที่พึงปรารถนาที่เด็กแสดงออกทุกครั้ง ซึ่งจะช่วยให้เด็กเกิดการเรียนรู้ในการที่จะแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมได้

2.3.3.4 เทคนิคการใช้เวลานอก (Time Out)

เทคนิคการใช้เวลานอก เป็นการลงโทษที่ใช้การงดโอกาสที่บุคคลจะได้รับแรงเสริมบวกหรือระงับการให้แรงเสริมบวกที่เคยได้รับชั่วระยะเวลาหนึ่ง เมื่อเด็กหรือบุคคลแสดงพฤติกรรมไม่เหมาะสมแล้วมีผลทำให้พฤติกรรมนั้นลดลงและหายไป ถ้าเป็นสภาพในห้องเรียนก็คือการนำตัวเด็กออกนอกห้องเรียนที่มีบรรยากาศสนุกสนานหรือมีกิจกรรมที่เด็กชอบเมื่อมีพฤติกรรมไม่เหมาะสม โดยนำไปไว้ในที่ซึ่งเด็กไม่ได้รับความสนใจจากครูและเพื่อน อาจจะเป็นหลังชั้นเรียน วิธีการนี้เป็นการแยกเด็กออกจากสังคม ทำให้เด็กหมดโอกาสได้รับแรงเสริม เทคนิคการใช้เวลานอกใช้ได้ผลมากกับเด็กสมองช้าที่มีพฤติกรรมก้าวร้าว ชอบด่า และใช้ถ้อยคำหยาบโลน การใช้เทคนิคการใช้เวลานอกมักจะถูกนำมาเมื่อใช้คำพูดไม่ได้ผล และมักจะใช้เทคนิคนี้กับห้องเรียนพิเศษหรือใช้กับเด็กที่มีปัญหาพิเศษ ในสภาพการณ์ปกติครูไม่ชอบใช้เทคนิคการใช้เวลานอก เพราะเป็นการยากที่เด็กจะเข้าไปอยู่ในสถานที่ที่จัดไว้ เพราะบางครั้งเด็กจะขัดขืน การใช้เทคนิคการใช้เวลานอกให้ได้ผลนั้นครูควรใช้สัญญาณ เช่น การชี้ไปที่ตัวเด็กโดยไม่ใช้คำพูด เนื่องจากคำพูดไม่ได้ผล แต่เด็กต้องเข้าใจสัญญาณที่ได้ตกลงกันไว้ในระยะแรก เด็กจึงไม่ควรขัดขืนหรือดื้อดึง

สถานที่ที่เหมาะสมคือ ขนาด 2X3 ฟุต อาจจะทำเป็นฉากกั้นหรือกระดานป้ายสำหรับกั้นไม่ให้ครูและเพื่อนมองเห็นตัวเด็ก

หลักการใช้เทคนิคการใช้เวลานอก มีดังนี้

1. การใช้เทคนิคการใช้เวลานอกนั้นจัดให้เด็กอยู่ในสภาพที่ไม่ได้รับแรงเสริมอย่างแท้จริง

2. โอกาสที่ไม่ได้รับแรงเสริมไม่ควรเกิน 5 นาที ในแต่ละครั้ง

3. ให้เหตุผลว่าทำไมเด็กจึงได้รับโทษ ทำไมเด็กต้องไปนั่งที่มุมห้อง

4. ควรให้เด็กเดินไปเสสถานที่สำหรับเวลานอกด้วยตนเอง ครูไม่ควรใช้กำลังลากหรือดึงตัวเด็กไปเมื่อเด็กขัดขืน แต่ควรบอกเด็กว่า ถ้าไม่รีบเดินไปเวลาที่จะต้องอยู่ในที่ที่จัดไว้จะเพิ่มขึ้น

5. เด็กจะต้องอยู่ในสถานที่ที่จัดไว้จนกว่าจะครบกำหนดเวลา และถ้าหากมีพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์อื่นๆ ควรเพิ่มเวลานอกขึ้นอีกพร้อมกับบอกเหตุผลของการเพิ่มเวลาให้เด็กทราบ

6. ควรใช้เทคนิคการใช้เวลานอกเมื่อเห็นว่าสภาพการณ์ในห้องเรียนเป็นสภาพการณ์ที่ได้รับการเสริมแรง เช่น สนุกสนาน น่าตื่นเต้น กับการทำกิจกรรม เป็นวิชาที่น่าสนใจของเด็กคนนั้น แต่ถ้าเป็นบรรยากาศหรือวิชาที่เด็กไม่ชอบ ก็ไม่ควรใช้เทคนิคนี้

7. เมื่อเด็กออกจากสถานที่ที่ใช้ลงโทษ กลับมานั่งที่เดิมและแสดงพฤติกรรมที่พึงประสงค์ควรให้แรงเสริมทันที

8. ไม่ควรใช้เทคนิคเวลานอกถ้าพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ไม่ขัดขวางการเรียนการสอนหรือการเรียนรู้ของผู้อื่น

2.3.3.5 เทคนิค ดี อาร์ ไอ (DRI : Differential Reinforcement of Incompatible Behavior)

เทคนิค DRI เป็นการลดพฤติกรรมที่เป็นปัญหาโดยการเพิ่มพฤติกรรมที่ขัดกัน (Incompatible) นั่นคือพฤติกรรมที่เป็นปัญหาจะไม่สามารถเกิดขึ้นในขณะที่มีพฤติกรรมที่ขัดกันนั้นเกิดขึ้น เช่น การลดพฤติกรรมการส่งเสียงในชั้นโดยไม่ได้รับอนุญาตของนักเรียนโดยการเสริมแรงพฤติกรรมยกมือและรอกการอนุญาตให้พูด หรือการลดพฤติกรรมการลุกจากที่นั่งของเด็กโดยการเสริมแรงพฤติกรรมยกมือ และรอกการอนุญาตให้พูด หรือการลดพฤติกรรมการลุกจากที่นั่งของเด็กโดยการเสริมแรงพฤติกรรมนั่งกับที่นิ่งเป็นต้น

หลักในการใช้เทคนิคกระบวนการ ดีอาร์ไอ

1. การใช้เทคนิค DRI นั้น การเลือกพฤติกรรมที่ขัดต่อพฤติกรรมที่เป็นปัญหา ควรจะเป็นพฤติกรรมที่เป็นประโยชน์แก่บุคคลนั้น จึงควรที่จะเลือกพฤติกรรมที่เป็นประโยชน์แก่บุคคลนั้นให้มากที่สุด ถ้ามีพฤติกรรมหลายพฤติกรรมให้เลือกและมีความสำคัญพอกๆกัน ก็ควรที่จะเลือกพฤติกรรมที่บุคคลนั้นแสดงออกอยู่แล้วในสภาพการณ์นั้น

2. ควรมีการบันทึกข้อมูลเส้นฐานทั้งพฤติกรรมที่เป็นปัญหา และพฤติกรรมที่ขัดกันกับพฤติกรรมที่เป็นปัญหา หรือพฤติกรรมทดแทน ทั้งนี้เพื่อที่จะได้ประเมินว่าโปรแกรมที่กำหนดไว้ได้ผลหรือไม่

3. ให้ใช้วิธีการเสริมแรงเช่นเดียวกับหลักการเสริมแรงทางบวกโดยทั่วไป นั่นคือในระยะแรกควรที่จะเสริมแรงแบบทุกครั้ง และเมื่อพฤติกรรมเกิดขึ้นสม่ำเสมอแล้วค่อยเปลี่ยนมาเป็นการเสริมแรงแบบครั้งคราว

4. เมื่อใดก็ตามที่พฤติกรรมที่เป็นปัญหาเกิดขึ้นจะต้องให้การหยุดยั้ง การให้การหยุดยั้งจะต้องทำให้สม่ำเสมอ

5. ในกรณีที่ทำเนิการ DRI ในชั้นเรียน ครูอาจจะใช้หลักของตัวแบบในการเสริมสร้างพฤติกรรมที่เหมาะสม นั่นคือ ครูควรจะให้เสริมแรงเมื่อนักเรียนคนอื่นๆ ในชั้นเรียนแสดงพฤติกรรมที่ขัดกันกับพฤติกรรมที่เป็นปัญหาหรือพฤติกรรมทดแทน

DRI นั้นสามารถนำไปปรับพฤติกรรมที่เป็นปัญหาของบุคคลได้แทบทุกพฤติกรรม ซึ่งก็เหมือน ๆ กับการใช้การเสริมแรงทางบวกนั่นเอง เพราะว่า DRI นั้นนอกจากใช้เพื่อลดพฤติกรรมที่เป็นปัญหาแล้วยังใช้เพิ่มพฤติกรรมที่พึงประสงค์อีกด้วย



ตอนที่ 2 พฤติกรรมที่เป็นปัญหาของนักเรียน

พฤติกรรมที่เป็นปัญหาของนักเรียน

1. พฤติกรรมไม่รับผิดชอบในการเรียน

ความรับผิดชอบ หมายถึง ความมุ่งมั่น ตั้งใจที่จะปฏิบัติหน้าที่ด้วยความผูกพัน พากเพียรและความละเอียดรอบคอบ ตั้งใจที่จะทำงานในหน้าที่ที่มีต่อตนเองและสังคม เพื่อให้บรรลุผลสำเร็จตามความมุ่งหมายตามที่ตนได้พูดหรือได้ให้คำมั่นสัญญาไว้ โดยไม่ย่อท้อต่ออุปสรรค ยอมรับผลการกระทำในการปฏิบัติหน้าที่ด้วยความเต็มใจ ไม่ว่าจะเป็ผลดีหรือผลเสีย โดยมีความรับผิดชอบและรับชอบในการกระทำของตนเอง ทั้งพยายามที่จะปรับปรุงการปฏิบัติหน้าที่ให้ดียิ่งขึ้น

ลักษณะของนักเรียนที่มีความรับผิดชอบ มีดังนี้

1. มีความเอาใจใส่ต่อการเรียนและงานที่ทำ ได้แก่ การตั้งใจฟังขณะที่ครูสอนและมอบหมายงาน ไม่นำสิ่งที่ไม่เกี่ยวข้องกับการเรียนมาเล่นในขณะที่ครูสอน
2. ความเพียรพยายาม ได้แก่ ความอดทนไม่ย่อท้อต่ออุปสรรค มีการติดตามผลงานของตนที่ทำไปแล้วเพื่อแก้ไขปรับปรุงงาน
3. การตรงต่อเวลา ได้แก่ การเข้าห้องเรียนให้ทันเวลา และการทำงานที่ได้รับมอบหมายให้เสร็จทันและส่งตามเวลาที่กำหนด

ความรับผิดชอบแบ่งได้ 8 ด้านดังนี้

1. ความรับผิดชอบต่อตนเอง ได้แก่ การรักษาป้องกันตนเองให้ปลอดภัยจากอันตรายโรคภัยไข้เจ็บ ร่างกายแข็งแรง บังคับควบคุมจิตใจไม่ให้ตกเป็นทาสของกิเลส
2. ความรับผิดชอบต่อการศึกษเล่าเรียน ได้แก่ ความขยัน อดทน เข้าห้องเรียน และส่งงานที่ได้รับมอบหมายตรงตามเวลาที่กำหนด เมื่อมีปัญหาในการเรียนก็พยายามศึกษาค้นคว้า ซักถามครู-อาจารย์จนเข้าใจ
3. ความรับผิดชอบต่องานที่ได้รับมอบหมาย ได้แก่ การปฏิบัติหน้าที่ที่ได้รับมอบหมายด้วยความเอาใจใส่ อดทน ขยันหมั่นเพียร ต่อสู้อุปสรรคโดยไม่ย่อท้อ พยายามปรับปรุงงานของตนให้ดียิ่งขึ้น
4. ความรับผิดชอบต่อการกระทำของตน ได้แก่ การยอมรับการกระทำของตนทั้งที่เป็นผลดีและผลเสีย ไม่ปิดความรับผิดชอบในหน้าที่ของตนให้ผู้อื่น พร้อมทั้งจะปรับปรุงแก้ไขให้ได้ผลดียิ่งขึ้น
5. ความรับผิดชอบต่อเพื่อน ได้แก่ การช่วยตักเตือน แนะนำเมื่อเห็นเพื่อนกระทำผิด ช่วยเหลือเพื่อนตามความถูกต้องเหมาะสม ให้อภัยเมื่อเพื่อนกระทำผิด ไม่เอาเปรียบเพื่อน
6. ความรับผิดชอบต่อโรงเรียน ได้แก่ การมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่างๆของ

โรงเรียน รักษาผลประโยชน์ชื่อเสียงเกียรติยศของโรงเรียน ช่วยรักษาความสะอาด ไม่ทะเลาะวิวาทกับนักเรียนโรงเรียนอื่น

7. ความรับผิดชอบต่อครอบครัว ได้แก่ การช่วยเหลืองานต่างๆภายในบ้านเพื่อแบ่งเบาภาระหน้าที่ซึ่งกันและกันตามความสามารถของตน ช่วยแก้ปัญหาเมื่อสมาชิกในครอบครัวไม่เข้าใจกัน ตลอดจนช่วยประหยัดค่าใช้จ่ายในครอบครัว

8. ความรับผิดชอบต่อสังคม ได้แก่ การมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่างๆของชุมชนและสังคม บำเพ็ญประโยชน์และสร้างความเจริญให้กับชุมชนและสังคมอย่างเต็มความสามารถ ตลอดจนช่วยคิดและแก้ปัญหาต่างๆของชุมชนและสังคม

การปลูกฝังความรับผิดชอบ

ความรับผิดชอบเป็นคุณลักษณะประการหนึ่ง ที่ควรส่งเสริมให้เกิดขึ้นในเด็ก ทั้งนี้ เพราะเป็นคุณลักษณะอันพึงปรารถนาในสังคม แต่ความรับผิดชอบไม่ได้ติดตัวมาแต่กำเนิด แต่เป็นสิ่งที่เกิดจากต้องเรียนรู้ การฝึกความรับผิดชอบมีดังนี้

1. การฝึกความรับผิดชอบควรเริ่มตั้งแต่เด็กยังมีอายุน้อย ๆ
2. เด็กทุกคนควรได้มีโอกาสฝึกให้มีความรับผิดชอบ
3. การฝึกให้มีความรับผิดชอบและการจัดประสบการณ์ความรับผิดชอบควรให้เหมาะสมกับแต่ละบุคคล
4. ควรให้เด็กทราบว่าผู้ใหญ่หวังอะไรจากตัวเขา
5. การฝึกให้เด็กมีความรับผิดชอบ ผู้ใหญ่ต้องรู้จักยืดหยุ่นในการฝึกไม่เร่งรัดเกินไป
6. เด็กต้องการคำแนะนำจากผู้ใหญ่
7. เด็กต้องการความไว้วางใจจากผู้ใหญ่ เมื่อสามารถเรียนรู้ว่าส่วนใดควรอยู่ในความรับผิดชอบ
8. ทักษะคติและพฤติกรรมต่อความรับผิดชอบของผู้ใหญ่ มีอิทธิพลต่อการพัฒนาการรับผิดชอบของเด็ก
9. การฝึกให้เด็กมีความรับผิดชอบมากเกินไป บางครั้งก็เป็นโทษต่อตัวเด็ก

