

**ชื่อเรื่องวิทยานิพนธ์** ผลของโปรแกรมการกำกับตนเองต่อการรับรู้สมรรถนะแห่งตน  
ในการควบคุมพฤติกรรมก้าวร้าวของเด็กวัยรุ่น

**ผู้เขียน** นางสาวรัตนา ตาบัง

**ปริญญา** พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต (สุขภาพจิตและการพยาบาลจิตเวช)

**คณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์**

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ภัทรภรณ์ พุ่งปันคำ ประธานกรรมการ  
อาจารย์สมบัติ สกฤตพรรณ กรรมการ

### บทคัดย่อ

พฤติกรรมก้าวร้าวของเด็กวัยรุ่น เป็นพฤติกรรมที่เป็นปัญหาของสังคมและมีแนวโน้มของความรุนแรงเพิ่มมากขึ้น การศึกษาเกี่ยวกับผลของโปรแกรมการกำกับตนเองต่อการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการควบคุมพฤติกรรมก้าวร้าวของเด็กวัยรุ่นจึงเป็นสิ่งสำคัญ

การวิจัยกึ่งทดลองครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการกำกับตนเองต่อการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการควบคุมพฤติกรรมก้าวร้าวของเด็กวัยรุ่น กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชายที่กำลังศึกษาในระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ วิทยาลัยเทคนิคแห่งหนึ่ง คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างโดยวิธีการสุ่มอย่างง่าย จำนวน 39 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 19 คน และกลุ่มควบคุม 20 คน ทั้งสองกลุ่มมีความคล้ายคลึงกันในเรื่อง อายุ ระดับการศึกษา และระดับคะแนนการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการควบคุมพฤติกรรมก้าวร้าว กลุ่มทดลองได้รับ โปรแกรมการกำกับตนเอง ส่วนกลุ่มควบคุมได้รับการเรียนการสอนตามปกติ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วย 1) แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล 2) แบบวัดการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการควบคุมพฤติกรรมก้าวร้าว ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นตามกรอบแนวคิดทฤษฎีของแบนดูรา (Bandura, 1997) และ 3) โปรแกรมการกำกับตนเอง ผู้วิจัยสร้างขึ้นตามกรอบแนวคิดทฤษฎีของแบนดูรา (Bandura, 1986) เครื่องมือในการวิจัยทั้งหมดผ่านการตรวจสอบความเที่ยงตรงและความเชื่อมั่น วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติพรรณนา สถิติทดสอบค่าทีชนิด 2 กลุ่มที่เป็นอิสระต่อกัน และสถิติทดสอบค่าทีชนิด 2 กลุ่มที่ไม่เป็นอิสระต่อกัน

ผลการศึกษานี้ พบว่า

1. เด็กวัยรุ่นกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการกำกับตนเองมีคะแนนการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการควบคุมพฤติกรรมก้าวร้าวสูงกว่าก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001
2. เด็กวัยรุ่นกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการกำกับตนเองมีคะแนนการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการควบคุมพฤติกรรมก้าวร้าวสูงกว่ากลุ่มที่ได้รับการเรียนการสอนตามปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

ผลการศึกษาแสดงให้เห็นว่า โปรแกรมการกำกับตนเองสามารถนำไปใช้ในการเพิ่มระดับการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการควบคุมพฤติกรรมก้าวร้าวของเด็กวัยรุ่น และอาจเป็นวิธีการหนึ่งที่ทำให้พฤติกรรมก้าวร้าวในเด็กวัยรุ่นลดลงได้

<b>Thesis Title</b>	Effect of Self-regulation Program on Self-efficacy Toward Aggressive Behavior Control Among Adolescents		
<b>Author</b>	Miss Rattana Tabung		
<b>Degree</b>	Master of Nursing Science (Mental Health and Psychiatric Nursing)		
<b>Thesis Advisory Committee</b>	Assistant Professor Dr. Patrapom Tungpunkom		Chairperson
	Lecturer Sombat Skulphan		Member

### ABSTRACT

Aggressive behavior in adolescents is a social problem that trends to increase in severity. Therefore studies about the effect of a self-regulation program on self-efficacy toward aggressive behavior control among adolescents are important.

The purpose of this quasi-experimental research was to examine the effect of a self-regulation program on self-efficacy toward aggressive behavior control among adolescents. The subjects were 39 male students who studied at the vocational certificate level in Technical Colleges. Thirty-nine subjects were selected by simple random sampling and assigned to either an experimental or a control group. Nineteen students were in the experimental group and twenty students were in the control group. The two groups were similar in age, education and level of self-efficacy control toward aggressive behavior. The experimental group received the self-regulation program whereas the control group received the normal education in class. The research instruments were 1) Personal Demographic Data Form 2) Self-efficacy Control Toward Aggressive Behavior Scale which was developed by the researcher based on Bandura's concept (1997), and 3) The Self-regulation Program developed by the researcher based on the concept of Bandura (1986). All instruments were reviewed for their validity and reliability. Data were analyzed by using descriptive statistics, independent t-test, and dependent t-test.

The results of this study revealed that:

1. After receiving the self-regulation program, the experimental group had a self-efficacy control toward aggressive behavior score statistically significantly higher than before receiving a self-regulation program, at a level of .001;

2. Adolescents in the experimental group had self-efficacy control toward aggressive behavior score statistically significantly higher than those in the control group, at a level of .001;

The results of this study indicated that a self-regulation program could be used to increase self-efficacy control toward aggressive behavior and could be one method that can reduce aggressive behavior in adolescents.