



การสร้างสรรค์วิถีโอบการรับมือเมื่อถูกกั้นแกล้ง

จัดทำโดย

เด็กหญิง กนกพร มรรคณา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่2/3

เด็กหญิง จิตาภา โพธิ์ขาว ชั้นมัธยมศึกษาปีที่2/7

เด็กหญิง ประภัสสร ฝากทอง ชั้นมัธยมศึกษาปีที่2/7

เด็กหญิง ลักษิกา อุปทอง ชั้นมัธยมศึกษาปีที่2/3

เด็กหญิง วิลาสินี อินตะนัย ชั้นมัธยมศึกษาปีที่2/7

เด็กหญิง ออมบุญ จวงพันธ์ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่2/7

ครูที่ปรึกษา

คุณครู วทันยา ภาษาพรม

รายวิชาการศึกษาค้นคว้าและสร้างสรรค์องค์ความรู้

ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2563

โรงเรียนสตรีศรีเกศ

คำนำ

รายงานเล่มนี้จัดทำขึ้นเพื่อเป็นส่วนหนึ่งของรายวิชา การศึกษาค้นคว้าและสร้างสรรค์องค์ความรู้ เพื่อให้ได้ศึกษาหาความรู้ในเรื่อง การรับมือเมื่อถูกกลั่นแกล้ง และได้ศึกษาอย่างเข้าใจเพื่อเป็นประโยชน์ กับการเรียนต่อไป ซึ่งประกอบไปด้วย บทนำ เอกสารที่เกี่ยวข้อง วิธีการดำเนินงาน ผลการวิจัย และสรุปผล ทดลองและการประเมิน

รายงานเล่มนี้สำเร็จลุล่วงได้ด้วยความกรุณาและความอนุเคราะห์จาก คุณครู วทันยา ภาษาพรม ที่กรุณาสละเวลาอันมีค่าให้คำปรึกษาและข้อเสนอแนะต่างๆ ตั้งแต่เริ่มจนสำเร็จเรียบร้อย ผู้จัดทำ ขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง

ผู้จัดทำหวังว่า รายงานเล่มนี้จะเป็นประโยชน์กับผู้อ่าน หรือนักเรียนที่กำลังหาข้อมูลเกี่ยวกับเรื่องนี้อยู่ หากมีข้อเสนอแนะหรือข้อผิดพลาดประการใด ผู้จัดทำขอน้อมรับไว้ และขออภัยมา ณ ที่นี้ด้วย

คณะผู้จัดทำ

13 มีนาคม 2564

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
คำนำ	ก
สารบัญ	ข
บทที่ 1 บทนำ	1-2
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	3-6
บทที่ 3 วิธีการดำเนินงานการจัดทำโครงการ	7-8
บทที่ 4 ผลการวิจัย	9-11
บทที่ 5 สรุปผลการทดลองและการประเมิน	12
ภาคผนวก	13
ภาคผนวก ก	14-15
ภาคผนวก ข	16-19

บทที่ 1

บทนำ

1.1 ความเป็นมาและความสำคัญ

ในปัจจุบันผู้คนสื่อสารในโลกออนไลน์กันมากขึ้น จากความก้าวหน้าและพัฒนาของเทคโนโลยีซึ่งได้ประโยชน์และโทษในเวลาเดียวกันโดยประโยชน์ คือ การหารายได้โดยการขายของ เป็นต้น แต่ในอีกมุมหนึ่งเกิดโทษได้หากนำไปใช้ในทางที่ไม่ถูกต้อง เช่น การกลั่นแกล้งกันด้วยการใช้คำพูดที่รุนแรง การใช้ปมด้อยของผู้อื่นมาล้อเลียน ส่วนพฤติกรรมนี้ไม่เพียงแต่เกิดขึ้นในโลกออนไลน์เท่านั้น แต่ยังเกิดขึ้นในกลุ่มเพื่อน ในโรงเรียน แล้วสังคม

ซึ่งโรงเรียนสตรีสิริเกศเป็นสังคมที่มีผู้คนมากมายและมีการกลั่นแกล้งกันเกิดขึ้น ประกอบด้วย ครู บุคลากรในการศึกษา นักเรียนตั้งแต่ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1- ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 และยังมีผู้ที่ถูกกลั่นแกล้งเกิดขึ้นภายในโรงเรียนจำนวนมากขึ้นเรื่อยๆ ผู้ที่ถูกกลั่นแกล้งเหล่านั้นสามารถแก้ไขปัญหาก็ได้ แต่ยังมีบางส่วนที่ไม่สามารถแก้ไขปัญหาก็ได้ ทำให้เกิดปัญหาตามมา เช่น โรคซึมเศร้า การทำร้ายตัวเอง มีปัญหาด้านการเรียน เป็นต้น

ดังนั้นคณะผู้จัดทำจึงมีแนวคิดที่จะทำวิดีโอสำหรับการรับมือเมื่อถูกกลั่นแกล้งจากผู้อื่น (Bully) อีกทั้งยังรณรงค์ให้เป็นผู้ที่โดนกลั่นแกล้งไปรับคำปรึกษาจากชุมนุมYCได้ จะช่วยให้ปัญหาการกลั่นแกล้งลดลง