2. พฤติกรรมผิดระเบียบวินัยของโรงเรียน

วินัยแบ่งออกเป็น 2 ประเภท คือ

2.1 วินัยภายนอก (External Authority Discipline) หมายถึง คุณลักษณะทางจิตหรือจิตลักษณะ และพฤติกรรมที่นำไปสู่การปฏิบัติตามกฎระเบียบหรือข้อตกลง เพื่อความเป็นระเบียบเรียบร้อยของสังคม โดยได้รับการควบคุมดูแลจากผู้อื่น ผู้ที่มีวินัยภายนอกจะมีการแสดงออกซึ่งมองจากภายนอกกว่าเป็นการกระทำที่บังเกิดผลดีต่อตนเอง ส่วนรวม และสังคม เช่น มีความเป็นระเบียบเรียบร้อย เชื่อฟัง และปฏิบัติตามกฎ ระเบียบ คำสั่งหรือข้อตกลง พฤติกรรมที่ปรากฏเป็นผลจากการอบรมสั่งสอน บังคับหรือเสริมแรงแต่ผู้ที่มีวินัยภายนอกยังต้องได้รับการดูแลควบคุมอยู่เสมอ มิฉะนั้นอาจไม่ปฏิบัติตามวินัยที่กำหนดได้

2.2 วินัยในตนเอง (Self Discipline) หมายถึง คุณลักษณะทางจิตหรือจิตลักษณะ และพฤติกรรมที่นำไปสู่การปฏิบัติตามกฎระเบียบหรือข้อตกลงเพื่อความเป็นระเบียบเรียบร้อยของสังคม โดยไม่ต้องได้รับการควบคุมดูแลจากผู้อื่น เนื่องจากสามารถควบคุมอารมณ์และพฤติกรรมของตนเอง

ตามที่มีมุ่งหวังไว้ได้ ผู้ที่มีวินัยในตนเองจะมีการแสดงออกคล้ายกับผู้ที่มิมีวินัยภายนอก แต่ไม่ต้องถูกควบคุมจากภายนอก เพราะได้รับการแนะนำหรืออบรมสั่งสอนประกอบด้วยเหตุผลอย่างดีและมีบรรยากาศของความรักและความหวังดี ย่อมสามารถควบคุมตนเองได้ทั้งในด้านอารมณ์และพฤติกรรมของตน เพื่อให้พฤติกรรมเป็นไปตามที่มีมุ่งหวังและไม่ขัดต่อระเบียบกฎเกณฑ์ที่สังคมวางไว้ จึงเป็นการแสดงออกทางจริยธรรมและคุณธรรมที่เหนือกว่าการรู้ตัวชั่ว หรือการกระทำดีกระทำชั่ว

การปลูกฝังระเบียบวินัย

ลักษณะวินัยที่ดีที่ควรปลูกฝังไว้ดังนี้

1. ต้องอยู่บนรากฐานของการเสียสละ เพื่อมนุษยธรรม เช่น มีอิสริยาภ ความยุติธรรม และความเสมอภาคในหมู่ของคนทั้งหลาย
2. ต้องอยู่บนรากฐานแห่งการยอมรับนับถือศักดิ์ศรีและสิทธิของทุกคน
3. มีผลให้งานที่ทำมีประสิทธิภาพมากขึ้น
4. ส่งเสริมให้เด็กมีลักษณะเป็นผู้นำ คือ พร้อมที่จะบริการและปฏิบัติงานร่วมกับหมู่คณะเป็นอย่างดี
5. วินัยควรกำหนดมาจากความเข้าใจว่าต้องทำหรือไม่ทำว่าด้วยเหตุผลใด ดีกว่าวินัยที่ทำตามคำสั่ง

การพัฒนาวินัยที่ได้ผลและมั่นคง ที่ต้องการจะให้เกิดในตัวบุคคล คือวินัยในตนเองที่มีรากฐานมาจากการควบคุมภายในตนและภายนอกตน การควบคุมภายใน เช่น การอมรมเลี้ยงดูที่สม่ำเสมอ แต่การบังคับและการลงโทษ ซึ่งเป็นการควบคุมภายนอกจะช่วยปลูกฝังวินัยในตนเองได้เพียงเล็กน้อย

วิธีการปลูกฝังวินัยในตนเองให้แก่เด็ก ดังนี้

1. การอบรมเลี้ยงดูเด็ก โดยครอบครัวและผู้มีหน้าที่เกี่ยวข้องในการให้การศึกษา ควรให้การอบรมเลี้ยงดูที่ดีที่สุด คือ การให้ความรัก ความเข้าใจเป็นเครื่องสนับสนุน อีกทั้งมีการใช้เหตุผล การลงโทษทางจิตใจมากกว่าทางกาย รวมทั้งการควบคุมอย่างพอเหมาะ ไม่บังคับมากเกินไป นั่นคือควรใช้การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย

2. การฝึกอบรมเพิ่มเติม โดยการถ่ายทอดวินัยในตนเองให้แก่เด็ก ทั้งทางตรงและทางอ้อม คือ การให้ความรู้ คำแนะนำ การลงโทษ การให้รางวัลในพฤติกรรมต่างๆ อีกทั้งผู้ใหญ่จะต้องประพฤติตนเป็นแบบอย่างที่ดี เพื่อเป็นตัวอย่างสำหรับการเลียนแบบของเด็ก

ดังนั้น การปลูกฝังเสริมสร้างและพัฒนาวินัยในตนเองแก่เด็กจึงเป็นเรื่องสำคัญที่ต้องทำให้ถูกวิธี เพื่อสร้างจริยธรรมที่ดีของบุคคลที่จะเป็นพลเมืองดี ซึ่งจำเป็นมากสำหรับทุกสังคม การพัฒนาวินัยในตนเองจะต้องทำตั้งแต่วัยทารก ซึ่งเด็กควรได้รับความอบอุ่นในครอบครัว อันเป็นการสนองตอบความต้องการของเขา และทำให้เด็กเกิดความมั่นคงทางอารมณ์ อันจะช่วยให้เกิดการเรียนรู้ทั้งทางตรงและทางอ้อมได้อย่างมีเหตุผล สามารถใช้แรงจูงใจทางจริยธรรมมาเป็นแนวเสริมในการควบคุมตนเองหรือในการเกิดวินัยในตนเองอย่างมั่นคง ซึ่งการพัฒนาวินัยในตนเองนี้ต้องอาศัยความร่วมมือจากหลายฝ่ายและทุกฝ่ายก็ควรจะต้องเข้าใจหลักจิตวิทยาและวิธีการของการพัฒนาวินัยในตนเองให้ถูกต้อง เพื่อนำไปใช้ให้ถูกต้อง อันจะทำให้เกิดประโยชน์ได้อย่างเต็มที่ และจะต้องใช้ระยะเวลาพอสมควร

ความสำคัญของการปลูกฝังระเบียบวินัย

การปลูกฝังระเบียบวินัยนั้น มีความสำคัญดังนี้

1. ช่วยให้เด็กรู้สึกมั่นใจโดยบอกว่าสิ่งใดควรทำและสิ่งใดไม่ควรทำ
2. ช่วยให้นักเรียนหลีกเลี่ยงต่อความรู้สึกผิดหรืออับอายต่อสิ่งที่ผิด ความรู้สึกที่หลีกเลี่ยงไม่ได้นี้ จะทำให้ไม่มีความสุขและทำให้เกิดการปรับตัวที่ยาก วินัยจะช่วยให้เด็กอยู่ในมาตรฐานของสังคม
3. ช่วยให้เด็กได้เรียนรู้ การประพฤติตนที่จะเป็นแนวทางไปสู่การเป็นผู้นำที่น่ายกย่อง น่านับถือ เป็นข้อบังคับของความรักและการยอมรับที่สำคัญ คือการปรับตัวประสบผลสำเร็จและมีความสุข
4. ช่วยรักษาแรงจูงใจในการเสริมแรงของตน ซึ่งจะกระตุ้นให้เด็กได้รับสิ่งที่เป็นการต้องการของเขา
5. ช่วยให้เกิดการพัฒนาจิตสำนึก ศีลธรรมซึ่งเป็นแนวทางในการทำให้เด็กมีการตัดสินใจและควบคุมพฤติกรรมด้วยตนเอง

ความสำคัญของวินัยในโรงเรียน มีดังนี้

1. วินัยช่วยสร้างและรักษาไว้ซึ่งสภาพการณ์อันจำเป็นต่อความเจริญก้าวหน้าของโรงเรียน หากขาดวินัยเสียแล้วการดำเนินงานของโรงเรียนก็จะดำเนินไปด้วยความยากลำบาก
2. วินัยเป็นเครื่องเตรียมตัวนักเรียนสำหรับการดำเนินชีวิตในภายหน้า เมื่อนักเรียนเติบโตใหญ่ มีเสรีภาพเต็มที่ เสรีภาพในตอนเป็นผู้ใหญ่จะต้องผูกพันอยู่กับความรับผิดชอบอย่างใกล้ชิด
3. วินัยเป็นเครื่องปลูกฝังการรู้จักควบคุมตัวเองที่ละน้อย การชี้ให้นักเรียนเห็นคุณค่าของการรู้จักปกครองตนเองเป็นสิ่งที่ครูจะต้องเอาใจใส่ปลูกฝังอยู่เสมอจนเป็นนิสัยติดตัวไปในภายภาคหน้า

พฤติกรรมทางวินัยที่เป็นปัญหา

โรงเรียนต่างๆประสบปัญหาด้านวินัย ซึ่งแบ่งออกเป็น 4 ลักษณะ คือ

1. ปัญหาการผิดวินัยในชั้นเรียน ได้แก่ การตอบโต้กับครู การไม่ตั้งใจเรียน การรบกวนคนอื่น การกินขนมในชั้น การชอบทำลายของ การพูดหยาบคาย การพูดปด และการทำร้ายคนอื่น
 2. ความประพฤติผิดนอกชั้นเรียน ได้แก่ การต่อสู้กัน การทำลายสิ่งของ การสูบบุหรี่ การใช้จ่ายเสพติด การแต่งกายผิดระเบียบ การขโมย การเล่นการพนัน การทำบริเวณโรงเรียนสกปรก การต่อต้านครูและโรงเรียน และการเข้าไปในบริเวณหวงห้าม
 3. การหนีโรงเรียน ได้แก่ การไม่เข้าชั้นเรียน การขาดโรงเรียน
 4. ความเฉื่อยชา ได้แก่ การเข้าชั้นเรียนช้าบ่อยๆและการมาโรงเรียนสายบ่อยๆ
- ปัญหาการทำผิดวินัยของนักเรียนนั้นมีสาเหตุหลายประการ ซึ่งพอสรุปสาระสำคัญได้ดังนี้

1. ตัวนักเรียนเอง เช่น ความผิดปกติทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม การเก็บตัว การฝ่าฝืนกฎระเบียบข้อบังคับ การทะเลาะวิวาท ปัญหาทางเพศ ลักขโมย ขาดความสามัคคี ขาด

ความเคารพเชื่อถือน การสอบตก ความรู้สึกขาดความมั่นคงในโรงเรียน เป็นนักเลงอันธพาล ไม่เอาใจใส่ ในกิจกรรมของโรงเรียน มั่วสุมในสถานที่ที่ไม่เหมาะสม

2. กลุ่มเพื่อน เช่น เพื่อนชักชวนก่อการทะเลาะวิวาท สร้างบรรยากาศตึงเครียด
3. สภาพแวดล้อมในโรงเรียน เช่น การประพฤติปฏิบัติตนของครูต่อนักเรียน อารมณ์ของครู วิธีสอน การควบคุมนักเรียน บรรยากาศทั้งนอกและในห้องเรียน ระเบียบกฎเกณฑ์ที่กำหนดขึ้นหย่อนยานหรือตึงเกินไป
4. สภาพแวดล้อมทางครอบครัว เช่น พ่อแม่ยากจนหรือร่ำรวยมากเกินไป พ่อแม่รักลูกตามใจลูกเกินไป พ่อแม่แยกกันอยู่ ขาดคนเอาใจใส่ดูแลลูก พ่อแม่ประพฤติตนไม่ดีหรือไม่เข้าใจ ธรรมชาติการเปลี่ยนแปลงตามวัยและเพศของเด็ก ความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในครอบครัว สมาชิกในครอบครัวมากหรือน้อยเกินไป ความเข้มงวดหรือหย่อนยานด้านวินัยมากเกินไป บ้านตั้งอยู่ในสภาพแวดล้อมที่ไม่เหมาะสม เช่น แหล่งชุมชนแออัด แหล่งอบายมุข แหล่งสถานเริงรมย์
5. สภาพสังคมและสิ่งแวดล้อมทั่วไป เช่น ภาพจากสื่อมวลชน การทุจริตประพฤติมิชอบ การฉ้อโกง ศูนย์การค้า

3. พฤติกรรมก่อกวนชั้นเรียน

พฤติกรรมก่อกวนชั้นเรียน คือ การพูดโดยไม่ได้รับอนุญาต การลุกจากที่นั่งเดินไปมา ลุกเปลี่ยนที่ ลุกออกจากห้อง ขว้างปาวัตถุสิ่งของ การทำเสียงดัง พูดหรือกระซิบกับเด็กอื่น หัวเราะ ตะโกนในห้องเรียน เล่นกับเพื่อนเสียงดัง เคาะโต๊ะในขณะที่ครูสอน พฤติกรรมก่อกวนชั้นเรียนไม่รวมพฤติกรรมก้าวร้าวร่างกายโดยตรง พฤติกรรมลักษณะโมย พฤติกรรมการแสดงออกที่มากเกินไป (Hyperactivity)

สาเหตุของพฤติกรรมก่อกวนชั้นเรียน มีดังนี้

1. เรียกร้องความสนใจเพราะขาดความเอาใจใส่จากพ่อแม่ พ่อแม่มีงานมากเกินไป
2. ขาดความรักความอบอุ่น
3. พ่อแม่รักตามใจและปกครองลูกไม่เป็น
4. พ่อแม่ไม่ค่อยอยู่บ้าน มักปล่อยให้เล่นตามลำพังเสมอ
5. ไม่มีเพื่อนเล่น
6. มีความคับข้องใจเพราะพ่อแม่บังคับมากเกินไป

ลักษณะของพฤติกรรมก่อกวนในชั้นเรียน

ลักษณะของเด็กที่มีพฤติกรรมก่อกวนความสงบ ความเป็นระเบียบในห้องเรียน มีดังนี้ พูดตะโกนเสียงดัง ชอบทำเสียงดังโดยการกระแทกของ ทุบโต๊ะ ทำเก้าอี้ล้ม ยกเก้าอี้ทุ่ม เดินออกนอกห้องเรียน เดินไปมารอบ ๆ ห้อง ระบายงานการทำงานของเพื่อนโดยการเข้าแหย่และยื้อยุดคุดมือเพื่อขัดขวางการทำงานของเพื่อน การก่อความวุ่นวาย ไม่ทำการบ้าน ไม่ทำงานตามที่ได้รับมอบหมาย เดินไปรอบห้อง นั่งเหม่อลอย เดินออกนอกห้องเรียน ตบศีรษะเพื่อน

การแก้ไขพฤติกรรมก่อกวนชั้นเรียน

1. ครูจะต้องไม่ให้ความสนใจพฤติกรรมที่ก่อกวนชั้นเรียนนอกเสียจากว่าเป็นพฤติกรรมที่ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน

