

ผลการให้การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึกต่อความเชื่ออาทรผู้อื่นของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

จิวรรณ ชัยอารีย์เลิศ

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา

คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

มิถุนายน 2558


ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยบูรพา

การวิจัยนี้ได้รับทุนอุดหนุนการวิจัยระดับบัณฑิตศึกษา  
คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา  
ครั้งที่ 2 ปีงบประมาณ 2557


คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์และคณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ ได้พิจารณา  
วิทยานิพนธ์ของ จีรวรรณ ชัยอารีย์เลิศ ฉบับนี้แล้ว เห็นสมควรรับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา  
ตามหลักสูตรวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา ของมหาวิทยาลัยบูรพาได้


คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์


  
.....อาจารย์ที่ปรึกษาหลัก  
(ดร.ชลดาว ปุราณนถ์)

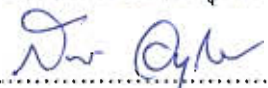
  
..... อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม  
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุรินทร์ สุทธิชาติพิทย์)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

  
.....ประธาน  
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ (พิเศษ) นายแพทย์อนุพงษ์ สุธรรมนิรันดร์)

  
.....กรรมการ  
(ดร.ชลดาว ปุราณนถ์)

  
..... กรรมการ  
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุรินทร์ สุทธิชาติพิทย์)

  
.....กรรมการ  
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุริพร อนุศาสนนันท์)

คณะศึกษาศาสตร์อนุมัติให้รับวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตาม  
หลักสูตรวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา ของมหาวิทยาลัยบูรพา

  
..... คณบดีคณะศึกษาศาสตร์  
(รองศาสตราจารย์ ดร.วิชิต สุรัตน์เรืองชัย)

วันที่ 6 เดือน พฤษภาคม พ.ศ. 2558

## กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงได้ด้วยความอนุเคราะห์จาก อาจารย์ ดร.คณดาว ปุรณานนท์ อาจารย์ที่ปรึกษาหลัก ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุรินทร์ สุทธิชาติพิทย์ อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม ที่กรุณาให้ทั้งความรู้ คำแนะนำ กำลังใจและการตรวจแก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ ด้วยความเมตตา และเอาใจใส่เป็นอย่างดียิ่ง เพื่อให้วิทยานิพนธ์ฉบับนี้มีความสมบูรณ์ที่สุด และเป็นประโยชน์ต่อผู้มีความสนใจในการศึกษาค้นคว้าในโอกาสต่อไป ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณ ไว้เป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้

ขอกราบขอบพระคุณ คณาจารย์ภาควิชาวิจัย และจิตวิทยาประยุกต์ทุกท่านที่ได้ประสิทธิ์ประสาทวิชาความรู้ และให้คำแนะนำในด้านต่าง ๆ แก่ผู้วิจัย โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุริพร อนุศาสนนันท์ และผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สมโภชน์ อเนกสุข ที่กรุณาเสียสละเวลาในการให้คำแนะนำ และช่วยเหลือในด้านสถิติ และการวิจัยในครั้งนี้

ขอกราบขอบพระคุณ ผู้ทรงคุณวุฒิทุกท่านที่กรุณาตรวจ และให้คำแนะนำในการแก้ไขปรับปรุงเครื่องมือในการวิจัยให้มีความถูกต้อง ขอกราบขอบพระคุณคณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ทุกท่านที่ได้กรุณาให้คำแนะนำในการปรับปรุงแก้ไขวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ให้ถูกต้อง และสมบูรณ์

ขอขอบพระคุณ ผู้อำนวยการ และคณาจารย์โรงเรียนสาธิต “พิบูลบำเพ็ญ” มหาวิทยาลัยบูรพาที่ได้ให้ความอนุเคราะห์ และอำนวยความสะดวกในการดำเนินการวิจัย ขอขอบพระคุณหัวหน้า และเพื่อน ๆ ร่วมงานฝ่ายโปรแกรมเน้นความสามารถทางภาษาระดับประถมศึกษา และนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ปีการศึกษา 2557 ที่เข้าร่วมการทดลองวิจัยในครั้งนี้ จนสำเร็จลุล่วงตามวัตถุประสงค์ด้วยดี

ขอกราบขอบพระคุณ บิดามารดา และพี่สาวของผู้วิจัยที่ให้การสนับสนุนและกำลังใจแก่ผู้วิจัยในการศึกษาเล่าเรียนตลอดมา และขอกราบขอบพระคุณ คุณน้ำเกรียงศักดิ์ หล่อวัฒนาตระกูล คุณน้ำของของผู้วิจัยที่ได้มอบทุนการศึกษาให้ตลอดหลักสูตร ขอขอบคุณเพื่อน ๆ ร่วมสาขาวิชา จิตวิทยาการปรึกษา ปีการศึกษา 2553ทุกท่าน สำหรับกำลังใจ และการช่วยเหลือที่มีให้กันและกันเสมอมา

ขอขอบพระคุณ บุคคลอีกหลายท่านที่ผู้วิจัยมิได้เอ่ยนาม ณ ที่นี้ ที่มีส่วนช่วยเหลือผู้วิจัยจนสามารถบรรลุถึงความสำเร็จในครั้งนี้ ขอขอบคุณทุก ๆ ท่าน

ประโยชน์ของวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ ขอมอบให้เป็นความกตัญญูตวที่แก่ บิดามารดา และคณาจารย์ทุกท่านผู้ประสิทธิ์ประสาทวิชาความรู้ให้แก่ผู้วิจัย ทั้งในอดีต และปัจจุบัน ขอพระเจ้าโปรดอำนวยการพรอย่างอุดมแก่ทุกท่าน ณ ที่นี้ด้วย

จรีวรรณ ชัยอารีย์เลิศ

53920566: สาขาวิชา: จิตวิทยาการปรึกษา; วท.ม. (จิตวิทยาการปรึกษา)

คำสำคัญ: การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึก/ ความเอื้ออาทรผู้อื่น/ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

จรรีวรรณ ชัยอารีย์เลิศ: ผลการให้การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึกต่อความเอื้ออาทรผู้อื่น  
ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 (THE EFFECTS OF EMPATHIC GROUP COUNSELING  
ON ALTRUISM OF GRADE 6 STUDENTS) คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์: ดลดา  
ปुरुณานนท์, ศศ.ค., สุรินทร์ สุทธิธาทิพย์, Ed.D. 187 หน้า. ปี 2558

การศึกษานี้มีจุดหมายเพื่อศึกษาผลให้การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึกต่อ  
ความเอื้ออาทรผู้อื่นของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 กลุ่มตัวอย่างในการศึกษานี้ คือ นักเรียน  
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนสาธิต “พิบูลบำเพ็ญ” มหาวิทยาลัยบูรพา ประจำปีการศึกษา 2557  
โดยคัดเลือกนักเรียนจากคะแนนเฉลี่ยแบบสำรวจความเอื้ออาทรผู้อื่น (Altruism) ต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์  
ที่ 25 และสมัครใจเข้าร่วมการทดลอง จำนวน 20 คน จำแนกออกเป็น 2 กลุ่ม โดยใช้วิธีการสุ่ม  
แบบง่าย (Simple random sampling) เป็นกลุ่มทดลอง จำนวน 10 คน และกลุ่มควบคุมจำนวน 10 คน  
เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง ประกอบด้วย แบบความสำรวจความเอื้ออาทรผู้อื่น และการปรึกษากลุ่ม  
แบบร่วมรู้สึก การเก็บข้อมูลดำเนินการตั้งแต่เริ่มวัดผลในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลัง  
การทดลอง และระยะติดตามผล จากนั้น นำข้อมูลมาวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบวัดซ้ำ ประเภท  
หนึ่งตัวแปรระหว่างกลุ่มและหนึ่งตัวแปรภายในกลุ่ม (Repeated measures analysis of variance:  
one between – subjects variable and one within – subjects variable และวิธีทดสอบรายคู่แบบ LSD  
(Fisher’s least significant difference test)

ผลการวิจัยพบว่า มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลอง  
อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 มีความเอื้ออาทรในระยะ  
หลังการทดลอง และระยะติดตามผลเพิ่มขึ้นกว่าระยะก่อนการทดลอง และเพิ่มขึ้นกว่ากลุ่มควบคุม  
อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 และนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่ได้รับการปรึกษากลุ่ม  
แบบร่วมรู้สึกมีคะแนนความเอื้ออาทรผู้อื่นในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล  
ไม่แตกต่างกัน

53920566: MAJOR: COUNSELING PSYCHOLOGY; M.Sc. (COUNSELING PSYCHOLOGY)

KEYWORDS: EMPATHIC GROUP COUNSELING/ ALTRUISM / STUDENTS GRADE 6

JAREEWAN CHAIAREELEARD: THE EFFECTS OF EMPATHIC GROUP COUNSELING ON ALTRUISM OF GRADE 6 STUDENTS. ADVISORY COMMITTEE: DOLDAO PURANANON, Ph.D., SURIN SUTHITHATIP, Ed.D. 187 P. 2015.

The purpose of this research aims to study the Effects of Empathic Group on Altruism of Grade 6 Students. The sample was grade 6 students of Piboonbumpen Demonstration School, Burapha University in the academic year 2014 who had scores on altruism lower than 25<sup>th</sup> percentile. The 20 samples were randomly assigned into two groups the experimental group and the control group, ten students for each group. The instruments were used in the research consisted of The Altruism Survey and Empathic Group Counseling Program. The data were collected in three phases: pre-experiment, post-experiment, and follow-up. The data were collected in three phases: pre-experiment, post-experiment, and follow-up. Then the data were analyzed through repeated - measures analysis of variance: one between-subjects variable and one within-subjects variable, including pair comparison through the LSD (Fisher's Least Significant Difference Test)

The results showed that the interaction between the methods and the duration of the experiment was found statistically significant at .001 level. The students in the experiment group had higher scores on altruism in the post-experiment and the follow-up than in the pre-experiment. The scores of the experiment group were also higher than the control group's scores and .001 level. The students participating in Empathic Group Counseling Program had no significant difference scores on altruism in the post-experiment and the follow-up.

## สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	จ
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	ฉ
สารบัญ.....	ช
สารบัญตาราง.....	ฌ
สารบัญภาพ.....	ญ
บทที่	
1 บทนำ.....	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	8
สมมติฐานของการวิจัย.....	9
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากการวิจัย.....	9
ขอบเขตของการวิจัย.....	9
กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	10
นิยามศัพท์เฉพาะ.....	11
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	13
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการเอื้ออาทรผู้อื่น.....	14
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความร่วมรู้สึก (Empathy).....	22
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6.....	61
3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	68
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	68
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	69
การสร้างเครื่องมือและการหาคุณภาพเครื่องมือ.....	69
การดำเนินการวิจัย.....	75
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	77

## สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	79
สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล.....	79
การนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	79
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	80
5 สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	90
วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	90
สมมติฐานของการวิจัย.....	90
กลุ่มตัวอย่าง.....	91
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	91
วิธีการดำเนินการ.....	91
สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	92
อภิปรายผล.....	93
ข้อเสนอแนะ.....	102
บรรณานุกรม.....	104
ภาคผนวก.....	112
ภาคผนวก ก.....	113
ภาคผนวก ข.....	118
ประวัติย่อของผู้วิจัย.....	187



## สารบัญตาราง

ตารางที่		หน้า
1	โครงสร้างเนื้อหาของแบบสำรวจความเอื้ออาทรผู้อื่น.....	70
2	ตัวอย่างแบบสำรวจความเอื้ออาทรผู้อื่น.....	70
3	เกณฑ์การให้คะแนนแบบสำรวจความเอื้ออาทรผู้อื่น.....	72
4	ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย.....	78
5	คะแนนเฉลี่ยของคะแนนความเอื้ออาทรผู้อื่นในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม.....	80
6	คะแนนเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความเอื้ออาทรผู้อื่นในระยะ ก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลของนักเรียนระดับ ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม.....	81
7	ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนความเอื้ออาทรผู้อื่นระหว่างวิธีการ ทดลองกับระยะเวลาของการทดลอง.....	84
8	ผลการทดสอบย่อยของวิธีการทดลองในระยะก่อนการทดลอง.....	86
9	ผลการทดสอบย่อยของวิธีการทดลองในระยะหลังการทดลอง.....	86
10	ผลการทดสอบย่อยของวิธีการทดลองในระยะติดตามผล.....	87
11	ผลการทดสอบย่อยของระยะเวลาของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในกลุ่มทดลอง..	87
12	ผลการทดสอบย่อยของระยะเวลาของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในกลุ่มควบคุม.	88
13	ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความเอื้ออาทรผู้อื่นเป็นรายคู่ของนักเรียน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในกลุ่มทดลองในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล วิธีการทดสอบแบบ LSD (Fisher's Least Significant Difference Test).....	88
14	ค่า IOC ของแบบสำรวจความเอื้ออาทรผู้อื่นของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6.....	184
15	ค่าอำนาจจำแนกของแบบสำรวจความเอื้ออาทรผู้อื่นของนักเรียนชั้นประถมศึกษา ปีที่ 6.....	185

## สารบัญภาพ

ภาพที่	หน้า
1 กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	10
2 องค์ประกอบความรู้คู่.....	52
3 กระบวนการการร่วมรู้สึก.....	53
4 เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความเอื้ออาทรผู้อื่นของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล.....	82
5 เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความเอื้ออาทรผู้อื่นของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลในกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม.....	83
6 กราฟเส้นแสดงการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างคะแนนเฉลี่ยความเอื้ออาทรผู้อื่นของนักเรียน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมกับระยะเวลาการทดลอง.....	85

# บทที่ 1

## บทนำ

### ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ในปัจจุบันสังคมไทยมีการเปลี่ยนแปลงมากขึ้นเป็นผลทำให้เกิดการแข่งขันกันเพิ่มขึ้น คนในสังคมส่วนใหญ่ต่างให้ความสำคัญต่อคุณค่าทางวัตถุมากกว่าคุณค่าทางจิตใจ ซึ่งสะท้อนให้เห็นจากการเลี้ยงดูของพ่อแม่ในปัจจุบันที่มุ่งเน้นไปที่เรื่องของทรัพย์สินเงิน ค่าตอบแทน และการแข่งขันทางการศึกษา สิ่งเหล่านี้มีผลทำให้เด็กและเยาวชนมุ่งแต่การเรียน การแข่งขัน ตลอดจนยึดตนเองเป็นศูนย์กลางมากขึ้น จึงทำให้ความสนใจต่อสิ่งรอบข้าง การรู้จักเสียสละ ความเอื้ออาทรผู้อื่น การแสดงความมีน้ำใจ และการรู้จักแบ่งปันซึ่งกันและกันลดน้อยลง ดังที่ ชลวิทย์ เจียรจิตต์ (2556) กล่าวว่า ยุคนี้คนส่วนใหญ่ “ขาดความเอื้ออาทรต่อกัน” อยู่ในโลกส่วนตัวไม่สนใจรอบข้าง ตัวใครตัวมัน ปัญหาสังคมจึงเกิดมาก ซึ่งสอดคล้องกับ นพดล กรรณิกา (2550) ได้เปิดเผยผลสำรวจเรื่อง “สำรวจดัชนีเชิงคุณธรรมของประชาชนในสังคมไทย: กรณีศึกษาประชาชนทั่วไปในเขตกรุงเทพมหานครสมุทรปราการ เชียงใหม่ ขอนแก่น ชลบุรี และนครศรีธรรมราช” จำนวนทั้งสิ้น 1,827 กลุ่มตัวอย่าง ซึ่งเป็นประชาชนที่มีอายุ 12-65 ปี พบว่า ร้อยละ 36.20 ระบุการเข้าไปช่วยเหลือเมื่อเห็นผู้อื่นเดือดร้อนก่อนที่ผู้อื่นจะร้องขอ และผลสำรวจการทำตนเป็นผู้มีคุณธรรมในช่วง 30 วันที่ผ่านมาโดยพิจารณาจำนวนครั้งโดยเฉลี่ยที่กลุ่มตัวอย่างได้ทำตนเป็นผู้มีคุณธรรมในด้านต่าง ๆ ตามตัวชี้วัดคุณธรรม 8 ประการ ได้แก่ ความมีระเบียบวินัย ความรับผิดชอบ ความซื่อสัตย์สุจริต ความมีสติสัมปชัญญะ จิตอาสา (ความมีน้ำใจและความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่) ความขยันหมั่นเพียร ความกตัญญูกตเวที และความอดทน พบว่า คุณธรรมด้านจิตอาสา (ความมีน้ำใจและความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่) นั้นเท่ากับ 18.51 ครั้ง ซึ่งต่ำที่สุดเมื่อเปรียบเทียบกับคุณธรรมด้านอื่น ๆ

ดังที่ สุริยเดว ทรีปาตี (2554) กล่าวว่า จากการสำรวจต้นทุนชีวิตของเด็ก และเยาวชนผ่านแบบทดสอบต้นทุนชีวิตของเยาวชนอายุระหว่าง 12-25 ปี จำนวน 20,892 ตัวอย่าง ใน 18 จังหวัด พบว่า เด็กและเยาวชนไทยยังขาดทักษะการเป็นผู้ให้ร้อยละ 34 เช่น การช่วยเหลือผู้อื่น ช่วยทำงานบ้าน หากเยาวชนไม่มีทักษะการเป็นผู้ให้ สิ่งที่จะเกิดขึ้นคือ สังคมจะขาดความเอื้ออาทร และเห็นแก่ตัวมากขึ้นและผลจากการสำรวจนี้แสดงให้เห็นว่าเด็กไทยในปัจจุบันให้ความสำคัญกับวัตถุมากกว่าจิตใจ ซึ่งส่งผลทำให้เด็กและเยาวชนไทยขาดทักษะของการให้ และมีความเห็นแก่ตนเองเพิ่มขึ้น ดังนั้น สถาบันที่มีความสำคัญในการส่งเสริมและพัฒนาให้เด็ก

และเยาวชนไทย มีความเอื้ออาทรผู้อื่น (Altruism) มากขึ้น คือ สถาบันครอบครัว โรงเรียน และศาสนา

โรงเรียนเป็นอีกหนึ่งสถาบันที่มีความสำคัญในการฝึกอบรมเด็กและเยาวชน รองลงมา จากสถาบันครอบครัว ดังนั้น นอกจากโรงเรียนจะมีหน้าที่ส่งเสริมให้นักเรียนมีความรู้และ สติปัญญาแล้ว โรงเรียนยังมีหน้าที่เสริมสร้างให้นักเรียนมีคุณธรรมอีกด้วย เพื่อให้ นักเรียน ได้เป็นบุคคลโดยสมบูรณ์ทั้งด้านวิชาความรู้ และด้านคุณธรรมอันดีงาม ดังที่แผนการศึกษาแห่งชาติ ฉบับที่ 10 (พ.ศ. 2545-2559) สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ (2545) มีเจตนารมณ์ เพื่อมุ่งพัฒนาชีวิตให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งทางร่างกายจิตใจ สติปัญญา ความรู้ และคุณธรรม มีจริยธรรมและวัฒนธรรมในการดำรงชีวิตสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุขซึ่งสอดคล้อง กับจุดมุ่งหมายของหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 กระทรวงศึกษาธิการ (2551) ที่มุ่งพัฒนาผู้เรียนให้เป็นคนดี มีสติปัญญา มีความสุข มีศักยภาพในการเรียนต่อ และ ประกอบอาชีพได้ ทั้งนี้จึงได้กำหนดจุดมุ่งหมาย เพื่อให้เกิดกับผู้เรียนเมื่อจบการศึกษาขั้นพื้นฐาน ดังนี้เพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์ดังกล่าว หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน จึงมุ่งพัฒนา ให้ผู้เรียนมีคุณลักษณะอันพึงประสงค์ เพื่อให้สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างมีความสุข ทั้งในฐานะพลเมืองไทย และพลเมืองโลก ดังนี้ รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์ ซื่อสัตย์สุจริต มีวินัย ใฝ่เรียนรู้ อยู่พอเพียง มุ่งมั่นในการทำงาน รักความเป็นไทย มีจิตสาธารณะ

นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 เป็นนักเรียนที่มีช่วงวัยประมาณ 11-12 ปี นักจิตวิทยา พัฒนาการได้จัดนักเรียนที่มีช่วงอายุดังกล่าวให้เป็นวัยเด็กตอนปลาย (Late childhood) หรือวัยเด็ก เข้าโรงเรียน (School age) หรือที่นักจิตวิทยาพัฒนาการในปัจจุบันมักเรียกเด็กกลุ่มนี้ว่า วัยเด็ก ตอนกลาง (Middle childhood) วัยเด็กเข้าโรงเรียนเป็นวัยเตรียมพร้อมที่จะเข้าสู่วัยรุ่นและวัยผู้ใหญ่ เด็กวัยนี้จะเข้าใจอารมณ์ของตนเองและผู้อื่นได้ดียิ่งขึ้น รู้จักควบคุมอารมณ์ตนเอง ศรีเรือน แก้วกั้งวาล (2553, หน้า 267) กล่าวว่า วัยเด็กตอนปลายเป็นช่วงเวลาที่เหมาะสมมากที่สุดที่จะสอนให้เด็ก รู้ว่าพฤติกรรมใดถูกผิด-ดีชั่ว ดังนั้น วัยนี้จึงมีความเหมาะสมมากที่สุดที่จะฝึกอบรมและสามารถปลูกฝัง ให้เรียนรู้ความเอื้ออาทรผู้อื่น (Altruism) เด็กวัยประมาณ 11-12 ปี สามารถเข้าใจเหตุผล เพราะเด็ก วัยนี้มีการพัฒนาความคิดเข้าใจเหตุผลแล้ว ดังที่ พรรรถทิพย์ ศิริวรรณบุศย์ (2551, หน้า 47) กล่าวว่า เด็กจะมีพัฒนาการด้านสติปัญญาขั้นสูงสุด หรือเข้าสู่ระดับวุฒิภาวะสูงสุด เด็กจะสามารถที่จะคิด แบบผู้ใหญ่ หรือสามารถคิดในสิ่งที่เป็นามธรรมได้ สามารถคิดอย่างวิทยาศาสตร์ได้ เมื่อมีอายุ ประมาณ 10-15 ปี

ผู้วิจัยได้สังเกต และสัมภาษณ์อาจารย์ที่ปรึกษาของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 5 คน (17 มกราคม, 2556) ในเบื้องต้นพบว่า ปัญหาที่มักพบในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ได้แก่ การขาดความมีน้ำใจ การเพิกเฉยต่อการช่วยเหลือชุมชน หรือบุคคลรอบข้าง เพราะคิดว่าฐานะไม่ใช่บางครั้งก็ใช้คำพูดหยาดคาย หรือใช้วาจาล้อเลียนเพื่อน เป็นผลทำให้เพื่อนเกิดความเสียใจ หรือโกรธเคือง มีพฤติกรรมก้าวร้าว เกร และบางครั้งมีพฤติกรรมการเอาเปรียบนักเรียนที่อายุน้อยกว่า เป็นต้น

ปัญหาการขาดความมีน้ำใจ หรือแม้แต่การเพิกเฉยต่อการช่วยเหลือชุมชนหรือบุคคลรอบข้าง ถือเป็นปัญหาที่สำคัญที่ควรได้รับการแก้ไข และส่งเสริมให้เด็กและเยาวชนได้มีความเอื้ออาทรผู้อื่น (Altruism) เพิ่มมากขึ้น เพื่อเป็นการเพิ่มความมีน้ำใจและการช่วยเหลือชุมชนหรือบุคคลรอบข้าง ทั้งนี้ความเอื้ออาทรผู้อื่นมีความสำคัญต่อสังคมในปัจจุบัน หากเด็กและเยาวชนมีความเอื้ออาทรผู้อื่นก็จะทำให้เด็ก และเยาวชนรู้จักการแบ่งปัน ความมีน้ำใจ การเสียสละ และรู้จักช่วยเหลือซึ่งกันและกันเพิ่มมากขึ้น สิ่งเหล่านี้จะเป็นกำลังอันสำคัญต่อ การส่งเสริมและพัฒนาสังคมได้ อีกทั้งยังสามารถช่วยลดปัญหาความรุนแรงที่เกิดขึ้นในสังคมได้ ในโอกาสต่อไปได้อีกด้วย โดยเฉพาะนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 เป็นวัยที่มีอายุระหว่าง 11-12 ปี (Piaget, 1965 อ้างถึงใน ศรีเรือน แก้วกังวาล, 2553, หน้า 268) ระยะเวลานี้เป็นระยะที่เด็กสามารถเข้าใจว่า กฎเกณฑ์ต่าง ๆ มีไว้เพื่อควบคุมการกระทำของคนที่อยู่ร่วมกันในสังคมให้สามารถอยู่ร่วมกันได้อย่างปกติสุข วัยนี้มีความพร้อมมากกว่าวัยเด็กซึ่งมีอายุน้อยกว่านี้ เพราะหากฝึกในวัยเด็กเล็ก จะกลายเป็นการเร่งรัด เมื่อเด็กยังไม่พร้อม หรือพัฒนาวัยที่มีอายุมากก็จะทำได้ยากมากขึ้น นอกจากนี้เด็กวัยนี้เป็นวัยที่กำลังจะก้าวเข้าสู่การเป็นวัยรุ่นซึ่งเป็นวัยที่เป็นกำลังสำคัญในการสร้างสรรค์และพัฒนาสังคมต่อไป

การศึกษาในงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความเอื้ออาทรผู้อื่นซึ่งในงานวิจัยส่วนใหญ่ในประเทศไทยมักใช้คำว่า “ความเอื้อเพื่อพ่อแม่ และความเสียสละ” เป็นส่วนใหญ่ ดังเช่นในงานวิจัยของ จันทนะ วิไลพัฒน์ (2542) ได้ศึกษาการพัฒนาพฤติกรรมด้านความเอื้อเพื่อ พ่อแม่และการเสียสละของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โดยการใช้กระบวนการสร้างค่านิยม พบว่า การพัฒนาสร้างเสริมและปลูกฝังให้กับเด็กนักเรียนมีอยู่หลายประการ ประการหนึ่งที่สำคัญคือ ค่านิยมด้านความเอื้อเพื่อและการเสียสละมีความสำคัญต่อการอยู่ร่วมกันในสังคม ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ อุดลย์ เขียวมูล (2548) ได้ศึกษาการพัฒนาชุดกิจกรรมกลุ่มฝึกรวมที่มีผลต่อการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมด้านความเอื้อเพื่อพ่อแม่สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 พบว่า ความเอื้อเพื่อพ่อแม่มีความจำเป็นต่อสังคมปัจจุบัน ควรส่งเสริมและปลูกฝังให้แก่เยาวชน สรุปได้ว่า ความเอื้ออาทรผู้อื่นเป็นปัจจัยสำคัญที่ก่อให้เกิดความผาสุกในการอยู่ร่วมกันของบุคคลในสังคม