1.2 วัตถุประสงค์ของการศึกษา

- 1) เพื่อสร้างสรรค์วีดีโอรณรงค์การรับมือเมื่อถูกกลั่นแกล้งจากผู้อื่น สำหรับนักเรียนในโรงเรียนสตรีสิริเกศ
- 2) เพื่อเชิญชวนนักเรียนในโรงเรียนสตรีสิริเกศเห็นถึงความสำคัญของการถูกกลั่นแกล้งและการรับมืออย่างไร
- 3) เพื่อให้นักเรียนโรงเรียนสตรีสิริเกศเล็งเห็นว่า แก้ไขปัญหาโดยการขอคำปรึกษาจากชุมนุมYCได้

1.3 สมมติฐาน

นักเรียน-นักศึกษาบุคลากรบูลลี่ผู้อื่นมากขึ้น และรู้วิธีการรับมือเมื่อถูกกลั่นแกล้ง

1.4 ขอบเขตการศึกษา

ขอบเขตการศึกษา : การวิจัยครั้งนี้มีขอบเขตดังนี้

- 1) นักเรียนโรงเรียนสตรีสิริเกศได้รับชมวีดีโอรณรงค์การรับมือเมื่อถูกกลั่นแกล้ง

- 2) กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นนักเรียนโรงเรียนสตรีศรีสะเกษ
- 3) การวิจัยนี้ศึกษาเฉพาะนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1- 6 ของโรงเรียนสตรีศรีสะเกษ

1.5 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

- 1) นักเรียนที่ถูกกลั่นแกล้งได้รู้วิธีการรับมือ
- 2) นักเรียนที่ถูกกลั่นแกล้งไม่หวาดระแวงไม่เกิดการจิตตก

1.6 ยามศัพท์เฉพาะ

การกลั่นแกล้ง (bully) คือ พฤติกรรมที่ไม่เป็นที่ยอมรับในสังคม โดยพฤติกรรมนั้นเป็นความตั้งใจทำให้ผู้อื่นได้รับความทุกข์ ความเจ็บปวด เพื่อให้ตนเองมีอำนาจหรือมีความเหนือกว่าผู้อื่น อีกทั้งการกระทำดังกล่าวจะเกิดขึ้นซ้ำซ้ำอย่างต่อเนื่องและมีระยะยาวนาน

วีดีโอ คือ มัลติมีเดียที่สามารถแสดงภาพเคลื่อนไหวพร้อมเสียงบรรยาย ซึ่งการนำเสนอวีดีโอในโครงการนี้จัดทำในรูปแบบการณรงคิให้ผู้ชมตระหนักถึงการรับมือเมื่อถูก bully

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

โครงการจัดทำโครงการงานสร้างสรรค์วิถีโอกาสรณรงค์การรับมือเมื่อถูกกลั่นแกล้ง (bully) ในโรงเรียนสตรีสิริเกศ จังหวัดศรีสะเกษ ผู้จัดทำโครงการได้ศึกษาจากเอกสารและเว็บไซต์ต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง ดังนี้

- 1) สาเหตุที่ทำให้เกิดการกลั่นแกล้ง
- 2) ผลกระทบเมื่อถูกกลั่นแกล้งจากผู้อื่น
- 3) วิธีการรับมือเมื่อถูกกลั่นแกล้ง

1. สาเหตุที่ทำให้เกิดการกลั่นแกล้ง

ในมุมมองของผู้กลั่นแกล้งมักจะมีความคิดที่ว่าทำไปแค่ว่าเพราะความสนุกของตัวเอง โดยไม่ได้นึกถึงความรู้สึกหรือผลกระทบที่จะเกิดขึ้นกับอีกฝ่าย และถึงแม้จะทำไปเพราะความสนุก แต่ในความสนุกนั้นก็กลับซ่อน “สาเหตุ” อันน่าสลดที่ทำให้ผู้กระทำเกิดความรู้สึกอยากแกล้งคนอื่นดังนี้

เคยเป็นผู้ถูกรังแก

สาเหตุหลักๆ ที่มีส่วนสำคัญในการกระตุ้นให้เขาเหล่านั้นคิดแกล้งผู้อื่นก็คือความรุนแรงที่ตนเคยได้รับในอดีต ทั้งจากสังคมรอบข้าง เพื่อน หรือคนในครอบครัว ยิ่งถ้าเติบโตมาในสภาพแวดล้อมที่มีแต่ความรุนแรง ครอบครัวมีปัญหา ก็ยิ่งเป็นตัวกระตุ้นให้เขาซึมซับพฤติกรรมความรุนแรงเหล่านั้น และต้องการที่จะระบายความโกรธแค้นออกมาโดยการแกล้งผู้อื่นนั่นเอง

ต้องการให้ตัวเองเป็นใหญ่ เป็นศูนย์กลางของจักรวาล

คนเหล่านี้มักคิดว่าตัวเองคือผู้ยิ่งใหญ่ คือศูนย์กลางของจักรวาลที่มีอำนาจเหนือคนอื่น คิดว่าตัวเองอยู่เหนือกฎทุกอย่าง จะคิดจะทำอะไรก็ถูกต้องไปหมด และถ้ามีใครคิดมาขวางหรือมาแสดงตัวว่าเหนือกว่าก็จะทำให้เขาเหล่านั้นรู้สึกโกรธ และจะทำให้เกิดการกลั่นแกล้งเพื่อย้ำให้อีกฝ่ายรู้ว่าไม่อาจเทียบเขาได้