2. เมื่อมีพฤติกรรมที่พึงประสงค์ก็ให้ความสนใจหรือให้สิ่งที่เด็กพอใจ
3. อาจจะมีให้นักเรียนควบคุมตนเองโดยการตั้งเกณฑ์ไว้ว่าควรมีพฤติกรรมก่อนหน้าใดกี่ครั้งในเวลาที่กำหนด

4. พฤติกรรมก้าวร้าว

พฤติกรรมก้าวร้าวเป็นสัญญาณของการทำลายสู่ภายนอกเมื่อบุคคลสะสมความก้าวร้าวไว้ เขาก็จะพยายามแสดงความก้าวร้าวในรูปแบบต่างๆ เช่น ทำทางที่ไม่เป็นมิตรกับผู้อื่น การข่มเหงรังแก ต่อต้านและไม่ให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรมต่างๆหรืออาจแสดงในรูปของการทำลายหรือทำร้ายผู้อื่น เพื่อปลดปล่อยความเครียด ความคับข้องใจ ความวิตก และความรู้สึกสิ้นหวังที่ตนเองมีอยู่ พฤติกรรมก้าวร้าวของมนุษย์เกิดจากการเรียนรู้การสังเกต การเลียนแบบพฤติกรรมผู้อื่นและส่วนหนึ่งเกิดจากการเสริมแรงยิ่งถ้าพฤติกรรมก้าวร้าวนั้นได้รับการเสริมแรงมากเท่าใดก็มีแนวโน้มจะเกิดพฤติกรรมนั้นซ้ำมากขึ้น มีผลทำให้ผู้อื่นหรือตนเองเจ็บปวด เกิดความเสียหาย ทั้งที่เจตนาและไม่เจตนาการแสดงออกของความก้าวร้าวมีได้หลายทาง คือ

1. ทางวาจา หรือคำพูด เช่น การพูดว่า พุดกรรโชก ข่มขู่
2. ทางการกระทำของร่างกาย เช่น การต่อสู้ ชกต่อย การตีรันฟันแทง การข่มขืน
3. การกระทำให้เกิดความสูญเสียทรัพย์สินสมบัติ เช่น การทำลายข้าวของให้เสียหาย

ทุบให้แตก จุดไฟเผา วางระเบิด

ลักษณะของพฤติกรรมก้าวร้าว

พฤติกรรมก้าวร้าวแบ่งออกเป็น 2 ลักษณะได้แก่

1. พฤติกรรมก้าวร้าวเป็นเครื่องมือไปสู่เป้าหมาย (Instrumental aggression) เป็นพฤติกรรมที่ไม่มีเจตนาร้ายแม้จะทำให้บุคคลหรือสิ่งของเสียหายบุคคลจะแสดงพฤติกรรมเพื่อผลบางอย่าง เช่น เพื่อระบายความคับข้องใจ เพื่อรางวัลหรือเพื่อเรียกร้องความสนใจ พฤติกรรมชนิดนี้จะเปลี่ยนไปตามสถานการณ์จัดสิ่งแวดล้อมของรางวัลและการลงโทษ

2. พฤติกรรมก้าวร้าวที่เกิดจากความโกรธ (Angry-aggression หรือ hostility aggression) เป็นพฤติกรรมที่ต้องการให้บุคคลหรือสิ่งของได้รับอันตรายตัวกำหนดพฤติกรรมก้าวร้าวชนิดนี้ คือการได้รับโทษในอดีต และการถูกทำลายศักดิ์ศรีในปัจจุบัน

สาเหตุของพฤติกรรมก้าวร้าว

1. ความไร้อำนาจหรือถูกข่มขู่ เมื่อบุคคลรู้สึกว่าถูกข่มขู่หรือถูกโจมตีจากบุคคลอื่นและมีความรู้สึกที่ไม่มีอำนาจควบคุมสถานการณ์นั้น ๆ ได้บุคคลก็อาจแสดงความก้าวร้าวออกมา

2. บุคคลก้าวร้าวอาจเนื่องมาจากได้รับประสบการณ์ทางอารมณ์ในอดีตที่ต้องแสดงความก้าวร้าว เพราะความพ่ายแพ้ตนเอง และประสบการณ์ในอดีตนี้ยังไม่ได้รับการแก้ไข เมื่อมีเหตุการณ์ในปัจจุบันที่คล้ายคลึงกับในอดีต บุคคลนั้นจึงมีแนวโน้มที่จะตอบสนองออกไปดังเช่นที่ได้เคยกระทำไปแล้ว

3. ความเชื่อเกี่ยวกับความก้าวร้าว คือบุคคลมีความเชื่อว่า การแสดงความก้าวร้าวเป็นวิธีการเดียวที่ใช้ได้ต่อบุคคลอื่นเพื่อให้ได้สิ่งที่ต้องการ

4. บุคคลได้รับการเสริมแรงทางบวกจากทางบ้านหรือชุมชน เมื่อแสดงพฤติกรรมก้าวร้าว นอกจากนี้การที่บุคคลขาดการเรียนรู้ทักษะเพื่อแสดงออกอย่างเหมาะสม เมื่ออยู่ในสถานการณ์เฉพาะอย่าง อาจทำให้บุคคลแสดงความก้าวร้าวได้

นอกจากนั้นความก้าวร้าวของเด็กอาจมีสาเหตุมาจากปัจจัยต่าง ๆ ดังนี้

1. เป็นเด็กที่พ่อแม่ไม่ต้องการและเกลียดชังถูกทอดทิ้งจนทำให้เด็กรู้สึกหวาดโหดเดียวและน้อยเนื้อต่ำใจ จนในที่สุดก็จะเกิดความรู้สึกเคียดแค้นชิงชัง

2. เป็นเด็กที่ถูกกลั่นแกล้งหรือโดนรังแกมาก่อน

3. ขาดความรักความอบอุ่นจากพ่อแม่และคนข้างเคียง

4. พ่อแม่เข้มงวดกวดขันและเจ้าอารมณ์ ใช้อำนาจข่มขู่เด็กมากเกินไป ทำให้เด็กกลัวและเก็บอารมณ์นั้นไว้

5. เป็นเด็กที่มาจากครอบครัวที่พ่อแม่พี่น้องแตกความสามัคคี

6. ครูชอบใช้อำนาจเกินเหตุกับเด็ก

7. ครูไม่ยุติธรรมต่อเด็ก

8. เกิดจากการรบกวนหรือการต่อสู้อัน

9. เกิดจากสัณฐานวิทยาทางการทำลาย

10. เกิดจากความไม่แน่ใจในเรื่องต่าง ๆ เข้าใจเรื่องราวไม่แจ่มชัดจึงเกิดความคับข้องใจซึ่งนำไปสู่ความก้าวร้าวได้

11. เด็กมีนิสัยขี้ขลาด ไม่ใช่ขี้กลัว

12. มีปมด้อย จึงทำสิ่งต่าง ๆ เพื่อสร้างปมเด่น

13. พ่อแม่รัก ตามใจ และส่งเสริมให้มีพฤติกรรมก้าวร้าวรังแกผู้อื่น





ตอนที่ 3 การวิจัยกลุ่มตัวอย่างเดี่ยว

การวิจัยกลุ่มตัวอย่างเดี่ยว (Single Subject Design)

การวิจัยกลุ่มตัวอย่างเดี่ยว (Single Subject Design) เป็นรูปแบบการวิจัยที่นิยมใช้อย่างแพร่หลายในต่างประเทศ ในประเทศไทยยังนำมาใช้ไม่มากนัก ส่วนใหญ่จะนำมาใช้ในการศึกษาพฤติกรรมในสาขาจิตวิทยาและสาขาการศึกษาพิเศษ ซึ่งการวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาพฤติกรรม ที่เป็นปัญหาของนักเรียนเป็นรายบุคคล (ประมาณ 1-3 คน) จึงนำรูปแบบการวิจัยกลุ่มตัวอย่างเดี่ยวมาใช้ในการจัดการพฤติกรรมที่เป็นปัญหาของนักเรียน จึงขอเสนอรูปแบบไว้พอสังเขป

การวิจัยแบบกลุ่มตัวอย่างเดี่ยว เป็นการวิจัยที่ศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรมของนักเรียนไม่ว่าจะเป็นพฤติกรรมในการเรียน พฤติกรรมทางสังคม พฤติกรรมในการแสดงออก การวิจัยแบบกลุ่มตัวอย่างเดี่ยวใช้กลุ่มตัวอย่างเพียงเล็กน้อย อาจเพียง 1 คนหรือ 2-3 คน หรือ 1 กลุ่มเล็กๆก็ได้ ซึ่งครูผู้สอนอาจหากกลุ่มตัวอย่างได้ง่าย มีขั้นตอนที่ไม่ซับซ้อน กล่าวคือ มีการเลือกพฤติกรรมที่เป็นปัญหา บันทึกพฤติกรรมอย่างเป็นระบบ วิเคราะห์พฤติกรรมที่บันทึกได้ ทดลองนำนวัตกรรมที่ครูผลิตขึ้นมาใช้กับเด็ก โดยการทดลองใช้ซ้ำๆ มีการประเมินผลและทดสอบหลายครั้งติดต่อกัน แล้วจึงนำผลมาเสมอเพื่อให้เห็นพัฒนาการและความก้าวหน้าของพฤติกรรมที่กำลังศึกษาว่าดีขึ้นหรือลดลง จึงเป็นทางเลือกอีกทางหนึ่งที่ครูผู้สอนสามารถนำไปใช้ในการวิจัยในชั้นเรียนเพื่อพัฒนาปรับปรุงการเรียนการสอนและพัฒนาพฤติกรรมที่พึงประสงค์ของนักเรียนให้เป็นไปตามเป้าหมายของหลักสูตรต่อไป

1. รูปแบบการวิจัยกลุ่มตัวอย่างเดี่ยว (Design)

1. รูปแบบการวิจัยชนิด A – B เป็นรูปแบบที่ประกอบด้วยเส้นฐาน (baseline) (A) ตามด้วยการทดลอง (treatment) เมื่อสิ้นสุดการทดลอง ก็สิ้นสุดการวิจัย

2. รูปแบบการวิจัยชนิด A –B- A' เป็นรูปแบบการวิจัยประกอบด้วย เส้นฐาน (A) การทดลอง (B) และ สลับกลับเส้นฐาน (A') อีกครั้ง รูปแบบนี้เรียกว่า แบบสลับกลับ (reversal design)

3. รูปแบบการวิจัยชนิด A-B-A'-B' เป็นรูปแบบการวิจัยที่ประกอบด้วยประกอบด้วย เส้นฐาน (A) การทดลอง (B) เส้นฐาน (A') และการทดลอง (B') ตามลำดับ

ลักษณะของการวิจัยแบบกลุ่มตัวอย่างเดี่ยว

การวิจัยแบบกลุ่มตัวอย่างเดี่ยว มีลักษณะสำคัญ ดังนี้

1. กลุ่มตัวอย่างขนาดเล็ก คำว่า กลุ่มตัวอย่างเดี่ยว หมายความว่า การวิจัยนี้จะใช้กลุ่มตัวอย่างเพียง 1 คน เท่านั้น ในการทดลองแต่ละครั้งอาจใช้กลุ่มตัวอย่าง 1 คน , 3 คน, 1 คู่ , 3 คน 1 ครอบครัว 1 กลุ่มที่ประกอบด้วยหลาย ๆ คนก็ได้

2. มีการสังเกตพฤติกรรมโดยละเอียด ในการวิจัยแบบนี้ครูจะต้องสังเกตพฤติกรรมของเด็กซ้ำแล้วซ้ำอีกจนเป็นที่ประจักษ์ชัดว่าเด็กมีพฤติกรรมเป็นเช่นใด มีปัญหาหรือไม่ ถ้าเด็กมีปัญหาที่ต้องสังเกตให้ละเอียดว่ามีปัญหาในระดับใด มากหรือน้อยแค่ไหน การสังเกตพฤติกรรมนี้ ต้องกระทำตั้งแต่ระยะก่อนการทดลอง (baseline) ระหว่างทดลอง (treatment) และหลังการทดลอง

3. มีการสังเกตพฤติกรรมที่สม่ำเสมอ เทคนิคที่นำมาใช้ในการสังเกตพฤติกรรมของเด็กจะต้องเป็นเทคนิคเดียวตลอดการวิจัยทั้งก่อนการทดลอง ขณะทดลอง และหลังการทดลอง วิธีการสังเกตพฤติกรรมเปรียบเสมือนการวัดผลในการวิจัยเชิงปริมาณ (quantitative research)

4. มีการใช้วิธีการจัดกระทำและการระงับการ จัดกระทำ การจัดกระทำ (treatment) จะถูกนำมาใช้ในงานวิจัยแบบกลุ่มตัวอย่างเดี่ยวทุกรูปแบบของการทดลอง การจัดกระทำ (treatment) จะดำเนินการหลังจากศึกษาข้อมูลในช่วงเส้นฐาน (baseline) ผ่านไประยะหนึ่งแล้ว ส่วนการระงับการ จัดกระทำจะดำเนินการหลังช่วงการทดลองวิธีการจัดกระทำ/การจัดกระทำนี้อาจจะเรียกว่าวิธีช่วยเหลือ/ระยะการช่วยเหลือ (intervention) การออกแบบการทดลองนั้น จะใช้การกระทำซ้ำอีกหลายครั้ง หลายวิธีก็ได้

5. เป็นการศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรม ส่วนมากนำมาใช้ในการศึกษาพฤติกรรมของเด็ก การทดลองใช้กลวิธีตลอดจนเทคนิคต่างๆในการแก้ไขเปลี่ยนแปลงและจัดการพฤติกรรมของเด็ก ไม่นิยมนำวิธีการวิจัยรูปแบบนี้มาใช้เปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

6. ข้อมูลที่ได้จากการสังเกต การวิจัยเชิงปริมาณ (quantitative research) ส่วนใหญ่จะใช้ข้อมูลที่เป็นตัวเลขหรือคะแนน แต่การวิจัยแบบกลุ่มตัวอย่างเดี่ยวข้อมูลที่ใช้ได้จากการสังเกตและบันทึกพฤติกรรมข้อมูลส่วนมากจึงปรากฏในลักษณะของจำนวนนับ(number)ความถี่ (frequency) ร้อยละ(percent) ระยะเวลา(duration)อัตรา (rate) ความรวดเร็วในการโต้ตอบ (latency) ความแรง(magnitude)

จุดเด่นของการวิจัยแบบกลุ่มตัวอย่างเดี่ยว

1. ใช้กลุ่มตัวอย่างน้อย เพียงคนเดียวหรือกลุ่มเดียว เหมาะสมที่จะมาทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่างที่สุ่มมาจากประชากรที่หายาก
2. แผลผลง่ายเพราะไม่ต้องใช้สถิติที่สลับซับซ้อนเพียงดูจากกราฟก็อาจสรุปผลได้
3. มีความยืดหยุ่นสูง
4. สามารถหลีกเลี่ยงผลกระทบที่ไม่สำคัญได้
5. มีขั้นตอนง่าย ๆ ไม่สลับซับซ้อน

จุดด้อยของการวิจัยแบบสุ่มตัวอย่างเดี่ยว

การสรุปกลับไปสู่ประชากร การวิจัยแบบกลุ่มตัวอย่างเดี่ยวใช้กลุ่มตัวอย่างเพียงคนเดียวหรือกลุ่มเดียวไม่สามารถสรุปกลับไปสู่ประชากรได้เพราะกลุ่มตัวอย่างมีน้อยเกินไปจนไม่อาจเป็นตัวแทนของประชากรได้ อย่างไรก็ตามจุดมุ่งหมายสำคัญของการวิจัยแบบกลุ่มตัวอย่างเดี่ยวมิได้