ดังนั้น การปลูกฝังความเอื้ออาทรผู้อื่นจึงเป็นสิ่งที่ควรได้รับการสนับสนุน และพัฒนาให้เกิดขึ้นในเด็กและเยาวชนซึ่งจะเติบโต และเป็นกำลังอันสำคัญของประเทศชาติต่อไปในอนาคต

ความเอื้ออาทรผู้อื่นคือ การแสดงออกที่ไม่เห็นแก่ประโยชน์ส่วนตนแต่มุ่งไปที่ผลประโยชน์ของผู้อื่นเป็นหลัก ซึ่งจะแสดงออกด้วยความมีน้ำใจ การรู้จักแบ่งปันหรือการช่วยเหลือผู้อื่นด้วยความสมัครใจ Batson and Powell (2003) กล่าวว่า ความเอื้ออาทรผู้อื่นเป็นสิ่งกระตุ้นให้เกิดสวัสดิภาพของบุคคลอื่นเพิ่มขึ้น ซึ่งตรงข้ามกับความเห็นแก่ตนเอง ความเอื้ออาทรผู้อื่นสามารถแสดงออกได้ด้วยการใช้ร่างกายเพื่อการช่วยเหลือการแบ่งปันทางความรู้สึก เช่น การรับฟังผู้อื่น การเข้าใจถึงความทุกข์ของผู้อื่น การรู้จักให้อภัยในความผิดพลาดของผู้อื่นด้วยความจริงใจ การใช้วาจาปลอบโยนเพื่อผู้อื่นคลายจากความทุกข์ และการช่วยเหลือด้วยการเสียดสละทรัพย์สินเงินทองเพื่อช่วยเหลือให้ผู้อื่นพ้นจากความทุกข์ตามกำลังความสามารถของตนเองโดยไม่มุ่งหวังว่าจะได้รับผลตอบแทนเช่นเดียวกับ (สมคิด ไชยขันบูรณ, 2535, หน้า 24 อ้างถึงใน จรินทิพย์ โคธิรานุรักษ์, 2551) กล่าวว่า ความเอื้อเพื่อสามารถแสดงออกได้หลายทาง ดังนี้ 1) ทางกาย ได้แก่ การให้ความช่วยเหลือผู้อื่นด้วยกำลังกาย เช่น ช่วยทำกิจกรรมต่าง ๆ ตลอดจนให้การสงเคราะห์ เท่าที่กำลังคนจะสามารถช่วยได้ ช่วยทำกิจกรรมต่าง ๆ ด้วยความเต็มใจ ไม่ว่าจะงานเล็กหรือใหญ่ก็ตาม 2) ทางวาจา ได้แก่ การให้คำแนะนำ ช่วยเจรจาให้ธุรกิจผู้อื่นสำเร็จเพื่อบำบัดทุกข์บำรุงสุขแก่ผู้อื่น ตลอดจนช่วยพูดปลอบใจ เมื่อผู้อื่นมีทุกข์หรือได้รับความกระทบกระเทือนใจจากเหตุการณ์ต่าง ๆ 3) ทางสติปัญญา ได้แก่ ช่วยแสดงความคิดเห็น ช่วยแก้ปัญหาที่เกิดขึ้น หาทางออกให้ในแนวทางที่ถูกต้องหรือการเพิ่มพูนความรู้ให้แก่ผู้อื่นสามารถช่วยตนเองได้ 4) ทางกำลังทรัพย์สิน ได้แก่ การให้เครื่องอุปโภคบริโภคหรือทรัพย์สินเงินทองให้แก่ผู้ที่ขาดสนเพื่อให้พ้นทุกข์หรือความเดือดร้อนที่กำลังเผชิญอยู่ 5) ทางจิตใจ ได้แก่ การฝึกจิตใจของตัวเองให้มีความเห็นอกเห็นใจในผู้อื่นอยู่เป็นนิจ มีความรู้สึกยินดีเมื่อเห็นผู้อื่นมีความสุข ควรคิดให้อภัยในความผิดของผู้อื่นเสมอ ๆ เช่นเดียวกับ (Rushton, 1980 อ้างถึงใน ฉญาดา กฤษณา, 2552) ได้แบ่งรูปแบบพฤติกรรมความเอื้อเพื่อเป็น 4 รูปแบบคือ 1) Objected related activity หมายถึง การเสียดสละและแบ่งปันสิ่งของ ที่เป็นวัตถุ เช่น แบ่งของเล่นให้แก่เพื่อน 2) Cooperative activity หมายถึง งานในลักษณะการให้ความร่วมมือซึ่งในที่นี้ หมายถึงการทำงานร่วมกันเพื่อให้ไปสู่ผลสำเร็จตามเป้าหมาย 3) Helping activity หมายถึง การให้ความช่วยเหลือทั่วไป เช่น การช่วยเหลือผู้อื่นให้ไปสู่จุดมุ่งหมาย 4) Empathic activity หมายถึง การเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

การพัฒนาความเอื้ออาทรผู้อื่นในนักเรียนสามารถทำได้โดยฝึกให้นักเรียนได้เรียนรู้ที่จะมีความร่วมรู้สึก (Empathy) กับบุคคลอื่น ดังที่ Batson (2011 อ้างถึงใน นพมาศ อึ้งพระศิริเวคิน, 2553, หน้า 180) เสนอว่า เมื่อเรามีสามารถความเห็นใจ (Empathy) เราไม่ค่อยมุ่งที่

ความทุกข์ของตัวเอง แต่เรามุ่งที่คนกำลังทุกข์ ความสงสารและความเห็นใจจริง ๆ ทำให้เราช่วยเขาทำเพื่อเขาจริง ๆ Delamater and Myers (2007, หน้า 276) กล่าวว่า ความร่วมรู้สึกจะเพิ่มขึ้นโดยอาศัยปัจจัยที่มีสถานการณ์ซึ่งมีความหลากหลาย มีความเชื่อที่ว่าถ้าผู้ประสบเคราะห์เป็นชาติเดียวกัน เพศเดียวกัน มีบุคลิกภาพ หรือ ทัศนคติที่คล้ายกันตนเองก็จะยิ่งส่งเสริมให้เกิดความร่วมรู้สึกมากขึ้น ในงานวิจัยฉบับหนึ่ง ได้ให้นักเรียนสังเกตเพื่อนนักเรียนที่ได้รับการกระทบกระเทือนที่เจ็บปวด เมื่อเขาเล่นเกมพนันรูเล็ตท์ (Roulette) นักเรียนเหล่านั้นได้กล่าวว่าผู้ที่เสียพนันนั้น มีบุคลิกภาพคล้ายกับพวกเขา สิ่งเหล่านั้นได้กระตุ้นพวกเขาให้บริจาคเงินเพื่อช่วยเหลือแก่ผู้ที่แพ้พนันคนดังกล่าว (Krebs, 1975 cited in Hakansson, 2003) ความร่วมรู้สึกสามารถเพิ่มมากขึ้นด้วยบรรทัดฐานสถานการณ์ (Situational norm) หรือ บทบาทที่ถูกคาดหวัง (Role expectations) ซึ่งกระตุ้นให้เกิดการรับรู้และเข้าใจทัศนยะของผู้อื่น (Role taking) อย่างชัดเจน (Shott, 1979) เมื่อผู้สังเกตการณ์พยายามจินตนาการถึงความรู้สึกและปฏิกิริยาของผู้อื่นอย่างกระตือรือร้นทำให้ความร่วมรู้สึก และพฤติกรรมความช่วยเหลือเพิ่มขึ้น เด็กที่รู้สึกถึงความหวาดกลัว ความผิดหวัง ความเสียใจ หรือ ความโดดเดี่ยว ของผู้อื่นอย่างลึกซึ้งแล้ว พวกเขาจะมีแนวโน้มที่ช่วยเหลือบุคคลนั้นมากขึ้นกว่าเด็กที่ไม่รู้สึกถึงอารมณ์เหล่านั้นเลย และในทางกลับกันหากเด็กมีระดับความร่วมรู้สึกต่ำก็อาจจะมีผลทำให้เด็กมีความ โน้มเอียงที่มีพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ Farrington and Welsh (2007, p. 48) ในการศึกษาวัยรุ่นชาวอังกฤษ จำนวน 720 คน อายุประมาณ 15 ปี พวกเขาพบว่า ความร่วมรู้สึกทางอารมณ์ต่ำ (Low affective empathy) เกี่ยวข้องกับการรายงานตนเองผู้กระทำความผิดและความรุนแรงทั้งในเพศชายและเพศหญิง ซึ่งสอดคล้องกับ Ozkan and Gokcearslan (2009) ได้ศึกษาผลของระดับความร่วมรู้สึกต่อความเป็นอันธพาลในโรงเรียนและพบว่าเด็กที่แสดงออกถึงทักษะความร่วมรู้สึกต่ำ (Low empathic skill) จะเผยให้เห็นถึงการมีปัญหาทางสังคมและอารมณ์และจะถูกผู้อื่น ไม่ชอบ ผู้ที่ขาดทักษะความร่วมรู้สึกจะถูกปฏิเสธจากเพื่อน ๆ มีพฤติกรรมเสี่ยงต่อการหนีโรงเรียน และมีเรื่องพัวพันกับการทำอาชญากรรมเช่นเดียวกัน ดังนั้น การให้การปรึกษา เป็นอีกวิธีหนึ่งที่เราสามารถนำมาใช้เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนมีความสามารถที่จะเรียนรู้ และพัฒนาตนเองให้มีความร่วมรู้สึกกับบุคคลอื่นได้มากขึ้น และยังเป็น การลดและป้องกันพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ต่อไปในอนาคต

สรุปได้ว่าความเอื้ออาทรผู้อื่นถูกพัฒนาได้โดยการฝึกให้นักเรียนเรียนรู้ความร่วมรู้สึกกับผู้อื่น ทั้งจากงานวิจัยต่าง ๆ พบว่า บุคคลที่สามารถร่วมรู้สึกไปกับผู้อื่นได้นั้น จะทำให้บุคคลเกิดความเข้าใจ และรับรู้ถึงความทุกข์ หรือความเจ็บปวดของผู้อื่นอย่างแท้จริง ซึ่งเป็นผลทำให้บุคคลเกิดความเอื้ออาทรผู้อื่น มีความต้องการที่จะแสดงออกถึง การแบ่งเบาความทุกข์ยากที่เกิดขึ้นกับพวกเขาเหล่าด้วยความยินดี และเต็มใจ ในทางกลับกันหากบุคคลขาดความร่วมรู้สึก

หรือมีความร่วมรู้สึกในระดับต่ำ ก็จะทำให้คิดถึงแต่ตนเอง และอาจจะมีความโน้มเอียงไปสู่พฤติกรรมไม่พึงประสงค์ทางสังคม หรือพัวพันกับการทำอาชญากรรมได้ด้วยเช่นกัน

การให้การปรึกษา เป็นกระบวนการสร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้ให้การปรึกษาช่วยให้ผู้รับการปรึกษาเพื่อช่วยให้ผู้รับการปรึกษาเข้าใจตนเอง และตระหนักในตนเองเพื่อนำไปสู่การจัดการกับปัญหาอย่างแท้จริง วัชร ทรัพย์มี (2550, หน้า 5) ได้กล่าวไว้ว่า การให้การปรึกษา เป็นกระบวนการของการสร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้ให้การปรึกษา ซึ่งเป็นนักวิชาชีพที่ได้รับการฝึกอบรม กับผู้รับบริการซึ่งต้องการความช่วยเหลือเพื่อให้ผู้รับบริการเข้าใจตนเอง เข้าใจบุคคลอื่น และเข้าใจสิ่งแวดล้อมเพิ่มขึ้น ได้ปรับปรุงทักษะในการตัดสินใจและทักษะในการแก้ปัญหา ตลอดจนปรับปรุงความสามารถในการที่จะทำให้ตนเองพัฒนาขึ้น อนงค์ วิเศษสุวรรณ (2554, หน้า 1) มีบริการเป็นสองลักษณะ คือ การปรึกษารายบุคคล และการปรึกษากลุ่ม (Shertzer & Stone, 1974, pp. 352-353 อ้างถึงใน อาภา จันทรสกุล, 2549, หน้า 248) การให้บริการปรึกษา เป็นกลุ่ม โดยทั่ว ๆ ไปมีจุดเน้นที่การป้องกันปัญหา และการพัฒนาตนเองให้เต็มขีดความสามารถมากกว่า การบำบัดแก้ไข และเน้นที่การแลกเปลี่ยนเปิดเผยความรู้สึกต่อประสบการณ์ มากกว่าการใช้สติปัญญาค้นหาเหตุผลเน้นการรับฟังซึ่งกันแล้วกัน มากกว่าการชี้แนะสั่งสอน (Shertzer & Stone, 1981 อ้างถึงใน กาญจนา ไชยพันธุ์, 2549 ก, หน้า 2) ซึ่งมุ่งให้ผู้รับการปรึกษาได้ปรับปรุงตนเอง โดยผู้ให้การปรึกษาจะคอยเอื้ออำนวยให้ผู้รับการปรึกษาได้มีโอกาสสำรวจตนเองแสดงความรู้สึก และความคิดเห็น กล้าเผชิญความจริง ยอมรับฟังความคิดเห็นผู้อื่นภายใต้บรรยากาศที่อบอุ่น จริงใจ การยอมรับ ความไว้วางใจ และความเข้าใจซึ่งกันและกัน

ดังที่กล่าวมาทั้งหมดสามารถสรุปได้ว่า การให้การปรึกษากลุ่มเป็นกระบวนการสร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้นำกลุ่มและสมาชิก โดยผู้นำกลุ่มจะคอยเอื้ออำนวยให้สมาชิกกลุ่มได้มีโอกาสสำรวจตนเอง แสดงความรู้สึก ความคิดเห็น กล้าเผชิญความจริง และยอมรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่นเพื่อพัฒนาตนเองให้เต็มขีดความสามารถมากกว่าการบำบัดแก้ไข ภายใต้บรรยากาศที่อบอุ่น จริงใจ วางใจ และเข้าใจซึ่งกันและกัน เพื่อให้บรรลุถึงวัตถุประสงค์ของกลุ่มร่วมกัน

การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึก เป็นการนำทฤษฎี และกระบวนการการปรึกษากลุ่ม มาพัฒนาร่วมกับความร่วมรู้สึก เพื่อใช้ในการพัฒนาความเอื้ออาทรต่อผู้อื่นในนักเรียน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 เพื่อช่วยเสริมสร้าง และเพิ่มพูนให้เกิดการเอื้ออาทรผู้อื่น โดยมีกระบวนการการปรึกษากลุ่ม ซึ่งเป็นกระบวนการในการสร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้นำกลุ่ม และสมาชิกภายใต้บรรยากาศที่อบอุ่น จริงใจ และไว้วางใจกัน เพื่อนำไปสู่ความเข้าใจ และการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกัน ตามกระบวนการความร่วมรู้สึกทั้ง 4 กระบวนการ ดังนี้ 1) การถอดแบบ (Identification) คือ รับรู้ใคร่ครวญ และเข้าใจค่ออารมณ์ และความรู้สึกของผู้อื่นอย่างผู้อื่นเป็น 2) การรวมตัวกัน



(Incorporation) คือ ทำให้ประสบการณ์ของผู้อื่นเป็นของตนเอง หรือการร่วมไปกับประสบการณ์ของผู้อื่น 3) การสะท้อนกลับ (Reverberation) คือ การเปรียบเทียบสิ่งต่าง ๆ ที่ตนเองได้เรียนรู้ร่วมกับผู้อื่น มองดูเหตุการณ์ต่าง ๆ ด้วยมุมมองของผู้อื่นอย่างแท้จริง อย่างไม่ตัดสิน 4) การแยกจากกัน (Detachment) คือ เตือนตนเองว่า ตัวเองไม่ใช่บุคคลที่ตนเองกำลังร่วมรู้สึก และเวลานี้เป็นเวลาที่จะต้องช่วยเหลือผู้ถูกร่วมรู้สึก เพื่อช่วยให้เขาได้เห็นมุมมอง และทางเลือก หรือวิธีในการแก้ไขปัญหาของเขา

ความร่วมมือรู้สึกเกิดขึ้นครั้งแรกจากงานสุนทรียศาสตร์ในภาษาเยอรมัน และได้รับการให้ความหมายเป็นภาษาอังกฤษในเวลาต่อมาโดย Titchener ซึ่งเขาได้ให้คำจำกัดความว่า เป็นกระบวนการสิ่งภายนอกของมนุษย์ที่อ่านหรือรู้สึกถึงตัวเราเองภายในผู้อื่น (Titchener, 1924 cited in Hakansson, 2003) อย่างไรก็ตามสำหรับแนวคิดในเรื่องของความร่วมมือรู้สึก (Empathy) ได้รับความอภิปรายมากกว่าครึ่งศตวรรษ แต่แนวคิดดังกล่าวก็ยังไม่ได้รับความนิยมนและการพัฒนาจนกระทั่ง (Rogers, 1959 cited in Hakansson, 2003) ได้นำมาพัฒนาในสาขาจิตวิทยา เพื่อการบำบัด ซึ่งมีเป็นเงื่อนไขทางการบำบัด คือการยอมรับอย่างไม่มีเงื่อนไข (Unconditional positive regard) ความร่วมมือรู้สึก และความจริงใจ (Genuineness) ซึ่งมีความจำเป็นและพอเพียงสำหรับการเปลี่ยนแปลงในทางบำบัด นอกจากนี้ หลายปีต่อมาความร่วมมือรู้สึกได้กลายมาเป็นศูนย์กลางกรอบความคิดจิตวิเคราะห์ของจิตวิทยาตนเอง (Self-psychology) ของ Kohut สิปปิให้หลัง ได้เขียนถึงความร่วมมือรู้สึก (Empathy) ไปเกี่ยวข้องกับตัวแปรอื่น ๆ เช่น แรงจูงใจในความเอื้ออาทรผู้อื่น (Altruistic motivation) การพัฒนาจริยธรรม (Moral development) การมีประสบการณ์ที่คล้ายกัน (Similar experience) ความก้าวร้าว (Aggression) และสัมพันธภาพระหว่างบุคคล (Interpersonal relationships) Hoffman, Eisenberg, Batson, และ Davis มีงานวิจัยที่เน้นอย่างชัดเจนในเรื่องของความสัมพันธ์ของความร่วมมือรู้สึกกับการเอื้ออาทรผู้อื่น และพฤติกรรมสนับสนุนทางสังคม Hoffman and Eisenberg ได้ศึกษาความสัมพันธ์ของการร่วมมือรู้สึกกับพฤติกรรมสนับสนุนทางสังคมเพื่อพัฒนาในเด็ก ขณะที่ Batson ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความร่วมมือรู้สึกกับการเอื้ออาทรผู้อื่นและพฤติกรรมสนับสนุน ทางสังคมในบุคคลทั่วไป

การศึกษางานวิจัยที่ใช้ความร่วมมือรู้สึกที่เกี่ยวข้องกับตัวแปรอื่นนั้น แม้อาจจะยังพบน้อยมากในประเทศไทย แต่ในงานวิจัยต่างประเทศนั้นพบว่ามียุ่หลายสาขาวิชาที่ได้นำ ความร่วมมือรู้สึกไปใช้ในการวิจัยอันได้แก่ ทางด้านการศึกษา ทางด้านจิตวิทยา และทางด้านการแพทย์และการพยาบาล ในงานวิจัยในไทยคำว่า “ความร่วมมือรู้สึก” อาจจะถูกแทนด้วยคำว่า “สัมผัสใจ เห็นอกเห็นใจ ความเข้าใจ และการเข้าถึงใจ” เช่น นาดลีนี ศิลาว์ชรพล (2539) ผลของการใช้สถานการณ์จำลองที่มีต่อความเห็นอกเห็นใจผู้ป่วยของนักศึกษาพยาบาล ชั้นปีที่ 2 วิทยาลัยพยาบาลเกื้อการุณย์

กรุงเทพมหานคร, เศรษฐกร มงคลจาตุรงค์ (2546) ศึกษาผลของการฝึกการแสดงออกที่เหมาะสม เพื่อพัฒนาความเฉลียวฉลาดทางด้านความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนสตรีวิทยา 2 กรุงเทพมหานคร, กรรณิการ์ พันทอง (2550) ศึกษาเรื่อง “การศึกษาและพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของนักเรียนวัยรุ่น, Kaj Bjorkqvist and Karin Osterman (2000) ความฉลาดด้านสังคม-ความรู้สึกลึกต่อความก้าวร้าว, Richard (2002) การเล่าเรื่อง: วิกฤติคุณธรรม (Moral dilemmas) ต่อการเพิ่มความรู้สึกลึกในนักเรียนประถมศึกษา Zipora Shechtman (2003) ศึกษาเรื่องความรู้สึกลึกด้านปัญญาและอารมณ์ในเด็กก้าวร้าว: ความเกี่ยวข้องสำหรับการให้การปรึกษา, Spellings (2007) ผลของโปรแกรมการฝึกความรู้สึกลึกต่อความก้าวร้าวในเด็กประถมศึกษา, และ Sahin (2012) ศึกษาการสำรวจผลของโปรแกรมการฝึกความรู้สึกลึกต่อการป้องกันพฤติกรรมอันธพาลในโรงเรียนประถมศึกษา เมื่อได้ศึกษาทฤษฎีการร่วมรู้สึกลึกและหลักการของการให้การปรึกษาแบบกลุ่มซึ่งมีความสอดคล้องกับการพัฒนาการเอื้ออาทรผู้อื่นในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ตามกรอบความคิดของ Hoffman and Eisenberg ซึ่งศึกษาและวิจัยเกี่ยวกับความรู้สึกลึกที่มีผลต่อการพัฒนาการเอื้ออาทรผู้อื่น และพฤติกรรมสนับสนุนทางสังคมในเด็ก

ดังนั้น ผู้วิจัยมีความสนใจที่นำผลการให้การปรึกษากลุ่มแบบการร่วมรู้สึกลึกไปศึกษาเพื่อนำมาใช้ในการให้การปรึกษากลุ่ม เพื่อการส่งเสริมพัฒนา และเพิ่มพูนให้นักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ได้มีความเอื้ออาทรผู้อื่นเพิ่มขึ้น ทั้งนี้ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ซึ่งอยู่ในวัยเด็ก และกำลังก้าวผ่านวัยไปสู่วัยรุ่น ได้มีความพร้อมในพฤติกรรมสนับสนุนสังคมและชุมชนต่อไปในอนาคต อีกทั้งยังเป็น การป้องกันการเกิดพฤติกรรมอันไม่พึงประสงค์ และลดปัญหาความรุนแรง ซึ่งอาจจะเกิดได้ และในการศึกษาครั้งนี้จะทำให้ได้รูปแบบ และแนวทางเพื่อการพัฒนาที่มีประโยชน์ต่อครู อาจารย์ และบุคลากรทางการศึกษา ตลอดจนผู้ปกครอง และผู้สนใจในทั่วไปได้นำไปประยุกต์ใช้เพื่อพัฒนานักเรียนให้เกิดความเอื้ออาทรผู้อื่นต่อไป

### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาผลการให้การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึกลึกต่อความเอื้ออาทรผู้อื่นของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

## สมมติฐานของการวิจัย

1. มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับช่วงเวลาของการทดลอง
2. นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึกมีความเอื้ออาทรผู้อื่นระยะหลังการทดลองสูงกว่านักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่ไม่ได้รับการปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึก
3. นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึกมีความเอื้ออาทรผู้อื่นระยะติดตามผลสูงกว่านักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่การไม่ได้รับการปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึก
4. นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึกมีความเอื้ออาทรผู้อื่นระยะหลังการทดลองสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง
5. นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึกมีความเอื้ออาทรผู้อื่นระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง

## ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากการวิจัย

ทำให้ทราบถึงผลการให้การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึกต่อความเอื้ออาทรผู้อื่นในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 และได้รูปแบบผลการให้การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึกต่อความเอื้ออาทรผู้อื่นในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 เพื่อเป็นประโยชน์แก่ครู อาจารย์ และบุคลากรทางการศึกษา ตลอดจนผู้สนใจในทั่วไปได้นำไปประยุกต์ใช้เพื่อพัฒนานักเรียนให้เกิดความเอื้ออาทรผู้อื่นต่อไป

## ขอบเขตของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาเชิงทดลอง (Experimental research design) เพื่อศึกษาผลของการให้การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึกต่อความเอื้ออาทรผู้อื่นในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โดยมีขอบเขตการวิจัยดังนี้

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
  - 1.1 ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ คือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนสาธิต “พิบูลบำเพ็ญ” มหาวิทยาลัยบูรพา ประจำปีการศึกษา 2557 จำนวนทั้งสิ้น 162 คน
  - 1.2 กลุ่มตัวอย่างในการศึกษาครั้งนี้ คือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนสาธิต “พิบูลบำเพ็ญ” มหาวิทยาลัยบูรพา ประจำปีการศึกษา 2557 โดยคัดเลือกนักเรียนจากคะแนนเฉลี่ย

แบบสำรวจความเชื่ออาหารผู้อื่นต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์โหลที่ 25 และสมัครใจเข้าร่วมการทดลอง จำนวน 20 คน จำแนกออกเป็น 2 กลุ่ม โดยใช้วิธีการสุ่มแบบง่าย (Simple random sampling) เป็นกลุ่มทดลอง จำนวน 10 คน และกลุ่มควบคุม จำนวน 10 คน