ต้องการเรียกร้องความสนใจ

ใครจะรู้ว่า คนที่ชอบแกล้งคนอื่นแท้จริงแล้วเป็นคนโดดเดี่ยว คิดว่าตัวเองไม่สำคัญ ไม่มีใครสนใจ ทำให้ต้องคอยเรียกร้องความสนใจจากคนอื่นอยู่เสมอ และเมื่อไม่ได้รับความสนใจ จากการเรียกร้องความสนใจธรรมดาๆ ก็จะกลายเป็นการแสดงออกที่รุนแรง กลั่นแกล้งผู้อื่น ซึ่งนอกจากจะทำให้เป็นที่สนใจแล้วยังทำให้รู้สึกมีอำนาจเหนือผู้อื่นอีกด้วย

ไม่เห็นค่าในตัวเอง

เป็นธรรมดาที่มนุษย์เราจะรู้สึกไม่พอใจเมื่อเห็นคนอื่นมีข้อดีมากกว่า ไม่ว่าจะเป็นเรื่องหน้าตา ฐานะ หรือความสามารถ ซึ่งการจัดการกับความไม่พอใจของแต่ละคนก็จะไม่เหมือนกัน แต่สำหรับบางคนที่ไม่รู้จักวิธีการจัดการที่ถูกต้อง ก็เลือกที่จะเอาข้อด้อยของตัวเองไปเปรียบเทียบกับข้อดีของคนอื่น ทำให้รู้สึกอิจฉาโกรธแค้น จนถึงกับกลั่นแกล้งเพื่อกดให้อีกฝ่ายต่ำกว่าตัวเอง

ต้องการเหยียดคนที่แตกต่างจากตัวเอง

นอกเหนือจากสาเหตุทั้งหมดที่กล่าวมาแล้ว อีกสาเหตุหนึ่งที่ทำให้เกิดการกลั่นแกล้งก็เพียงแค่เพราะอีกฝ่าย “แตกต่าง” อาจจะเป็นเชื้อชาติ สีผิว ความพิการ หรือเพศ โดยจะเริ่มจากการล้อเลียนไปเรื่อยๆ จนเปลี่ยนไปเป็นการกลั่นแกล้ง หรือการปฏิบัติที่ไม่เท่าเทียมกับคนอื่น ทำเหมือนกับว่าคนที่มีความแตกต่างไม่ใช่คน เป็นต้น

2. ผลกระทบเมื่อถูกกลั่นแกล้งจากผู้อื่น

การกลั่นแกล้งนั้นมีหลายเหตุผลที่ทั้งหมดก็คือ ทำไปเพื่อความสนุกสนาน หลาย ๆ คนอาจจะเคยได้ยินคำว่า “แค่แซวเล่นเอง” “คิดมาก” และ “แค่นี้เล่นด้วยไม่ได้หรือ” ทว่าสำหรับคนที่ถูกกลั่นแกล้งนั้นหลายบริบทเขาไม่ได้รู้สึกสนุกด้วย มีตัวอย่างหลากหลายให้พบตามสื่อต่าง ๆ เช่น เหตุการณ์การล้อปมด้อยจนเหยื่อตัดสินใจปลิดชีวิตตนเอง หรือบางคนกลายเป็นโรคซึมเศร้า หรือโรคทางจิตต่าง ๆ หากโชคร้ายอาจทำให้เขาถูกกลั่นแกล้งมากขึ้นไปอีก เพราะมีลักษณะนิสัยภายนอกแตกต่างไปจากคนอื่น

ผลกระทบ ผู้ที่ถูกกลั่นแกล้ง

- มีภาวะซึมเศร้าและความวิตกกังวล
- ส่งผลต่อความรู้สึกโดดเดี่ยว
- มีผลต่อการเปลี่ยนแปลงด้านการนอนหลับ การรับประทานอาหาร
- สูญเสียความสนใจในกิจกรรมที่พวกเขาเคยสนุก
- ภาวะซึมเศร้านี้อาจส่งผลไปถึงวัยผู้ใหญ่ได้
- ปัญหาด้านสุขภาพ

ประสิทธิภาพทางการเรียนลดลงและมีแนวโน้มที่จะออกจากโรงเรียนกลางคันมากขึ้น

ผลกระทบ ผู้ที่กลั่นแกล้งผู้อื่น

- อาจเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่เสพติดแอลกอฮอล์หรือสารเสพติดอื่นๆ
- มีพฤติกรรมลักขโมยและเรียนไม่จบ
- มีพฤติกรรมทางเพศก่อนวัยอันควร
- อาจจะเป็นอาชญากรในอนาคต
- มีพฤติกรรมใช้ความรุนแรงกับคู่สมรสหรือลูก และคนใกล้ชิด

จากเหตุการณ์ทั้งหมดที่เกิดความรุนแรงในสถานศึกษา อาจเกิดขึ้นจาก การกตัญญู เห็นคนอื่นต่ำกว่าตน ความสนุกความคึกคะนองของวัย รวมถึงสภาพสังคม และสภาพแวดล้อมที่มีความรุนแรงปรากฏเป็นนิจประกอบกับการที่โรงเรียนไม่ค่อยในความช่วยเหลือ หรือบางกรณีทางโรงเรียนกลับใกล้เคียงในมีการยอมความหรือจบเรื่องกันไปมากกว่าช่วยเหลือเยียวยาผู้ที่ถูกกลั่นแกล้ง