มุ่งหวังที่จะสรุปกลับไปสู่ประชากรแต่เป็นการวิจัยที่สามารถสรุปกลับไปสู่พฤติกรรมอื่นในบุคคลเดียวได้ระดับหนึ่ง

ขั้นตอนของการวิจัยแบบกลุ่มตัวอย่างเดียว

การวิจัยแบบกลุ่มตัวอย่างเดียว เป็นการวิจัยเชิงทดลองประเภทหนึ่ง จึงมีขั้นตอนคล้ายการวิจัยเชิงทดลอง (ผดุง อารยะวิญญู. 2550 : 9-55) มีขั้นตอนดังนี้

1. การศึกษาพฤติกรรมและวิธีการทดลองใช้การจัดการพฤติกรรม ครูจะต้องศึกษาพฤติกรรมที่เป็นปัญหาของเด็กโดยละเอียด มีการบันทึกพฤติกรรมของเด็กโดยละเอียดเป็นช่วงเวลาตามพอควร ควรแยกแยะพฤติกรรมใหญ่ออกเป็นพฤติกรรมย่อย ๆ จนสามารถวัดได้ ประเมินได้ และการทดลองใช้วิธีการจัดการกระทำ วิธีการจัดการกระทำ(Intervention)เป็นวิธีการที่ครูนำมาใช้ในการจัดการกับพฤติกรรมของเด็ก เช่น ให้แรงเสริมเชิงบวก การกักบริเวณในห้อง การงดให้ร่วมกิจกรรมที่เด็กชอบ การให้เล่นเกมตามลำพังหลังจากทำงานเสร็จแล้ว เป็นต้น

2. เส้นฐาน (Baseline) และการวัดตัวแปรตาม

เส้นฐาน (Baseline) คือ เส้นนี้บ่งบอกถึงลักษณะทางพฤติกรรมของเด็กที่เกิดขึ้นจริงก่อนการทดลอง ผู้เขียนจะต้องสังเกตพฤติกรรมของเด็ก มีการบันทึกพฤติกรรมของเด็กอย่างเป็นระบบไม่น้อยกว่า 5 ครั้ง (ช่วง) จนกระทั่งได้ข้อมูลของพฤติกรรมที่กำลังศึกษาว่า พฤติกรรมนั้นมีลักษณะอย่างไร และสามารถพยากรณ์ได้ว่า พฤติกรรมนี้ในวันต่อ ๆ ไปจะมีลักษณะเป็นอย่างไร ข้อมูลในระดับเส้นฐานที่ดีมีลักษณะดังนี้

1. ความแปรผันของข้อมูล ข้อมูลที่มีความแปรผันน้อยโดยทั่ว ๆ ไปจะดีกว่า ข้อมูลที่มีความแปรผันมาก เพราะข้อมูลที่มีความแปรผันน้อยทำให้ผู้เขียนตัดสินใจเกี่ยวกับพฤติกรรมนั้น ๆ ได้แม่นยำยิ่งขึ้นหรือพูดอีกนัยหนึ่งว่าพฤติกรรมนั้นมีปัญหาจริงหากพฤติกรรมมีความแปรผันมาก จะทำให้ผู้เขียนตัดสินใจยาก

2. ความคงที่ของข้อมูล ผู้เขียนจะต้องบันทึกข้อมูลพฤติกรรมของเด็กในช่วงเส้นฐานไปเรื่อยๆ จนกระทั่งผู้เขียนได้รับข้อมูลที่ค่อนข้างคงที่ ซึ่งจะช่วยให้ผู้เขียนพอจะทำนายได้ว่า พฤติกรรมที่จะเกิดขึ้นในวันต่อไปจะเป็นเช่นใด ข้อมูลที่คงที่อาจมี 2 ลักษณะคือ พฤติกรรมมีแนวโน้มสูงขึ้นและพฤติกรรมมีแนวโน้มลดลง

การวัดตัวแปรตาม

ลักษณะของข้อมูลที่จะนำมาวิเคราะห์ เป็นผลมาจากการวัดตัวแปรตาม ในการวิจัยแบบกลุ่มตัวอย่างเดียว มีการวัดตัวแปรตามในลักษณะ ดังนี้

1. จำนวนนับ(Number) หมายถึง จำนวนที่ได้จากการนับพฤติกรรมที่ผู้เขียนต้องการวัด เช่น เด็กสะกดคำภาษาไทยถูกต้อง 10 คน เด็กทำแบบฝึกหัดคณิตศาสตร์ถูกต้อง 8 ข้อ เป็นต้น

2. ร้อยละ (Percent) เป็นจำนวนครั้งที่พฤติกรรมเกิดขึ้นต่อจำนวนโอกาสทั้งหมดที่เกิดพฤติกรรมคุณด้วย 100 เช่น เด็กทำคะแนนวิชาเลขได้ร้อยละ 80 เด็กแสดงพฤติกรรมที่พึงประสงค์ ร้อยละ 60 ของช่วงเวลาที่ครูสังเกต เป็นต้น

3. อัตรา (Rate) เป็นจำนวนครั้งที่พฤติกรรมเกิดขึ้นในช่วงเวลาที่มีการสังเกต อัตราามีลักษณะคล้ายความถี่ เพราะเป็นจำนวนพฤติกรรมที่เกิดในช่วงเวลาที่กำหนด อัตราามี

ประโยชน์ที่จะนำมาใช้บันทึกพฤติกรรมที่มีช่วงเวลาในการสังเกตต่างกัน เช่น วันแรก 12 นาที วันที่สอง 10 นาที วันที่สาม 7 นาที เป็นต้น

4. ระยะเวลา(Duration) เป็นระยะเวลาใช้วัดเมื่อผู้เขียนต้องการทราบว่าพฤติกรรมเป้าหมายเกิดขึ้นเป็นเวลานานเท่าใด

3. หลักการสังเกตพฤติกรรม

การสังเกตเป็นเครื่องมือพื้นฐานในการศึกษาพฤติกรรม และตามหลักพฤติกรรม ลักษณะของพฤติกรรมที่จะสังเกตจะต้องเป็นพฤติกรรมที่บุคคลแสดงออกกระทำหรือตอบโต้ต่อสิ่งเร้า หรือสิ่งใดสิ่งหนึ่งในสถานการณ์ใดสถานการณ์หนึ่ง และจะต้องเป็นพฤติกรรมที่สามารถสังเกตเห็นได้ นับได้ ได้ยินได้ และวัดได้ และยิ่งกล่าวว่า เมื่อรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับพฤติกรรมที่พึงประสงค์จะศึกษาแล้ว ควรจะนำข้อมูลที่รวบรวมไว้นั้นไปวิเคราะห์ต่อไป เพื่อจะได้ทราบว่าพฤติกรรมที่พึงประสงค์จะปรับนั้นเปลี่ยนแปลงหรือไม่ หรือเปลี่ยนแปลงไปในทิศทางใด การสังเกตพฤติกรรมนั้น จะทำให้ครูได้ข้อมูลพื้นฐาน (Baseline Data) ของพฤติกรรมใดควรพัฒนาหรือเปลี่ยนแปลง ซึ่งข้อมูลเหล่านี้จะช่วยให้ครูสามารถตัดสินใจอย่างถูกต้องว่าพฤติกรรมใดควรพัฒนาหรือเปลี่ยนแปลง

ในการสังเกตพฤติกรรมนั้น ผู้รับการทดลอง จะต้องไม่รู้ว่าจะถูกสังเกต โดยผู้สังเกตจะต้องอยู่ในห้องสังเกตพฤติกรรมหรือนั่งอยู่หลังชั้นเรียนหรือนั่งในที่ที่เหมาะสมที่สุด และไม่ควรถูกสังเกตเห็นนักเรียนคนใดคนหนึ่งจนเกินไป อีกทั้งจะต้องไม่แสดงความสนใจนักเรียนคนใดคนหนึ่งเป็นพิเศษ และไม่ควรรบกวนนักเรียนเห็นแบบบันทึกพฤติกรรมด้วย

4. การบันทึกข้อมูล

ในการวิจัยแบบกลุ่มตัวอย่างเดี่ยว ข้อมูลส่วนมากได้จากการสังเกตพฤติกรรม จึงจำเป็นต้องมีการบันทึกข้อมูลในลักษณะที่น่าเชื่อถือ การบันทึกข้อมูลขึ้นอยู่กับพฤติกรรมที่เรา กำลังศึกษาว่าพฤติกรรมดังกล่าวจะวัดด้วยวิธีใดจึงจะได้ข้อมูลที่เป็นจริงมากที่สุด เช่น การลุกจากที่นั่งอาจใช้ความถี่ ช่วงของสมาธิอาจใช้นาที เป็นต้น วิธีการบันทึกจากการสังเกตพฤติกรรม

4.1 การบันทึกเหตุการณ์ (Event Recording) เป็นการบันทึกพฤติกรรมที่เกิดขึ้นด้วยการนับจำนวนพฤติกรรมเป้าหมายหรือนับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นตลอดช่วงเวลาที่สังเกต

4.2 การบันทึกระยะเวลา (Duration) ซึ่งมี 2 ลักษณะ

1) การบันทึกระยะเวลารวม วิธีการบันทึกระยะเวลารวม โดยการกดปุ่มนาฬิกาจับเวลาที่พฤติกรรมเป้าหมาย (target behavior) เกิดขึ้น และกดปุ่มนาฬิกาอีกครั้งเพื่อหยุดเวลาบันทึกเมื่อพฤติกรรมสิ้นสุดลง ไม่ต้องตั้งนาฬิกาใหม่เมื่อหมดพฤติกรรมที่ 1 แล้ว เพราะจะต้องบันทึกพฤติกรรมต่อ ๆ ไปในลักษณะเดิมอีก เมื่อสิ้นสุดการสังเกตจะได้เวลารวมทั้งหมดสำหรับพฤติกรรมนั้น

2) การบันทึกระยะเวลาต่อหนึ่งพฤติกรรม วิธีการบันทึกระยะเวลาต่อหนึ่งนาฬิกา โดยการ กดปุ่มนาฬิกาจับเวลาที่พฤติกรรมเป้าหมายเกิดขึ้น และกดปุ่มนาฬิกาอีกครั้ง เพื่อหยุดการบันทึกเมื่อพฤติกรรมนั้นสิ้นสุดลง ให้บันทึกระยะเวลาลงในแบบฟอร์ม กดปุ่มตั้งนาฬิกาใหม่ และปฏิบัติเช่นเดิมอีก สำหรับพฤติกรรมครั้งต่อไป รวมเวลาที่สังเกตทั้งหมด

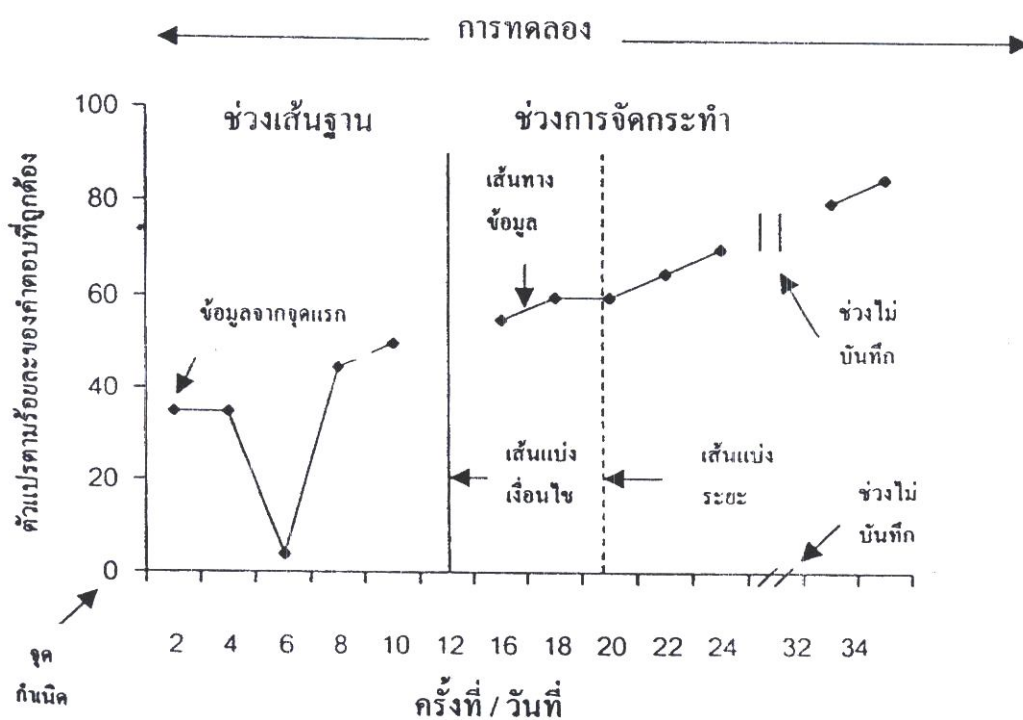
4.3 การบันทึกความรวดเร็วในการโต้ตอบ (Latency Recording) วิธีการบันทึกความรวดเร็วในการโต้ตอบ โดยการกดปุ่มนาฬิกาจับเวลาที่ครูให้แรงกระตุ้น เช่น ออกคำสั่งให้เด็กปฏิบัติตาม หรือให้เด็กตอบคำถามและกดปุ่มนาฬิกาจับเวลาอีกครั้งเพื่อหยุดการบันทึกเมื่อเด็กเริ่มแสดงปฏิกิริยาโต้ตอบ โดยบันทึกข้อมูลลงในแบบฟอร์มกดปุ่มอีกครั้งเพื่อตั้งนาฬิกาใหม่และปฏิบัติเช่นเดิมอีก

ขั้นตอนการบันทึกพฤติกรรม มีดังนี้

1. กำหนดลักษณะพฤติกรรมที่ถึงประสงค์จะสังเกตและบันทึกให้ชัดเจน เพื่อจะได้สังเกตและบันทึกพฤติกรรมนั้นได้ถูกต้อง
2. เลือกแบบสังเกตและบันทึกพฤติกรรม โดยมุ่งให้สอดคล้องกับพฤติกรรมที่ต้องการศึกษาและจุดมุ่งหมายของการปรับพฤติกรรมที่กำหนดไว้ อาจเลือกการสังเกตพฤติกรรมแบบสุ่มเหตุการณ์ (Event Sampling) หรือแบบสุ่มเวลา (Time Sampling)
 - 2.1 การสังเกตพฤติกรรมแบบสุ่มเหตุการณ์ (Event Sampling) เป็นการเลือกสังเกตเฉพาะพฤติกรรมที่ต้องการศึกษาในช่วงเวลาหนึ่ง ๆ เท่านั้น โดยการนับความถี่หรือจำนวนครั้งของพฤติกรรมที่พึงประสงค์จะศึกษาที่เกิดขึ้นในช่วงเวลาที่สังเกต
 - 2.2 การสังเกตพฤติกรรมแบบสุ่มเวลา (Time Sampling) เป็นการสังเกตที่ผู้สังเกตแบ่งเวลาออกเป็นช่วง ๆ แล้วนับแล้วนับเฉพาะช่วงเวลาที่เกิดพฤติกรรมที่ ประสงค์จะศึกษา