## 2. ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษา

### 2.1 ตัวแปรอิสระ ประกอบด้วย

#### 2.1.1 วิธีการศึกษากลุ่มแบบ 2 วิธี ได้แก่

2.1.1.1 การได้รับการศึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึก

2.1.1.2 การไม่ได้รับการศึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึก

#### 2.1.2 ช่วงเวลาผลการทดลองแบ่งเป็น 3 ระยะ

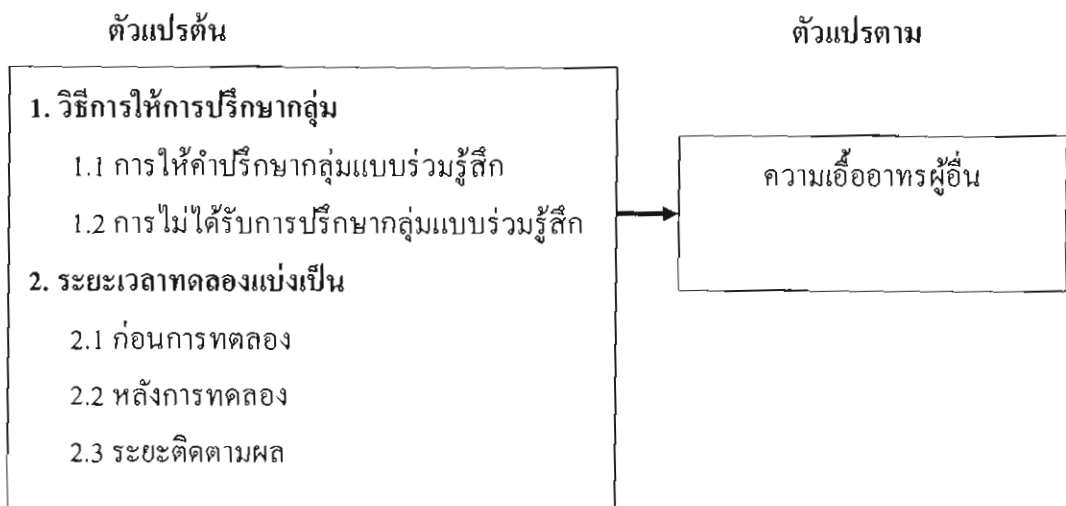
2.1.2.1 ก่อนการทดลอง

2.1.2.2 หลังการทดลอง

2.1.2.3 ติดตามผลการทดลอง หลังเสร็จสิ้นการทดลอง 3 สัปดาห์

### 2.2 ตัวแปรตาม ได้แก่ ระดับพฤติกรรมความเชื่ออาหารต่อผู้อื่น

## กรอบแนวคิดในการวิจัย



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

## นิยามศัพท์เฉพาะ

1. ความเอื้ออาทรผู้อื่น หมายถึง ความต้องการที่จะกระทำประโยชน์เพื่อเพิ่มพูนสวัสดิภาพให้แก่ผู้อื่น ด้วยการเอาใจใส่ มีความห่วงใย มีน้ำใจช่วยเหลือทั้งด้วยร่างกาย แรงใจ คำพูด และแบ่งปันสิ่งของต่าง ๆ ให้กันและกันอย่างเต็มใจและเต็มความสามารถ เพื่อให้ผู้อื่นได้รับความสะดวกสบายและความพอใจโดยไม่มุ่งหวังว่าจะได้รับผลตอบแทนหรือรางวัลใด ๆ จากการกระทำของตนเอง ความเอื้ออาทรผู้อื่นสามารถแสดงออกเป็นพฤติกรรมได้ 4 ด้าน ดังนี้

1.1 การรู้จักการแบ่งปันและการเสียสละ หมายถึงการที่บุคคลเอาใจใส่ต่อผู้อื่นด้วยรู้จักให้ หรือแบ่งปันสิ่งของ อาหาร ทรัพย์สินต่าง ๆ รวมถึงการแบ่งปันพื้นที่ หรือเวลา เพื่อให้ผู้อื่นได้รับการบรรเทาใจ หรือมีความสุขกายสบายใจ

1.2 การช่วยเหลือด้วยร่างกาย หมายถึงการที่บุคคลยินดีให้ความช่วยเหลือต่อผู้อื่นด้วยกำลังกาย เช่น การช่วยยกของ หรือถือสิ่งของต่าง ๆ และรวมถึงการให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรมต่างด้วยความเต็มใจ เพื่อกิจกรรมหรืองานต่าง ๆ สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี

1.3 การแสดงที่ท่าที่มีมิตรไมตรีจิตต่อกัน หมายถึงการแสดงออกต่อกันด้วยความรัก ความเอาใจใส่ และมีความหวังดีต่อกันอย่างจริงใจ ตลอดจนรู้จักการให้อภัยในข้อผิดพลาดซึ่งกันและกัน

1.4 การร่วมรู้สึก หมายถึงความสามารถในการเข้าใจหรือรับรู้ถึงอารมณ์และความรู้สึก ความทุกข์และความสุขของผู้อื่นอย่างจริงใจ

2. การให้การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึก หมายถึง การนำทฤษฎีการปรึกษากลุ่มมาพัฒนาร่วมกับกระบวนการร่วมรู้สึก โดยการปรึกษากลุ่มเป็นกระบวนการในการสร้างสัมพันธระหว่างผู้นำกลุ่มและสมาชิกภายใต้บรรยากาศที่อบอุ่น จริงใจ และไว้วางใจกัน เพื่อนำไปสู่ความเข้าใจ และการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกัน โดยมีสมาชิกกลุ่มตั้งแต่ 4-12 คน มีขั้นตอน 3 ชั้น

- 1) ชั้นเริ่มรู้กลุ่ม เป็นขั้นตอนการแนะนำทำความรู้จัก การอภิปรายประเด็น แฉ่วติดประสงค์ หรือจุดมุ่งหมายของกลุ่ม การกำหนดกฎเกณฑ์ การสร้างสัมพันธภาพ ความอบอุ่นคุ้นเคย การยอมรับ และความไว้วางใจซึ่งกันและกัน
- 2) ชั้นปฏิบัติ เป็นขั้นที่ผู้นำกลุ่มส่งเสริมให้สมาชิกเน้นที่ความมุ่งหมายของตนเอง เรียนรู้สิ่งใหม่ มีการแสดงความคิดเห็นร่วมกัน แลกเปลี่ยนมุมมองและประสบการณ์ซึ่งกันและกัน สมาชิกจะเรียนรู้จากประสบการณ์ของตนเอง และข้อคิดที่ได้รับจากสมาชิกคนอื่น ๆ
- 3) ชั้นยุติกลุ่ม ซึ่งเป็นเวลาที่สมาชิกได้สรุปถึงสิ่งที่ได้เรียนรู้ร่วมกัน และข้อคิดที่ได้จากกลุ่มเพื่อนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน สิ่งที่ตนเองจะทำ หรือมีความเปลี่ยนแปลงอย่างไรในชีวิต เป็นช่วงเวลาที่สมาชิกจะได้กล่าวลาต่อกัน ระยะเวลาขั้นตอนนี้อาจแตกต่างกันไปตามประเภทและลักษณะเฉพาะของกลุ่ม ในขั้นตอนการปรึกษากลุ่ม สมาชิกจะได้เรียนรู้และพัฒนาตนเอง

ตามกระบวนการความร่วมมือรู้สึกซึ่งมี 4 กระบวนการ ดังนี้ 1) การถอดแบบ (Identification) หมายถึง การรับรู้ใคร่ครวญ และเข้าใจต่ออารมณ์ และความรู้สึกของผู้อื่นอย่างที่เขาเป็น 2) การรวมตัวกัน (Incorporation) หมายถึง การทำให้ประสบการณ์ของผู้อื่นเป็นของตนเอง หรือการร่วมไปกับ ประสบการณ์ของผู้อื่น 3) การสะท้อนกลับ (Reverberation) หมายถึง การเปรียบเทียบสิ่งต่าง ๆ ที่ตนเองได้เรียนรู้ร่วมกับผู้อื่น มองดูเหตุการณ์ต่างๆ ด้วยตัวมุมมองของผู้อื่นอย่างแท้จริง อย่างไม่ตัดสิน 4) การแยกจากกัน (Detachment) หมายถึง การเตือนตนเองว่า ตัวเองไม่ใช่บุคคล ที่ตนเองกำลังร่วมรู้สึก และเวลานี้เป็นเวลาที่จะต้องช่วยเหลือผู้ถูกร่วมรู้สึก เพื่อช่วยให้เขาได้เห็น มุมมอง และทางเลือก หรือวิธีในการแก้ไขปัญหาของเขา เพื่อช่วยเสริมสร้าง และเพิ่มพูนให้เกิด การเอื้ออาทรในตนเอง

3. การไม่ได้รับการปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึก หมายถึงวิธีการที่ผู้ให้การศึกษาให้นักเรียนชั้นประถมศึกษาตอนปลายดำเนินชีวิตประจำวันตามปกติ โดยไม่ได้รับการให้การศึกษาแบบร่วมรู้สึกเมื่อเสร็จสิ้นการทดลองแล้วผู้วิจัยจะจัดกลุ่มแบบร่วมรู้สึกให้กับกลุ่มควบคุม

4. นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 หมายถึง ผู้ที่กำลังศึกษาในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีอายุระหว่าง 11-12 ปี ทั้งเพศหญิงและเพศชาย โรงเรียนสาธิต “พิบูลบำเพ็ญ” มหาวิทยาลัยบูรพา ประจำปีการศึกษา 2557

## บทที่ 2

### เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาเรื่อง ผลการให้การปรึกษากลุ่มแบบการร่วมรู้สึกต่อการเอื้ออาทรผู้อื่น  
ในนักเรียนชั้นประถมศึกษาตอนปลายในครั้งนี้ มีทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ดังรายละเอียด  
ดังต่อไปนี้

1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมความเอื้ออาทรผู้อื่น
  - 1.1 ความหมายและความสำคัญของความเอื้ออาทรผู้อื่น
  - 1.2 รูปแบบและการแสดงความเอื้ออาทรต่อผู้อื่น
  - 1.3 การเกิดของความเอื้ออาทรผู้อื่น
  - 1.4 การพัฒนาความเอื้ออาทรผู้อื่นในเด็ก
  - 1.5 การประเมินพฤติกรรมความเอื้ออาทรผู้อื่น
  - 1.6 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมความเอื้ออาทรผู้อื่น
2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความร่วมรู้สึก
  - 2.1 ความหมายของความร่วมรู้สึกและความเป็นมาของความร่วมรู้สึก
  - 2.2 ลักษณะและกระบวนการของความร่วมรู้สึก
  - 2.3 ระดับพัฒนาการของความร่วมรู้สึกและพัฒนาความร่วมรู้สึกในเด็ก
  - 2.4 พัฒนาการของสัมพันธภาพเกี่ยวกับบุคคลอื่น
  - 2.5 ความร่วมรู้สึกกับความเอื้ออาทรผู้อื่น
  - 2.6 ความร่วมรู้สึกกับเพศและอายุ
  - 2.7 ผลเสียจากการขาดความร่วมรู้สึกในเด็กและวัยรุ่น
  - 2.8 การประเมินความร่วมรู้สึก
  - 2.9 ความหมาย และความสำคัญของการปรึกษา
  - 2.10 การให้การปรึกษากลุ่ม
  - 2.11 การให้การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึก
  - 2.12 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการร่วมรู้สึก
3. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 6
  - 3.1 ความหมายของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6
  - 3.2 พัฒนาการของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

## เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมกาเรื่ออาทรผู้อื่น

### ความหมายและความสำคัญของการเอื้ออาทรผู้อื่น

ความเอื้ออาทรผู้อื่นเป็นการแสดงออกของบุคคลที่มีความมุ่งหมายเพื่อผลประโยชน์ของผู้อื่นเป็นสำคัญ บุคคลจะช่วยเหลือผู้อื่นโดยไม่หวังผลตอบแทนหรือรางวัลใด ๆ คำว่า “ความเอื้ออาทรผู้อื่น หรือ Altruism” หรือในเอกสาร และงานวิจัยต่าง ๆ ที่มีอยู่ในประเทศไทยหลายฉบับ จะใช้ด้วยคำว่า “ความเอื้อเพื่อผู้อื่น หรือ ความเสียสละ” ความเอื้ออาทรผู้อื่น หรือ Altruism นั้น ถูกสร้างโดยนักสังคมวิทยาชาวฝรั่งเศส, August Comte (1798-1857) และถูกแปลเป็นภาษาอังกฤษ ในปี 1853 (Comte, 1875 cited in Habito & Inaba, 2006) Comte ได้พิจารณาว่า ภายในส่วนบุคคล มีแรงจูงภายในที่แตกต่างกัน สิ่งหนึ่งเป็นความเห็นแก่ประโยชน์ส่วนตน (Egoistic) และอีกสิ่งหนึ่งคือการเห็นแก่ประโยชน์ของผู้อื่น (Altruistic) Comte ยอมรับว่ามนุษย์มีแรงจูงใจในการปรนนิบัติตนเอง (Self-serving motives) แม่นว่าพวกเขากำลังช่วยเหลือผู้อื่นอยู่ และเรียกแรงจูงใจที่ค้นหาผลประโยชน์ส่วนตนว่า “ความเห็นแก่ตัว (Egoism)” ในทางกลับกันก็มีพฤติกรรมทางสังคม บางประการที่มาจากความไม่เห็นแก่ตัว (Unselfish) ซึ่งเป็นความปรารถนาที่จะช่วยเหลือผู้อื่น Comte เรียกสิ่งนี้ว่า “ความเอื้ออาทรผู้อื่น (Altruism)” ในการอภิปรายเรื่องของความเอื้ออาทรผู้อื่น (Altruism) มีแง่ที่ความแตกต่างกันออกไป เช่น การทำบุญกุศล (Beneficence), การเมตตากรุณา (Benevolence), การบริจาคเงิน (Charity) หรือ ความสงสาร (Compassion) เป็นต้น ดังนั้น ความหมายของความเอื้ออาทรผู้อื่นจึงมีนักวิชาการ และนักวิจัยหลายท่านได้ให้ความหมายของความเอื้ออาทรผู้อื่นไว้ดังนี้

Kosteluk and Soderman (1998) ให้ความหมาย “ความเอื้ออาทรผู้อื่น (Altruism)” หมายถึงพฤติกรรมซึ่งได้รับแรงผลักดันด้วยความรู้สึกรับผิดชอบไปสู่บุคคลอื่น เช่น การช่วยเหลือและการแบ่งปันซึ่งบุคคลจะไม่ได้รับผลประโยชน์โดยตรงจากการกระทำของตนเอง

Auguste (1989 cited in Batson, 1991, pp. 4-5) ความหมาย “ความเอื้ออาทรผู้อื่น (Altruism)” หมายถึงพฤติกรรมทางสังคมที่เป็นการแสดงออกถึงความปรารถนาที่จะไม่เห็นแก่ตนเอง “การมีชีวิตเพื่อผู้อื่น” เพื่อผลประโยชน์ผู้อื่น เป็นภาวะที่กระตุ้นด้วยจุดหมายสูงสุดของการเพิ่มสวัสดิภาพให้แก่ผู้อื่น

Baron and Byrne (2000) ให้ความหมาย “ความเอื้ออาทรผู้อื่น (Altruism)” หมายถึง การไม่เห็นแก่ตนเองโดยมุ่งหมายที่จะเอาใจต่อสวัสดิภาพและประโยชน์ของผู้อื่น

Kail and Cavanaugh (2007) ให้ความหมาย “ความเอื้ออาทรผู้อื่น (Altruism)” หมายถึง พฤติกรรมที่มีแรงผลักดันด้วยความรู้สึกรับผิดชอบไปยังบุคคลอื่น เช่น การช่วยเหลือ และการแบ่งปันซึ่งบุคคลจะไม่ได้รับผลประโยชน์โดยตรงจากการกระทำของตนเอง



Batson (1991) ให้ความหมาย “ความเอื้ออาทรผู้อื่น (Altruism)” หมายถึง ภาวะที่เกิดแรงจูงใจโดยมีจุดมุ่งหมายสูงสุดของการเพิ่มพูนสวัสดิภาพของบุคคลอื่น Altruism มีความหมายตรงข้ามกับ Egoism หรือ ความเห็นแก่ประโยชน์ส่วนตนซึ่งเป็นภาวะที่เกิดแรงจูงใจโดยมีจุดมุ่งหมายที่การเพิ่มพูนผลประโยชน์แก่ตนเอง

ธีระพร อุวรรณโณ (2537 อ้างถึงใน บงกช นักเสียง, 2550) ให้ความหมาย “Altruism หรือการช่วยเหลือผู้อื่น” หมายถึง พฤติกรรมที่ผู้กระทำกระทำประโยชน์เพื่อผู้อื่นด้วยความสมัครใจ ต้องลงทุนลงแรงมากและไม่หวังผลตอบแทนใด ๆ การช่วยเหลือนี้เรียกว่า พรหิตนิยม (Altruism)

ยุพชาติ วงษ์เพ็ญ (2544 อ้างถึงใน จรินทร์ทิพย์ โคธิรานุรักษ์, 2551, หน้า 11) ให้ความหมาย “ความเอื้อเพื่อผู้อื่น” หมายถึง การเต็มใจช่วยเหลือผู้อื่น ทั้งในการช่วยเหลือเงินทอง สิ่งของการช่วยเหลือทางวาจา ความคิดและกำลังกาย หรืออาจหมายถึง การกระทำที่แสดงถึงไมตรีจิต ความมีน้ำใจโอบอ้อมอารีต่อผู้อื่น เช่น ให้ปันทรัพย์ สิ่งของ อาหาร น้ำใจ ตลอดจนแรงงานช่วยเหลือแก่บุคคลที่ควรให้ เพื่อให้เขาได้รับความสะดวกมีความพอใจ เป็นการช่วยเหลือแบ่งปันสิ่งของซึ่งกันและกันตามกำลังความสามารถ

นพมาศ อึ้งพระ ชีรเวคิน (2553) ให้ความหมาย “ความเอื้อเพื่อ (Altruism)” คือ การกลับกันของความเห็นแก่ตัว บุคคลที่เอื้อเพื่อ (Altruistic) จะห่วงใย และช่วยเหลือแม้ไม่ได้ผลตอบแทน หรือไม่ได้คาดหวังว่าจะมีการตอบแทน

สารานุกรมปรัชญาออนไลน์ฉบับสังเขป (2554) ให้ความหมาย “Altruism” ซึ่งตรงกับคำว่า “ปรารถนียม” หมายถึง การกระทำเพื่อประโยชน์ผู้อื่นโดยไม่คำนึงถึงประโยชน์ส่วนตนนั้น

สรุปได้ว่าความเอื้ออาทรผู้อื่น (Altruism) หมายถึง ความต้องการที่จะกระทำประโยชน์เพื่อเพิ่มพูนสวัสดิภาพให้แก่ผู้อื่น ด้วยการเอาใจใส่ มีความห่วงใย มีน้ำใจช่วยเหลือทั้งด้วยแรงกายแรงใจ คำพูด และแบ่งปันสิ่งของต่าง ๆ ให้กันและกันอย่างเต็มใจและเต็มความสามารถ เพื่อให้ผู้อื่นได้รับความสะดวกสบายมีความสุขความพอใจ และพ้นจากความทุกข์ โดยที่ไม่มุ่งหวังที่จะได้รับผลตอบแทนหรือรางวัลใด ๆ จากการกระทำของตนเอง ความเอื้ออาทรผู้อื่นสามารถแสดงออกได้ด้วยการรู้จักเสียสละ รู้จักการแบ่งปันด้วยสิ่งของต่าง ๆ ทรัพย์สินเงินทอง สถานที่ หรือแม้แต่เวลา การรู้จักการให้อภัยผู้อื่นในข้อผิดพลาดของผู้อื่น การให้ความช่วยเหลือผู้อื่นในเรื่องต่าง ๆ ทั่วไป การรับฟังอย่างเอาใจใส่ รับรู้ เข้าใจ เห็นอกเห็นใจ และพร้อมที่จะร่วมรู้สึกไปกับความทุกข์และความสุขของผู้อื่นอย่างจริงใจ

#### รูปแบบและการแสดงการเอื้ออาทรผู้อื่น

ความเอื้ออาทรผู้อื่นเป็นการแสดงออกถึงความมีน้ำใจ การแบ่งปัน และ ความต้องการที่จะช่วยเหลือผู้อื่นด้วยความเต็มใจ เพื่อให้พวกเขาพ้นจากความทุกข์ จากการศึกษาพบว่า การ

แสดงออก หรือรูปแบบของความเอื้ออาทรผู้อื่น สามารถแสดงออกได้หลายรูปแบบ ดังเช่น Rushton (1980 อ้างถึงใน ฌญาดา กฤษณา, 2552, หน้า 10) แบ่งรูปแบบพฤติกรรม ความเอื้อเพื่อเป็น 4 รูปแบบ คือ

1. Objected related activity หมายถึง การเสียสละและแบ่งปันสิ่งของ ที่เป็นวัตถุ เช่น แบ่งของเล่นให้แก่เพื่อน
2. Cooperative activity หมายถึง งานในลักษณะการให้ความร่วมมือ ซึ่งในที่นี้ หมายถึง การทำงานร่วมกันเพื่อให้ไปสู่ผลสำเร็จตามเป้าหมาย
3. Helping activity หมายถึง การให้ความช่วยเหลือทั่วไป เช่น การช่วยเหลือผู้อื่นให้ไปสู่จุดมุ่งหมาย

4. Empathic activity หมายถึง การเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

และคังที สมคิด ไชยขันบูรณ (2535, หน้า 24 อ้างถึงใน ประยูร บุญใช้, 2538) ความเอื้อเพื่อเผื่อแผ่จะเป็น ไปด้วยน้ำใสใจจริง และต้องถึงพร้อมด้วย กาย วาจา ใจ ไม่หวังผลตอบแทนใด ๆ ทั้งสิ้น ไม่หวังให้ผู้อื่นยกย่อง การให้ในลักษณะเช่นนี้ย่อมจะทำให้ผู้ปฏิบัติ มีความสุขใจ ความเอื้อเพื่อเผื่อแผ่ และความเสียสละ กระทำได้ดังนี้

1. กำลึงกาย ได้แก่ การให้ความช่วยเหลือผู้อื่นด้วยกำลึงกาย เช่น ช่วยทำธุรกรงาน ให้การสงเคราะห์ท่าที่กำลึงสามารถจะช่วยให้ด้วยความยินดี เต็มใจไม่ว่าจะเป็นงานเล็กหรือใหญ่ ก็ตาม

2. ทางวาจา ได้แก่ ช่วยเหลือให้คำแนะนำ ช่วยเจรจาถือเป็นธุรกิจให้สำเร็จประโยชน์ เพื่อบำบัดทุกข์ บำรุงสุขแก่ผู้อื่น ตลอดจนช่วยพูดปลอบใจ ในเมื่อผู้นั้นมีทุกข์หรือได้รับความกระทบกระเทือนใจจากเหตุการณ์ต่าง ๆ

3. ทางสติปัญญา ได้แก่ ช่วยแสดงความคิดเห็น ช่วยแก้ปัญหาที่เกิดขึ้น หาทางออกให้ ตามแนวทางที่ถูกที่ควรหรือการเพิ่มพูนความรู้ให้ผู้นั้นสามารถช่วยตัวเองต่อไปได้

4. ทางกำลึงทรัพย์ ได้แก่ การให้เครื่องอุปโภคบริโภคหรือทรัพย์สินเงินทองให้แก่ ผู้ที่ขาดสนเพื่อให้พ้นจากความทุกข์หรือความเดือดร้อนที่กำลึงเผชิญอยู่ มีชีวิตต่อไปเป็นปกติ เช่นเดียวกับคนทั่ว ๆ ไป

5. ทางจิตใจ ได้แก่ การฝึกจิตใจของตัวเองให้มีความเห็นอกเห็นใจในผู้อื่นอยู่เป็นนิจ มีความรู้สึกที่ยินดีเมื่อเห็นผู้อื่นมีความสุขแผ่เมตตาจิตแก่มนุษย์และสัตว์ทั่วไป แม้จะมีผู้ใดทำให้เราเดือดร้อน หรือโกรธเคืองบ้างก็ไม่ควรอาฆาตจองเวร ควรคิดให้อภัยในความผิดของผู้อื่นเสมอ ๆ

Esteve Pujol I Pons (2007, p. 144) กล่าวว่า เราสามารถแสดงความเอื้อเพื่อเผื่อแผ่ผ่านวิธีต่าง ๆ ดังนี้

ใช้สีหน้าท่าทาง	ใช้คำพูด	นัยยะ
ทักทายอย่างเป็นกันเอง	ใช้วาจาอ่อน นุ่มนวล	ตั้งใจฟังสิ่งที่คนอื่นพูด
แสดงสายตาที่เป็นมิตร	ชมเชยด้วยความจริงใจ	อยู่เป็นเพื่อน
จับมือด้วยความอบอุ่น	ตักเตือนอย่างมีเหตุผล	เข้าใจความทุกข์ของคนอื่น
แสดงท่าทางเอาใจใส่	พูดส่งเสริมในทางที่ดี	คอยเป็นกำลังใจ
แสดงท่าทางว่าอยากช่วยเหลือ	พูดคุยอย่างเปิดเผย	ทำความเข้าใจผู้อื่น โดยไม่ต้องพูด

สรุปได้ว่า ความเอื้ออาทรผู้อื่นเป็นการแสดงออกต่อผู้อื่นด้วยการช่วยเหลือแสดงถึงความมีน้ำใจ การแบ่งปัน การเสียสละ และความต้องการที่จะทำให้ผู้อื่นมีความสุขกายสบายใจ โดยไม่ต้องการสิ่งตอบแทนแต่อย่างใด ความเอื้ออาทรผู้อื่นสามารถแสดงออกได้หลายรูปแบบดังนี้

1. การรู้จักการแบ่งปันและการเสียสละ หมายถึงการที่บุคคลเอาใจใส่ต่อผู้อื่นด้วยรู้จักให้หรือแบ่งปันสิ่งของ อาหาร ทรัพย์สินต่าง ๆ รวมถึงการแบ่งปันพื้นที่ หรือเวลาเพื่อให้ผู้อื่นได้รับการบรรเทาใจ หรือมีความสุขกายสบายใจ

2. การช่วยเหลือด้วยแรงกาย หมายถึงการที่บุคคลยินดีให้ความช่วยเหลือต่อผู้อื่นด้วยกำลังกาย เช่น การช่วยยกของ หรือถือสิ่งของต่าง ๆ และรวมถึงการให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรมต่าง ๆ ด้วยความเต็มใจ เพื่อกิจกรรมหรืองานต่าง ๆ สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี

3. การแสดงที่ท่าที่มีมิตรไมตรีจิตต่อกัน หมายถึงการแสดงออกต่อกันด้วยความรัก ความเอาใจใส่ และมีความหวังดีต่อกันอย่างจริงใจ ตลอดจนรู้จักการให้อภัยในข้อผิดพลาดซึ่งกันและกัน

4. การร่วมรู้สึก หมายถึงความสามารถในการเข้าใจหรือรับรู้ถึงอารมณ์ และความรู้สึก ความทุกข์และความสุขของผู้อื่นอย่างจริงใจ