ทั้งนี้ปัญหาเรื่องความรุนแรง โดยเฉพาะการกลั่นแกล้งกันในสถานศึกษานั้นยังไม่ค่อยได้รับการแก้ปัญหาอย่างจริงจังมาจนถึงทุกวันนี้ ในบางสถาบันเมื่อเกิดเรื่องกลับให้มีการปกปิดเรื่องราวมากกว่าการตีแผ่เพราะเป็นห่วงเรื่องชื่อเสียงของสถาบัน รวมทั้งความกลัวของผู้ถูกกลั่นแกล้งเอง จนไม่กล้าบอกคนอื่น และเลือกที่จะเก็บปัญหาเหล่านั้นไว้คนเดียวจนนำไปสู่การโดนทำร้ายร่างกายอย่างต่อเนื่อง เป็นโรคซึมเศร้า จนอาจถึงขั้นตัดสินใจจบชีวิตตัวเองลง แต่ที่น่าเศร้าใจไปกว่านั้นคือ ผู้กระทำคิดว่าการกลั่นแกล้งนั้นเป็นเรื่อง “ปกติ”

3.วิธีการรับมือเมื่อถูกกลั่นแกล้ง

นพ.กมล แสงทองศรีกมล” ผู้อำนวยการศูนย์พัฒนาการเด็ก โรงพยาบาลกรุงเทพ ได้ฝากเคล็ดไม่ลับ 9 วิธีรับมือ เมื่อเด็ก ๆ ถูกกลั่นแกล้งที่โรงเรียน เพื่อให้พ่อแม่ ผู้ปกครอง และครูนำไปปรับใช้ เพื่อเป็นแนวทางในการดูแลเด็ก ๆ ได้ต่อไป ดังนี้

- 1) ทำความเข้าใจว่าการกลั่นแกล้งคืออะไร ซึ่งจะช่วยให้เราเข้าใจปัญหาของผู้กระทำ และผู้ถูกระทำได้มากขึ้น ในความเป็นจริงแล้วการกลั่นแกล้งคือ นิสัยที่เรียนรู้และเลียนแบบมาจากการเห็นหรือได้ยิน เช่น การทะเลาะกันในครอบครัว หรือพบเจอคนในชุมชนด่าทอกันด้วยคำพูดหยาบคาย จนมองว่าเรื่องเหล่านี้เป็นเรื่องปกติ นอกจากนี้ผู้กระทำบางรายอาจเป็นบุคคลที่ขาดความมั่นใจ อิจฉาริษยาผู้อื่น หรืออาจจะเคยเป็นผู้ถูกระทำมาก่อน
- 2) กล้าที่จะพูดหรือแสดงความไม่พอใจต่อผู้กระทำ หลายครั้งที่ปัญหาการกลั่นแกล้งเกิดขึ้นกับบุคคลหนึ่งมาอย่างยาวนาน ส่วนหนึ่งเป็นเพราะผู้ถูกระทำไม่กล้าที่จะพูด หรือแสดงความไม่พอใจออกมา ทำให้ผู้กระทำไม่รับรู้ว่ามีคนรู้สึกรังเกียจหรือไม่พอใจ จึงกลั่นแกล้งซ้ำ ๆ ซึ่งการแสดงออกหรือการพูดสื่อสารออกมาว่าผู้ถูกระทำนั้นไม่พอใจ จะทำให้ผู้กระทำมีแนวโน้มที่จะกลั่นแกล้งลดน้อยลง หรือหยุดการกระทำนั้น ๆ ได้
- 3) บอกเล่าการโดนกลั่นแกล้งกับพ่อแม่ ผู้ปกครองหรือครู ส่วนใหญ่แล้วปัญหาการกลั่นแกล้งในโรงเรียนเกิดจากการที่ผู้ถูกระทำไม่ได้บอกเล่าเรื่องถูกกลั่นแกล้งให้พ่อแม่ ผู้ปกครองและครูทราบ จึงทำให้ปัญหาการกลั่นแกล้งยังคงเกิดขึ้น และไม่ได้มีการแก้ไขอย่างตรงจุด ดังนั้นสิ่งสำคัญคือ ต้องสอนเด็ก “ไม่ให้เจ็บบ”, “เพิกเฉย” หรือ “ทนต่อสถานการณ์ที่เกิดขึ้น” และกล้าที่จะบอกเล่าปัญหาของตนกับพ่อแม่ ผู้ปกครอง หรือครูที่โรงเรียน เพราะปัญหาการถูกกลั่นแกล้งที่โรงเรียนต้องได้รับความร่วมมือจากทุกคน เพื่อหาวิธีการรับมือ และหาวิธีการแก้ไขปัญหานี้ร่วมกัน
- 4) การกลั่นแกล้งเป็นเรื่องผิดกฎหมาย ในบางสถานการณ์การกลั่นแกล้งเป็นการกระทำที่ผิดกฎหมาย หากว่าผู้ถูกระทำถูกกลั่นแกล้งทางร่างกายหรือทางเพศ ไม่ว่าจะเป็นการใช้คำพูดด่าทอเชื้อชาติหรือเพศสภาพ ใช้กำลังและความรุนแรงรังแกผู้อื่น หรือแม้แต่การแชร์เรื่องส่วนตัวของผู้อื่นในอินเทอร์เน็ต ล้วนเป็นการกระทำที่ผิดกฎหมายทั้งสิ้น หากว่ามีอาการพบเจอการกลั่นแกล้งที่รุนแรงเช่นนี้ ผู้ปกครองและครูสามารถรายงานเรื่องนี้ต่อเจ้าหน้าที่ตำรวจเพื่อดำเนินการตามกฎหมายต่อไป
- 5) อย่ามองว่าตัวเองเป็นปัญหา การมีอัตลักษณ์ที่ต่างจากผู้อื่น เช่น เพศสภาพ เชื้อชาติ รูปร่างหน้าตา ไม่ใช่ปัญหาของผู้ถูกระทำเลยแม้แต่น้อย แต่เป็นเพราะทัศนคติของผู้กระทำต่อผู้อื่นต่างหาก สิ่งสำคัญคือ เราต้องปรับเปลี่ยนทัศนคติและมุมมองของตนเองก่อนเป็นอันดับแรก หากลูกของคุณเป็น