5. การนำเสนอข้อมูล

การนำเสนอสำหรับการวิจัยแบบกลุ่มตัวอย่างเดียว วิธีนำเสนอด้วยกราฟทั้งสองชนิด แต่ในที่นี้ขอนำเสนอกราฟเส้นตรงเพียงอย่างเดียว ดังตัวอย่าง



กราฟเส้นตรง (Line Graph) ใช้ในการแสดงข้อมูลสำหรับการวิจัยแบบเส้นฐานเดี่ยว มากที่สุด ในการสร้างกราฟเส้นตรงนั้นประกอบด้วย ส่วนต่าง ๆ ดังนี้

1) แกนนอน (หรือแกน x) เป็นเส้นตรงที่อยู่ในแนวนอนด้านล่างสุดของรูปกราฟใช้แทนครั้งที่ 1, 2, 3..... ที่ผู้เขียนบันทึกข้อมูล หากบันทึกข้อมูลวันละครั้งอาจใช้คำว่า วัน หรือวันที่ แทนครั้งที่ก็ได้

2) แกนตั้ง (หรือแกน y) เป็นเส้นตรงที่อยู่ในแนวตั้งทางด้านซ้ายสุดของรูปกราฟเส้นที่บอกตัวแปรตามอาจมีหน่วยเป็นร้อยละหรือความถี่ก็ได้ ขึ้นอยู่กับวิธีวัดที่ผู้เขียนกำหนด

3) จุดกำเนิด (origin) เป็นจุดที่แกนตั้งกับแกนนอนตัดกันอยู่ด้านล่าง - ซ้าย เป็นจุดที่ใช้เริ่มต้นการเขียนเส้นกราฟ ณ จุดนี้ตัวแปรต้นและตัวแปรตามต่างเท่ากับศูนย์

4) เส้นแบ่งระยะ เป็นเส้นตรงในแนวตั้งที่ขนานกับแกน y ทำหน้าที่แบ่งระยะของการทดลองออกเป็นช่วง ๆ เมื่อมีการให้เงื่อนไขต่างกัน เช่น ช่วงเส้นฐาน ช่วงการจัดกระทำในระยะต่าง ๆ เป็นต้น

5) ช่วงการหยุดบันทึกข้อมูล สัญลักษณ์ที่ใช้คือขีดสองขีดเอียงและขนานกัน (//) เป็นการบ่งบอกว่าไม่มีการบันทึกข้อมูลในระยเวลานั้น อาจเนื่องมาจากไม่จำเป็นต้องบันทึกข้อมูล เพราะข้อมูลอาจเหมือนกับระยะก่อนหน้านั้น

6) ส่วนอื่น ๆ ของกราฟ นอกจากที่กล่าวมาแล้ว ภาพกราฟยังประกอบด้วยส่วนอื่น ๆ อีก เช่น ชื่อกราฟ ซึ่งอยู่ด้านล่างสุด จุดแรกของข้อมูล เส้นทางข้อมูล สัญลักษณ์แทนข้อมูลต่าง ๆ เป็นต้น ภาพประกอบในหน้าที่ผ่านมาแสดงส่วนต่าง ๆ ของกราฟเส้นตรง

6. ความเที่ยงตรงและความเชื่อมั่น

ความเที่ยงตรง (Validity) เป็นค่าหรือหน่วยหรือปริมาณที่ได้จากการวัดว่าตรงตามสิ่งที่ต้องการวัดเพียงใด หากเป็นการวัดเนื้อหา ก็จะพิจารณาว่าเนื้อหานั้น ๆ ถูกต้องหรือเปล่าชุดทดสอบนั้น ๆ เหมาะที่จะนำมาใช้สำหรับวัดพฤติกรรมเป้าหมายหรือเปล่า ในการวิจัยแบบกลุ่มตัวอย่างเดี่ยว ความเที่ยงตรงเป็นการวัดที่จะทำให้ได้คำตอบที่ถูกต้องที่สุด การเป็นจำนวนอาจไม่เหมาะสม ถ้าใช้หน่วยวัดเป็นความถี่อาจดีขึ้นแต่ยังไม่เหมาะสมที่สุด วัดความรุนแรงด้วย จะทำให้ความถูกต้องเที่ยงตรงมากที่สุด เป็นต้น

การหาค่าความเที่ยงตรง หากเป็นความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา อาจใช้ผู้เชี่ยวชาญ 3 คน ขึ้นไป ทำหน้าที่ตรวจดูเนื้อหาว่าถูกต้องหรือไม่ในการวิจัยแบบกลุ่มตัวอย่างเดี่ยว ผู้เชี่ยวชาญจะพิจารณาความเหมาะสมของพฤติกรรมกับวิธีที่นักวิจัยใช้ในการศึกษาว่าจะได้รับคำตอบที่ถูกต้องหรือไม่เพียงใด

ความเชื่อมั่น (Reliability) เป็นค่าที่ได้จากการวัดว่า เป็นค่าที่เชื่อถือเพียงใด เช่นในการทดสอบ ครั้งที่ 1 กับการทดสอบครั้งที่ 2 ในระยะเวลาที่ไม่ห่างกันจนเกินไปจะได้ผลเหมือนกันหรือใกล้เคียงกัน จึงจะถือว่าทดสอบนั้น ๆ เชื่อถือได้ มีค่าความเชื่อมั่นในระดับที่ยอมรับได้ หากผลการทดสอบของทั้ง 2 ครั้ง แตกต่างกันมาก แสดงว่าการทดสอบนั้น ๆ ไม่มีความน่าเชื่อถือ มีค่าความเชื่อมั่นในระดับต่ำ ในการวิจัยแบบกลุ่มตัวอย่างเดี่ยว ความเชื่อมั่นอาจมีความหมายว่า ผู้สังเกตมากกว่า 1 คน ต่างมองพฤติกรรมเป้าหมายในลักษณะเดียวกันหรือไม่ เพื่อให้การศึกษามีความน่าเชื่อถือ หรือมีค่าความเชื่อมั่นที่ยอมรับได้ วิธีการศึกษาอาจใช้ผู้สังเกตมากกว่า 1 คน มีการบันทึกพฤติกรรมที่ชัดเจน ซึ่งอาจใช้วิธีทัศนในการบันทึกพฤติกรรม เป็นต้น

ในการสังเกตพฤติกรรมโดยมีคนสังเกตมากกว่า 1 คนจะต้องฝึกให้คนทั้ง 2 “มอง” พฤติกรรมเดียวกันในลักษณะที่เหมือนกัน จึงจำเป็นต้องหาค่าความเชื่อมั่นระหว่างผู้สังเกตทั้ง 2 คน

การหาค่าความเชื่อมั่น ในการสังเกตพฤติกรรมของเด็ก เมื่อมีผู้สังเกตมากกว่าหนึ่งคน จำเป็นจะต้องพิจารณาความสอดคล้องระหว่างผู้สังเกต เพื่อไม่ให้เกิดอคติในการศึกษาพฤติกรรม หากผู้สังเกตสองคน บันทึกพฤติกรรมเดียวกัน แต่บันทึกไม่เหมือนกัน แสดงว่ามีแนวคิดเกิดขึ้น 2 แนว ต่อพฤติกรรมเพียง 1 พฤติกรรม ซึ่งเป็นสิ่งที่ไม่สอดคล้องกับความเป็นจริง ด้วยเหตุนี้จึงจำเป็นต้องคำนวณหาค่าความเชื่อมั่นผู้สังเกต (Inter observer reliability) การคำนวณหาค่าความเชื่อมั่น โดยวิธีหาค่ารวม (gross method) ดังนี้

วิธีนี้ใช้ในการบันทึกเหตุการณ์ (Event recording) โดยผู้สังเกตแต่ละต่างบันทึกพฤติกรรมลงในแบบสังเกต ดังเช่น

ผู้สังเกตคนที่ 1 บันทึกว่าพฤติกรรมเกิดขึ้นทั้งหมด 13 ครั้ง

ผู้สังเกตคนที่ 2 บันทึกว่าพฤติกรรมเกิดขึ้นทั้งหมด 11 ครั้ง

$$\text{ความสอดคล้อง} = \frac{11}{13} \times 100 \equiv 0.85$$

ค่าความสอดคล้องที่ต้องการคือ 1.00 แต่ในตัวอย่างนี้ได้ค่าเพียง 0.85 ซึ่งหมายความว่าทั้งสองคนยังบันทึกพฤติกรรมไม่สอดคล้องกัน ถึง 15 % ซึ่งอาจไม่เพียงพอ





ตอนที่ 4 ตัวอย่างงานวิจัยในชั้นเรียน ที่เกี่ยวกับการปรับพฤติกรรมที่เป็นปัญหา

พฤติกรรมไม่รับผิดชอบ



ตัวอย่างที่ 1

เรื่อง การจัดการพฤติกรรมการทำงานไม่เสร็จตามที่กำหนดของนักเรียนชั้นประถมศึกษา ปีที่ 1 ด้วยการเสริมแรงทางสังคมและการให้รางวัลเป็นสิ่งของ

ความสำคัญของปัญหา

โรงเรียนแห่งนี้ เป็นโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา นักเรียนนับถือศาสนาพุทธและอิสลามในสัดส่วนเท่าๆกัน สภาพของครอบครัวนักเรียนส่วนใหญ่ขาดแคลน มีลูกหลายคน ประกอบอาชีพรับจ้าง ประมง ผู้ปกครองไม่ค่อยให้ความสำคัญกับการเรียนของบุตร การจัดการเรียนการสอนของโรงเรียนครูรับผิดชอบเป็นรายวิชา ยกเว้นวิชาภาษาไทยและคณิตศาสตร์ครูประจำชั้นเป็นผู้สอน จากที่กล่าวมา ผู้วิจัยเป็นครูชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 สอนวิชาภาษาไทยและคณิตศาสตร์ พบว่า มีนักเรียนจำนวน 3 คน มักจะทำงานไม่เสร็จตามที่กำหนดและพอสหมดชั่วโมง ก็จะต้องเรียนวิชาอื่นต่อไปทำให้งานค้างคั่ง และทำให้นักเรียนเกิดความเบื่อหน่ายไม่อยากมาโรงเรียนและเกิดผลกระทบในทุกวิชา ผู้วิจัยจึงนำ การเสริมแรงทางสังคมและการให้รางวัลเป็นสิ่งของมาใช้ในการแก้ไขพฤติกรรมการทำงานไม่เสร็จตามที่กำหนด

ตัวแปรต้น ได้แก่ การเสริมแรงทางสังคมและการให้รางวัลเป็นสิ่งของ

ตัวแปรตาม ได้แก่ พฤติกรรมการทำงานไม่เสร็จตามที่กำหนด

กลุ่มตัวอย่าง นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 จำนวน 3 คน

นิยามศัพท์เฉพาะ

พฤติกรรมการทำงานไม่เสร็จตามที่กำหนด หมายถึง พฤติกรรมที่นักเรียนทำงานวิชาคณิตศาสตร์ในแต่ละครั้งไม่ครบตามเกณฑ์ที่กำหนด (ไม่น้อยกว่าร้อยละ 50)

การเสริมแรงทางสังคมและการให้รางวัลเป็นสิ่งของ หมายถึง การให้คำชมเชยและให้ความรักด้วยการสัมผัส ทุกครั้งเมื่อนักเรียนแสดงพฤติกรรมการทำงานเสร็จตามเกณฑ์ที่กำหนด และแจ้งให้เพื่อนเห็นความเปลี่ยนแปลงพร้อมทั้งการให้รางวัลนักเรียนด้วยสิ่งของที่นักเรียนชอบ เช่น ไม้บรรทัดดินสอ ตัวการ์ตูนที่เป็นพลาสติก

รูปแบบการวิจัย การวิจัยแบบกลุ่มตัวอย่างเดี่ยว แบบเส้นฐานเดี่ยว ชนิด A-B-A'-B'

วิธีบันทึกข้อมูล บันทึกความถี่ หมายถึง จำนวนข้อที่เด็กทำงานไม่เสร็จตามกำหนดในชั่วโมงที่ครูสอน

ระยะเวลาที่ใช้ในการจัดการพฤติกรรม 2 กรกฎาคม – 17 สิงหาคม 2550 จำนวน 7 สัปดาห์
ขั้นตอนการทดลอง

1. ระยะเส้นฐาน (A) ครูสังเกตและบันทึกพฤติกรรมการทำงานไม่เสร็จตามที่กำหนดของนักเรียนทั้ง 3 คนก่อนการให้การเสริมแรง จำนวน 5 ครั้ง พบว่า เด็กหญิงกระถินมีพฤติกรรมการทำงานไม่เสร็จตามที่กำหนดทำงานไม่เสร็จตามที่กำหนด จำนวน 9-10 ข้อ เด็กชายแดงมีพฤติกรรมการทำงานไม่เสร็จตามที่กำหนดทำงานไม่เสร็จตามที่กำหนด จำนวน 10 ข้อ และเด็กชายต๋อยมีพฤติกรรมการทำงานไม่เสร็จตามที่กำหนดทำงานไม่เสร็จตามที่กำหนดจำนวน 8-10 ข้อ

2. ระยะการใช้เทคนิคการจัดการพฤติกรรม (B) ครูดำเนินการทดลองโดย

2.1 ครูบอกให้นักเรียนทั้ง 3 คน ทราบว่าพฤติกรรมการทำงานไม่เสร็จตามที่กำหนดเป็นพฤติกรรมที่ครูและนักเรียนจะต้องร่วมกันแก้ไขปัญหา

2.2 ครูกำหนดเกณฑ์การทำงานกับนักเรียนทั้ง 3 คนว่า จะต้องทำงานให้เสร็จไม่น้อยกว่าร้อยละ 50 ของงานที่ได้รับมอบหมาย ถ้าทำเสร็จตามที่กำหนดจะได้รับคำชมเชยจากครูและประกาศให้เพื่อนได้รับรู้ พร้อมทั้งได้รับรางวัลเป็นสิ่งของที่ชอบ เช่น ดินสอ ไม้บรรทัด ตัวการ์ตูนพลาสติก

2.3 เริ่มดำเนินการทดลองให้การเสริมแรงทางสังคมและการให้รางวัลเป็นสิ่งของในระยะเวลา 10 วัน

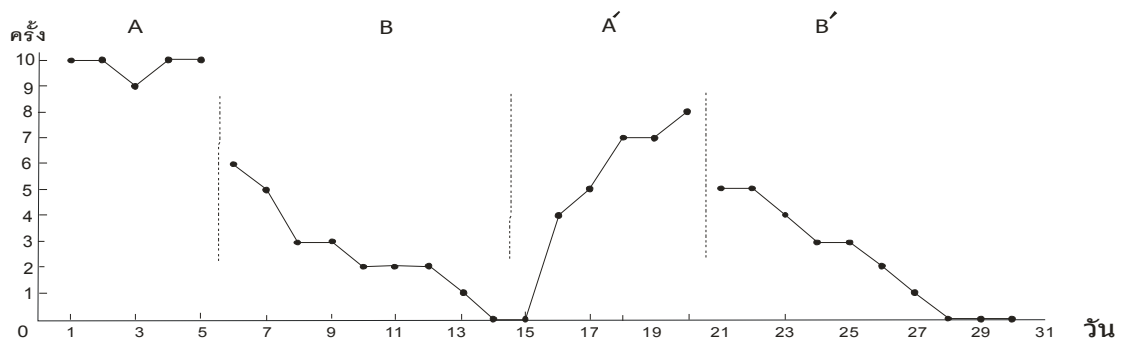
2.4 ครูสังเกตพฤติกรรมและบันทึกพฤติกรรมการทำงานไม่เสร็จตามที่กำหนดของนักเรียนทั้ง 3 คน พบว่า เด็กหญิงกระถินมีพฤติกรรมทำงานไม่เสร็จตามที่กำหนดค่อยๆ ลดลงจากจำนวน 6 ข้อ เหลือจำนวน 0 ข้อ เด็กชายแดงมีพฤติกรรมทำงานไม่เสร็จตามที่กำหนดค่อยๆ ลดลงจากจำนวน 5 ข้อ เหลือจำนวน 1 ข้อ และเด็กชายต๋อยมีพฤติกรรมทำงานไม่เสร็จตามที่กำหนดค่อยๆ ลดลงจากจำนวน 5 ข้อ เหลือจำนวน 1 ข้อ