#### การเกิดของการเอื้ออาทรผู้อื่น

Bem (1985, pp. 393-395 อ้างถึงใน ฅณูดา, 2552, หน้า 17-18) ได้กล่าวถึง ตำแหน่งกำเนิดและพัฒนาการของพฤติกรรมเอื้อเพื่อว่า บางคนเชื่อว่าพฤติกรรมความเอื้อเพื่อเป็นแนมโน้มของธรรมชาติในตัวเด็กเองที่จะ ไปสู่ความเสียสละ และความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น ซึ่งจะเกิดขึ้นในไม่ช้าหลังจากเด็กสามารถเข้าใจถึงความรู้สึกของผู้อื่น และบางคนเชื่อว่าพฤติกรรมเอื้อเพื่อเกิดจากการเรียนรู้ และพัฒนาการไปตามอายุตัวอย่างเช่น เด็กจะเริ่มยึดตนเองเป็นศูนย์กลางน้อยลงหลังจากอายุ 3 ปี และจะแสดงพฤติกรรมที่เสริมสร้างสังคม และ เมื่อเด็กอายุได้ 6-7 ปี เด็กจะแสดงออกถึงพฤติกรรมการให้ความร่วมมือการอธิบายข้างต้นยึดหลักการพัฒนาการทางความคิด ความเข้าใจ

ซึ่งจะเพิ่มมากขึ้นตามอายุ ความเข้าใจที่เพิ่มมากขึ้นจะเป็นเสมือนตัวแปรกลางในการนำไปสู่พฤติกรรมเสริมสร้างสังคม ท้ายที่สุดพฤติกรรมเสริมสร้างสังคม เช่น พฤติกรรมเอื้อเฟื้อ อาจขึ้นอยู่กับสถานการณ์เฉพาะ นอกจากนี้โรเบิร์ตดำ กล่าวว่า ปัจจัยอื่นสำหรับพัฒนาการพฤติกรรมเอื้อเฟื้อ มีดังนี้

1. การให้รางวัลและการลงโทษ พฤติกรรมเอื้อเฟื้อถูกกระตุ้นโดยรางวัลอันเกิดจากการกระทำพฤติกรรมนั้น และการสังเกตบุคคลที่แสดงพฤติกรรมนั้น
2. การเป็นตัวแบบ ผลของตัวแบบจะมีอิทธิพลต่อทั้งเด็กและผู้ใหญ่ซึ่งตัวแบบสามารถเป็นไปได้ทั้งที่มีชีวิต หรือจากภาพยนตร์และโทรทัศน์ ตัวแบบพฤติกรรมเอื้อเฟื้อจะสามารถส่งผลกระทบยาวต่อเด็ก โดยที่เด็กได้รับการสอนให้แสดงพฤติกรรมเอื้อเฟื้อในสถานการณ์หนึ่งจะสามารถแสดงพฤติกรรมเอื้อเฟื้อที่มีต่อคนอื่นได้
3. การสอน เป็นวิธีการหนึ่งที่จะทำให้เด็กแสดงพฤติกรรมเอื้อเฟื้อ แม้ว่าการสังเกตตัวแบบที่เป็นผู้ใหญ่แสดงพฤติกรรมเอื้อเฟื้อจะมีผลต่อการแสดงพฤติกรรมเอื้อเฟื้อมากกว่าการสอน หรือบอกกล่าวให้เด็กกระทำพฤติกรรมนั้นก็ตาม

#### ความเอื้ออาทรผู้อื่นในเด็ก (Altruism in children)

ความเอื้ออาทรผู้อื่น (Altruism) Heatherington and Parke (1993, pp. 587-589)

เป็นลักษณะของพฤติกรรมทางสังคม (Social behavior) เช่น การให้ความร่วมมือ การช่วยเหลือ และการแบ่งปัน เป็นต้น ความเอื้ออาทรผู้อื่น เริ่มขึ้นในช่วงเริ่มแรกของชีวิต เด็กเรียนรู้ที่จะ “แบ่งปัน” สายตาที่กำลังสนใจ และสิ่งของอื่น ๆ ด้วยการชี้ และแสดงท่าทางก่อนวัยขวบปีแรก ในการศึกษาเรื่องของการแบ่งปันในช่วงแรก Rheingold, Hay, and West (1976 cited in Krebs, 1975) พบว่า การแสดงออกและการให้ของเล่นกับผู้ใหญ่ (แม่ พ่อ และคนแปลกหน้า) เป็นพฤติกรรมที่เกิดขึ้นตั้งในช่วงอายุ 18 เดือน ของเด็ก หรือช่วง 12 เดือน นอกจากนี้การแบ่งปันดังกล่าวเกิดขึ้นโดยไม่มี การสนับสนุน ชื่นนำ หรือชมเชยแต่อย่างใด

การแบ่งปัน และการแสดงออกไม่เพียงเป็นวิธีทางซึ่งเด็กเล็ก ๆ แสดงออกถึงความสามารถของพวกเขาสำหรับการแสดงออกทางการสนับสนุนทางสังคม จากขวบปีแรก เด็กมีส่วนร่วมในพฤติกรรมที่หลากหลาย เช่น การดูแล การช่วยเหลือผู้ใหญ่ ด้วยการทำงานบ้าน หรือปลอบใจผู้อื่นที่ทุกข์ใจ หลักฐานนี้ได้แสดงให้เห็นว่า ความเอื้ออาทรผู้อื่นเริ่มในช่วงแรกของวัย (Rheingold, 1982 cited in Hakansson, 2003) ผลการศึกษาได้นำเสนอว่า พฤติกรรมความเอื้ออาทรผู้อื่นในเด็ก ไม่เพียงแต่เริ่มต้นในช่วงแรกของวัย แต่พฤติกรรมความเอื้ออาทรต่อผู้อื่นยังพัฒนาไปตามวัย นอกจากนี้ธรรมชาติของบทบาทเด็กจะตระหนักว่าการช่วยเหลือเป็นเรื่องจำเป็นต้องเปลี่ยนแปลงเมื่อเวลาเปลี่ยนไป การเปลี่ยนแปลงอย่างหนึ่งที่มีนัยสำคัญที่อยู่ในการที่เข้าใจลำบาก

ของความทุกข์ที่เด็กตอบสนอง Pearl (1985 อ้างถึงใน กรรณิการ์ พันทอง, 2550) แสดงให้เห็นว่า การใช้ชุดภาพเขียนซึ่งมีความชัดเจนในเรื่องของความทุกข์ (จากภาพที่หน้าข้างไปถึงภาพเต็มไปด้วยการร้องไห้) เด็กวัย 4-8 ปี สังเกตเห็นได้เท่ากัน เมื่อภาพนั้นชัดเจน ในทางกลับกัน เด็กวัย 4 ปี จะเห็นปัญหาได้หรือเสนอการช่วยน้อยกว่า เมื่อภาพดังกล่าวเข้าใจยาก การศึกษาอย่างเป็นทางการเป็นธรรมชาติแสดงให้เห็นผลที่คล้ายกัน

ความเห็นใจเพื่อนของเด็ก การครุ่นคิด และการเข้าใจในทัศนคติของเด็กอื่นถูกประเมินตั้งแต่ในโรงเรียนเด็กเล็ก (Nursery school) และ อีกครั้งในโรงเรียนประถมศึกษาในปีที่ 5 หรือ 6 ต่อจากนั้น (Baumrind, 1971 อ้างถึงใน กรรณิการ์ พันทอง, 2550) นั้นเป็นความมั่นคงพอควร สำหรับช่วงอายุทั้งสอง หลักฐานอื่นกล่าวให้เรื่องที่คล้ายเช่นกัน ในการศึกษาระยะยาวแนวนอนของเด็กที่เกี่ยวกับบริจาคต่อเด็กที่ขาดแคลน และการช่วยเหลือผู้ใหญ่ (เช่น การช่วยเหลือลดหนี้บัตรเครดิต) ได้รับการประเมินหลายปีทั้งการบริจาคเงิน และพฤติกรรมการช่วยเหลือเหมาะสม ในช่วงวัยระหว่าง 10-12 ปี เด็กที่มีความเอื้ออาทรผู้อื่นสูงในช่วงอายุหนึ่งก็จะค่อนข้างคงระดับสูงของความเอื้ออาทรผู้อื่นในช่วงอายุต่อไป

#### การประเมินพฤติกรรมการเอื้ออาทรผู้อื่น (Altruism)

ในการวิจัยนี้ผู้วิจัยได้ศึกษาแนวคิดของ Rushton, Chrisjohn, and Fekken (1981) และสมคิด ไชยขันธ์ (2535) นำมาสังเคราะห์ และพัฒนาให้สอดคล้องกับองค์ประกอบ ความเอื้ออาทรผู้อื่นซึ่งมี 4 ด้าน ดังนี้

1. การรู้จักการแบ่งปันและการเสียสละ หมายถึงการที่บุคคลเอาใจใส่ต่อผู้อื่นด้วยรู้จักให้หรือแบ่งปันสิ่งของ อาหาร ทรัพย์สินต่าง ๆ รวมถึงการแบ่งปันพื้นที่ หรือเวลาเพื่อให้ผู้อื่นได้รับการบรรเทาใจ หรือมีความสุขกายสบายใจ
2. การให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรม หรือการช่วยเหลือด้วยแรงกาย หมายถึง การที่บุคคลยินดีให้ความช่วยเหลือต่อผู้อื่นด้วยกำลังกาย เช่น การช่วยยกของ หรือถือสิ่งของต่าง ๆ และรวมถึงการให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรมต่างด้วยความเต็มใจ เพื่อกิจกรรมหรืองานต่าง ๆ สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี
3. การแสดงที่หาที่มิมีใครไม่ตรีจิตต่อกัน หมายถึงการแสดงออกต่อกันด้วยความรัก ความเอาใจใส่ และมีความหวังดีต่อกันอย่างจริงใจ ตลอดจนรู้จักการให้อภัยในข้อผิดพลาดซึ่งกันและกัน
4. การร่วมรู้สึก หมายถึงความสามารถในการเข้าใจหรือรับรู้ถึงอารมณ์ และความรู้สึก ความทุกข์และความสุขของผู้อื่นอย่างจริงใจ

### งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการเอื้ออาทรผู้อื่น (Altruism)

รุ่งรัตน์ ไกรทอง (2537) ศึกษาเรื่อง “ผลการใช้บทบาทสมมติที่มีต่อการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมด้านความเอื้อเฟื้อของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวัดช่องนนทรี กรุงเทพมหานคร” ผลการศึกษาพบว่า 1) เปรียบเทียบการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมด้านความเอื้อเฟื้อสูงขึ้นหลังจากได้รับการใช้บทบาทสมมติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 2) เปรียบเทียบการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมด้านความเอื้อเฟื้อของนักเรียนก่อนและหลังการสอนแบบปกติ พบว่านักเรียนมีการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมด้านเอื้อเฟื้อสูงขึ้นหลังจากได้รับการสอนแบบปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 3) เปรียบเทียบการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมด้านเอื้อเฟื้อของนักเรียนที่ได้รับการใช้บทบาทสมมติและการสอนปกติ พบว่า นักเรียนที่ได้รับการใช้บทบาทสมมติการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมด้านความเอื้อเฟื้อ สูงกว่านักเรียนที่ได้รับการสอนแบบปกติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จันทนะ วิไลวัฒน์ (2542) ศึกษาเรื่อง “การพัฒนาพฤติกรรมด้านความเอื้อเฟื้อต่อแม่และการเสียสละของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โดยการใช้กระบวนการสร้างค่านิยม” ผลการศึกษาพบว่า 1) ค่าเฉลี่ยร้อยละของคะแนนพฤติกรรมด้านความเอื้อเฟื้อต่อแม่และเสียสละหลังการทดลองมีการพัฒนาการสูงขึ้นกว่าก่อนการทดลอง 2) ค่าเฉลี่ยร้อยละของคะแนนพฤติกรรมด้านเอื้อเฟื้อต่อแม่และการเสียสละในแต่ละด้านของนักเรียนกลุ่มตัวอย่างเป็นรายบุคคล หลังการทดลองสูงขึ้น โดยค่าเฉลี่ยร้อยละของคะแนนที่มีการพัฒนาเพิ่มขึ้นมากที่สุด คือ พฤติกรรมด้านเอื้อเฟื้อต่อแม่และการเสียสละทางวาจา

พัชรีย์ ศักดิ์ (2547) ศึกษาเรื่อง “การพัฒนาความเสียสละของนักเรียนที่มีแรงจูงใจต่างกัน ในการเข้าร่วมกิจกรรมยุวอาสาของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนวัดพรหมสุวรรณ สามัคคี สังกัดกรุงเทพมหานคร” ผลการศึกษาพบว่า 1) นักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมยุวอาสา มีความเสียสละหลังเข้าร่วมกิจกรรมสูงกว่าก่อนเข้าร่วมกิจกรรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 2) นักเรียนกลุ่มแรงจูงใจสูงที่เข้าร่วมกิจกรรมยุวอาสา มีความเสียสละหลังเข้าร่วมกิจกรรมสูงกว่าก่อนเข้าร่วมกิจกรรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 3) นักเรียนกลุ่มแรงจูงใจต่ำที่เข้าร่วมกิจกรรมยุวอาสา มีความเสียสละหลังเข้าร่วมกิจกรรมสูงกว่าก่อนเข้าร่วมกิจกรรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 4) นักเรียนที่มีแรงจูงใจในการเข้าร่วมกิจกรรมยุวอาสาสูง มีความเสียสละหลังเข้าร่วมกิจกรรมสูงนักเรียนที่มีแรงจูงใจในการเข้าร่วมกิจกรรมยุวอาสาต่ำ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จรินทร์พย์ โคธีรานุรักษ์ (2551) ศึกษาเรื่อง “ผลของกลุ่มจิตวิทยาพัฒนาตนและการปรึกษาแนวพุทธต่อความเอื้อเฟื้อของนักศึกษามหาวิทยาลัย ชั้นปีที่ 1 ผลการศึกษาพบว่า หลังการทดลองและระยะติดตามผล 2 สัปดาห์นักศึกษาที่เข้าร่วมเข้าจิตวิทยาพัฒนาตนเองและการปรึกษาแนวพุทธ มีคะแนนความเอื้อเฟื้อสูงกว่าก่อนเข้ากลุ่ม และสูงกว่ากลุ่มนักศึกษาที่ไม่ได้ร่วมอย่างมีนัยทางสถิติที่ระดับ .01 และ .05 ตามลำดับ และจากการวิเคราะห์เชิงคุณภาพพบว่า การเรียนรู้ประสบการณ์กลุ่มของสมาชิกจะช่วยขยายภาวะจิตให้สมาชิกได้เข้าใจ ขอมรับ ตระหนักถึงคุณค่าในตนเอง และผู้อื่น และรู้สึกพร้อมที่จะช่วยเหลือผู้อื่นอันเป็นปัจจัยที่ช่วยให้มีความเอื้อเฟื้อสูงขึ้น

ณญาดา กฤษณา (2552) ศึกษาเรื่อง “การศึกษาและพัฒนาความเอื้อเฟื้อของนักเรียนช่วงชั้นที่ 2 การศึกษาและพัฒนาความเอื้อเฟื้อของนักเรียนช่วงชั้นที่ 2 โรงเรียนนิธิปริญา กรุงเทพมหานคร ผลการศึกษาพบว่า ปัจจัยภายในระหว่างด้านการอบรมเลี้ยงดูของบิดามารดาแบบรักสับสนุน การอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผล การอบรมเลี้ยงดูแบบควบคุม และความฉลาดทางอารมณ์ (EQ) มีความสัมพันธ์ทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ยกเว้นการอบรมแบบควบคุม และความฉลาดทางอารมณ์ไม่มีนัยทางสถิติ ความเอื้อเฟื้อมีความสำคัญกับความฉลาดทางอารมณ์สูงสุด รองลงมาเป็นการอบรมเลี้ยงดูแบบรักสับสนุน การเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผล ตามลำดับส่วนตัวแปรการเลี้ยงดูแบบควบคุมและความเอื้อเฟื้อมีความสัมพันธ์กันทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงว่าการอบรมเลี้ยงดูแบบรักสับสนุน การเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผล การอบรมแบบควบคุม และความฉลาดทางอารมณ์ มีลักษณะร่วมกันอธิบายความเอื้อเฟื้อ ความเอื้อเฟื้อของนักเรียนช่วงชั้นที่ 2 หลังจากได้เข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาความเอื้อเฟื้อสูงขึ้น กว่าก่อนเข้าร่วม โปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

Batson, Duncan, Ackerman, Buckley, and Birch (1981) ได้นำเสนอไว้ว่า การร่วมรู้สึก นำสู่ความเอื้ออาทรผู้อื่นมากกว่าความเห็นแก่ตนเองเพื่อการช่วยเหลือ สมมติฐานนี้ได้รับการทดสอบ โดยมีหัวข้อเผ่าคุณิสติปริญาตรีหญิงอีกคนหนึ่งที่ถูกไฟช็อต และเปิดโอกาสให้พวกเขาได้ช่วยเหลือเธอ โดยที่กำลังช็อคอยู่ในแต่ละการทดลองทั้งสองอยู่ในหัวข้อของอารมณ์แบบร่วมรู้สึก (ระดับต่ำกับระยะสูง และง่ายต่อการที่จักหลีกเลี่ยงไปจากผู้เคราะห์ร้าย ถ้าเขาไม่ช่วย (ความง่ายกับความยาก) ที่ได้ถูกจัดทำในรูปแบบทั้งสองแบบ พวกเรามีเหตุผลว่าถ้าการร่วมรู้สึกชี้นำสิ่งเร้าอย่างเอื้ออาทรผู้อื่น ก็จะมีระดับความรู้สึกของการร่วมรู้สึกที่สูงสำหรับผู้เคราะห์ร้ายดังกล่าวก็ควรที่จะพร้อมเข้าไปช่วยเหลือ เมื่อหนีออกมาได้โดยไม่ต้องช่วยให้เป็นเรื่องง่ายเช่นเดียวกับเมื่อมันเป็นเรื่องยากถ้าหากการร่วมรู้สึกชี้นำความเห็นแก่ตนเอง ความรู้สึกของการร่วมรู้สึกควรพร้อมที่จะช่วยเหลือเมื่อการช่วยเป็นเรื่องยากมากกว่าเมื่อเป็นเรื่องง่าย ผลการทดลองนี้ชี้ให้เห็นว่าการร่วมรู้สึก

สนับสนุนสมมติฐานที่ว่า การร่วมรู้สึกซึ่งนำสิ่งเร้าอย่างเอื้ออาทรผู้อื่นมากกว่าสิ่งเร้าอย่างเห็นแก่ตนเองในการช่วยเหลือ

Hager, Daniel and Daniel (2008) มีการรายงานจากข้อมูลจากการทดลองภาคสนาม เพื่อศึกษาสถานะภาพและการเอื้ออาทรต่อผู้อื่น (Altruism) ในเด็ก ได้ศึกษาจากกลุ่มตัวอย่างจากโรงเรียนประถมศึกษาในเยอรมันช่วงอายุตั้งแต่ 7-10 ปี ตามธรรมชาติ เราใช้วิธีสองวิธีการรักษาวิธีสำรวจแสงหาสถานะหนึ่ง ๆ ในการศึกษาความเอื้อเพื่อ นอกจากนี้เรารวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับทักษะทางความคิดและสังคมของเด็กและพื้นหลังทางสังคมของพวกเขา ในการควบคุมตัวแปรเหล่านั้น เราพบว่าเด็กให้ความสนใจน้อยอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติสำหรับญาติพี่น้องและความเอื้อเพื่อของพวกเขาเด็กผู้ชายจะสนใจในมากกว่าเด็กผู้หญิงข้อมูลทางประชากรสามารถทำนายสถานะภาพการเรียน ได้แต่ไม่สามารถทำนายความเอื้อเพื่อเพื่อแม่

สรุปได้ว่า การศึกษาความเอื้ออาทรผู้อื่นได้รับการศึกษาทั้งให้กลุ่มนักเรียนประถมศึกษาจนถึงระดับอุดมศึกษาอย่างกว้างขวาง งานวิจัยฉบับนี้ ผู้วิจัยมุ่งศึกษางานวิจัยทั้งไทยและต่างประเทศที่ศึกษาการพัฒนาการความเอื้ออาทรผู้อื่น ในนักเรียนประถมศึกษาเป็นส่วนใหญ่ พบว่าในงานวิจัยดังกล่าวได้ศึกษาและพัฒนาความเอื้ออาทรผู้อื่น ในนักเรียนประถมศึกษาด้วยการใช้บทบาทสมมติ การใช้กระบวนการสร้างค่านิยม การใช้กิจกรรมบูรณาการ และในระดับอุดมศึกษาได้นำกลุ่มจิตวิทยาพัฒนาคนและการปรึกษาแนวพุทธเข้ามาช่วยพัฒนาความเอื้ออาทร นอกจากนี้ได้มีการศึกษาเชิงสำรวจถึงความสัมพันธ์ระหว่างความเอื้ออาทรผู้และการเลี้ยงดูของบิดมารดา อีกด้วยซึ่งจากการศึกษาเอกสารงานวิจัยดังกล่าวทำให้พบว่า การอบรมเลี้ยงดู กลุ่มเพื่อน และกิจกรรมส่งเสริมต่าง ๆ ที่โรงเรียน ตลอดจนการเสริมสร้างการร่วมรู้สึกมีผลต่อการพัฒนาการเอื้ออาทรผู้อื่นในเด็กและเยาวชน

### เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความร่วมรู้สึก (Empathy)

ความหมายของความร่วมรู้สึก และความเป็นมาของความร่วมรู้สึก (Empathy)

ความร่วมรู้สึก (Empathy) หรือในงานวิจัยของไทยส่วนใหญ่เรียกว่า “สัมผัสใจ เห็นอกเห็นใจ ความเข้าใจ และการเข้าถึงใจ” นั้นเป็นความสามารถที่เข้าใจถึงอารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่นอย่างแท้จริง ซึ่งได้มีนักวิชาการและนักวิจัยหลายท่านได้ให้ความหมายของความร่วมรู้สึก (Empathy) ไว้ดังนี้

Rogers (1975) ได้ให้ความหมาย ความร่วมรู้สึก เป็นสภาวะการณ์ของความร่วมรู้สึก หรือการดำรงอยู่ของความร่วมรู้สึกเป็นการรับรู้สภาพจิตใจของผู้อื่นด้วยความถูกต้องและมีส่วนประกอบทางอารมณ์และความหมายซึ่งเกี่ยวข้องเสมือนว่าเป็นคน ๆ นั้น



Kohut (1984) ได้ให้ความหมาย “ความร่วมมือรู้สึก (Empathy)” เป็นความสามารถในการคิด และรู้สึกตนเองภายในชีวิตของบุคคลอื่น

Batson (1991) ได้ให้ความหมาย “ความร่วมมือรู้สึก (Empathy)” ความรู้สึกถึงอารมณ์ แทนผู้อื่นซึ่งตามความเป็นจริงด้วย แต่ไม่จำเป็นต้องเหมือนกับอารมณ์ของผู้อื่น

Ickes (1997) ได้ให้ความหมาย “ความร่วมมือรู้สึก (Empathy)” ว่าเป็นความสามารถของบุคคล ที่จะสรุปบริบททางความคิดและอารมณ์ของบุคคลอื่น

Collins Cobbuild Learner’s Dictionary (1996) “ความร่วมมือรู้สึก (Empathy)” หมายถึง ความสามารถในการแบ่งปันความรู้สึก และอารมณ์กับบุคคลอื่นได้ ราวกับว่าพวกเขาเป็นตัวเราเอง

Hoffman (2000) ให้ความหมาย “ความร่วมมือรู้สึก (Empathy)” เป็นการตอบสนองทางอารมณ์ ที่เหมาะสมต่อสถานการณ์ของผู้อื่นมากกว่าตนเอง

Eisenberg (2000) ให้ความหมาย “ความร่วมมือรู้สึก (Empathy)” เป็นการตอบสนอง ด้านอารมณ์ที่เกิดจากการเข้าใจหรือหยั่งรู้ถึงสภาวะอารมณ์หรือสภาพอารมณ์ของผู้อื่น และคล้าย กับผู้อื่นรู้สึก หรือคาดหวังที่จะรู้สึก

ประเสริฐ เอี่ยมรุ่งโรจน์ (2549) ได้ให้ความหมาย “Empathy” คือ ความสามารถของเรา ในการเข้าใจแบบหยั่งรู้ถึงความรู้สึกและอารมณ์ของผู้อื่น ไม่ใช่ทำอย่างฉาบฉวยแต่ด้วยความ ละเอียด

อุดม เพชรสังหาร (2555) ได้ให้ความหมาย “Empathy” “การรู้ว่าคนอื่นคิดอย่างไร” ซึ่งเป็นการรับรู้เพียงในระดับความคิดเท่านั้นแต่กินความถึงการรับรู้ถึงอารมณ์ ความรู้สึกและเจตนา ที่ซ่อนอยู่ภายใต้ความคิดนั้นๆ ด้วย คือไม่ใช่แค่การรู้ (ด้วยความคิดของเรา) ว่าเขาเจ็บปวด หากแต่ยัง รับรู้ถึงความเจ็บปวดนั้น ๆ ด้วยอารมณ์และความรู้สึกของตัวเองและเกิดความเข้าใจต่อว่า เพราะความเจ็บปวด (หรือความรู้สึก) เช่นนี้เองที่ทำให้เขาต้องแสดงออกหรือมีพฤติกรรมเช่นนี้ เป็นสภาวะที่มีทั้งมิติของความเข้าใจทางปัญญาหรือความคิด (Cognition) และความเข้าใจ ทางอารมณ์ (Emotion)

กานต์ จำรูญโรจน์ และสมบัติ ศาสตร์รุ่งภัก (2555) ได้ให้ความหมาย “การร่วมรู้สึก (Empathy)” นั้นมีการอธิบายความหมายที่มีทั้งแง่มุมของการรู้คิด (Cognitive domain) คือ ความสามารถในการเข้าใจประสบการณ์ภายในและความรู้สึกของผู้อื่น รวมทั้งสามารถมองโลก ภายนอกจากมุมมองของผู้อื่นได้ และแง่มุมของอารมณ์ความรู้สึก (Affective domain) คือ ความสามารถในการเข้าไปร่วมอยู่กับประสบการณ์และความรู้สึกของผู้อื่น แต่ในแง่มุมของอารมณ์ ความรู้สึกนี้อาจให้ความหมายที่เข้ากันได้กับคำว่า “Sympathy” เสียมากกว่า