ผู้ถูกระงับ จงสอนเขาว่าเขาไม่ได้ทำอะไรผิด และมันไม่ใช่ปัญหาของเขาเลยแม้แต่น้อย แต่เป็นปัญหาที่เกิดขึ้นจากตัวผู้กระทำ

- 6) มองหาวิธีจัดการกับความเครียด การกลั่นแกล้งนั้นสามารถสร้างความเครียดให้แก่ผู้ถูกระงับเป็นอย่างมาก นอกจากการบอกเล่าปัญหาต่อผู้ที่ไว้ใจแล้ว ควรลองมองหากิจกรรมหรือสิ่งใหม่ ๆ เช่น การออกกำลังกาย ดูหนัง ฟังเพลง หรือออกไปเที่ยว เพื่อจัดการกับความเครียดของตนเอง
- 7) อย่าแยกตัวออกมาอยู่คนเดียว เพราะไม่สามารถแก้ปัญหาก็ทำให้เราจัดการกับการกลั่นแกล้งได้อีกทั้งยังสามารถทำให้สถานการณ์แย่ลงไปเรื่อย ๆ ดังนั้นเป็นหน้าที่ของพ่อแม่ ผู้ปกครองและครู ที่จะคอยสอดส่อง ดูแลพฤติกรรม อารมณ์ของเด็ก ๆ ไม่ให้ตกอยู่ในภาวะเจ็บหรือปลีกตัวมาอยู่คนเดียว
- 8) ดูแลสุขภาพกายและใจของตนเองให้ดี การกลั่นแกล้งสามารถสร้างบาดแผลและปมในใจให้กับผู้ถูกระงับ ซึ่งสามารถส่งผลกระทบต่อสภาพร่างกาย เช่น การอดอาหาร เครียดจนนอนไม่หลับ หากบุตรหลานของท่านได้รับการกลั่นแกล้งที่กระทบต่อสภาพร่างกายและจิตใจ ควรพาไปพบแพทย์ผู้เชี่ยวชาญด้านเด็กและจิตวิทยา เพื่อช่วยให้คำแนะนำในการแก้ปัญหาได้อย่างดีและตรงจุด
- 9) มองหาบุคคลต้นแบบที่ดีการกลั่นแกล้ง ทำให้ผู้ถูกระงับสับสนและไม่ชอบในตัวเอง หากว่าผู้ถูกระงับมีบุคคลต้นแบบที่ดี จะทำให้เห็นว่ามีอีกหลายคนที่เคยพบเจอกับปัญหาเดียวกัน แต่พวกเขาก็สามารถก้าวข้ามการโดนกลั่นแกล้ง จนสามารถประสบความสำเร็จได้ การมีบุคคลต้นแบบที่ดีนั้นจะทำให้ผู้ถูกระงับ มองเห็นคุณค่าของตัวเองและรักตัวเองมากขึ้น

บทที่ 3

วิธีการดำเนินการจัดทำโครงการ

การศึกษาในครั้งนี้เพื่อการสร้างสรรคดีวีดิโอโครงการรับมือเมื่อถูกกลั่นแกล้ง (bully) สำหรับ ครู บุคลากรทางการศึกษาและนักเรียนโรงเรียนสตรีศรีสะเกษ จังหวัดศรีสะเกษ ภาคเรียนที่ 1/2563 ซึ่งดำเนินการจัดทำโครงการตามลำดับ

3.1 ประชากรกลุ่มตัวอย่าง

1. ประชากร

คณะครู - อาจารย์ นักเรียนโรงเรียนสตรีศรีสะเกษ

2. กลุ่มตัวอย่าง

คณะครู - อาจารย์ นักเรียนโรงเรียนสตรีศรีสะเกษ จำนวน 20 คน

3.2 เครื่องมือในการจัดทำโครงการ

ศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับการสร้างสรรคดีวีดิโอโครงการรับมือเมื่อถูกกลั่นแกล้ง ที่จะทำโครงการ โดยการศึกษาเกี่ยวกับการสร้างสรรคดีวีดิโอจากเว็บไซต์ต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง จากนั้นนำข้อมูลที่ได้จากการศึกษา มาทำการวิเคราะห์ เพื่อหาวิธีการสร้างสรรคดีวีดิโอที่เหมาะสมในการทำโครงการ