3. ระยะ (A') ครูหยุดการให้การเสริมแรงแล้วสังเกตและบันทึกพฤติกรรม พบว่า เด็กหญิงกระถินมีพฤติกรรมทำงานไม่เสร็จตามที่กำหนดเพิ่มขึ้นจาก 4 ข้อ เป็นจำนวน 8 ข้อ เด็กชายแดงมีพฤติกรรมทำงานไม่เสร็จตามที่กำหนดเพิ่มขึ้นจาก 5 ข้อเป็นจำนวน 8 ข้อ และเด็กชายต๋อยมีพฤติกรรมทำงานไม่เสร็จตามที่กำหนดเพิ่มขึ้นจาก 4 ข้อเป็นจำนวน 7 ข้อ

4. ระยะ (B') ครูให้การเสริมแรงทางสังคมและการเสริมแรงด้วยสิ่งของเหมือนในระยะ (B)แล้วสังเกตและบันทึกพฤติกรรม พบว่า เด็กหญิงกระถินมีพฤติกรรมทำงานไม่เสร็จตามที่กำหนดค่อยๆ ลดลงจาก 5 ข้อ จนกระทั่งเสร็จทันเวลาตามที่กำหนดทุกข้อ เด็กชายแดงมีพฤติกรรมทำงานไม่เสร็จตามที่กำหนดค่อยๆ ลดลงจาก 5 ข้อ จนกระทั่งเสร็จทันเวลาตามที่กำหนดทุกข้อ และเด็กชายต๋อยมีพฤติกรรมทำงานไม่เสร็จตามที่กำหนดค่อยๆ ลดลงจาก 4 ข้อ จนกระทั่งเสร็จทันเวลาตามที่กำหนดทุกข้อ ดังรายละเอียดในตาราง 3-5 และภาพประกอบ 1-3

ตาราง 3 ความถี่ของพฤติกรรมการทำงานไม่เสร็จตามที่กำหนดของเด็กหญิงกระถิน

ครั้งที่ แบบแผน การทดลอง.	จำนวนข้อที่นักเรียนทำงานไม่เสร็จตามที่กำหนดในแต่ละครั้ง										
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	เฉลี่ย
A	10	10	9	10	10						9.8
B	6	5	3	3	2	2	2	1	0	0	2.4
A'	4	5	7	7	8						6.2
B'	5	5	4	3	3	2	1	0	0	0	2.3

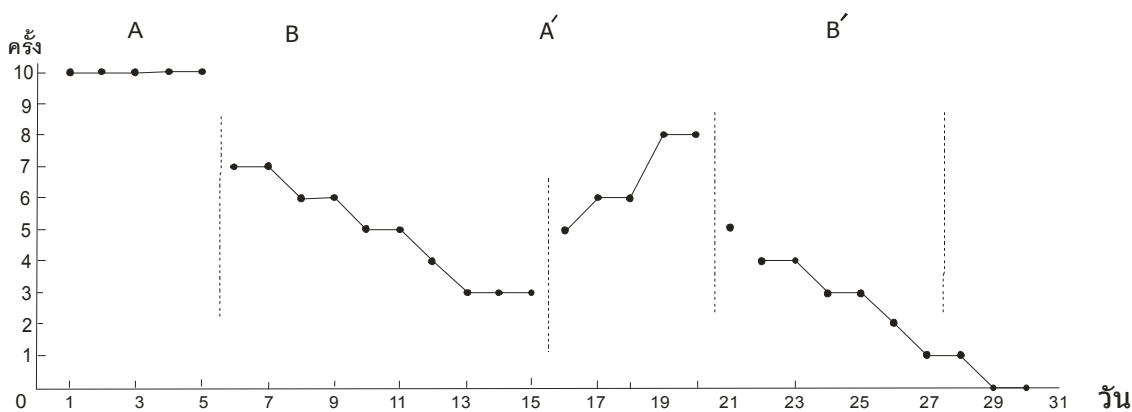


ภาพประกอบ 1 พฤติกรรมการทำงานไม่เสร็จตามที่กำหนดของเด็กหญิงกระถิน

จากภาพประกอบ 1 พบว่า เด็กหญิงกระถินมีพฤติกรรมการทำงานไม่เสร็จตามที่กำหนดใน ระยะเส้นฐาน (A) ครั้งละประมาณ 9-10 ข้อ โดยเฉลี่ยครั้งละ 9.8 ข้อ ในช่วงการจัดกระทำ (B) จำนวนพฤติกรรมการทำงานไม่เสร็จตามที่กำหนดลดลงจากจำนวน 6 ข้อ เหลือจำนวน 0 ข้อต่อครั้ง โดยเฉลี่ยครั้งละ 2.4 ข้อ เมื่อหยุดการจัดกระทำ (A') มีจำนวนพฤติกรรมการทำงานไม่เสร็จตามที่ กำหนดเพิ่มขึ้นจากจำนวน 4 ข้อ เป็น 8 ข้อ และเมื่อจัดกระทำใหม่ (B') มีจำนวนพฤติกรรม การทำงานไม่เสร็จตามที่กำหนดลดลงจากจำนวน 5 ข้อ และเสร็จทุกข้อทันตามที่กำหนด แสดงว่า การ เสริมแรงทางสังคมและให้รางวัลเป็นสิ่งของส่งผลให้นักเรียนมีพฤติกรรมการทำงานไม่เสร็จตามที่ กำหนดมีแนวโน้มลดลงและหมดไป

ตาราง 4 ความถี่ของพฤติกรรมการทำงานไม่เสร็จตามที่กำหนดของเด็กชายแดง

ครั้งที่ แบบแผน การทดลอง.	จำนวนข้อที่นักเรียนทำงานไม่เสร็จตามที่กำหนดในแต่ละครั้ง										
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	เฉลี่ย
A	10	10	10	10	10						10
B	7	7	6	6	5	5	4	3	3	3	4.9
A'	5	6	6	8	8						6.6
B'	5	4	4	3	3	2	1	1	0	0	2.3

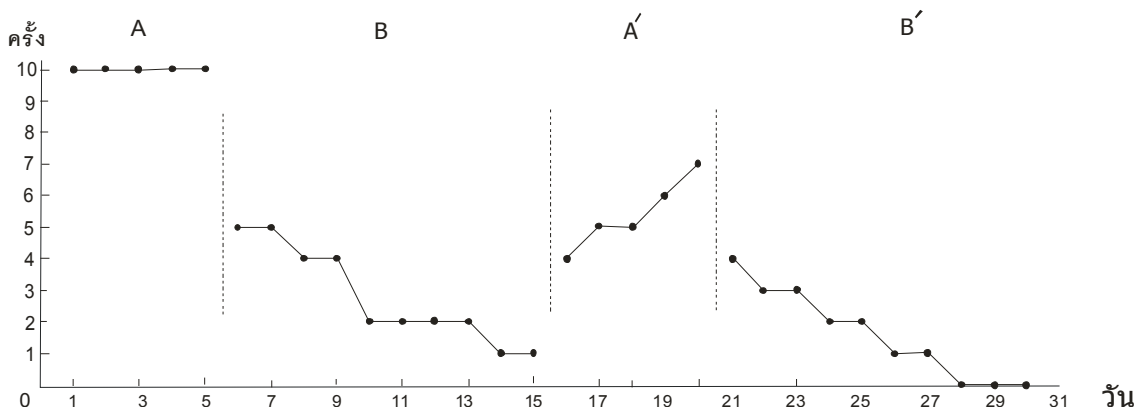


ภาพประกอบ 2 พฤติกรรมการทำงานไม่เสร็จตามที่กำหนดของเด็กชายแดง

จากภาพประกอบ 2 พบว่า เด็กชายแดงมีพฤติกรรมการทำงานไม่เสร็จตามที่กำหนดใน ระยะเส้นฐาน (A) ครั้งละประมาณ 10 ข้อในช่วงการจัดกระทำ (B) จำนวนพฤติกรรมการทำงานไม่เสร็จตามที่กำหนดลดลงเรื่อยจากจำนวน 7 ข้อจนเหลือ 3 ข้อต่อครั้ง โดยเฉลี่ยครั้งละ 4.9 ข้อ เมื่อหยุดการจัดกระทำ (A') มีจำนวนพฤติกรรมการทำงานไม่เสร็จตามที่กำหนดเพิ่มขึ้นจาก 5 ข้อเป็น 8 ข้อ และเมื่อจัดกระทำใหม่ (B') มีจำนวนพฤติกรรมการทำงานไม่เสร็จตามที่กำหนดลดลงจาก 5 ข้อ และเสร็จทุกข้อตามที่กำหนด แสดงว่า การเสริมแรงทางสังคมและให้รางวัลเป็นสิ่งของส่งผลให้นักเรียนมีพฤติกรรมการทำงานไม่เสร็จตามที่กำหนดมีแนวโน้มลดลงและหมดไป

ตาราง 5 ความถี่ของพฤติกรรมการทำงานไม่เสร็จตามที่กำหนดของเด็กชายต้อย

แบบแผนการทดลอง.	ครั้งที่	จำนวนข้อที่นักเรียนทำงานไม่เสร็จตามที่กำหนดในแต่ละครั้ง										
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	เฉลี่ย
A		10	10	10	8	10						9.6
B		5	5	4	4	2	2	2	2	1	1	2.8
A'		4	5	5	6	7						5.4
B'		4	3	3	2	2	1	1	0	0	0	1.6



ภาพประกอบ 3 พฤติกรรมการทำงานไม่เสร็จตามที่กำหนดของเด็กชายต๋อย

จากภาพประกอบ 3 พบว่า เด็กชายต๋อยมีพฤติกรรมการทำงานไม่เสร็จตามที่กำหนดในระยะเส้นฐาน (A) ครั้งละประมาณ 8-10 ข้อ ในช่วงการจัดกระทำ (B) จำนวนพฤติกรรมการทำงานไม่เสร็จตามที่กำหนดลดลงจากจำนวน 5 ข้อเหลือ 1 ข้อต่อครั้ง โดยเฉลี่ยครั้งละ 2.8 ข้อ เมื่อหยุดการจัดกระทำ (A') มีจำนวนพฤติกรรมการทำงานไม่เสร็จตามที่กำหนดเพิ่มขึ้นจาก 4 ข้อเป็น 7 ข้อ และเมื่อจัดกระทำใหม่ (B') มีจำนวนพฤติกรรมการทำงานไม่เสร็จตามที่กำหนดลดลงเรื่อยๆจาก 4 ข้อต่อครั้ง จนทำงานเสร็จทุกข้อตามที่กำหนด แสดงว่า การเสริมแรงทางสังคมและให้รางวัลเป็นสิ่งของส่งผลให้นักเรียนมีพฤติกรรมการทำงานไม่เสร็จตามที่กำหนดมีแนวโน้มลดลงและหมดไป

พฤติกรรมผิดระเบียบวินัย



ตัวอย่างที่ 2

เรื่อง การจัดการพฤติกรรมไม่มาโรงเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ด้วยการใช้สัญญาเงื่อนไขตัวแปรต้น ได้แก่ การใช้สัญญาเงื่อนไข

ตัวแปรตาม ได้แก่ พฤติกรรมไม่มาโรงเรียน

กลุ่มตัวอย่าง นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 จำนวน 1 คน

นิยามศัพท์เฉพาะ

พฤติกรรมไม่มาโรงเรียน หมายถึง พฤติกรรมที่นักเรียนไม่มาโรงเรียนติดต่อกัน 2-3 วัน ใน 1 สัปดาห์

สัญญาเงื่อนไข หมายถึง ข้อตกลงเมื่อนักเรียนไม่มาโรงเรียนติดต่อกันเป็นเวลา 2-3 วันใน 1 สัปดาห์ครูจะตัดคะแนนคุณลักษณะที่พึงประสงค์ 1 คะแนนและไม่พิจารณาให้ทุนการศึกษาและถ้า นักเรียนมาโรงเรียนเป็นประจำสม่ำเสมอจะได้รับคำชมเชยและการพิจารณาให้ทุนการศึกษา

รูปแบบการวิจัย การวิจัยแบบกลุ่มตัวอย่างเดี่ยว แบบเส้นฐานเดี่ยว ชนิด A-B

วิธีบันทึกข้อมูล บันทึกความถี่ หมายถึง จำนวนวันที่นักเรียนไม่มาโรงเรียน ในเวลา 1 สัปดาห์ ระยะเวลาที่ใช้ในการจัดการพฤติกรรม มิถุนายน – กันยายน 2550 จำนวน 15 สัปดาห์

ขั้นตอนการทดลอง

1. ระยะเส้นฐาน (A) ครูสังเกตและบันทึกพฤติกรรมไม่มาโรงเรียนของเด็กชายเอ้ก่อนการใช้สัญญาเงื่อนไข ในระยะเวลา 5 สัปดาห์ จำนวน 25 วัน พบว่า มีพฤติกรรมไม่มาโรงเรียนสัปดาห์ละ 2-5 วัน (ร้อยละ 40-100)

2. ระยะการใช้เทคนิคการจัดการพฤติกรรม (B) ครูดำเนินการทดลองโดย

2.1 ครูบอกให้เด็กชายเอ้ ทราบว่าพฤติกรรมไม่มาโรงเรียนเป็นพฤติกรรมที่จะทำให้ นักเรียน เรียนไม่ทันเพื่อนและเป็นแบบอย่างที่ไม่ดีกับเพื่อน นักเรียนควรแก้ไขพฤติกรรม ดังนั้น เด็กชายเอ้ จะต้องให้ความร่วมมือกับครูในการแก้ไขพฤติกรรม