ความร่วมมือรู้สึก (Empathy) มีความหมายว่าเป็นความสามารถตอบสนองทางอารมณ์ที่เกิดจากการเข้าใจ และรับรู้ถึงอารมณ์ความรู้สึกที่เกิดขึ้นกับผู้อื่นเหมือนอารมณ์และความรู้สึกเหล่านั้น ได้เกิดขึ้นกับตนเองการร่วมรู้สึกสามารถเกิดขึ้นได้ทั้งในแง่ของความรู้คิด (Cognition) ซึ่งเป็นความสามารถเข้าใจถึงประสบการณ์ภายในและอารมณ์ความรู้สึกของผู้อื่นรวมทั้งสามารถมองโลกภายนอกจากมุมมองของผู้อื่นได้ และในแง่ของอารมณ์ (Emotion) คือ ความสามารถในการเข้าไปร่วมอยู่กับประสบการณ์และอารมณ์ความรู้สึกของผู้อื่นได้

#### ความเป็นมาของความร่วมมือรู้สึก (Historical Views of Empathy)

Hakansson (2003) ความร่วมมือรู้สึก (Empathy) หรือ Einfühlung ได้มีการพัฒนาขึ้นในช่วงแรกของสุนทรียศาสตร์ภาษาเยอรมัน โดย Lipps (1903, 1905) และ Pradt (1910) Lipps (1903, 1905) นำความร่วมมือรู้สึกเพื่อใช้สำหรับบริบททางจิตวิทยามากขึ้น ในช่วงแรกนำมาประยุกต์เพื่อการศึกษาภาพลวงตา (Optical illusions) และจากนั้นเป็นกระบวนการของการรู้จักผู้อื่น Empathy ในภาษาอังกฤษถูกอธิบายโดย Titchener และได้แปลความหมายมาจาก“Einfühlung” ของ Lipp และได้ให้คำจำกัดความว่า เป็นกระบวนการที่มนุษย์สามารถอ่านหรือรู้สึกตนเองภายในผู้อื่น (Titchener, 1924, p. 417 อ้างถึงใน อตุล เขียวมูล, 2548)

ทฤษฎีความร่วมมือรู้สึก (Theory of empathy) ในจิตวิทยามีอิทธิพลอย่างกว้างขวางในทัศนคติทางอารมณ์ของ Lipp และ Titchener จนกระทั่ง Kohler (1929 cited in Hakansson, (2003) ซึ่งเป็นผู้หนึ่งในช่วงแรก ๆ ที่ได้ดกเถียงในเรื่องความรู้คิด (Cognitive vein) มากขึ้นค่อนข้างให้ความสนใจอย่างต่อเนื่องในเรื่องของ “ความรู้สึกภายใน” ประสบการณ์ของผู้อื่น Kohler ถือว่าความร่วมมือรู้สึก (Empathy) เป็นความเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่นมากกว่าการแบ่งปันกับผู้อื่น Mead และ Piaget กล่าวถึงคำถามเกี่ยวกับความร่วมมือรู้สึก และได้ให้ข้อคิดที่เน้นไปทางด้านความรู้คิดมากกว่าด้านอารมณ์ Mead ตระหนักถึง ความแตกต่างอื่นของตนเองในความร่วมมือรู้สึก การเพิ่มเติมองค์ประกอบด้านความรู้คิด (Cognitive component) และความสามารถที่จะเข้าใจต่อความร่วมมือรู้สึก งานของ Mead (1934) ได้เน้นในเรื่องความสามารถส่วนบุคคลที่รับเอาบทบาทของบุคคลอื่นซึ่งก็คือ ความเข้าใจถึงมุมมองของผู้อื่น Mead เห็นความสามารถเข้าใจ และยอมรับความรู้สึกของผู้อื่นในเด็ก (Role taking) เป็นสิ่งสำคัญที่จะนำไปสู่การพัฒนาทางสังคมและจริยธรรม เช่นเดียวกับงานวิจัยของ Piaget ซึ่งก็มีความเกี่ยวข้องกับพัฒนาการด้านความรู้คิดของเด็ก ซึ่งก็เป็นการสนับสนุนในเรื่องความร่วมมือรู้สึกด้านความรู้คิด และความคิดของสิ่งใดที่เป็นที่ทำให้บุคคลสามารถเข้าใจและยอมรับความรู้สึกของผู้อื่นได้ (Piaget, 1932, 1967 อ้างถึงใน อตุล เขียวมูล, 2548)

แม้ว่าความร่วมมือรู้สึก (Empathy) จะถูกถกเถียงในช่วงครึ่งศวรรษแรกก็ตาม แต่ก็ไม่ได้เป็นที่นิยมในสาขาจิตวิทยาจนกระทั่งปรากฏผลงานของ Rogers และ Kohut (Bohart & Greenberg,

1997) Rogres และ Kohut ได้รับพิจารณาให้เป็นผู้ริเริ่มในการศึกษาเกี่ยวกับความรู้สึก (Bohart & Greenberg, 1997) ภายหลังจากสงครามครั้งที่ 2 งานวิจัยที่เกี่ยวกับความรู้สึกได้พัฒนาขึ้นในสาขาจิตวิทยา Rogers สร้างแนวคิดตามเงื่อนไขทางการบำบัด 3 ประการคือ 1) การยอมรับอย่างไม่มีเงื่อนไข (Unconditional positive regard) 2) ความร่วมรู้สึก (Empathy) 3) ความจริงแท้ (Genuineness) ซึ่งพอเพียงต่อการเกิดเปลี่ยนแปลงในทางการบำบัด และในหลายปีต่อมาความรู้สึกได้กลายมาความคิดหลักในจิตวิเคราะห์กับจิตวิทยาตนเอง (Self-psychology) ของ Kohut

Roger ได้เสนอแนวคิดเกี่ยวกับเปลี่ยนแปลงบุคลิกภาพและการบำบัด โดยการใช้ความรู้สึกเป็นหัวใจสำคัญ ทฤษฎีของ Rogers อยู่บนพื้นฐานของปรัชญาเชิงปรากฏการณ์ เนื่องจากแสดงออกต่าง ๆ ของบุคคลเกิดจากการกำหนดด้วยการรับรู้ภายในตนเอง ดังนั้น Rogers จึงเห็นว่าเป็นสิ่งสำคัญที่จะต้องเข้าใจและรับรู้ถึงโลกทัศน์ของผู้รับการบำบัด มากกว่าการเข้าใจสถานการณ์ที่เกิดขึ้นจริง (Factual circumstances) ความร่วมรู้สึกจึงพื้นฐานสำคัญในทฤษฎีดังกล่าวนี้

Rogers ได้นิยามความรู้สึก (Empathy) ไว้สองช่วง ในปี 1959 เขาได้ให้ความหมายไว้ว่า “การรับรู้องค์ประกอบความรู้สึก และความหมายที่อยู่ภายในของผู้อื่นอย่างที่คุณเองเป็นบุคคลนั้น แต่ปราศจากการสูญเสียความเป็นตัวเองไป ดังนั้นจึงมีความหมายถึงความรู้สึกถึงความเจ็บปวดหรือพอใจของผู้อื่นตามที่เขารู้สึกและรับรู้อย่างที่เขารับรู้ โดยยังคงเป็นตัวของตัวเอง เป็นต้น” (Roger, 1959, pp. 210-211 cited in Hakanssan, 2003, p. 5) จากนั้นในปี 1975 Roger ได้เขียนเกี่ยวกับ Empathy ว่าเป็นกระบวนการมากกว่าเป็นสภาวะ และให้ความหมายไว้ว่า “การเข้าไปอยู่ในโลกทัศน์ของผู้อื่น รับรู้ถึงอารมณ์ความรู้สึกในทุกขณะ ไม่ว่าจะมีความกลัว หรือความโกรธ หรือความอ่อนโยน หรือสับสน หรืออะไรก็ตามซึ่งบุคคลนั้นกำลังรู้สึกอยู่ เป็นการดำรงอยู่ในเขาชั่วคราว โดยไม่มีการตัดสิน สัมผัสความหมายซึ่งเขาแทบจะไม่ตระหนักรู้ ผู้ให้การบำบัดจะสื่อสารกับความรู้สึกตนเองในโลกของผู้รับการบำบัดอย่างที่คุณให้การบำบัดเห็นด้วยตาที่ไม่หวาดกลัวต่อความหวาดกลัวของผู้รับการบำบัด สิ่งนี้เป็นการตรวจสอบว่าความรู้สึกผู้บำบัดว่าตรงกับผู้รับการปรึกษา และการนำโดยการตอบสนองตามผู้ให้การบำบัดได้รับ การอยู่กับผู้รับการบำบัดแบบนี้ผู้ให้การบำบัดต้องวางมุมมองและคุณค่าของตนเองไว้เพื่อจะได้สามารถเข้าใจ และรับรู้โลกทัศน์ของผู้รับการบำบัด โดยไม่มีอคติ (Roger, 1975, p. 4)

ในการสรุปแนวคิดของ Rogers นั่นก็คือ ผู้รับการบำบัด (Client) ที่ได้รับการเข้าใจอย่างความรู้สึก (Empathic understand) จะสามารถเข้าใจ รู้สึกไว้วางใจและเข้าใจตัวพวกเขาเอง ได้ดียิ่งขึ้นและจะทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงด้านพฤติกรรมไปในทางบวก ในทัศนะของ Rogers

ไม่ว่าผู้รับการบำบัดทำได้ทำผิดพลาดไป เขาก็จะสามารถได้รับการยอมรับจากผู้ให้การบำบัดอย่างมนุษย์ที่มีค่าคนหนึ่ง (Rogers, 1975)

Kohut เป็นที่รู้จักดีในเรื่องจิตวิทยาตนเอง (Self-psychology) ซึ่งความร่วมมือรู้สึกเป็นส่วนประกอบหนึ่งที่มีความสำคัญ จิตวิทยาตนเอง (Self-psychology) ถือว่าความผิดพลาดอย่างร่วมรู้สึก (Empathic failures) ในวัยเด็ก นำไปสู่การเสียสมดุลในกระบวนการสร้างโครงสร้างในตนเอง (Self-structuralization) ของผู้รับการบำบัด การตอบสนองอย่างร่วมรู้สึก (Empathic responsiveness) จากผู้ให้การบำบัดช่วยทำให้เกิดความรู้สึกที่ถ้อยโอนความผิดพลาดอย่างร่วมรู้สึกในอดีตของผู้รับการบำบัดเพื่อให้สามารถพัฒนาได้ ความร่วมรู้สึกที่ผิดพลาดชั่วคราว (Occasional empathic failures) ในส่วนของผู้ให้การบำบัดช่วยให้ผู้รับการบำบัดมีโอกาสได้เรียนรู้ข้อบกพร่องในโครงสร้างของผู้รับการบำบัดเอง (Kohut, 1959) Kohut ถือว่า ความร่วมรู้สึก (Empathy) เป็นพื้นฐานของการมีปฏิสัมพันธ์ของมนุษย์ (Human interaction) อย่างไรก็ตาม Kohut เน้นว่า ความร่วมรู้สึก เป็นรูปแบบของความเข้าใจและไม่ควรสับสนกับความมีอหยาตย์ดี ใจดี ความสงสาร หรือความรัก สำหรับ Kohut ความร่วมรู้สึก (Empathy) ไม่มีความแน่นอน ความร่วมรู้สึก (Empathy) เป็นกระบวนการที่สามารถนำพวกเราไปสู่ทั้งผลลัพธ์ที่ถูกต้องและไม่ถูกต้อง (Kohut, 1980, หน้า 485 cited in Hakansson, 2003, p. 7)

แม้ว่ามีความเห็นในเรื่องธรรมชาติของความร่วมมือรู้สึกจะมีความแตกต่างกันแต่มีงานวิจัยจำนวนมากในช่วงสิบปีให้หลังได้มีการเขียนถึงความร่วมรู้สึกที่มีความเกี่ยวข้องกับตัวแปรอื่น ๆ เช่น แรงจูงใจในพฤติกรรมความเอื้ออาทรต่อผู้อื่น (Altruistic motivation) การพัฒนาจริยธรรม (Moral development) ประสบการณ์ที่คล้ายกัน (Similar experience) ความก้าวร้าว (Aggression) และสัมพันธภาพระหว่างบุคคล (Interpersonal relationships) เป็นต้น ภายหลังจากผลงานของ Rogers และ Kohut แนวคิดความร่วมมือรู้สึก (Empathy) มีความสำคัญเป็นพิเศษในสาขาจิตวิทยา (Barrett-Lennard, 1981; Bohart & Greenberg, 1997; Duan & Hill, 1996; Gladstein, 1977) มีงานวิจัยเกี่ยวกับการวัดความร่วมมือรู้สึก (Empathy) จำนวนมากได้ถูกสร้างขึ้น (Campbell, Kagan & Krathwohl, 1971; Hogan, 1969; Truax, 1972) ตั้งแต่กลางทศวรรษที่ 80 แนวโน้มของแนวคิดความร่วมมือรู้สึกทางอารมณ์เพียงอย่างเดียวเท่านั้นที่ได้รับการพัฒนา ผู้วิจัยได้ให้คำจำกัดความของความร่วมมือรู้สึกว่าเป็นปฏิภิกิริยาทางอารมณ์ที่คล้ายกับผู้ถูกร่วมรู้สึกเหล่านั้น (For review, see Eisenberg & Strayer, 1987) Hoffman (1987) เห็นว่าความร่วมมือรู้สึก (Empathy) จะตอบสนองอารมณ์กับสถานการณ์ของบุคคลอื่นมากกว่าตัวของตัวเอง Barnett et.al. (1987) ให้แนวคิดความร่วมมือรู้สึกว่าเป็นความรู้สึกแทนผู้อื่นซึ่งสอดคล้องกัน แต่ไม่จำเป็นต้องเป็นตามอารมณ์ของผู้อื่น Batson (1991) ได้ให้คำจำกัดความของความร่วมมือรู้สึก (Empathy) ว่าไม่เพียงแค่ปรับ

อารมณ์ตามผู้อื่น แต่ความรู้สึกด้วย เช่น ความสงสาร ความอบอุ่น ความห่วงใย และอื่น ๆ เขาได้ให้คำนิยามความร่วมมือรู้สึก (Empathy) ว่าเป็นความรู้สึกแทนผู้อื่นซึ่งสอดคล้องกัน แต่ไม่จำเป็นต้องถอดแบบอารมณ์ของผู้อื่น

ความร่วมมือรู้สึก (Empathy) มีความเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมความเอื้ออาทรผู้อื่น (Altruism) จริยธรรม (Morality) และความก้าวร้าวซึ่งเป็นที่สนใจในงานวิจัยร่วมสมัย (Eisenberg & Miller, 1987 a; 1987b; Miller & Eisenberg, 1988) ความร่วมมือรู้สึก (Empathy) ได้พัฒนาในเด็กซึ่งเป็นตัวแปรที่เป็นหลักภายในสาขาวิชาด้วย (Eisenberg et al., 1996; Feshbach & Feshbach, 1969; Eisenberg & Strayer, 1987; Hoffman, 2000; Greenberg, Watson, Elliott, Robert, Bohart, & Artur, 2001; McDonald & Messinger, 2011)

ผู้วิจัยความร่วมมือรู้สึกร่วมสมัยที่ปรากฏชัดเจนมี 4 คน คือ Hoffman, Eisenberg, Batson and Davis ผู้วิจัยเหล่านี้ได้มีผลงานที่เป็นประโยชน์อย่างยิ่ง งานวิจัยของพวกเขาเน้นอย่างชัดเจนในเรื่องของความสัมพันธ์ของความร่วมมือรู้สึก (Empathy) กับพฤติกรรมความเอื้ออาทรผู้อื่น (Altruism) และพฤติกรรมจิตอาสา (Prosocial behavior) ในขั้นต้น Hoffman และ Eisenberg ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความร่วมมือรู้สึกกับพฤติกรรมจิตอาสา เพื่อพัฒนาในเด็ก ขณะที่ Batson ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความร่วมมือรู้สึก (Empathy) กับพฤติกรรมความเอื้ออาทรผู้อื่น (Altruism) และพฤติกรรมจิตอาสาในบุคคลทั่วไป

Hoffman ศึกษาความร่วมมือรู้สึก (Empathy) ที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมความเอื้ออาทรผู้อื่น (Altruism) และจริยธรรมในมุมกว้าง Hoffman สันนิษฐานว่าความร่วมมือรู้สึก (Empathy) และจริยธรรมเป็นส่วนประกอบซึ่งกันและกัน เพื่อสร้างพฤติกรรมทางจริยธรรม ความร่วมมือรู้สึก (Empathy) เป็นแรงจูงใจในการแสดงออกทางจริยธรรมในขณะที่หลักจริยธรรมลอคคิตอย่างร่วมรู้สึก (Empathic bias) และแรงจูงใจอย่างร่วมรู้สึก (Empathic over arousal) ที่มากเกินไป (Hoffman, 2000) งานวิจัยของ Hoffman กำหนดเพื่อความเข้าใจเกี่ยวกับพัฒนาจริยธรรมด้านพฤติกรรมจิตอาสาในเด็ก Hoffman เน้นที่งานวิจัยความร่วมมือรู้สึกต่อพฤติกรรมความเอื้ออาทรผู้อื่น (Altruism) และความสงสารผู้อื่นในด้านกายภาพหรือด้านจิตวิทยา Hoffman กล่าวว่าความร่วมมือรู้สึก (Empathy) เป็นปรากฏการณ์ที่พบว่าเป็นสิ่งที่จำเป็น ดังนั้นพร้อมกับ Eisenberg และ Hoffman ซึ่งเป็นนักจิตวิทยาคนหนึ่งที่เห็นว่า ความร่วมมือรู้สึก (Empathy) เป็นสามารถทำให้เกิดพฤติกรรมความเอื้ออาทรผู้อื่น ได้

Eisenberg มีความสนใจในเรื่องของแรงจูงใจที่ทำให้บุคคลใส่ใจต่อกัน เพื่อให้เกิดความเข้าใจที่ดีขึ้น Eisenberg จึงพิจารณาทั้งปัจจัยทางอารมณ์และทางความรู้คิด เป็นสิ่งซึ่งนำไปสู่การศึกษาความร่วมมือรู้สึก Eisenberg นิยามความร่วมมือรู้สึกว่าเป็นการตอบสนองด้านอารมณ์จากการเข้าใจสภาพทางอารมณ์ของผู้อื่น และเป็นอย่างที่คุณอื่นรู้สึก Eisenberg (2002, p. 135 cited in Hakansson, 2003, p. 11) งานวิจัยของ Eisenberg ศึกษาเกี่ยวกับการสำรวจการพัฒนาการพฤติกรรมจิตอาสาของเด็กเป็นพิเศษ Eisenberg ได้ทดสอบความหลากหลายของตัวแปรซึ่งสนับสนุนการพัฒนาพฤติกรรมจิตอาสา (Eisenberg et al., 1996; Lennon et al., 1986; Eisenberg, 2000; Eisenberg & Miller, 1987b; Miller & Eisenberg, 1988; Eisenberg & Strayer, 1987) Eisenberg และคณะ ยังได้ศึกษาและวิเคราะห์ความแตกต่างระหว่างเพศกับความร่วมมือรู้สึกอีกด้วย Eisenberg สรุปไว้ว่า พฤติกรรมจิตอาสาสามารถเรียนรู้และแก้ไขได้ นอกจากนี้ Eisenberg ได้เสนอไว้ว่าการพัฒนาความร่วมมือรู้สึก (Empathy) พฤติกรรมความเอื้ออาทรผู้อื่น (Altruism) และพฤติกรรมที่เกี่ยวกับมนุษยธรรมอื่น ๆ ในเด็กสามารถลดความก้าวร้าว และพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการชอกช้ำตาย และความร่วมมือรู้สึก ความเอื้ออาทรผู้อื่น และมนุษยธรรมจะนำไปสู่การร่วมมือกัน และความเอาใจใส่ห่วงใยในสังคมใหญ่ของมนุษยชาติ (Eisenberg, 2002)

Batson ได้อธิบายความร่วมมือรู้สึก (Empathy) ว่าเป็นความรู้สึกแทนผู้อื่นซึ่งสอดคล้องกันแต่ไม่จำเป็นต้องถอดแบบอารมณ์ของผู้อื่น (Batson, 1991) ซึ่งหมายถึงอารมณ์ความรู้สึกอื่น ๆ ที่มุ่งเน้น เช่น ความสงสาร การมีอารมณ์ร่วม และอื่น ๆ (Batson, 1991) และเขาได้ให้ความหมายของพฤติกรรมความเอื้ออาทรผู้อื่น (Altruism) ว่าเป็นภาวะแรงจูงใจซึ่งมีจุดมุ่งหมายเพื่อเพิ่มพูนสวัสดิภาพของผู้อื่น (Batson, 1991, p. 6 cited in Hakansson, 2003)

ในทางกลับกันแนวคิดของ Hoffman, Eisenberg และ Batson จะครอบคลุมในเรื่องวิธีการความร่วมมือรู้สึกในงานวิจัยร่วมสมัย แต่ส่วนของ Davis (e.g., Davis, 1983; Davis, Conklin, Smith & Luce, 1996; Davis, Hull, Young, & Warren, 1987; Davis, Luce, & Kraus, 1994; Davis, 1996) Davis ให้ทัศนะอย่างชัดเจนว่า ความร่วมมือรู้สึก (Empathy) เป็นปรากฏการณ์ที่มีหลายหลากมิติ และวิเคราะห์ความร่วมมือรู้สึกออกเป็น 4 ส่วน แต่มีความสัมพันธ์กับค่าคะแนนย่อยของการรายงานตนเอง (Self-report) การยอมรับบทบาท จินตนาการ ความห่วงใยเอาใจใส่ และความทุกข์ส่วนบุคคล (Davis, 1983 cited in Kail & Cavanaugh, 2007) และเขาได้นำเสนอรูปแบบการจัดการของโครงการความร่วมมือรู้สึก Davis (1983 cited in Kail & Cavanaugh, 2007) ได้พัฒนาเครื่องมือวัดความแตกต่างส่วนบุคคลในความร่วมมือรู้สึก, The interpersonal reactivity index (IRI)

## องค์ประกอบและกระบวนการของความร่วมรู้สึก (Empathy components and empathy process)

ความร่วมรู้สึกเป็นความสามารถที่เข้าใจ และรับรู้ถึงอารมณ์ความรู้สึกของผู้อื่น นักวิจัยหลายท่านได้แบ่งลักษณะ หรือองค์ประกอบของความร่วมรู้สึกออกเป็น 2 ลักษณะ คือ ความร่วมรู้สึกด้านความรู้คิด (Cognitive empathy) ซึ่งเป็นความสามารถเข้าใจประสบการณ์ภายในและอารมณ์ความรู้สึกของผู้อื่น และความร่วมรู้สึกด้านอารมณ์ (Affective empathy) เป็นความสามารถที่บุคคลเข้าไปอยู่ร่วมในประสบการณ์ภายในและอารมณ์ความรู้สึกของผู้อื่น

Zoll and Enz (2012) ได้อธิบายความร่วมรู้สึก (Empathy) ไว้เป็นความสามารถของบุคคลที่เข้าใจว่าผู้อื่นกำลังคิดและกำลังรู้สึกอย่างไรต่อสถานการณ์ที่กำลังเกิดขึ้นและมีนักวิจัยหลายท่านในช่วงศวรรษที่ 20 ได้อธิบายการร่วมรู้สึก (Empathy) ไว้ 2 ลักษณะดังนี้

1. ความร่วมรู้สึกด้านความรู้คิด (Cognitive empathy) เป็นกระบวนการด้านความรู้คิดภายในตนเองของผู้ร่วมรู้สึกมาจากการได้เรียนรู้การรับรู้ของผู้อื่น ความสามารถนี้ผู้ร่วมรู้สึกจะมุ่งความสนใจของตนเองไปยังผู้อื่น อ่านสิ่งที่ผู้อื่นแสดงออกมา และสถานการณ์ที่เกิดกับผู้อื่น ผู้ร่วมรู้สึกพยายามที่จะเข้าใจปฏิกิริยาต่าง ๆ ที่เกิดของผู้อื่น กระบวนการนี้ผู้ร่วมรู้สึกจะต้องรู้เกี่ยวกับการแสดงออกทางอารมณ์การให้ความหมายต่อสถานการณ์ต่าง ๆ และปฏิกิริยาของผู้อื่น นอกจากนี้ปัจจัยพื้นฐานการสร้างแรงจูงใจ และการเข้าใจที่ถูกต้องนั้นมีความสำคัญในขณะที่ประสบการณ์ของตนเองจะต้องอยู่บนพื้นฐานของความเข้าใจที่ลึกซึ้ง (Empathic understanding) (เพื่อใช้เป็นพื้นฐานในการค้นหา และการยอมรับปฏิกิริยาภายในต่อสิ่งเร้าภายนอกของผู้อื่น) ความสามารถด้านความรู้คิด (Cognitive) ช่วยให้ผู้ร่วมรู้สึกสามารถแบ่งแยกระหว่างตนเองและผู้อื่น ซึ่งเป็นสิ่งที่มีความสำคัญต่อความร่วมรู้สึก (Empathy) (Kohler, 1989) ความร่วมรู้สึกด้านความรู้คิด (Cognitive empathy) ในแนวคิดนี้มีเกี่ยวข้องกับแนวคิดของ ทฤษฎีแห่งจิตใจ (Theory of mind) ซึ่งทฤษฎีแห่งจิตใจ Theory of mind มีความหมาย ดังนี้ 1) ความสามารถในการพัฒนาความหยั่งรู้ต่อสภาวะทางจิตใจของผู้อื่นซึ่งไม่สามารถสังเกตได้โดยตรง (เช่น การรับรู้ว่าคุณแสดงออกอย่างหนึ่งแต่รู้สึกอีกอย่างหนึ่ง) 2) สรุปความสัมพันธ์ต่อปฏิกิริยาและพฤติกรรมของผู้อื่น ซึ่งเป็นการคาดการณ์ว่าผู้ร่วมรู้สึกมีทฤษฎี Theory of mind ของผู้อื่น (Premack & Woodruff, 1978 cited in Hakansson, 2003)