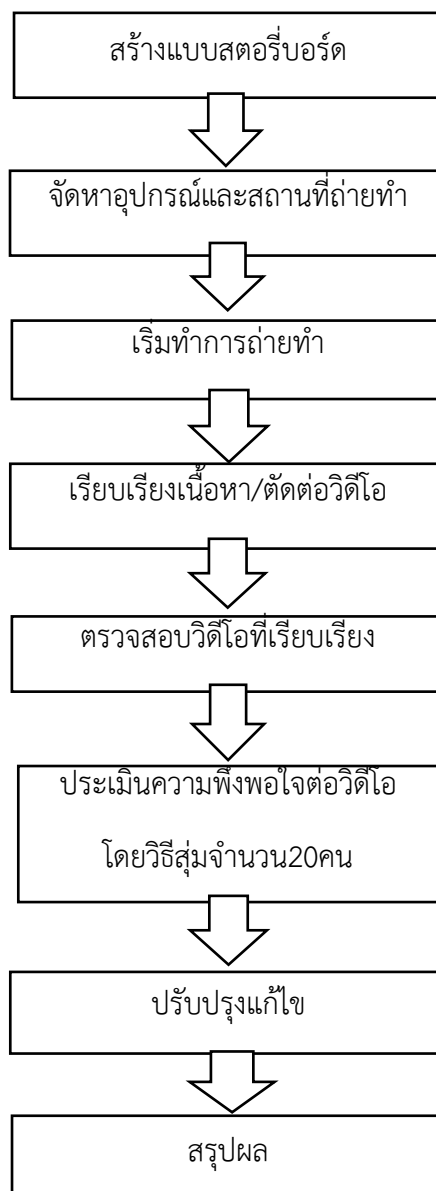
3.3 การเก็บรวบรวมข้อมูล

หลังจากที่ได้ผลสรุปในการสร้างสรรคดีวีดิโอที่น่าสนใจในการศึกษา คือ การสร้างสรรคดีวีดิโอโครงการรับมือเมื่อถูกกลั่นแกล้ง (bully) ผู้จัดทำได้รวบรวมข้อมูล การจัดทำวีดิโอทั้งหมด ซึ่งผู้จัดทำ ได้ศึกษาข้อมูล จากเว็บไซต์ในเรื่องคุณประโยชน์ต่างๆ ที่สามารถนำมาใช้ประโยชน์และนำไปใช้ในวีดิโอ

3.4 การวิเคราะห์ข้อมูล

ทำการศึกษาข้อมูล และคัดเลือกอุปกรณ์ในการจัดทำโครงการ โดยการศึกษาวิธีการทำวีดิโอ จากเว็บไซต์ต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง จากนั้นนำข้อมูลที่ได้จากการศึกษามาวิเคราะห์ เพื่อหาวิธีการสร้างสรรคดีวีดิโอที่เหมาะสมในการทำโครงการ

3.5 วิธีการดำเนินการทดลอง



บทที่4

ผลการวิจัย

ผลการดำเนินงานในการสร้างสรรค์วิดีโอการรับมือเมื่อถูกกลั่นแกล้ง ซึ่งผู้ศึกษาได้ดำเนินการเสร็จสิ้นเป็นโครงการตามวัตถุประสงค์ดังนี้

1. เพื่อสร้างสรรค์วิดีโอการรับมือเมื่อถูกกลั่นแกล้งจากผู้อื่นในโรงเรียนสตรีศรีสะเกษ
2. เพื่อเชิญชวนนักเรียนในโรงเรียนสตรีศรีสะเกษเห็นถึงความสำคัญของการถูกกลั่นแกล้งและรับมืออย่างไร
3. เพื่อให้นักเรียนโรงเรียนสตรีศรีสะเกษเล็งเห็นว่าแก้ไขปัญหาโดยการขอคำปรึกษาจาก ชุมมุนycได้

ตารางที่4.1 การเลือกแอปตัดต่อ

ลำดับ	ชนิดของแอปตัดต่อวิดีโอ	คุณสมบัติ		
		ตัดต่อง่าย	ความเหมาะสมในการตัดต่อวิดีโอ	ความเหมาะสมในการนำมาใช้ตัดต่อวิดีโอ
1	videoshow	ใส่ข้อความหรือซับไตเติ้ลงได้	เหมาะสมในการตัดต่อวิดีโอเล็กน้อย	เหมาะสมในการนำมาใช้
2	kinemaster	ตัดต่อระดับขั้นเทพมีคุณภาพ	เหมาะสมในการตัดต่อวิดีโอ	เหมาะสมในการนำมาใช้
3	inshot	ใช้งานง่าย เขียนข้อความได้	เหมาะสมในการตัดต่อวิดีโอ	เหมาะสมในการนำมาใช้

สรุปผล การเลือกแอปตัดต่อวิดีโอ

Inshot ตัดต่อง่าย สะดวก เป็นแอปยอดนิยม ใช้งานง่าย รูปคมชัด

แบบประเมินความพึงพอใจ

โครงการการศึกษาค้นคว้าอิสระ เรื่อง การสร้างสรรค์วิดีโอการรับมือเมื่อถูกกลั่นแกล้ง

คำชี้แจง: ใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับกับตัวท่านและความพึงพอใจที่ท่านมีต่อวิดีโอการรับมือเมื่อถูกกลั่นแกล้งว่าท่านมีความพึงพอใจต่อวิดีโอในระดับใด

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

- เพศ ชาย หญิง
- อายุ 15-20 ปี 21-29 ปี 30 ปีขึ้นไป
- ระดับการใช้งาน มัธยมต้น มัธยมปลาย
- บุคลากรโรงเรียนสตรีศรีสะเกษ อื่นๆ.....