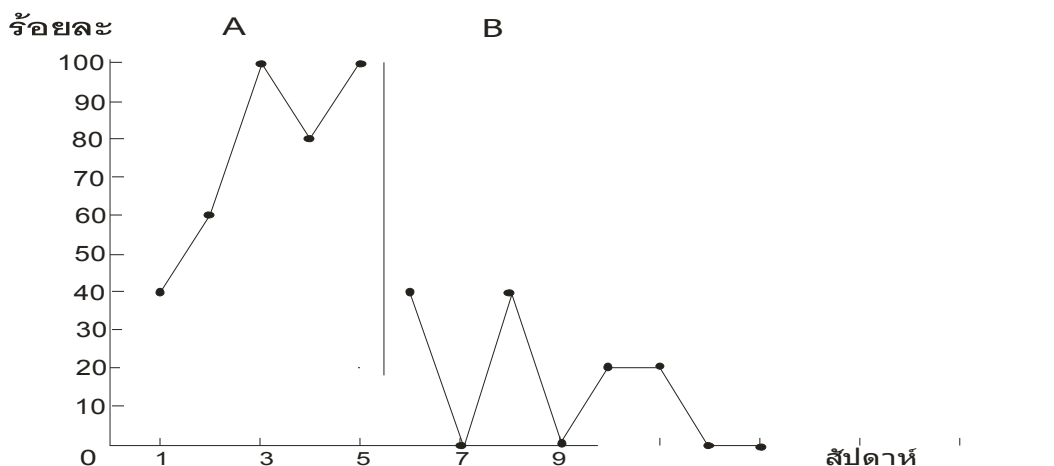
2.2 ครูทำสัญญาเงื่อนไขกับเด็กชายเอ้ ว่า เมื่อนักเรียนไม่มาโรงเรียนติดต่อกัน 2-3 วันใน 1 สัปดาห์ครูจะตัดคะแนนคุณลักษณะที่พึงประสงค์ 1 คะแนนและไม่พิจารณาให้ทุนการศึกษา และถ้า นักเรียนมาโรงเรียนเป็นประจำสม่ำเสมอจะได้รับคำชมเชยและการพิจารณาให้ทุนการศึกษา

2.3 เริ่มดำเนินการทดลองใช้สัญญาเงื่อนไขเป็นระยะเวลา 10 สัปดาห์ 50วัน

2.4 ครูสังเกตพฤติกรรมและบันทึกพฤติกรรมไม่มาโรงเรียนของเด็กชายเอ้พบว่า มีพฤติกรรมไม่มาโรงเรียนลดลงเหลือจากสัปดาห์ละ 2 วัน (ร้อยละ 20) จนกระทั่งมาโรงเรียนทุกวัน ดังรายละเอียดในตาราง 16 และภาพประกอบ 13

ตาราง 16 ความถี่ของพฤติกรรมไม่มาโรงเรียนของเด็กชายเอ้

สัปดาห์ที่ แบบแผน การทดลอง	ร้อยละของจำนวนวันที่นักเรียนไม่มาโรงเรียนใน 1 สัปดาห์										เฉลี่ยร้อยละ
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
A	40	60	100	80	100						76.00
B	40	0	40	0	20	20	0	0	0	0	12.00



ภาพประกอบ 13 พฤติกรรมไม่มาโรงเรียนของเด็กชายเอ๋

จากภาพประกอบ 13 พบว่า เด็กชายเอ๋ มีพฤติกรรมไม่มาโรงเรียนในระยะเส้นฐาน (A) ร้อยละ 40-100 ของจำนวนวันในสัปดาห์ ในช่วงการจัดกระทำ (B) มีพฤติกรรมไม่มาโรงเรียน มีแนวโน้มลดลงเรื่อย และในสัปดาห์ที่ 7-10 เด็กชายเอ๋มาโรงเรียนทุกวัน แสดงว่า การใช้สัญญาเงื่อนไขส่งผลให้นักเรียนมีพฤติกรรมไม่มาโรงเรียนมีแนวโน้มลดลงและหมดไป

พฤติกรรมก่อนขึ้นเรียน



ตัวอย่างที่ 3

เรื่อง การจัดการพฤติกรรมพูดขัดจังหวะในขณะที่ครูสอนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ด้วยการใช้เบี้ยอรรถกร

ตัวแปรต้น ได้แก่ เบี้ยอรรถกร

ตัวแปรตาม ได้แก่ พฤติกรรมพูดขัดจังหวะในขณะที่ครูสอน

กลุ่มตัวอย่าง นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 3 คน

นิยามศัพท์เฉพาะ

การพูดขัดจังหวะในขณะที่ครูสอน หมายถึง การกระทำที่นักเรียนแสดงออกมาแล้วทำให้เพื่อนเกิดความรำคาญ และเป็นอุปสรรคต่อการเรียนการสอน ได้แก่ ขวนเพื่อนทำกิจกรรมอย่างอื่น บังคับให้เพื่อนทำอย่างอื่น การเล่าเรื่องต่าง ๆ ให้เพื่อนฟัง ในขณะที่ครูกำลังสอน หรือให้ทำกิจกรรม

เบี้ยอรรถกร หมายถึง การให้การเสริมแรงดาว 1 ดวงเมื่อนักเรียนไม่พูดขัดจังหวะในขณะที่ครูสอนในเวลา 1 ชั่วโมง และเมื่อสะสมครบ 10 ดวง สามารถนำไปแลกพวงกุญแจ 1 อัน และถ้าสะสมได้ 20 ดวง สามารถนำไปแลกซีดีนักร้องคนโปรด 1 อัลบั้ม

รูปแบบการวิจัย การวิจัยแบบกลุ่มตัวอย่างเดี่ยว แบบเส้นฐานเดี่ยว ชนิด A-B-A'

วิธีบันทึกข้อมูล บันทึกความถี่ หมายถึง จำนวนครั้งที่นักเรียนแสดงพฤติกรรมพูดขัดจังหวะในขณะที่ครูสอน 1 ชั่วโมง

ระยะเวลาที่ใช้ในการจัดการพฤติกรรม 16 พฤษภาคม 2550 ถึง 7 กันยายน 2550

ขั้นตอนการทดลอง

1. ระยะเวลาเส้นฐาน (A) ครูสังเกตและบันทึกความถี่ของพฤติกรรมพูดขัดจังหวะในขณะที่ครูสอนของนักเรียนทั้ง 3 คน เป็นระยะเวลา 5 วัน พบว่า เด็กชายโอ้ พูดขัดจังหวะในขณะที่ครูสอนจำนวน 11-16 ครั้ง เด็กชายต๋ม พูดขัดจังหวะในขณะที่ครูสอน จำนวน 10-16 ครั้ง และเด็กชายตุ้ย พูดขัดจังหวะในขณะที่ครูสอน จำนวน 12-15 ครั้ง

2. ระยะเวลาใช้เทคนิคการจัดการพฤติกรรม (B-Treatment) ครูดำเนินการทดลองโดย

2.1 ครูบอกให้นักเรียนทั้ง 3 คน ทราบว่าพฤติกรรมพูดขัดจังหวะในขณะที่ครูสอนเป็นพฤติกรรมที่ขัดขวางการเรียนรู้ของเพื่อนในชั้นเรียน ก่อให้เกิดความน่ารำคาญ และสูญเสียโอกาสในการเรียนรู้ทั้งของเพื่อนและตนเอง นักเรียนทั้ง 3 คนจะต้องให้ความร่วมมือกับครูในการแก้ไขพฤติกรรมที่เป็นปัญหา

2.2 ครูทำความเข้าใจต่อนักเรียนทั้ง 3 คนว่า จะให้ดาว 1 ดวงเมื่อนักเรียนไม่พูดขัดจังหวะในขณะที่ครูสอนเป็นเวลา 1 ชั่วโมง และเมื่อสะสมครบ 10 ดวง สามารถนำไปแลกพวงกุญแจ 1 อัน และถ้าสะสมได้ 20 ดวง สามารถนำไปแลก ซีดีนักร้องคนโปรด 1 อัลบั้ม (นักเรียนเป็นผู้เลือกเองตามความต้องการ)

2.3 เริ่มดำเนินการทดลองใช้การเสริมแรงด้วยเบี้ยอรรถกรเพื่อแก้ไขพฤติกรรมพูดขัดจังหวะในขณะที่ครูสอน เป็นระยะเวลา 20 วัน

2.4 ครูสังเกตและบันทึกความถี่ของพฤติกรรมพูดขัดจังหวะในขณะที่ครูสอนของนักเรียนทั้ง 3 คน พบว่า เด็กชายโอ้ มีพฤติกรรมพูดขัดจังหวะในขณะที่ครูสอนลดลงจาก 8 ครั้ง เหลือ 5 ครั้ง เด็กชายต๋ม มีพฤติกรรมพูดขัดจังหวะในขณะที่ครูสอนลดลงจาก จำนวน 8 ครั้ง เหลือ 5 ครั้ง และเด็กชายตุ้ยมีพฤติกรรมพูดขัดจังหวะในขณะที่ครูสอนลดลงจาก จำนวน 10 ครั้ง เหลือ 5 ครั้ง

3. ระยะ (A') ครูหยุดการให้แรงเสริมด้วยเบี้ยอรรถกร แล้วสังเกตและบันทึกความถี่ของพฤติกรรมของนักเรียนทั้ง 3 คนเป็นระยะเวลา 5 วัน พบว่า เด็กชายโอ้มีพฤติกรรมพูดขัดจังหวะในขณะที่ครูสอนเพิ่มขึ้นจากจำนวน 4 ครั้งเป็น 7 ครั้ง เด็กชายต๋มมีพฤติกรรมพูดขัดจังหวะในขณะที่ครูสอนเพิ่มขึ้นจากจำนวน 4 ครั้งเป็น 8 ครั้ง และเด็กชายตุ้ยมีพฤติกรรมพูดขัดจังหวะในขณะที่ครูสอนเพิ่มขึ้นจากจำนวน 5 ครั้งเป็น 9 ครั้ง ดังรายละเอียดในตาราง 1-4 และภาพประกอบ 1-3

ตาราง 1 ความถี่ของพฤติกรรมพูดขัดจังหวะในขณะที่ครูสอนของนักเรียน 3 คนในระยะเส้นฐาน

วัน นักเรียน	จำนวนครั้งของพฤติกรรมพูดขัดจังหวะในขณะที่ครูสอน					เฉลี่ย
	1	2	3	4	5	
โอ้	14	16	13	11	11	13.00
ต๋ม	13	16	11	10	11	12.20
ตุ้ย	14	13	15	12	13	13.40

ตาราง 2 ความถี่ของพฤติกรรมพูดขัดจังหวะในขณะที่ครูสอนของนักเรียน 3 คนในระหว่างการทดลอง

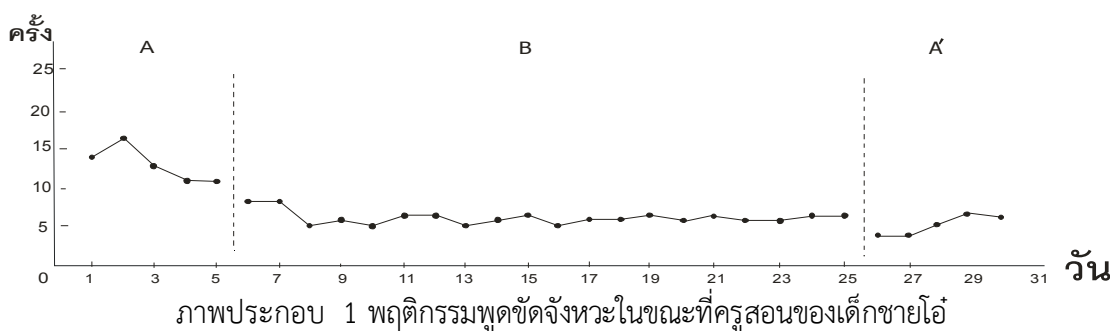
นักเรียน \ วัน	จำนวนครั้งของพฤติกรรมพูดขัดจังหวะในขณะที่ครูสอน									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
ไอ้	8	8	5	6	5	7	7	5	6	7
ต๋ม	7	7	6	8	6	5	5	6	6	5
ตุ๋ย	6	5	7	10	5	8	6	8	7	8

ตาราง 3

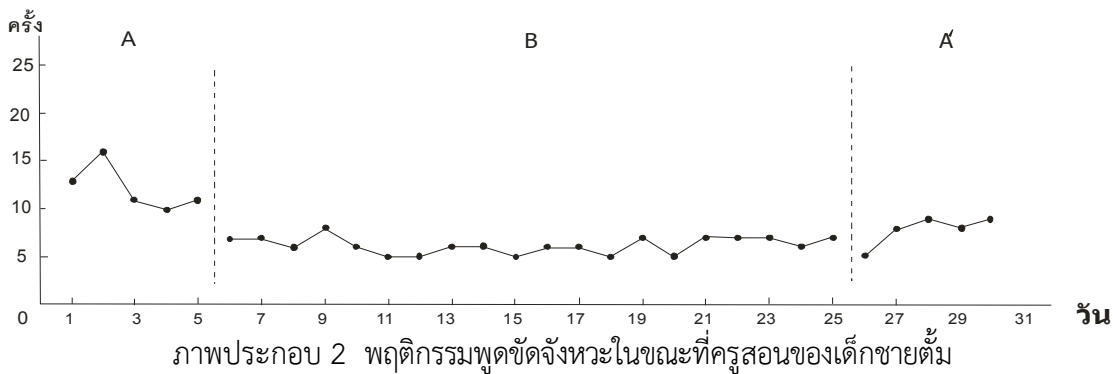
นักเรียน \ วัน	จำนวนครั้งที่มีพฤติกรรมพูดขัดจังหวะในขณะที่ครูสอนใน 1 ชั่วโมง										
	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	เฉลี่ย
ไอ้	6	7	7	7	5	7	6	6	6	6	6.35
ต๋ม	6	6	5	7	5	7	7	7	6	7	6.20
ตุ๋ย	7	8	6	7	8	8	7	7	8	8	7.20

ตาราง 4 ความถี่ของพฤติกรรมพูดขัดจังหวะในขณะที่ครูสอนของนักเรียน 3 คนในระยะ ติดตามผล

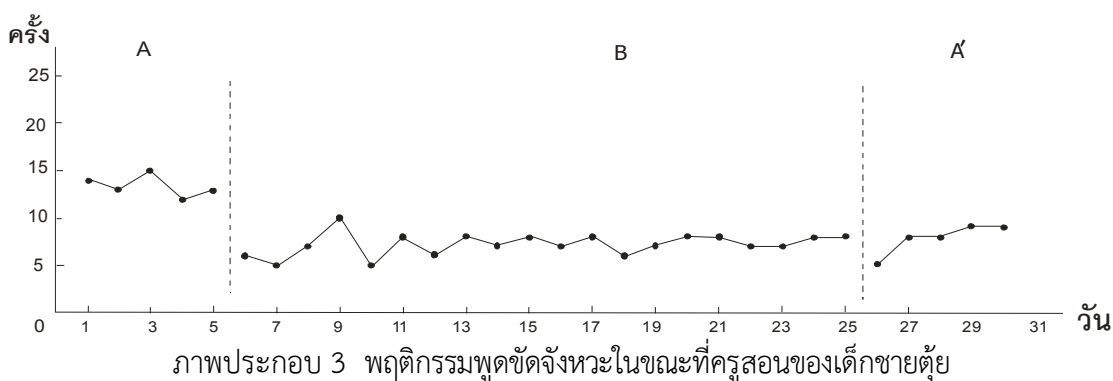
นักเรียน \ วัน	จำนวนครั้งของพฤติกรรมพูดขัดจังหวะในขณะที่ครูสอน					เฉลี่ย
	1	2	3	4	5	
ไอ้	6	6	7	6	4	5.8
ต๋ม	4	7	8	7	8	6.8
ตุ๋ย	5	8	8	9	9	7.8