2. ความร่วมรู้สึกทางอารมณ์ (Affective empathy) มีความสัมพันธ์กับกระบวนการทางอารมณ์ของผู้ร่วมรู้สึกที่เกิดขึ้น เนื่องจาก (จิตสำนึก หรือจิตใต้สำนึก) การรับรู้ต่อสภาวะภายในของผู้อื่น (อารมณ์ หรือ ความคิด และทัศนคติ) ดังนั้น ความร่วมรู้สึกด้านอารมณ์มีผลมาจากความร่วมรู้สึกด้านรู้คิด และก็สามารถทำให้เกิดจากการเข้าใจของการแสดงออกทางพฤติกรรม ซึ่งถ่ายทอดสภาวะทางอารมณ์จากตนเองไปยังผู้อื่น โดยทันที (อารมณ์ร่วม- Emotion contagion)

ในกรณีนี้ สภาวะทางอารมณ์ที่คล้ายกันจะแสดงออกมาจากผู้ร่วมรู้สึก ผลจากการเชื่อมกันโดยตรง หรือการถ่ายทอดของสภาวะทางอารมณ์ระหว่างส่วนบุคคลผ่านคำพูด (Verbal) น้ำเสียง (Para-verbal) หรือท่าทาง (Non-verbal) การเชื่อมต่อนี้ใช้การทำงานทางชีวภาพของการส่งเสริมเอกลักษณ์เฉพาะทางสังคม และการปรับตัวต่อกลุ่ม เช่น เป็นที่มีสิ่งสำคัญสำหรับฝูงสัตว์ที่จะมีปฏิริยาต่อการเป็นผู้ล่าอย่างรวดเร็ว ปฏิริยาความร่วมมือรู้สึกด้านอารมณ์เกิดขึ้น เป็นผลสืบเนื่องมาจากกระบวนการร่วมมือรู้สึกด้านความรู้คิดการรวมกันอย่างซับซ้อนเพิ่มขึ้นของสภาวะทางอารมณ์ (เหมือนมองด้วยหัวใจ) อาจจะมีผลตรงข้ามต่อสภาวะทางอารมณ์ที่คล้ายกันซึ่งเป็นผลมาจากการมีอารมณ์ร่วมความร่วมมือรู้สึกด้านอารมณ์ (Affective empathy) ประกอบด้วย

1. การตอบสนองทางอารมณ์ (Emotional response)

2. ความรู้สึก (Feeling)

3. การถอดแบบ (Identifying with)

ความร่วมมือรู้สึกด้านความรู้คิด (Cognitive empathy)

1. ความเข้าใจ (Understanding)

2. การเข้าใจผู้อื่น (Perspective taking)

3. การจินตนาการ (Imagining the other)

จากการศึกษาลักษณะ หรือองค์ประกอบความร่วมมือรู้สึก สรุปได้ว่า ความร่วมมือรู้สึกมี 2 ลักษณะ คือ ความร่วมมือรู้สึกด้านความรู้คิด หรือ Cognitive empathy ซึ่งมีความหมายว่าเป็นความสามารถในการเข้าใจ และรับรู้ถึงอารมณ์ความรู้สึกของผู้อื่น และความร่วมมือรู้สึกด้านอารมณ์ หรือ Affective empathy เป็นความสามารถในการอยู่ร่วมกับความอารมณ์ความรู้สึกของผู้อื่น หรือการมีอารมณ์ร่วม และความร่วมมือรู้สึกด้านอารมณ์ยังเป็นผลมาจากความร่วมมือรู้สึกด้านความรู้คิด กระบวนการการร่วมมือรู้สึก (Empathy process)

จากการศึกษาเอกสารกระบวนการความร่วมมือรู้สึก Reik (1998) ได้เคยอธิบายไว้ลักษณะทั้ง 4 ของกระบวนการความร่วมมือรู้สึก (Empathy) ในจิตบำบัดดังนี้

1. การถอดแบบ (Identification) สนใจผู้อื่นและปล่อยตนเองให้ซึมซับในการใคร่ครวญถึงบุคคลนั้น

2. การรวมตัวกัน (Incorporation) การทำให้ประสบการณ์ผู้อื่นเป็นประสบการณ์ตนเอง

3. การสะท้อนกลับ (Reverberation) การมีประสบการณ์ในประสบการณ์ผู้อื่น

ในขณะที่เดียวกันอยู่กับความเชื่อมโยงต่อทางความรู้คิดและอารมณ์ของตนเองซึ่งมีต่อประสบการณ์นั้น

4. การแยกจากกัน (Detachment) การเคลื่อนตนเองออกมาจากการรวมกันของความรู้สึกนั้น



นอกจากนี้ (Ehmann, 1971 cited in Ibrahim, 2012, p. 14) ได้อธิบายไว้ลักษณะทั้ง 4 ของกระบวนการความรู้สึกร่วม (Empathy) Ehmann (1971 cited in Kail & Cavanaugh, 2007) อ้างอิงถึงกระบวนการการร่วมรู้สึก 4 ขั้นของ Reik ซึ่งเป็นเครื่องมือในการบำบัด ไว้ดังนี้

ขั้น 1 การถอดแบบ (Identification) คือ รับรู้สถานะลำบาใจของผู้ถูกร่วมรู้สึกเป็นชั่วขณะหนึ่งเมื่อผู้ร่วมรู้สึกละทิ้งตัวตนของตนเอง และหันความสนใจของตนเองไปสนใจสถานการณ์ของบุคคลที่ตนเองร่วมรู้สึก และยินยอมที่อยู่ร่วมในความรู้สึกของบุคคลอื่นกระบวนการนี้ไม่ได้เกิดขึ้นจากความตั้งใจ แต่เกิดเอง โดยไม่มีการควบคุม เขาจะพบว่าตนเองเข้าไปอยู่ในสถานการณ์ของคนอื่น ตระหนักว่า เขาได้ ได้รับความรู้เกี่ยวกับบุคคลที่ตนเองร่วมรู้สึก ระหว่างช่วงการรับรู้อารมณ์ความรู้สึกของผู้อื่นนั้น ในบริบทของการบำบัดผู้ร่วมรู้สึกจะกลายเป็นหนึ่งเดียวกับบุคคลที่ตนเองร่วมรู้สึกอยู่ เช่น ถ้าเป็นแพทย์ และพยาบาล พวกเขาจะรู้สึกแบบเดียวกับคนไข้ ผู้ร่วมรู้สึกจะกลายเป็นผู้ถูกร่วมรู้สึก ขณะที่พวกเขากำลังทุกข์ ผู้ร่วมรู้สึกจะรู้ เข้าใจ และมองเห็นสถานการณ์ของผู้ถูกร่วมรู้สึกจริง ๆ

ขั้น 2 การรวมตัวกัน (Incorporation) อธิบายโดย Ehmann (1971, p. 77 cited in Kail & Cavanaugh, 2007) ผู้ร่วมรู้สึกจะเข้าใจผู้ถูกร่วมรู้สึก ในขั้นนี้จะเชื่อมโยงกับขั้นแรก และบ่อยครั้งเกิดความสับสน มันเป็นส่วนหนึ่งที่รับรู้ว่าคุณถูกร่วมรู้สึกกำลังรู้สึกอะไร และเป็นอีกสิ่งหนึ่งที่ผู้ร่วมรู้สึกได้นำความรู้สึกนั้นกลับมาสู่ตนเอง เพื่อที่จะพยายามเข้าใจว่าคุณถูกร่วมกำลังมีประสบการณ์อะไรอย่างชัดเจนยิ่งขึ้นในขั้นการรวมตัวกันนี้ จะเน้นย้ำที่ประสบการณ์ของความร่วมรู้สึกที่ได้รับจากบุคคล (หรือผู้รับการบำบัดในกรณีบำบัด) ดังนั้น “การรวมตัวกัน” ไม่ใช่เพียงนำประสบการณ์ตนเอง แต่เป็นการรับเอาประสบการณ์จริงของผู้ถูกร่วมรู้สึกเข้ามาเพื่อให้รู้ว่าเขาคิดเห็นอย่างไรกับสิ่งที่เขาได้รับในสถานการณ์นั้น ๆ ในขั้นนี้ผู้ร่วมรู้สึกจะไม่นำตนเองเข้าไปแค่ในภาพประสบการณ์นั้นแต่ต้องกลายเป็นผู้ถูกร่วมรู้สึกนั่นเอง ดังนั้นขั้นนี้จะทำให้เกิดการเชื่อมโยงกันระหว่างผู้ร่วมรู้สึก และผู้ถูกร่วมรู้สึกทำให้เกิดการเข้าใจสถานการณ์ของผู้ถูกร่วมรู้สึกได้อย่างแจ่มชัดขึ้น

ภายหลังจากการที่ผู้ร่วมรู้สึกได้วางตนเองไว้ในผู้ถูกร่วมรู้สึกเหมือนดังสวมรองเท้าคู่เดียวกับผู้ถูกร่วมรู้สึกแล้ว ผู้ร่วมรู้สึกจะได้สัมผัสถึงประสบการณ์ของเขาแล้ว ผู้ร่วมรู้สึกจะเคลื่อนไปยังขั้นที่ 3 การสะท้อนกลับ (Reverberation) การสะท้อนกลับเป็นผลมาจากขั้นที่ 1 และ 2 การนำตนเองเข้าไปในสถานการณ์ของผู้อื่น ก่อนที่จะมาถึงขั้นนี้ผู้ร่วมรู้สึกไม่ได้ละทิ้งความเป็นตนเองอย่างแท้จริงทีเดียว ระหว่างขั้นนี้ผู้ร่วมรู้สึกจะเปรียบเทียบว่าตนเองเรียนรู้ประสบการณ์อะไร ในขณะที่มีส่วนร่วมกับผู้ร่วมรู้สึก และการใช้สิ่งที่ตนเองรับรู้ ในทางกลับกัน ถ้าผู้ร่วมรู้สึกเป็นพยาบาล เขาก็จะเปรียบเทียบความคิดและความประทับใจของนางพยาบาลคนนี้กับนางพยาบาล

ของผู้ร่วมรู้สึกที่นำไปสู่ความเข้าใจอย่างแท้จริง ภายหลังจากที่ได้เปิดเผยข้อความที่คลุมเครือ จากผู้ถูกร่วมรู้สึกแล้ว ความเข้าใจอย่างถ่องแท้ที่เราได้รับจากความรู้สึกของผู้อื่น ก็สามารถกระตุ้นให้เกิดความช่วยเหลือ

ขั้นสุดท้าย จะเกิดขึ้นเมื่อผู้ร่วมรู้สึกกลับมาเป็นตัวของตัวเองแล้ว ในขั้นนี้เรียกว่า “การแยกตัวออก (Detachment)” ขั้นนี้ผู้ร่วมรู้สึกจะต้องเตือนตนเองว่า เขาไม่ใช่ผู้ถูกร่วมรู้สึก และเวลานี้เป็นเวลาที่ควรจะช่วยเหลือผู้ถูกร่วมรู้สึกหรือผู้รับการบำบัด เพื่อที่จะเข้าใจผู้ถูกร่วมรู้สึก ได้ดีขึ้นนั้น ผู้ร่วมรู้สึกจะต้องรับเอาบทบาทของผู้ถูกร่วมรู้สึกเข้ามาซึ่งผู้ถูกร่วมรู้สึกจะถ่ายทอด ข้อมูลมายังผู้ร่วมรู้สึก และในเวลานี้เองผู้ร่วมรู้สึกจะสามารถประเมิน และแนะนำวิธีให้ผู้ถูกร่วมรู้สึกได้ใช้เหตุผลและข้อเท็จจริงเพื่อการแก้ไขต่อไป (Ehmann, 1971, p. 78 cited in Hakansson, 2003) การใช้วิธีการบำบัดนี้ เพื่อช่วยให้ผู้ร่วมรู้สึกสามารถปลดปล่อยตนเองจากผู้ถูกร่วมรู้สึก และถอยออกมาเพื่อให้เห็นวิธีแก้ไขดีขึ้น ความสามารถที่ถอยออกมาและเป็นกลางนั้น (ภายหลังจากเปิดเผย โลกของผู้ถูกร่วมรู้สึก หรือผู้รับการบำบัด) อาจจะทำให้ผู้ถูกร่วมรู้สึกเป็นเช่นเดียวกัน เป็นเหตุทำให้เขาสามารถมองเห็นทางแก้ไขผ่านมุมมองที่แยกตัวออกมา

ภายหลังจากได้รับฟังผู้ถูกร่วมรู้สึก หรือผู้รับการบำบัดเปิดเผยอธิบายรายละเอียด วิธีแก้ไขปัญหาซึ่งเขาได้ค้นพบด้วยตนเองแล้ว ในการตระหนักถึงความเป็นกลางของผู้ร่วมรู้สึกนั้น ผู้ถูกร่วมรู้สึกเองก็ต้องการที่รับรู้ถึงทัศนคติของผู้ร่วมรู้สึกเช่นกัน บทบาทของการถอยออกมาของผู้ร่วมรู้สึกสามารถมองเห็นวิธีการแก้ไขปัญหาได้ชัดเจนขึ้น เช่นผู้ร่วมรู้สึกอาจจะช่วยนำผู้ถูกร่วมรู้สึกได้ตระหนักในสิ่งที่ผู้ถูกร่วมรู้สึกไม่เคยรู้เรื่องมาก่อนเลยในสถานการณ์นั้น ความคิดใหม่ที่เกิดจากการแนะนำของผู้ร่วมรู้สึกอาจจะให้ความหวังใหม่แก่ผู้ร่วมรู้สึก นอกจากนี้ยังไม่ทำให้ผู้ร่วมรู้สึกเกิดการตัดสินใจด้วย “ขั้นการแยกตัวออก (Detachment) ทำให้ผู้ร่วมรู้สึกช่วยให้ผู้ถูกร่วมรู้สึก สุขุมมีสติ และอารมณ์ที่มั่นคงต่อการมองดูสถานการณ์ที่เกิดขึ้นซึ่งช่วยให้ผู้ถูกร่วมรู้สึกสามารถตัดสินใจได้มากขึ้น กระบวนการรักษาของผู้ถูกร่วมรู้สึกได้ถูกเสนอแนวทางจะเกิดขึ้น ภายหลังจากผู้ร่วมรู้สึกได้ละทิ้งบทบาทของผู้ถูกร่วมรู้สึกตามขั้นตอน 3 ขั้นตอนที่กล่าวไว้ข้างต้น การรับรู้ (Identification) การรวมตัวกัน (Incorporation) และการสะท้อนกลับ (Reverberation)

**ระดับพัฒนาการของความร่วมรู้สึก (Development levels of empathy) และการพัฒนาความร่วมรู้สึกในเด็ก (Development of empathy in children)**

ระดับพัฒนาการของความร่วมรู้สึก (Development levels of empathy)

Hoffman (1981 cited in Eisenberg & Strayer, 1987, pp. 51-52) ผลของการร่วมตัวกันของอารมณ์ทางการร่วมรู้สึกและการพัฒนาทางปัญญาสังคมนั้น ได้ถูกแบ่งออกเป็น 4 ขั้นตอน ดังนี้

1. ความร่วมรู้สึกอย่างกว้าง (Global empathy) ในขวบปีแรกของเด็กอาจจะสัมพันธ์กับ อารมณ์ที่พวกเขาเป็นประจักษ์พยาน (เช่น โดยการร้องไห้เมื่อทารกอื่นกำลังร้องไห้ แต่อารมณ์ ความรู้สึกไม่ได้เป็นตามความไม่ตั้งใจและไม่แตกต่าง) ทารกอาจจะมีประสบการณ์ความร่วมรู้สึก เศร้าเสียใจผ่านภาวะการตื่นตัวอย่างง่ายก่อนพวกเขาจะได้รับความรู้สึกของผู้อื่นราวกับความแตกต่างของเอกลักษณ์ด้านร่างกายจากตนเอง นอกจากนี้โดยมากสำหรับขวบปีแรก ผู้เป็นประจักษ์พยานในความเศร้าเสียใจอาจจะมีผลในการตอบสนองความร่วมรู้สึกเศร้าเสียใจอย่างกว้าง ๆ (Global empathy) สัญญาณเป็นนัยของความโศกเสียใจจากการรับรู้ผู้อื่นเลือนลางถูกทำให้สับสน ด้วยการตื่นตัวอย่างร่วมรู้สึกในความรู้สึกไม่พึงใจในตนเอง ดังนั้นบางครั้งเด็กทารกอาจจะ แสดงออกต่อบางสิ่งเกิดขึ้นกับผู้อื่นราวกับเกิดขึ้นกับพวกเขาด้วย เด็กหญิงวัย 11 เดือนมองเห็นเด็ก คนอื่นหกล้ม และร้องไห้อยู่เขมอมงครวญกับว่าเป็นเธอเองที่ร้องไห้ จากนั้นเธอจะเอนตัวไปงอเข้าปาก และฝึกระยะตนเองอยู่ในคอกแม่ราวกับว่าเธอรู้สึกเจ็บปวดเอง

2. การร่วมรู้สึกโดยยึดตนเอง (Egocentric empathy) จากขวบปีที่ 2 ของเด็กจะอาสา ที่ช่วยอย่างกระตือรือร้นประเภทการช่วยเหลือที่ถูกอาสาเป็นสิ่งที่พวกเขาเองคงจะพบ ความปลอบใจและอยู่ในความรู้สึกที่ยังคงยึดตนเอง อย่างไรก็ตาม ในที่สุดเด็กก็จะตอบสนองด้วยความพยายามที่ร่วมรู้สึกอย่างเหมาะสม ด้วยความมั่นคงทางวัตถุและการปรากฏออกมาตามลำดับ ของความรู้สึกของผู้อื่นที่แตกต่างจากร่างกายตนเอง บางส่วนทางอารมณ์ของความร่วมรู้สึกเศร้า เสียใจอย่างกว้าง ๆ ซึ่งอาจจะเปลี่ยนไปยังการแยกภาพของตนเองและภาพของผู้อื่นที่แสดงออกมา ในตอนนี้เด็กอาจจะตระหนักรู้ว่าเป็นผู้อื่นและไม่ใช่ตนเองที่ตกอยู่ในความโศกเสียใจ แต่ภาวะ ภายใต้งังไม่รู้จักและอาจจะยอมรับว่าเป็นเหมือนกับตนเอง เด็กชายวัย 18 เดือนเรียกแม่ของ ตนเองเพื่อปลอบใจเพื่อนที่ร้องไห้ แม้ว่าแม่ของเพื่อนของเขาจะอยู่ด้วย พฤติกรรมที่มั่นใจว่าจะเกิด ความสับสนก็ไม่ใช่ยึดตนเองไปทั้งหมด เพราะว่ามันได้ชี้ให้เห็นว่าเด็กกำลังตอบสนองด้วย ความร่วมรู้สึกทางอารมณ์อย่างเหมาะสม

3. การร่วมรู้สึกเพื่อความรู้สึกของผู้อื่น (Empathy for another's feelings) ด้วยการเริ่มต้น ของการรับรู้บทบาท เด็กวัยประมาณ 2-3 ปี จะตระหนักว่าความรู้สึกของบุคคลอื่นอาจจะแตกต่าง จากตนเอง และจะขึ้นอยู่กับตัวพวกเขาเอง และการแปลความหมายของเหตุการณ์ ดังนั้นเขาจึงได้ รู้สึกถึงสัญญาณโดยนัยที่เกี่ยวกับว่าอะไรคือความรู้สึกที่แท้จริงของผู้อื่น นอกจากนี้ ภาษาที่ได้รับ เด็กมีความสามารถทางความรู้สึกด้วยขอบเขตอย่างกว้างของอารมณ์ที่ซับซ้อนอย่างเพิ่มขึ้น ความร่วมรู้สึกด้วยความเศร้าเสียใจของผู้ประสบเคราะห์ ในที่สุดเด็กอาจจะมีความสามารถใน ความร่วมรู้สึกไปกับความวิตกกังวลของผู้ประสบเคราะห์เกี่ยวกับการสูญเสียการมีคุณค่าในตนเอง ด้วย จากนั้นไปด้วยความปรารถนาไม่ใช่การช่วยเหลือ ในที่สุดเด็กสามารถได้รับแรงจูงใจร่วมรู้สึก

ด้วยข้อมูลเกี่ยวกับความเศร้าของผู้อื่น แม้นกระทั่งในกรณีที่ไม่มีคนนั้น สิ่งนี้นำไปสู่การก้าวหน้าในลำดับต่อไป

#### 4. การร่วมรู้สึกเพื่อเงื่อนไขชีวิตของผู้อื่น (Empathy for another's life condition)

โดยวัยเด็กตอนปลาย เนื่องจากแนวคิดที่แสดงออกมาของตนเองและผู้อื่นอย่างเช่น บุคคลอย่างต่อเนื่องด้วยการแบ่งแยกประวัติศาสตร์และเอกลักษณ์ เขาตระหนักว่าผู้อื่นรู้สึกพอใจ และเจ็บปวด ไม่เพียงในสถานการณ์ปัจจุบันทันด่วน แต่จากประสบการณ์มากมายในชีวิตของพวกเขาเช่นกัน ดังนั้นแม้ว่าเขายังคงตอบสนองอย่างร่วมรู้สึกต่อความเศร้าเสียใจที่กำลังเกิดขึ้นของผู้อื่น แต่การตอบสนองอย่างร่วมรู้สึกของเขาอาจจะเพิ่มความเข้มข้น เมื่อเขาสำนึกได้ว่าความเศร้าของผู้อื่นไม่ใช่เรื่องชั่วคราว แต่เรื่องที่ยั่งยืน ดังนั้น อารมณ์ที่เป็นแรงจูงใจร่วมรู้สึกของเขาที่ร่วมกันด้วยการแสดงทางจิตใจของระดับทั่วไปของความเศร้า หรือภาวะที่ถูกลดตอน ขณะที่เขาได้รับความสามารถที่จะสร้างแนวคิดทางสังคม ความเศร้าอย่างร่วมรู้สึกของตนเองอาจจะถูกรวมด้วยการแสดงออกทางจิตใจของสภาพเลวร้ายของกลุ่มทั้งหมด หรือ ระดับชั้นของบุคคล (เช่น ความจน, การกดขี่, บุคคลที่สังคมไม่ยอมรับ, คนที่พัฒนาการทางปัญญาช้า) ระดับการร่วมรู้สึกระดับนี้สามารถจัดพื้นฐานแรงจูงใจ โดยเฉพาะในวัยรุ่น สำหรับการพัฒนาของจริยธรรมบางอย่าง และแนวคิดอันเป็นรากฐานทางการเมืองซึ่งเป็นศูนย์กลางแห่งความบรรเทาของความเลวร้ายของกลุ่มผู้โชคร้าย (Hoffman, 2000)

เพ็ญพิไล ฤทธาคนานนท์ (2538 อ้างถึงใน ประภาพร แซ่เตียว, 2541, หน้า 13-14) จากการพัฒนาการรับรู้ความรู้สึกดังกล่าว Hoffman ได้อธิบายจากรูปแบบของการกระตุ้นอารมณ์รับรู้ความรู้สึก (Mode of empathic affect arousal) อันได้แก่ รูปแบบที่ 1-5 โดยที่รูปแบบที่ 1-3 นั้นเป็นไปโดยอัตโนมัติ ส่วนรูปแบบที่ 4-5 นั้น เป็นการผ่านขั้นการคิดที่สูงขึ้น รูปแบบของการกระตุ้นอารมณ์รับรู้ความรู้สึกมีดังนี้

รูปแบบที่ 1 เรียกว่า Primary circular reaction เป็นปฏิกิริยาการตอบสนองหรือปฏิกิริยาเบื้องต้น เช่น เด็กทารกร้องไห้เมื่อได้ยินเสียงร้องไห้ของคนอื่น

รูปแบบที่ 2 เรียกว่า Mimicry เป็นปฏิกิริยาการตอบสนองที่คล้ายกับการล้อเลียนหรือลอกเลียนโดยอัตโนมัติ ซึ่งจะสะท้อนตอบถ้าเพียงแต่มีเหตุชี้้นำแสดงให้เห็น เช่น ใบหน้า เสียยหรือท่าทางจากใครก็ตามที่แสดงความรู้สึกนั้น

รูปแบบที่ 3 เรียกว่า Conditioning and direction association เป็นปฏิกิริยาการตอบสนองต่อสภาพที่สัมพันธ์กัน โดยตรงอันเป็นสถานการณ์ชี้้นำแม้ว่าจะไม่มีการปรากฏตัวของบุคคลก็ตาม

รูปแบบที่ 4 เรียกว่า Language-mediated association เป็นปฏิกิริยาการรับรู้ความรู้สึกที่ตอบสนองต่อข้อมูล เกี่ยวกับใครก็ตาม แม้ว่าจะไม่ปรากฏตัวของบุคคลเลย

รูปแบบที่ 5 เรียกว่า Putting self in other's place เป็นปฏิบัติการการรับรู้ความรู้สึกที่เกิดการนำตนเองไปอยู่สถานะของบุคคลได้ หรืออาจจะเรียกว่า เอาใจเขามาใส่ใจเราได้ ทั้งนี้มี 2 ลักษณะ คือ ลักษณะจินตนาการว่าถ้าตนอยู่ในสภาวะการณ์ของใครคนหนึ่งคนจะรู้สึกอย่างไร (Self focused) ลักษณะการคิดว่าเมื่อคนคนนั้นต้องตกอยู่ในสภาพเช่นนั้นเขาจะรู้สึกอย่างไร (Other-focused)

จากรูปแบบของการกระตุ้นอารมณ์รับรู้ความรู้สึกดังกล่าวรูปแบบ 1-3 นั้น เป็นปฏิบัติการที่เด็กก่อนใช้ภาษา (Preverbal childhood) จะแสดงอารมณ์รับรู้ความรู้สึกในลักษณะนี้ ซึ่งเมื่อเติบโตขึ้น ก็ยังคงมีปฏิริยานี้ได้ และเมื่ออายุมากขึ้นรูปแบบที่ 4-5 จึงจะปรากฏขึ้นได้เนื่องจากต้องอาศัยกระบวนการคิดที่สูงขึ้น อย่างไรก็ตาม รูปแบบของการกระตุ้นอารมณ์รับรู้ความรู้สึกดังกล่าวอาจจะเกิดขึ้นแบบเดียวหรือเกิดร่วมกันได้