ตอนที่ 2 ความพึงพอใจต่อวิดีโอการรับมือเมื่อถูกกลั่นแกล้งว่าท่านมีความพึงพอใจต่อวิดีโอในระดับใด

- 5 หมายถึง ระดับมากที่สุด
- 4 หมายถึง ระดับมาก
- 3 หมายถึง ระดับปานกลาง
- 2 หมายถึง ระดับน้อย
- 1 หมายถึง ระดับน้อยที่สุด

	รายการ	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
		5	4	3	2	1
1	ความคมชัดของวิดีโอ					
2	เนื้อหาของวิดีโอ					
3	เนื้อหาตรงประเด็นกับชื่อโครงการ					
4	คนที่โดนกลั่นแกล้งนำวิธีการไปปรับใช้ได้					
5	เนื้อหาเข้าใจง่าย					

ตอนที่2 ผลการวิเคราะห์ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับความพึงพอใจที่มีต่อการ คู่มือการสร้างสรรค์รณรงค์วิธีการรับมือเมื่อถูกกลั่นแกล้ง

การวิเคราะห์และแปลผล โดยรวมคะแนนคำตอบแต่ละข้อในแต่ละประเด็นความพึงพอใจ แล้วนำมาหาค่าเฉลี่ยใช้เกณฑ์การวัดตามระบบ Likert Scales แบ่งเป็น 5 ระดับ กำหนดช่องคะแนน ดังนี้

เกณฑ์การวิเคราะห์ระดับความพึงพอใจ

คะแนนคำตอบ ช่วงเฉลี่ย ระดับความพึงพอใจ

คะแนนเฉลี่ย 4.50 - 5.00 มีความพึงพอใจมากที่สุด

คะแนนเฉลี่ย 3.50 - 4.49 มีความพึงพอใจมาก

คะแนนเฉลี่ย 2.50 - 3.49 มีความพึงพอใจมาก

คะแนนเฉลี่ย 3.41 - 4.20 มีความพึงพอใจปานกลาง

คะแนนเฉลี่ย 1.50 - 2.49 มีความพึงพอใจน้อย

คะแนนเฉลี่ย 1.00 - 1.49 มีความพึงพอใจน้อยที่สุด

บทที่ 5

สรุปผลการทดลองและการประเมินผล

สรุปผลดำเนินงาน

จากการสำรวจ แบบประเมินความพึงพอใจ ซึ่งได้มีการให้นักเรียนจำนวน 20 คนได้กรอกแบบประเมินที่ทางกลุ่มข้าพเจ้าได้มีการจัดทำวิดีโอสร้างสรรค์วิธีการรับมือเมื่อถูกกลั่นแกล้ง ซึ่งได้รับความพึงพอใจมากที่สุดโครงการนี้วัตถุประสงค์เพื่อ เชิญชวนนักเรียนในโรงเรียนสตรีสิริเกศเห็นถึงความสำคัญของการ ถูกกลั่นแกล้งและวิธีการรับมืออย่างไร และ เพื่อให้นักเรียนโรงเรียนสตรีสิริเกศเล็งเห็นว่าการแก้ไขปัญหาโดยการขอคำปรึกษาจากชมรม yc ได้

จากการศึกษา การจัดทำวิดีโอสร้างสรรค์วิธีการรับมือเมื่อถูกกลั่นแกล้ง เพื่อให้ผู้ที่โดนกลั่นแกล้ง ดูวิธีการรับมืออย่างถูกวิธี

ผลการประเมินความพึงพอใจที่มีต่อการจัดทำโครงการ video สร้างสรรค์วิธีการรับมือเมื่อถูกกลั่นแกล้งพบว่าผู้ที่มีความพึงพอใจในภาพรวมอยู่ในระดับมากที่สุดมีค่าเฉลี่ย 4.17 และมีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานความพึงพอใจมาก ด้านวิธีการรับมือ

อภิปรายผล

จากการศึกษาการทำวิดีโอสร้างสรรค์วิธีการรับมือเมื่อถูกกลั่นแกล้ง เพื่อให้ผู้ที่โดนกลั่นแกล้งได้รู้วิธีการรับมืออย่างถูกต้อง ผลการประเมินความพึงพอใจที่มีต่อการจัดทำโครงการ video สร้างสรรค์วิธีการรับมือเมื่อถูกกลั่นแกล้งพบว่าผู้ที่มีความพึงพอใจในภาพรวมอยู่ในระดับมากที่สุดมีค่าเฉลี่ย 4.17 และมีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานความพึงพอใจมาก ด้านวิธีการรับมือ

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

- 1.นักเรียนโรงเรียนสตรีสิริเกศได้รู้จักวิธีการรับมืออย่างถูกต้อง
- 2.วิดีโอนี้สามารถเป็นแนวทางให้ผู้ที่ถูกกลั่นแกล้งได้นำวิธีไปปรับใช้
- 3.คนที่เคยกลั่นแกล้งผู้อื่นได้รู้มุมมองของคนที่ถูกกลั่นแกล้ง
- 4.นักเรียนที่ถูกกลั่นแกล้งไม่หวาดระแวงไม่เกิดการจิตตกเพราะรู้วิธีการรับมืออย่างถูกต้อง