จากภาพประกอบ 1 พบว่า เด็กชายไอ้ มีพฤติกรรมพูดขัดจังหวะในขณะที่ครูสอนของนักเรียน ในระยะเส้นฐาน (A) วันละประมาณ 13 ครั้ง ในช่วงการ จัดกระทำ (B) มีจำนวนพฤติกรรมพูดขัดจังหวะในขณะที่ครูสอนลดลงเฉลี่ยวันละ 6.35 ครั้ง เมื่อหยุดการจัดกระทำ (A') มีจำนวนพฤติกรรมพูดขัดจังหวะในขณะที่ครูสอนเฉลี่ยวันละ 5.8 ครั้ง แสดงว่า การใช้เบี่ยงบรรณการส่งผลให้นักเรียนมีพฤติกรรมพูดขัดจังหวะในขณะที่ครูสอนลดลงประมาณร้อยละ 50



จากภาพประกอบ 2 พบว่า เด็กชายต๋ม มีพฤติกรรมพุดซัดจั้งหะในขณะที่ครูสอนในระยะเส้นฐาน (A) วันละประมาณ 12.20 ครั้ง ในช่วงการจัตกระทำ(B) มีจำนวนพฤติกรรมพุดซัดจั้งหะในขณะที่ครูสอนลดลงประมาณวันละ 6.2 ครั้ง เมื่อหยุดการจัตกระทำ (A') มีจำนวนพฤติกรรมพุดซัดจั้งหะในขณะที่ครูสอนเพิ่มขึ้นประมาณวันละ 6.8 ครั้ง แสดงว่า การใช้เป็ยอรรถกรสงผลให้นักเรียนมีพฤติกรรมพุดซัดจั้งหะในขณะที่ครูสอนลดลงประมาณ 50



จากภาพประกอบ 2 พบว่า เด็กชายต๋ย มีพฤติกรรมพุดซัดจั้งหะในขณะที่ครูสอนในระยะเส้นฐาน (A) วันละประมาณวันละ 13.40 ครั้ง ในช่วงการจัตกระทำ(B) มีจำนวนพฤติกรรมพุดซัดจั้งหะในขณะที่ครูสอนลดลงประมาณวันละ 7.20 ครั้ง เมื่อหยุดการจัตกระทำ (A') มีจำนวนพฤติกรรมพุดซัดจั้งหะในขณะที่ครูสอนเพิ่มขึ้นประมาณวันละ 7.80 ครั้ง แสดงว่า การใช้เป็ยอรรถกรสงผลให้นักเรียนมีพฤติกรรมพุดซัดจั้งหะในขณะที่ครูสอนลดลงประมาณร้อยละ 50

พฤติกรรมก้าวร้าว



ตัวอย่างที่ 4

เรื่อง การจัดการพฤติกรรมทำให้ผู้อื่นได้รับความเจ็บปวดของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โดยการควบคุมตนเอง

ความสำคัญและปัญหา

เด็กชายซีเป็นเด็กที่พ่อ-แม่หย่าร้างกันและมีครอบครัวใหม่ อาศัยอยู่กับป้า ซึ่งมีนิสัย เกรี้ยวกราด ไม่กลัวใคร และมักใช้วิธีการลงโทษเด็กชาย ซี ในลักษณะที่รุนแรง เมื่อเด็กชายซีมาโรงเรียน จะชอบรังแกเพื่อนที่อ่อนแอกว่า นักเรียนหญิง ด้วยวิธีการที่รุนแรงวันละหลายครั้ง ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาเพื่อช่วยแก้ไขพฤติกรรมทำให้ผู้อื่นได้รับความเจ็บปวดของเด็กชายซี ให้ลดลงก่อนที่จะเติบโตเป็นเด็กเกเรและเป็นนักเลงในอนาคต

ตัวแปรต้น ได้แก่ การนั่งสมาธิ

ตัวแปรตาม ได้แก่ พฤติกรรมทำให้ผู้อื่นได้รับความเจ็บปวด

กลุ่มตัวอย่าง นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 1 คน

นิยามศัพท์เฉพาะ

การทำให้ผู้อื่นได้รับความเจ็บปวดและรำคาญ หมายถึง การกระทำต่างๆที่ทำให้ผู้อื่นได้รับความเจ็บปวดทั้งทางร่างกายและจิตใจ เช่น เอาไม้ฟาด การแก้งัดเดินชน ทำลายสิ่งของของผู้อื่น

การควบคุมตนเอง หมายถึง การให้นักเรียนควบคุมตนเองโดยการนั่งนิ่งๆ ระวังสติอารมณ์ให้คิดถึงเหตุการณ์ที่ตนเองกระทำ ครั้งละ 15 นาที

รูปแบบการวิจัย การวิจัยแบบกลุ่มตัวอย่างเดี่ยว แบบเส้นฐานเดี่ยว ชนิด A-B

วิธีบันทึกข้อมูล บันทึกความถี่ หมายถึง จำนวนครั้งที่เด็กทำให้นักเรียนคนอื่นได้รับความเจ็บปวดในเวลา 1 วัน

ระยะเวลาที่ใช้ในการจัดการพฤติกรรม 16 พ.ค. -30 มิถุนายน 2550

ขั้นตอนการทดลอง

1. ระยะเวลาเส้นฐาน(A) ครูสังเกตและบันทึกพฤติกรรมทำให้ผู้อื่นได้รับความเจ็บปวดและรำคาญ ก่อนการให้นั่งสมาธิ 2 สัปดาห์ พบว่า ภายใน 1 วัน เด็กชายซี ทำให้นักเรียนคนอื่นได้รับความเจ็บปวดจำนวน 2-3 ครั้ง โดยการตีหัวเพื่อน ตบหน้า ชกท้องใช้หนังสือตีหัว ดึงผม เป็นต้น

2. ระยะเวลาใช้เทคนิคการจัดการพฤติกรรม (B) ครูดำเนินการทดลองเป็นระยะเวลา 3 สัปดาห์โดย

2.1 ครูบอกให้เด็กชายซี ทราบว่า พฤติกรรมทำให้ผู้อื่นได้รับความเจ็บปวดเป็นพฤติกรรมที่ทำให้คนอื่นได้รับความเดือดร้อน เด็กชายซีจะต้องให้ความร่วมมือกับครูในการแก้ไขพฤติกรรมของตนเอง

2.2 ครูทำตกลงกับเด็กชายซี ถ้านักเรียนแสดงพฤติกรรมทำร้ายผู้อื่นครูจะให้นักเรียนนั่งนิ่งๆ ระวังสติอารมณ์ ให้คิดถึง เหตุการณ์ที่ตนเองกระทำ ครั้งละ 15 นาที

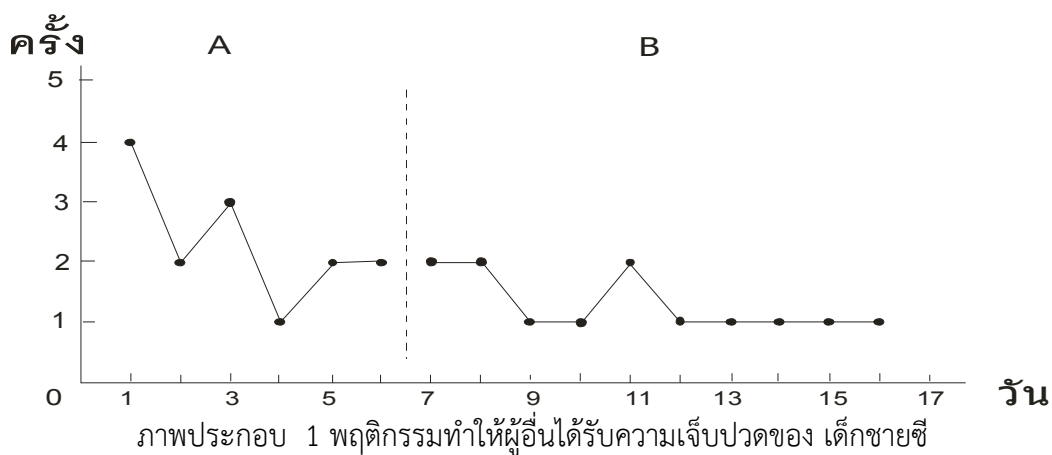
2.3 เริ่มดำเนินการทดลอง สังเกตและบันทึกความถี่ของพฤติกรรมทำให้นักเรียนคนอื่นได้รับความเจ็บปวด ในระยะเวลา 1 วันของเด็กชายซี พบว่า มีพฤติกรรมทำให้นักเรียนคนอื่นได้รับความเจ็บปวดจำนวนลดลงบ้างแต่ความรุนแรงของพฤติกรรมลดลง เช่น ใช้เท้าเขี่ย ฉีกสมุด ทำท่าทางกวน เป็นต้น ดังรายละเอียดในตาราง 1-2 และภาพประกอบ 1

ตาราง 1 ความถี่ของพฤติกรรมทำให้นักเรียนคนอื่นได้รับความเจ็บปวด ของ เด็กชายซี
ในระยะเสี่นฐาน (A)

ครั้งที่/วัน/เวลา	พฤติกรรมที่สังเกต	ครั้ง/วัน
16 พ.ค. 50 เวลา 8.20 น. เวลา 12.30 น. เวลา 13.15 น. เวลา 15.35 น.	ใช้หนังสือตีหัวเพื่อนนักเรียนหญิง ตบหน้านักเรียนชายชั้น ป.2 กระชากสมุดเพื่อนนักเรียนหญิงขาด ใช้ฝ่ามือตีศรีษะน้องอนุบาล	4 ครั้ง/วัน
21 พ.ค.50 เวลา8.20 น. เวลา 12.30 น	ใช้หนังสือตีหัวเพื่อนนักเรียนหญิง ตบหน้านักเรียนชายชั้น ป.2	2 ครั้ง/วัน
22 พ.ค.50 เวลา10.25 น. เวลา12.35 น. เวลา 13.05 น.	ขวานน้ำลายใส่หน้านักเรียนชายชั้น ป.3 ใช้กำปั้นชกท้องนักเรียนชาย ป.4 ผลักนักเรียนหญิงชั้น ป.1	3 ครั้ง ต่อวัน
23 พ.ค. 50 เวลา 11.10 น.	ฉีdnน้ำใส่หน้าน้องอนุบาล	1 ครั้ง/วัน
24 พ.ค. 50 เวลา 8.10 น. เวลา 10.20 น.	ผลักน้องล้มเพื่อแย่งซื้อขนม ใช้ฝ่ามือตีตบเพื่อนนักเรียนหญิง	2 ครั้ง/วัน
25 พ.ค. 50 เวลา9.25 น. เวลา 12.25 น	ดึงผมน้องนักเรียนหญิงชั้น ป.3 เตะนักเรียนชายชั้น ป.4	2 ครั้ง/วัน

ตาราง 2 ความถี่ของพฤติกรรมที่ทำให้นักเรียนคนอื่นได้รับความเจ็บปวด ของ เด็กชายซี
ในระยยะทดลอง (B)

ครั้งที่/วัน/เวลา	พฤติกรรมที่สังเกต	ครั้ง/วัน
4 มิ.ย.50 เวลา 11.05 น. เวลา 15.45 น.	ใช้มือตบหลังน้อง ป.3 ฉีกสมุดงานเพื่อน	2 ครั้ง/วัน
5 มิ.ย.50 เวลา 12.35 น. เวลา 15.40 น.	ดึงผมเพื่อนนักเรียนหญิง ผลักรถจักรยานของเพื่อนให้ล้ม	2 ครั้ง/วัน
6 มิ.ย.50 เวลา 10.45 น.	ใช้เท้าเขี่ยรองเท้าเพื่อน	1 ครั้ง/วัน
8 มิ.ย.50 เวลา 15.40 น.	ใช้ลิขวิดป้ายแขนเพื่อน	1 ครั้ง/วัน
11 มิ.ย.50 เวลา 12.15 น. เวลา 15.45 น.	ดึงถาดอาหารจากโต๊ะ แก้มเพื่อนในกลุ่ม ตีแขนเพื่อนนักเรียนหญิง	2 ครั้ง/วัน
14 มิ.ย.50 เวลา 8.35 น.	แก้มชนเพื่อนนักเรียนหญิง	1 ครั้ง/วัน
15 มิ.ย.50 เวลา 13.05 น.	ทำท่าทางกวนให้เพื่อนโกรธ	1 ครั้ง/วัน
18 มิ.ย.50 เวลา 12.40 น.	แก้มเดินชนเพื่อนนักเรียนหญิง	1 ครั้ง/วัน
20 มิ.ย.50 เวลา 12.20 น.	ใช้เท้าเขี่ยเท้าเพื่อนร่วมโต๊ะอาหาร	1 ครั้ง/วัน
21 มิ.ย.50 เวลา 15.35 น.	ทำท่าทางกวนให้เพื่อนโกรธ	1 ครั้ง/วัน



จากภาพประกอบ 1 พบว่า เด็กชายซีทำให้ผู้อื่นได้รับความเจ็บปวดหรือรำคาญ ในระยะเส้นฐาน (A) ประมาณวันละ 2-4 ครั้ง ในช่วงการจัดกระทำ(B) มีพฤติกรรมทำให้นักเรียนคนอื่นได้รับความเจ็บปวดค่อยๆ ลดลงเหลือ 1 ครั้งต่อวัน แสดงว่า การควบคุมตนเอง ส่งผลให้นักเรียนมีพฤติกรรมทำให้อื่นได้รับความเจ็บปวดหรือรำคาญมีแนวโน้มลดลง

ข้อสังเกตจากการทดลอง พฤติกรรมที่เป็นปัญหายังไม่หมดไป แต่มีพฤติกรรมลดลง คือ ความรุนแรงลดลงก่อนการทดลอง มักจะกระทำให้อื่นเจ็บปวดโดยมุ่งไปที่ใบหน้าและศรีษะ ระหว่างการทดลองจะมุ่งไปที่ลำตัว แขน และขา นอกจากนี้จำนวนครั้งในการกระทำต่อผู้อื่นลดลง

บรรณานุกรม

- ผดุง อารยะวิญญู. (2542). การศึกษาสำหรับเด็กที่มีความต้องการพิเศษ. กรุงเทพฯ: แว่นแก้ว.
- . (2546). การวิจัยแบบกลุ่มตัวอย่างเดี่ยว Single Subject Design. เอกสารประกอบการประชุมอบรมนักวิจัยร่วม เรื่อง การจัดการกับปัญหาพฤติกรรมในโรงเรียนตามโครงการวิจัย “สภาพการปรับพฤติกรรมนักเรียนที่ไม่เหมาะสมให้เหมาะสมของสถานศึกษาขั้นพื้นฐาน.
- ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. (2530). สุขภาพจิตเบื้องต้น. กรุงเทพฯ : ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- สมโภชน์ เอี่ยมสุภาจิต. (2549). ทฤษฎีและเทคนิคการปรับพฤติกรรม = Theories and techniques in behavior modification. พิมพ์ครั้งที่ 5 ฉบับปรับปรุง. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย,
- สำนักพัฒนาการศึกษา ศาสนา และวัฒนธรรม เขตการศึกษา 6, (2545). คู่มือการส่งเสริมการวิจัยเพื่อพัฒนาการเรียนรู้. ม.ป.ท.
- แสง ทวีคุณ. (2538). การฝึกเพื่อเสริมสร้างจิตลักษณะในการป้องกันพฤติกรรมทะเลาะวิวาทในนักเรียนอาชีวศึกษา. ปรินญานินพนธ์ วท.ม. (พฤติกรรมศาสตร์). สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์
- Skinner, B.F. (1938). *The Behavior of Organisms: An Experimental Analysis*. ISBN 1-58390-007-1, ISBN 0-87411-487-X.