#### การพัฒนาการร่วมรู้สึกในเด็ก (Development of empathy in children)

McDonald and Messinger (2011, pp. 2-3) นักทฤษฎีได้นำเสนอว่าเด็กเล็ก ๆ ยังให้ความสำคัญแก่ตนเองเป็นหลัก หรืออีกอย่างหนึ่งก็คือยังไม่สามารถมีประสบการณ์ความเข้าใจผู้อื่นได้ (Freud, 1958; Piaget, 1965 อ้างถึงใน อุดม เพชรสังหาร, 2556) อย่างไรก็ตามการศึกษาจำนวนมากมีหลักฐานแสดงให้เห็นว่าอันที่จริงแล้วเด็กที่เล็กมาก ๆ ก็สามารถแสดงความหลากหลายของความเข้าใจผู้อื่นก่อนข้างชำนาญ ที่สัมพันธ์กับพฤติกรรม (Zahn-Waxler et al., 1979; Zahn-Waxler et al 1992a; Zanh-Waxler et al. 1992) การวัดโครงสร้าง เช่น ความร่วมรู้สึกในเด็กเล็กมาก (Empathy in very young children) เกี่ยวข้องกับความท้าทายพิเศษ เพราะข้อจำกัดการแสดงออกทางภาษาของพวกเขา แม้กระนั้นเด็กเล็ก ๆ แสดงในโอกาสพิเศษที่วัดโครงสร้าง เช่น พฤติกรรมความร่วมมือรู้สึกด้วยข้อขัดขวางเล็กน้อยจากความคิดรวบยอด เช่น ความต้องการทางสังคมหรือความสงสัย เช่นกัน วิธีการตามปกติอย่างหนึ่งของการวัดความร่วมมือรู้สึก และสิ่งที่แสดงให้เห็นในเด็กเล็ก ๆ คือการทดสอบ การตอบสนองต่อความทุกข์ของคนอื่น พวกเราได้อภิปรายขั้นตอนทั่ว ๆ ไป ของความร่วมมือรู้สึก (Empathy) โดยเริ่มด้วยการตอบสนองต่อความทุกข์ต่อผู้อื่นในเด็กแรกเกิดและเด็กทารก ความเอาใจใส่อย่างความร่วมมือรู้สึก (Empathic concern) และพฤติกรรมช่วยเหลือในวัยเตาะแตะ การได้รับความร่วมรู้สึกด้านรู้คิด (Cognitive empathy) ในวัยก่อนโรงเรียน และที่สุดความมั่นคงของความร่วมมือรู้สึกอย่างเป็นทางการในวัยผู้ใหญ่ตอนต้น

### พัฒนาการของสัมพัทธ์ทางความรู้คิดเกี่ยวกับบุคคลอื่น (Development of a cognitive sense of others)

Hoffman (1981 cited in Eisenberg & Strayer, 1987, p. 51) ได้กล่าวโดยถึงพัฒนาการของสัมพัทธ์ทางความรู้คิดเกี่ยวกับบุคคลอื่น และได้แบ่งพัฒนาการของสัมพัทธ์ทางปัญญาเกี่ยวกับบุคคลอื่นเป็น 4 ดังนี้

1. การหลอมรวมตนเองกับผู้อื่น (Self-other fusion) ในช่วงขวบปีแรก เด็กอาจจะมีประสบการณ์ที่ไม่สามารถแยกตนเองกับผู้อื่น
2. ความถาวรของสิ่งรอบตัว (Object permanence) ช่วงปลายขวบปีแรก พวกเขาเข้าถึงความถาวรส่วนบุคคล และตระหนักถึงบุคคลอื่นในฐานะที่เอกลักษณ์ที่แตกต่างจากตนเอง
3. ความสามารถในการเข้าใจทัศนะของผู้อื่น (Perspective taking) ขวบปีที่ 2 พวกเขาสามารถรับรู้ความรู้สัมพัทธ์ขั้นพื้นฐานของบุคคลอื่น ไม่เพียงแต่ความแตกต่างทางร่างกาย แต่รวมไปถึงสภาวะภายใน ความเป็นอิสระในตนเอง นี่เป็นขั้นตอนเบื้องต้นในการเข้าใจทัศนะของผู้อื่น (Role taking) และพัฒนาเพิ่มขึ้น พวกเขาสามารถสังเกตเห็นสภาวะภายในของบุคคลอื่นในสถานการณ์ที่ซับซ้อนมากขึ้น
4. เอกลักษณ์ส่วนบุคคล (Personal identity) วัยเด็กตอนปลาย หรือ วัยรุ่นตอนต้น พวกเขาสามารถตระหนักถึงผู้อื่นในเรื่องของเอกลักษณ์ส่วนบุคคล และประสบการณ์ชีวิตนอกเหนือจากสถานการณ์ในปัจจุบัน

### ความร่วมมือรู้สึกกับความเอื้ออาทรผู้อื่น (Empathy and altruism)

Batson (2011 อ้างถึงใน นพมาศ อึ้งพระ ชีรเวทิน, 2553, หน้า 180) เสนอว่า ความอยากช่วยของเราขึ้นอยู่กับความเห็นแก่ตัว และความเห็นแก่ผู้อื่น การทุกข์เมื่อคนอื่นมีความทุกข์ทำให้เราอยากคลายทุกข์ด้วยวิธีหนีจากสภาพที่ทำให้ทุกข์หรือเข้าช่วยเหลือ โดยเฉพาะอย่างยิ่งถ้าเราผูกพันกับเขา เราจะเห็นใจเขา (Empathy) นอกจากนี้เรายังมีความเห็นใจ (Empathy) คนที่เรามีเอกลักษณ์ร่วมเมื่อเรามีความเห็นใจ (Empathy) เราไม่ค่อยมุ่งที่ความทุกข์ของตัวเอง แต่เรามุ่งที่คนกำลังทุกข์ ความสงสารและความเห็นใจจริงๆ ทำให้เราช่วยเขาทำเพื่อเขาจริงๆ ความเห็นใจ (Empathy) เกิดขึ้นโดยธรรมชาติ แม้เด็กอายุวันเดียวจะร้องไห้มากขึ้น เมื่อเด็กอีกคนร้อง (Hoffman, 1981 cited in Eisenberg & Strayer, 1990, p. 51) ดูเหมือนว่าเราจะเกิดมาพร้อมที่มีศักยภาพที่จะเห็นใจผู้อื่น (Delamater & Myers, 2007, p. 276) หลายครั้งคนเราเกิดปฏิบัติยาต่อความเศร้าของคนอื่นในระดับอารมณ์และตอบสนองด้วยการช่วยเหลือ ในความหมายของความร่วมมือรู้สึก (Empathy) ได้กล่าวถึงประสบการณ์ที่มีความรู้สึกแทนกัน

ของอารมณ์ซึ่งมีความสอดคล้องกับ หรือมีความเป็นไปได้ที่รู้สึกแบบเดียวกันกับอารมณ์ความรู้สึกที่บุคคลอื่นกำลังรู้สึกอยู่ (Barnett, 1987; Eisenberg & Miller, 1987)

ความร่วมมือรู้สึก (Empathy) จะเพิ่มขึ้นโดยอาศัยปัจจัยที่มีสถานการณ์ซึ่งมีความหลากหลาย มีความเชื่อว่า ถ้าผู้ประสบเคราะห์เป็นชาติเดียวกัน เพศเดียวกัน มีบุคลิกภาพ หรือทัศนคติที่คล้ายกันตนเอง ก็จะยิ่งส่งเสริมให้เกิดความร่วมมือรู้สึก (Empathy) มากขึ้น ในงานวิจัยฉบับหนึ่ง ได้ให้นักเรียนสังเกตเพื่อนนักเรียนที่ได้รับการกระทบกระเทือนที่เจ็บปวด เมื่อเขาเล่นเกมพนันรูเลตต์ (Roulette) นักเรียนเหล่านั้นได้กล่าวว่าผู้ที่เสียพนันนั้น มีบุคลิกภาพคล้ายกับพวกเขา สิ่งเหล่านั้นได้กระตุ้นพวกเขาให้บริจาคเงินเพื่อช่วยเหลือแก่ผู้ที่แพ้พนันคนดังกล่าว (Krebs, 1975) ความร่วมมือรู้สึก (Empathy) สามารถเพิ่มมากขึ้นด้วยบรรทัดฐานสถานการณ์ (Situational norm) หรือ บทบาทที่ถูกคาดหวัง (Role expectations) ซึ่งกระตุ้นให้เกิดการรับรู้และเข้าใจทัศนคติของผู้อื่น (Role taking) อย่างชัดเจน (Shott, 1979) เมื่อผู้สังเกตการณ์พยายามจินตนาการถึงความรู้สึกและปฏิกิริยาของผู้อื่นอย่างกระตือรือร้นทำให้ความร่วมมือรู้สึก (Empathy) และพฤติกรรมความช่วยเหลือเพิ่มขึ้น มีหลักฐานที่สำคัญที่ได้กล่าวถึงความรู้สึกของความร่วมมือรู้สึก (Empathy) สำหรับบุคคลที่นำไปสู่พฤติกรรมความช่วยเหลือ งานวิจัยจำนวนมากแสดงให้เห็นว่าความร่วมมือรู้สึก (Empathy) นำไปสู่การให้ความช่วยเหลือ (Batson, Duncan, Ackerman, Buckley & Miller, 1987; Fultz, Batson, Fortenbach, McCarthy & Varney, 1986)

สรุปแล้วเมื่อบุคคลได้สามารถหยั่งรู้และเข้าใจถึงความรู้สึก และอารมณ์เศร้าเสียใจ หรือความทุกข์ร้อนของผู้อื่น หรือได้มีส่วนร่วมในการร่วมรู้สึก (Empathy) กับผู้อื่นอย่างจริงแท้แล้ว บุคคลนั้นจะมีความต้องการที่จะช่วยเหลือผู้ที่ได้รับความทุกข์เหล่านั้น ทั้งนี้เพราะความร่วมมือรู้สึก (Empathy) เป็นแรงจูงใจที่ช่วยให้เกิดพฤติกรรมความช่วยเหลือนั่นเอง

**ความร่วมมือรู้สึกกับเพศ (Empathy and gender) และความร่วมมือรู้สึกกับอายุ (Empathy and age)**

#### **การร่วมรู้สึกกับเพศ (Empathy and Gender)**

Lennon and Eisenberg (1987 cited in Eisenberg & Strayer, 1987, pp. 195-197) งานวิจัยหลายฉบับที่เกี่ยวข้องกับความแตกต่างทางเพศในความร่วมมือรู้สึกต่างมีข้อคิดเห็นว่า เพศหญิงมีความร่วมมือรู้สึกมากกว่าเพศชาย ทัศนคติโดยทั่วไปดังกล่าวมีความสอดคล้องทั้งในทฤษฎีสังคมศาสตร์ และจิตวิทยา นักสังคมศาสตร์เชื่อว่ามีความแตกต่างในพฤติกรรมของเพศชายและเพศหญิง ทั้งนี้มาจากการแตกต่างกันในเรื่องของบทบาทตามจารีตประเพณีทางสังคม เพศชายถูกคาดหวังในเรื่องของภารกิจที่ค้ำคอปรครัวและสังคม ในขณะที่เพศหญิงถูกคาดหวังในเรื่องของความปรองดองภายในครอบครัว (Parson & Bales, 1955) ในการรับรู้ การแสดงความเอาใจใส่

และความร่วมรู้สึกจึงถูกมองว่าเป็นคุณลักษณะที่สำคัญในเพศหญิง เพราะสิ่งเหล่านี้ทำให้เพศหญิงสามารถปฏิบัติหน้าที่ได้สำเร็จ ในทางกลับกัน คุณลักษณะที่กล่าวส่งเสริมต่อความมุ่งหมายของเพศชายน้อย ดังนั้นคุณลักษณะเหล่านี้จึงไม่ถูกคาดหวังในเพศชาย

แนวคิดทางจิตวิทยาก็ให้มุมมองในเรื่องความแตกต่างระหว่างในความร่วมรู้สึก เช่นกัน Freud (1950) ยืนยันว่าเพราะเพศหญิงไม่มีความกลัวในเรื่องการสูญเสียอวัยวะเพศ (Castration) เพศหญิงไม่แก้ปมอีดีปัส (Oedipus complex) เช่น เพศชาย และการพัฒนาซูปเปอร์อีโก้ที่อ่อนกว่า ดังนั้นเพศหญิงจึงสามารถตอบสนองอารมณ์ขั้นพื้นฐานได้ดีกว่าเพศชาย โดยเฉพาะอย่างยิ่ง เพศหญิงถูกมองว่ามีความกังวลต่อโลกภายในตนเองมากกว่าโลกภายนอกมากกว่าเพศชาย (Deutsch, 1944; Erikson, 1979 อ้างถึงใน อุดม เพชรสังหาร, 2556)

นอกจากนี้ยังมีข้อมูลเชิงประจักษ์จำนวนหนึ่งที่สนับสนุนแนวความคิดที่ว่าเด็กผู้หญิงเข้าสังคมได้ดีกว่าเด็กผู้ชาย อย่างไรก็ตามข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับความแตกต่างระหว่างเพศกับความร่วมรู้สึกโดยตรงนั้นยังมีการศึกษาในเรื่องนี้ค่อนข้างน้อยอยู่ ในปี 1983 ได้มีการทบทวนงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความแตกต่างทางเพศกับความร่วมรู้สึก พบว่า ความแตกต่างทางเพศกับความร่วมรู้สึกขึ้นอยู่กับว่าเราดำเนินการความร่วมรู้สึกอย่างไร เช่น การวัดความร่วมรู้สึก จะพบว่ามีความแตกต่างทางเพศมาก แต่ถ้าเป็นการวัดความร่วมรู้สึกด้วยรูปภาพ หรือเรื่องราว ความแตกต่างทางเพศก็ลดน้อยลง และการวัดความร่วมรู้สึกด้วยการแสดงออกทางสีหน้า ท่าทางและการวัดทางกายภาพ พบว่า ไม่มีความแตกต่างทางเพศเลย ซึ่งสอดคล้องกับ Ruecket (2011 อ้างถึงใน อุดม เพชรสังหาร, 2556) ได้ศึกษาพบว่า ความแตกต่างทางเพศกับความร่วมรู้สึกนั้นขึ้นอยู่กับวิธีการวัดหรือเครื่องในการวัดความร่วมรู้สึก ตลอดความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่ร่วมรู้สึก และบุคคลที่ร่วมรู้สึกก็มีผลต่อความร่วมรู้สึกด้วยเช่นกัน เช่นเดียวกับ Cotton (1992) กล่าวว่าโดยทั่วไปเพศหญิงทุกช่วงอายุจะแสดงถึงระดับความร่วมรู้สึกโดยเฉพาะอารมณ์จากความร่วมรู้สึก (Affective empathy) มากกว่าเพศชาย (Barnett et al., 1980; Borden, Karr, & Colbert, 1988; Eisenberg-Berg & Mussen 1978; McDevit, Lennon, & Kopriva 1991; Mills & Grusec, 1989; Siegal 1985, et al) ขณะที่งานวิจัยอยู่ไม่มากที่เกี่ยวกับผลกระทบที่แตกต่างกันของพฤติกรรมการอบรมเลี้ยงดูเด็กและการฝึกความร่วมรู้สึกในเพศชายและเพศหญิง ในงานวิจัยของนักวิจัยบางคน (Eisenberg-Berg & Mussen 1978; Haynes & Avery 1979; Clark, 1984) ซึ่งให้เห็นว่าตัวแบบความร่วมรู้สึกและการฝึกความร่วมรู้สึกกับเพศ มีความเป็นไปได้ต่อการลดช่องว่างระดับการร่วมรู้สึกกับเพศระหว่างเพศชายและเพศหญิง



จากการศึกษาเอกสารที่เกี่ยวข้องกับความแตกต่างทางเพศกับความร่วมรู้สึก สรุปได้ว่า ความร่วมรู้สึกจะมีผลต่อความแตกต่างทางเพศนั้นมาจากหลายปัจจัย และปัจจัยที่สำคัญมาจาก เครื่องมือและวิธีการวัด ตลอดจนความสัมพันธ์ของบุคคลที่ร่วมรู้สึกและถูกร่วมรู้สึกก็มีผล ต่อการเพิ่มและลดความร่วมรู้สึกทั้งเพศหญิงและเพศชาย นอกจากนี้ยังพบว่า การฝึกให้บุคคลมี ความร่วมรู้สึกมีผลต่อการลดช่องว่างระดับความร่วมรู้สึกระหว่างเพศหญิงและเพศชายอีกด้วย

#### การร่วมรู้สึกกับอายุ (Empathy and Age)

งานวิจัย Cotton (1992) แสดงให้เห็นอย่างชัดเจนว่าผู้ใหญ่แสดงถึงระดับความร่วมรู้สึก (Empathy) และการตอบสนองสูงกว่าเด็ก และในเด็กอายุมากกว่าก็จะแสดงความร่วมรู้สึก (Empathy) และการส่งเสริมทางสังคมได้มากกว่าเด็กเล็ก (Ellis 1982; Hughes, Tingle, & Sawin 11981; Kalliopuska 1983; Ladd, Lange, & Stremmel 1983; McDevitt, Lennon, & Kopriva 1991; Underwood & Moore, 1982) เด็กที่มีอายุมากกว่า ก็จะสามรถตระหนักถึงสภาวะทางอารมณ์ ในผู้อื่นได้มากกว่า มีความสามารถที่จะสัมพันธ์ และแบ่งปันความรู้สึกกับผู้อื่นได้มากกว่าสามารถ ในการรู้สึกถึงความร่วมรู้สึกที่มีความหลากหลายในผู้อื่นได้มากกว่า และสามารถแสดงออกต่อ การตอบสนองแบบความร่วมรู้สึกในความมีใจกว้างต่อผู้อื่นได้มากกว่าเช่นกัน โดยความแตกต่าง ในระดับการพัฒนาในเด็กเล็กมาก ๆ ที่ได้สร้างลักษณะ โดยการมีส่วนร่วมมากขึ้นด้วยตนเอง สร้างให้เป็นรูปธรรมกับผู้อื่นบ่อย ๆ และ โน้มเอียงที่จะมีประสบการณ์ และการแสดงออก ในความร่วมรู้สึก (Empathy) เท่าที่เหมือนพวกเขาตามอายุ เชื้อชาติและเพศ Underwood and Moore (1982) ชี้ว่าการเข้าใจทัศนคติ (Role taking) สามารถเป็นพื้นฐานของระดับความร่วมรู้สึก หรือ พฤติกรรมส่งเสริมทางสังคมมากขึ้น ดังที่เห็นในเด็กโตเปรียบเทียบกับเด็กเล็ก: กลไกการพัฒนา ซึ่งถูกใช้บ่อยเพื่ออธิบายความสัมพันธ์ของอายุกับการเพิ่มขึ้นของพฤติกรรมความเอื้ออาทรต่อผู้อื่น (Altruism behavior) เป็นความสามารถที่เพิ่มขึ้นของเด็กที่ได้รับมุมมองจากคนอื่น แม้จะมี การพัฒนาที่แตกต่างกัน นักวิจัยก็พบว่า การฝึกความร่วมรู้สึก (Empathy training) ประกอบไปด้วย สิ่งง่าย ๆ เช่น เรียกชื่อความรู้สึกให้กับเด็กบ่อย โอกาส การชี้ไปที่เด็กซึ่งเขาหรือเธอมีพลังที่จะทำ ให้มีความสุขด้วยการแบ่งปัน ก็สามารถเพิ่มระดับคะแนนด้านความร่วมรู้สึกในเด็กเล็ก ๆ ได้แล้ว และทำให้เกิดพฤติกรรมส่งเสริมทางสังคม งานวิจัยพบว่า การฝึกความร่วมรู้สึก (Empathy training) เพิ่มความเข้าใจและพฤติกรรมด้านความร่วมรู้สึกในผู้ชายมากกว่าผู้หญิง พบว่า ความร่วมรู้สึก (Empathy) ในเด็กเล็กเพิ่มมากขึ้นกว่าเด็กโตตามกิจกรรมที่เพิ่มความร่วมรู้สึก (Iannotti 1978; Kalliopuska 1983) ในสองกรณีนี้คะแนนเริ่มต้นต่ำกว่าเมื่อวัดความร่วมรู้สึกและเปลี่ยนแปลง เพิ่มขึ้นหลังจากได้รับการฝึกความร่วมรู้สึก (Empathy training) หรือการสอน

จากการศึกษาเอกสาร สรุปได้ว่าระดับความรู้สึกรู้สึกมีทั้งในเด็กวัย และผู้ใหญ่ อย่างไรก็ตามความรู้สึกรู้สึกจะปรากฏชัดเจนเมื่อมีอายุเพิ่มขึ้น เด็กโตจะสามารถตระหนักถึงสภาวะทางอารมณ์ในผู้อื่นได้ดี มีความสามารถที่จะสัมพันธ์ และแบ่งปันความรู้สึกรู้สึกกับผู้อื่นได้มากกว่าสามารถในการรู้สึกรู้สึกถึงความร่วมรู้สึกที่มีความหลากหลายในผู้อื่นได้มากกว่า และสามารถแสดงออกต่อการตอบสนองแบบความรู้สึกรู้สึกในความมีใจกว้างต่อผู้อื่น ได้ดีกว่าเด็กที่เล็ก ๆ

#### ผลเสียจากการขาดการร่วมรู้สึก (Empathy) ในเด็กและวัยรุ่น

ความรู้สึกรู้สึก (Empathy) เป็นการที่บุคคลหนึ่งมีความสามารถที่เข้าใจ และรับรู้ต่อความรู้สึก หรือประสบการณ์ภายในของผู้อื่นอย่างที่เขาเป็น นักจิตวิทยาพร้อมสมัยหลายท่านต่างให้ความเห็นว่า ความร่วมรู้สึก (Empathy) มีความสัมพันธ์ต่อจริยธรรม (Moral) และพฤติกรรมสนับสนุนทางสังคม (Prosocial behavior) เช่น ความเอื้ออาทร การเสียสละ การแบ่งปัน การช่วยเหลือ หรือความมีน้ำใจ ขณะเดียวกันในงานวิจัยหลายฉบับก็ได้นำเสนอถึงผลเสียของการขาดลักษณะความรู้สึกรู้สึก (Empathy) ด้วยเช่นกัน จากศึกษาพบว่า เด็กและวัยรุ่นที่ขาดความรู้สึกรู้สึกมักจะแสดงออกทางพฤติกรรมต่อต้านสังคม (Antisocial) ก้าวร้าว (Aggression) อันธพาล (Bullying) หรืออาจนำไปสู่การกระทำผิดกฎหมายได้ ในการวิจัยที่ดีที่สุดในช่วงทศวรรษที่ 90 ซึ่งศึกษาถึงความสัมพันธ์ของความรู้สึกรู้สึก (Empathy) ต่อการกระทำผิด (Offending) ในกลุ่มตัวอย่างกลุ่มใหญ่ดังต่อไปนี้ ในออสเตรเลีย Mak (1991) พบว่า เพศหญิงที่กระทำผิดจะมีความร่วมรู้สึกต่ำ (Low empathy) กว่าเพศหญิงที่ไม่กระทำผิด แต่ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติในเพศชาย ในฟินแลนด์ Kannkiainen et.al. (1999) รายงานว่า ความร่วมรู้สึกด้านความรู้คิดและด้านอารมณ์ (Cognitive empathy และ Affective empathy ร่วมกัน) มีความสัมพันธ์เชิงลบกับความก้าวร้าว (วัดโดยเพื่อนวัยเดียวกัน) ในสเปน, Maria Luengo et al., (1994) ศึกษาและพบว่าความสัมพันธ์ของความรู้สึกรู้สึกทางความรู้คิดและอารมณ์แยกตัวจาก (การรายงานตนเอง) การกระทำผิด และพบว่าทั้งความรู้สึกรู้สึกและการกระทำผิดมีความสัมพันธ์เชิงลบ

ในการศึกษาวัยรุ่นชายอังกฤษจำนวน 720 คนอายุประมาณ 15 ปี พวกเขาพบว่า การร่วมรู้สึกทางอารมณ์ต่ำ (Low affective empathy) เกี่ยวข้องกับการรายงานตนเองผู้กระทำผิดและความรุนแรง ทั้งในเพศชายและเพศหญิง และในการบันทึกข้อความอย่างเป็นทางการสำหรับการกระทำผิด โดยเพศหญิง (Jolliffe และ Farrington, in press-b) ความร่วมรู้สึกทางความรู้คิดต่ำ (Low cognitive empathy) มีความสัมพันธ์กับการรายงานตนเองในการขโมยที่รุนแรง (เช่น การย่องเบา (Burglary) การขโมยรถ (Car theft) สำหรับเพศชาย ความร่วมรู้สึกทางอารมณ์และทางความรู้คิดต่ำมีความสัมพันธ์ต่อการชกต่อย (Fighting) การทำลายทรัพย์สินส่วนของรัฐ (Vandalism) สำหรับเพศชาย และการชิงทรัพย์ในเพศหญิง ดังนั้นความรู้สึกรู้สึกต่ำ (Low empathy)

อาจมีความสำคัญต่อปัจจัยเสี่ยงต่อการกระทำผิดกฎหมายได้ Ozkan Yasemin and Elif Gokcearslan (2009) ได้ศึกษาผลของระดับความร่วมมือรู้สึกต่อความเป็นอันธพาลในโรงเรียนและพบว่า เด็กที่แสดงออกถึงทักษะความร่วมมือรู้สึกต่ำ (Low empathic skill) ก็จะเผยให้เห็นถึงการมี ปัญหาทางสังคมและอารมณ์และจะถูกคนอื่นไม่ชอบ ผู้ที่ขาดทักษะทางความร่วมมือจะถูกปฏิเสธ โดยเพื่อน ๆ มีพฤติกรรมเสี่ยงต่อการหนีโรงเรียน และมีเรื่องพัวพันกับการทำอาชญากรรม เช่นเดียวกับ Zafirakis (2009) ได้ศึกษาการทดสอบ ความร่วมมือรู้สึกและความสามารถในการเข้าใจ ทักษะของผู้อื่น (Empathy and perspective taking) ระหว่างวัยผู้ใหญ่ตอนต้นผู้มีความเสี่ยงสูง และต่ำอย่างต่อเนื่องในพฤติกรรมต่อต้านสังคมและวัยผู้ใหญ่ตอนต้นผู้ไม่มีความเสี่ยงสูงและต่ำ อย่างต่อเนื่องในพฤติกรรมต่อต้านสังคม จากผู้เข้าร่วมจำนวน 138 คน อายุประมาณ 22-23 ปี โดยถูกการสัมภาษณ์ผ่าน โทรศัพท์ ผู้เข้าร่วมมาจากโครงการ The Australian temperament project (ATP) ซึ่งเป็นศึกษาระยะยาวในอนาคต เป็นการติดตามพฤติกรรมต่อต้านสังคม และการปรับตัว ทางจิตวิทยาสังคมจากวัยทารกจนถึงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น การทดสอบความแตกต่างของกลุ่มและเพศ พบว่า เยาวชนที่มีความเสี่ยงอย่างต่อเนื่องในพฤติกรรมต่อต้านสังคม (High risk persistently antisocial youth) มีระดับความร่วมมือรู้สึกทางอารมณ์ต่ำจากการวัดด้วย แบบวัด The interpersonal reactivity index (IRI) เมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มที่ไม่มีพฤติกรรมต่อต้านสังคม