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก
แบบประเมินความพึงพอใจ

แบบประเมินความพึงพอใจ

โครงการการศึกษาค้นคว้าอิสระ เรื่อง การสร้างสรรค์วิดีโอการรับมือเมื่อถูกกลั่นแกล้ง

คำชี้แจง: ใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับกับตัวท่านและความพึงพอใจที่ท่านมีต่อวิดีโอการรับมือเมื่อถูกกลั่นแกล้งว่าท่านมีความพึงพอใจต่อวิดีโอในระดับใด

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

- เพศ ชาย หญิง
- อายุ 15-20 ปี 21-29 ปี 30 ปีขึ้นไป
- ระดับการใช้งาน มัธยมต้น มัธยมปลาย
- บุคลากรโรงเรียนสตรีศรีสะเกษ อื่นๆ.....

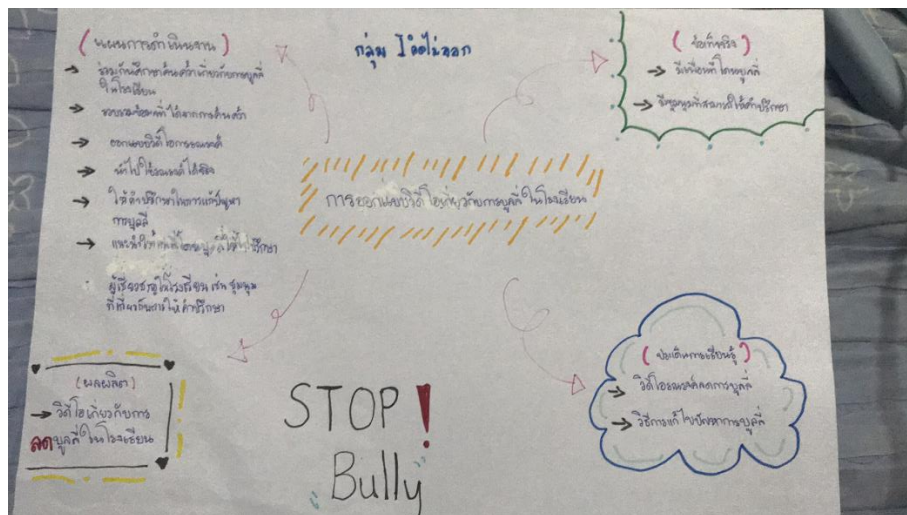
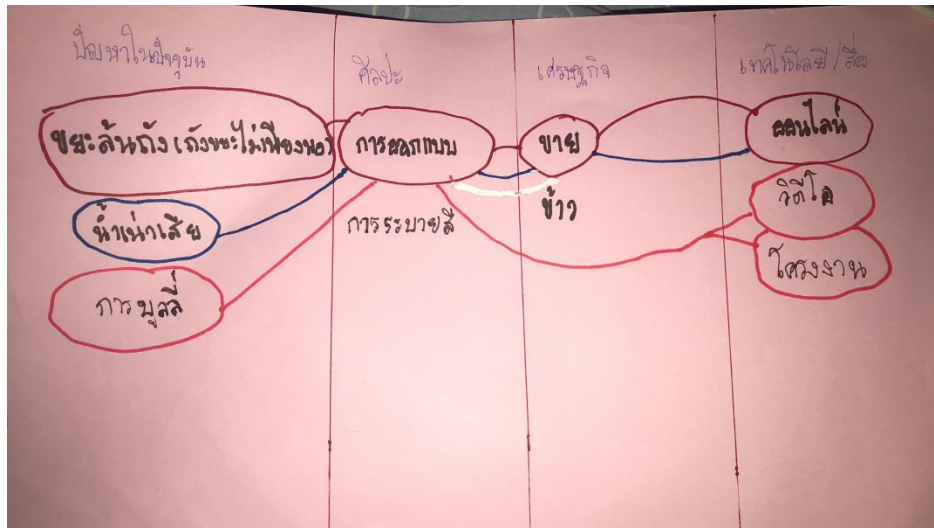
ตอนที่ 2 ความพึงพอใจต่อวิดีโอการรับมือเมื่อถูกกลั่นแกล้งว่าท่านมีความพึงพอใจต่อวิดีโอในระดับใด

- 5 หมายถึง ระดับมากที่สุด
- 4 หมายถึง ระดับมาก
- 3 หมายถึง ระดับปานกลาง
- 2 หมายถึง ระดับน้อย
- 1 หมายถึง ระดับน้อยที่สุด

	รายการ	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
		5	4	3	2	1
1	ความคมชัดของวิดีโอ					
2	เนื้อหาของวิดีโอ					
3	เนื้อหาตรงประเด็นกับชื่อโครงการ					
4	คนที่โดนกลั่นแกล้งนำวิธีการไปปรับใช้ได้					
5	เนื้อหาเข้าใจง่าย					

ภาคผนวก ข
ขั้นตอนการทำงาน

กระบวนการก่อนการทำงาน



กระบวนการในการถ่ายทำ



ตัวอย่างภาพจากวิดีโอ



สามารถรับชมวิดีโอได้ที่

<https://youtu.be/NVzT7YZM3IA>