จากงานวิจัยที่ได้ศึกษาเกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างความร่วมมือรู้สึก (Empathy) กับ ความก้าวร้าว พฤติกรรมต่อต้านสังคม พฤติกรรมอันธพาล หรือการกระทำผิดต่าง ๆ สามารถสรุป ได้ว่า หากเด็กและเยาวชนมีระดับความร่วมมือรู้สึกต่ำ (Empathy) จะส่งผลให้เด็กและเยาวชนเหล่านั้น มีความเสี่ยงต่อการมีพฤติกรรมต่อต้านสังคมและการกระทำผิดได้

#### การประเมินการร่วมมือรู้สึก (Empathy)

ความพยายามที่จะวัดความร่วมมือรู้สึกด้วยการใช้เครื่องมืออย่างกว้างขวางและหลากหลาย เช่น The Rorschach Test (Allen, 1972; Bachrach, 1968; Pruitt & Spika, 1964; Symonds & Dudek, 1956) The TAT, (Dymond, 1949, 1950), The role construct repertory test (Cartwright & Lerner, 1963), เครื่องวัดได้มาจากการทดสอบมาตรฐาน เช่น The MMPI และ CPI (Haan, 1965; Hogan, 1969), ระดับคะแนน (Bachrach, Luborsky & Mechanick, 1974; Barrett-Lennard, 1962, 1972; Truax, 1961) และการตอบแบบปรนัยไปยังการสัมภาษณ์ทางวิดีโอเทป (Cambell, Kagan, & Krathwohl, 1971; Danish & Kagan, 1971) การพยายามที่สร้างความสัมพันธ์ในการรับรู้และความเข้าใจต่อความร่วมมือรู้สึกกับการวัดทางกายภาพ (Gellen, 1970; Stotland, 1969; Vanderpool & Barratt, 1970) เทคนิคการวัดที่ใช้ในการศึกษาความร่วมมือรู้สึกกับเด็กบ่อยครั้งที่เกี่ยวข้องกับ

การนำเสนอรูปภาพหรือเรื่องราวต่าง ๆ ซึ่งให้เด็กได้ถูกถามและตอบด้วยการเล่าเรื่องเกี่ยวกับพวกเขาเอง หรือบุคคลที่ได้พรรณาหรืออธิบาย (Lannotti, 1975)

การสร้างเชื่อมั่นและความน่าเชื่อถือของแบบวัดความรู้สึกร่วมกันเป็นเรื่องที่ยากในทัศนคติของปัญหามากมายในการมีส่วนร่วมทั้งขอบเขตการดำเนินการ การให้นิยามและความเป็นอิสระและเงื่อนไขที่ไม่ได้ทดลองก่อนราว ๆ ปี 1960 ไม่มีแบบวัดที่มีความเชื่อมั่นและน่าเชื่อถือได้ (Buchheimer, 1963) ในต้นทศวรรษที่ 1960 The Trux (1961) และ Barrett-lennard (1962) มาตรฐานวัดความรู้สึกร่วมกันได้ปรากฏขึ้นด้วยการทำวิจัยและการบำบัดแบบยึดผู้รับการบำบัดเป็นศูนย์กลาง (Client-centered therapy) สิบห้าปีหลังจากนั้นการวัดความรู้สึกร่วมกันจำนวนมากก็ได้รับการพัฒนา Zytowski and Betz (1972) ประกอบได้ด้วยแบบวัดที่ในในงานวิจัยจิตวิทยาการปรึกษา ตั้งแต่ปี 1961 โดยออกแบบมาตรฐานวัดเป็นเจ็ดระดับอย่างเป็นพิเศษ หลายมาตรฐานวัดยังได้รับการพัฒนาหลังจากนั้นสิบสองฉบับในจำนวนเหล่านี้เป็นของ มาตรฐานวัดความรู้สึกร่วมกันของ Hogan (Grief & Hogan, 1973; Hogan, 1969) และ The affective sensitivity scale (Campbell & et al., 1971; Chapman, 1971; Danish & Kagan, 1971; Chapman, 1973) ได้รับการพิจารณาว่าเป็นงานวิจัยที่มีความเชื่อมั่น

The Hogan Scale เป็นแบบวัดการรายงานตนเองที่มีหัวข้อหลักมาจาก The MMPI และ CPI รายการบุคลิกภาพที่แยกประเด็นคะแนนสูงและต่ำของความรู้สึกร่วมกัน The affective sensitivity scale ถูกออกแบบมาเพื่อวัดความสามารถในการร่วมรู้สึกร่วมกันเพื่อการสืบหาและอธิบายสภาวะทางอารมณ์ของผู้อื่นซึ่งเป็นการทดสอบสถานการณ์แบบวิดีโอเทปซึ่งมี 41 ฉากจากการปรึกษาอย่างแท้จริง ซึ่งมีการนำเสนอและตอบคำถามด้วยคำตอบแบบปรนัย นอกจากนี้ในปี 1984 (Hakansson, 2003, p. 15) Davis ได้พัฒนา The interpersonal reactivity index (IRI) ซึ่งเป็นแบบการวัดแบบส่วนความแตกต่างบุคคลในการวัดความรู้สึกร่วมกัน

สรุปได้ว่ามีการใช้เครื่องมือการวัดความรู้สึกร่วมกัน (Empathy) อย่างกว้าง ทั้งมาจากการทดสอบมาตรฐาน เช่น The MMPI และ CPI (Haan, 1965; Hogan, 1969) และในปี 1984 Davis ได้พัฒนาแบบวัด The interpersonal reactivity index (IRI) เพื่อวัดความแตกต่างระหว่างบุคคลในการวัดความรู้สึกร่วมกัน นอกจากนี้ยังมีแบบวัดการถาม-ตอบแบบปรนัย และการสัมภาษณ์ทางวิดีโอเทป แต่สำหรับในเด็กจะใช้แบบวัดในรูปแบบของรูปภาพ หรือเรื่องราวต่าง ๆ ให้เด็กได้ตอบ หรือเล่าเรื่องราวของพวกเขาเอง

### ความหมาย และความสำคัญของการปรึกษากลุ่ม

การปรึกษากลุ่มหรือที่ตรงกับคำว่า “Group counseling” ในภาษาอังกฤษนั้นในประเทศไทยได้แปลคำนี้แตกต่างกันออกไป เช่น การให้คำปรึกษากลุ่ม การให้บริการปรึกษากลุ่ม

และการปรึกษากลุ่ม เป็นต้น การปรึกษากลุ่มเป็นกระบวนการที่ผู้ให้การปรึกษาให้ความช่วยเหลือแก่ผู้รับการปรึกษา โดยสร้างสัมพันธ์ภาพระหว่างกัน ทั้งนี้เพื่อช่วยให้ผู้รับการปรึกษาสามารถแก้ไขและตัดสินใจต่อปัญหาที่เกิดขึ้นเพื่อนำไปสู่การพัฒนาตนเอง อย่างเต็มความสามารถ การปรึกษาดังที่มิ้นกวีวิชาการหลายท่านได้ให้ความหมาย ดังนี้

อาภา จันทรสกุล (2549, หน้า 247-248) ได้กล่าวว่า การให้บริการปรึกษาแก่ผู้รับการปรึกษาดังแต่สองคนขึ้นไปในเวลาเดียวกันโดยทั่ว ๆ ไป การให้บริการปรึกษากลับเป็นกลุ่มจะมีสมาชิกประมาณ 6-12 คน ผู้รับบริการในลักษณะกลุ่ม นอกจากจะมีปฏิสัมพันธ์เชิงจิตวิทยากับผู้ให้บริการปรึกษาแล้วจะต้องมีปฏิสัมพันธ์กับสมาชิกกลุ่มด้วย ฉะนั้นจึงเป็นทั้งผู้รับความช่วยเหลือและยังเป็นผู้ให้ความช่วยเหลือกลุ่มในแง่มุมต่าง ๆ กัน การให้บริการปรึกษากลุ่ม โดยทั่ว ๆ ไป มีจุดเน้นที่การป้องกันปัญหา และการพัฒนาตนเองให้เต็มขีดความสามารถมากกว่าการบำบัดแก้ไข และเน้นที่การแลกเปลี่ยนเปิดเผยถึงความรู้สึกต่อประสบการณ์ มากกว่าการใช้สติปัญญาค้นหาเหตุผล เน้นการรับฟังซึ่งกันและกันมากกว่าการชี้แนะสั่งสอน

กาญจนา ไชยพันธุ์ (2549, หน้า 1) ได้กล่าวว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม หมายถึง กระบวนการที่ผู้ให้คำปรึกษาจัดขึ้นเพื่อให้ความช่วยเหลือแก่ผู้รับคำปรึกษาที่มีปัญหาคล้ายคลึงกัน หรือความต้องการเหมือนกัน โดยให้บริการปรึกษาดังแต่ 4-8 คนขึ้นไป ซึ่งมุ่งให้ผู้รับการปรึกษาได้ปรับปรุงตนเองโดยผู้ให้คำปรึกษาจะคอยเอื้ออำนวยให้ผู้รับการปรึกษาได้มีโอกาสสำรวจตนเอง แสดงความรู้สึกและความคิดเห็น กล่าวเผชิญความจริง ยอมรับฟัง ความคิดเห็นผู้อื่นภายใต้บรรยากาศที่อบอุ่น จริงใจ การยอมรับ ความไว้วางใจ และความเข้าใจซึ่งกันและกัน

อนงค์ วิเศษสุวรรณ (2554, หน้า 2) ได้กล่าวว่า การบริการด้านการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อการป้องกันและบำบัดปัญหาสุขภาพจิตที่จัดบริการในสถาบันต่าง ๆ เช่น สถาบันการศึกษา สถานพยาบาล สาธารณสุข ตลอดจนการสังคมสงเคราะห์ จะมีบริการเป็นสองลักษณะ คือ การปรึกษารายบุคคล และการปรึกษากลุ่ม การปรึกษารายบุคคลมีข้อดีที่มีความเป็นส่วนตัว แต่ผู้ให้การปรึกษามีไม่เพียงพอต่อความต้องการ อีกทั้งการบริการสำหรับผู้รับบริการแต่ละราย ต้องใช้เวลาพบผู้ให้การปรึกษาหลายครั้ง ดังนั้น เพื่อลดข้อจำกัดเหล่านี้ การปรึกษากลุ่มจึงเป็นที่นิยมมากขึ้นในสังคมปัจจุบัน

Corey (2008, p. 28) ได้กล่าวว่า การปรึกษากลุ่มมีจุดมุ่งหมายเพื่อป้องกันและบำบัด โดยทั่ว ๆ ไปการปรึกษากลุ่มเน้นเป็นพิเศษในด้านการศึกษา อาชีพ สังคม หรือเรื่องส่วนบุคคล การปรึกษาเน้นไปที่การสื่อสารระหว่างบุคคลในเรื่องความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมภายใต้กรอบเวลา ที่นี้ และขณะนี้ (Here and Now) บ่อยครั้งการปรึกษากลุ่มมักพบปัญหาการปรับตัวของสมาชิก และการกำหนดบริบทและจุดมุ่งหมายอย่างกว้างของสมาชิกกลุ่ม โดยทั่ว ๆ ไปสมาชิกกลุ่ม

ไม่ต้องการฟื้นฟูบุคลิกภาพอย่างกว้าง ๆ และปกติความกังวลของสมาชิกกลุ่มมักเกี่ยวข้องกับภาระต่าง ๆ ในชีวิตของพวกเขา การปรึกษากลุ่มคอยช่วยให้พวกเขาสามารถปรับตัวซึ่งเน้นไปที่การค้นหาศักยภาพภายในตนเอง สมาชิกกลุ่มอาจจะต้องเผชิญกับสถานการณ์ที่วิกฤต และความขัดแย้งชั่วคราวความพยายามต่อปัญหาส่วนบุคคลและระหว่างบุคคล การประสบปัญหากับการเปลี่ยนแปลงชีวิต หรือความพยายามที่จะเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนเอง กลุ่มจะแสดงถึงความเห็นอกเห็นใจ ร่วมรู้สึก และช่วยเหลือซึ่งกันและกันเพื่อให้เกิดบรรยากาศแห่งความไว้วางใจ ซึ่งจะนำไปสู่การแบ่งปันและเปิดเผยเรื่องราวและปัญหาต่าง ๆ ร่วมกัน

จากศึกษาความหมายของการให้การปรึกษากลุ่ม สรุปได้ว่า การปรึกษากลุ่มเป็นกระบวนการที่ผู้ให้การปรึกษาจัดขึ้น เพื่อให้ความช่วยเหลือแก่ผู้รับการปรึกษาที่มีปัญหาที่คล้ายกัน การปรึกษากลุ่มเน้นที่การป้องกันปัญหา การปรึกษากลุ่มโดยทั่วไปจะมีจำนวนสมาชิกตั้งแต่ 4 -12 คน และผู้ให้การปรึกษากลุ่มจะทำหน้าที่เป็นผู้ให้การช่วยเหลือ และสนับสนุนสมาชิกกลุ่มแต่ละคนให้มีปฏิสัมพันธ์ทั้งต่อสมาชิกกันเองและผู้ให้การปรึกษา ทั้งนี้เพื่อช่วยให้สมาชิกกลุ่มได้มีโอกาสสำรวจตนเอง กล่าวแสดงความคิดเห็น กล่าวเปิดเผยความรู้สึก และยินดีรับฟังผู้อื่นอย่างจริงใจ เพื่อนำไปสู่การแลกเปลี่ยน และแบ่งปันประสบการณ์ระหว่างสมาชิกในกลุ่ม ซึ่งช่วยให้สมาชิกได้เรียนรู้ เปลี่ยนแปลง และพัฒนาตนเองอย่างเต็มศักยภาพภายใต้บรรยากาศที่อบอุ่น ยอมรับ ไว้วางใจ และเข้าใจซึ่งกันและกัน

#### จุดมุ่งหมายการปรึกษากลุ่ม

การปรึกษากลุ่มเป็นกระบวนการที่เน้นการป้องกันปัญหา และเปิดโอกาสให้ผู้รับการปรึกษาได้มีโอกาสได้สำรวจตนเอง เพื่อนำไปสู่การพัฒนาตนเองเต็มศักยภาพภายใต้บรรยากาศที่อบอุ่น ยอมรับ ไว้วางใจ และเข้าใจซึ่งกันและกัน จากการศึกษาเอกสารเกี่ยวกับจุดมุ่งหมายของการปรึกษากลุ่ม มีนักวิจัยหลายได้กล่าวไว้อย่างน่าสนใจ ดังนี้

Dink, Meyer, and Muro (1971 อ้างถึงใน กาญจนา ไชยพันธุ์, 2549 ข, หน้า 5) ได้กล่าวถึงจุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มไว้ว่าเป็นการช่วยให้สมาชิกแต่ละคนรับรู้และเข้าใจตนเองอย่างมีกระบวนการ การเข้าใจตนเองของสมาชิกเป็นการเพิ่มการยอมรับตนเอง และรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่าทั้งยังพัฒนาทักษะความสามารถทางสังคมระหว่างบุคคล เป็นการพัฒนาเพิ่มความสามารถในการควบคุมตนเอง (Self-regulation) การแก้ปัญหาการตัดสินใจ

Kelman (1963 อ้างถึงใน รัตนา มาแป้น, 2549, หน้า 257) กล่าวถึงจุดมุ่งหมายของการให้การปรึกษากลุ่ม ดังนี้

1. ทำให้บุคคลไม่รู้สึกโดดเดี่ยว
2. ทำให้บุคคลรู้จักตนเองและยอมรับตนเอง

3. ช่วยให้บุคคลรู้จักปรับตัวและพัฒนาตนเอง
4. ทำให้ตัวของตัวเองและกล้าแสดงความรู้สึกที่แท้จริง
5. ทำให้เกิดความรับผิดชอบในตนเองและแก้ปัญหาของตนเอง
6. เป็นการฝึกทักษะในการสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น
7. ช่วยให้บุคคลเปลี่ยนเจตคติและพฤติกรรม
8. นำทักษะและแนวคิดที่ได้จากกลุ่มไปปรับปรุงตนเองในชีวิตประจำวัน

Corey (2008, p. 29) กล่าวถึงจุดมุ่งหมายของการปรึกษากลุ่ม ดังนี้

1. เพิ่มความตระหนักรู้ และการรู้จักตนเองเพื่อพัฒนาความรู้ของเอกลักษณ์เฉพาะของบุคคล
    2. เพื่อการยอมรับความต้องการทั่วไปของสมาชิก ปัญหาต่าง ๆ และพัฒนาความสัมพันธ์กับผู้อื่น
      3. ช่วยให้สมาชิกได้เรียนรู้ที่จะสร้างความหมาย และความสนิทสนมกับผู้อื่น
      4. ช่วยให้สมาชิกในการค้นหาแหล่งข้อมูลภายในครอบครัวที่ขยายและชุมชนที่ยังกังวลอยู่
        5. เพิ่มการยอมรับตนเอง ความมั่นใจในตนเอง การเคารพในตนเอง และเกิดมุมมองใหม่ต่อตนเองและผู้อื่น
          6. เรียนรู้วิธีการที่เปิดเผยอารมณ์ที่ดี
          7. พัฒนาความห่วงใย เห็นใจต่อความจำเป็น และความรู้สึกของผู้อื่น
          8. ค้นพบทางเลือกต่าง ๆ ในการรับมือกับเรื่องที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน และปัญหาความขัดแย้ง
            9. เพิ่มการดูแลตนเอง การพึ่งพากัน และการเคารพต่อตนเองและผู้อื่น
            10. ตระหนักถึงทางเลือกของบุคคล และเลือกวิถีทางอย่างชาญฉลาด
            11. วางแผนเพื่อเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม
            12. เรียนรู้ทักษะทางสังคม
            13. เรียนวิธีทำหายผู้อื่นด้วยการเอาใจใส่ ห่วงใย ซื่อสัตย์ และตรงไปตรงมา
            14. ชัดเจนต่อคุณค่าในตนเอง และตัดสินใจว่าจะปรับเปลี่ยนอย่างไร
- จากศึกษาความหมายของจุดมุ่งหมายของการปรึกษากลุ่ม สรุปได้ว่า การปรึกษากลุ่มมีจุดมุ่งหมายให้สมาชิกได้เรียนรู้ที่จะสร้างสัมพันธ์ภาพที่ดีกับผู้อื่น สมาชิกเกิดการรับรู้การยอมรับและมองเห็นคุณค่าในตนเอง มีมุมมองใหม่ ๆ ต่อตนเองและผู้อื่นสมาชิกได้เรียนรู้ประสบการณ์และแนวคิดที่ได้รับจากกลุ่มไปปรับใช้เพื่อเปลี่ยนแปลง และแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ในชีวิตประจำวัน

### ขั้นตอนการให้การปรึกษาแบบกลุ่ม

ขั้นตอนในการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มนี้ Mahler (1969 อ้างถึงใน กาญจนา ไชยพันธ์, 2549 ข, หน้า 14-15) ได้เสนอขั้นตอนต่าง ๆ ในการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม มีดังนี้

#### 1. ขั้นเตรียมการ(The preparation stage)

ในขั้นเตรียมการนี้ ผู้ให้คำปรึกษากำหนดว่าการจัดสมาชิกเข้ากลุ่มนั้น ต้องการกลุ่มประเภทใด เช่น กลุ่มเพื่อพัฒนาตน หรือกลุ่มเพื่อแก้ปัญหา

#### 2. ระยะเวลาเริ่ม (The involvement stage) เป็นระยะที่ผู้ให้คำปรึกษาปฏิบัติ ดังนี้

2.1 ชี้แจงวัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มครั้งนี้ เพื่อให้สมาชิกทุกคนได้ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน

2.2 ทำให้สมาชิกคุ้นเคยกัน โดยผู้ให้คำปรึกษาขอให้สมาชิกแนะนำตัว เพื่อให้รู้จักกันดีขึ้น แจงให้กลุ่มทราบระยะเวลาในการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม เช่น 45 นาที หรือ 60 นาที

2.3 สร้างความไว้วางใจและการยอมรับระหว่างสมาชิกในกลุ่ม ซึ่งได้แก่ การยอมรับปัญหาที่เกิดขึ้น ซึ่งสมาชิกทุก ๆ คน ก็มีปัญหาเช่นเดียวกัน และสิ่งที่พูดกันในกลุ่มสมาชิกต้องการเคารพและรักษาความลับของเพื่อนสมาชิกในกลุ่ม

2.4 เริ่มอภิปรายถึงความรู้สึกและพฤติกรรม โดยผู้ให้คำปรึกษาควรมีหลัก ดังนี้ (กาญจนา ไชยพันธ์, 2549 ก)

2.4.1 ทำให้สมาชิกเข้าใจความรู้สึกและอารมณ์ของตนเอง รู้จักเคารพในสิทธิของบุคคลอื่น

2.4.2 ทำให้สมาชิกเข้าใจว่าตนจะต้องตัดสินใจสำหรับตนเองในสิ่งที่ตนจะทำ

2.4.3 ทำให้สมาชิกแต่ละคนกระทำทุกสิ่งด้วยตนเอง ไม่ให้บุคคลอื่นกระทำโดยผู้ให้คำปรึกษาจะเป็นเพียงผู้สร้างบรรยากาศให้บุคคลได้กระทำด้วยตนเอง

2.4.4 สมาชิกทุกคนต้องถือว่าความรู้สึกที่ติดต่อปัญหาของกลุ่มเป็นเรื่องสำคัญ ต้องทำงานร่วมกัน ช่วยเหลือกันในการแก้ปัญหาของเพื่อนและของตนเอง โดยช่วยด้วยความซื่อสัตย์และจริงใจ ไม่เสแสร้งหรือแกล้งทำ สมาชิกต้องตั้งใจฟังและตระหนักในความรู้สึกของคนอื่นว่าเราเข้าใจความรู้สึกของคนอื่น ๆ เพียงใด พยายามเอาใจเขามาใส่ใจเรา คิดและพูดโดยความคิด ความรู้สึกนั้นมีความจริงใจ นอกจากนี้สมาชิกควรรู้จักการเปิดโอกาสให้เพื่อน ๆ ได้พูด ได้แสดงความคิด เพื่อนำมาวิเคราะห์ต่อไป อย่างไรก็ตามทุก ๆ คน ควรตระหนักว่าไม่ควรกลัว ประหม่าที่จะพูด และไม่ทำลายน้ำใจเพื่อน ทุกครั้งที่พูดก็ได้ใช้วิจารณญาณของตนเอง หากเราเข้าใจเพื่อน ๆ จะเกิดความไว้วางใจได้



### 3. ระยะหัวเลี้ยวหัวต่อ (The transition stage)

เป็นระยะที่สมาชิกเกิดการดึงเครียด วิตกกังวล และเกิดการต่อต้านจากการที่จะต้องศึกษาหาความหมายของพฤติกรรมที่แสดงออก ตรวจสอบความรู้สึกร่วมกัน ดังนั้นผู้ให้คำปรึกษาควรจะ

3.1 เน้นการกระทำที่จะช่วยพฤติกรรม เช่น ต้องนำไปปฏิบัติจริงจึงจะก่อให้เกิดผลดี

3.2 สมาชิกสามารถพัฒนาทางเลือกได้เมื่อประสบกับสถานการณ์ที่อยู่ยาก หรือวิธีจะช่วยตนเองในทางใดทางหนึ่งเมื่อประสบปัญหา เช่น ปัญหาการปรับตัวกับเพศตรงข้าม เขาจะต้องหาวิธีการที่จะเริ่มสร้างความคุ้นเคย อาจจะยิ้มก่อนถ้ายังประหม่าที่จะพูด จากนั้นค่อย ๆ พัฒนามาสู่การทักทายพูดคุยได้โดยไม่เคืองใจ

3.3 การที่สมาชิกได้เสนอความคิดเห็นตามที่ได้ให้ไว้กับกลุ่ม ซึ่งมีประโยชน์ต่อการเปลี่ยนแปลงตนเอง สมาชิกควรนำไปปฏิบัติด้วยเพื่อประโยชน์ต่อตนเอง

### 4. ขั้นตอนการให้คำปรึกษา (The ending stage)

การยุติการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มควรยุติก่อนหมดเวลากำหนดก่อน 5 นาที เช่น กำหนดไว้ว่าจะใช้เวลา 60 นาที ควรยุติภายหลังกลุ่มดำเนินไปได้ 55 นาที เพื่อที่สมาชิกของกลุ่มหรือผู้ให้คำปรึกษาควรจะมีสรุป หรือช่วยกันให้กลุ่มเข้าใจในสิ่งที่เขาได้อภิปราย หรือหาวิธีทางช่วยเหลือกันได้ดีขึ้น การยุตินี้ยังจะช่วยให้กลุ่มหรือสมาชิกแต่ละคนจะทราบแนวทางออกที่จะจัดการและปฏิบัติต่อไป และผู้ให้คำปรึกษาควรจะต้องกล่าวถึงเวลาที่จะจัดการให้มีการเปลี่ยนแปลงเป็นกลุ่มครั้งต่อไป

หลังจากยุติการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มแล้ว ผู้ให้คำปรึกษาควรจะมีบันทึกและเก็บใส่แฟ้มประวัติของสมาชิก เพื่อนำมาพิจารณาเสนอแนะ เพื่อได้ช่วยพัฒนาเด็กแต่ละคนให้เจริญก้าวหน้าอย่างเหมาะสมต่อไป

### 5. ขั้นประเมินและติดตามผล (Evaluate and follow up stage)

ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องทำการประเมินผลกิจกรรมนั้น โดยกลวิธีต่าง ๆ โดยการติดตามสมาชิก หลังจากเข้ากลุ่มไปแล้ว ซึ่งการติดตามนั้นอาจทำได้โดยการสังเกตด้วยตนเอง สัมภาษณ์คนใกล้ชิดของผู้รับการปรึกษา ฯลฯ

(Corey, 1989 อ้างถึงใน กาญจนา ไชยพันธ์, 2549 ก, หน้า 2) เสนอแนะถึงช่วงการติดตามผลว่าควรติดตามภายใน 3 เดือน หลังจากสิ้นสุดการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม แต่กรณีเป็นการให้คำปรึกษาแบบหลาย ๆ ครั้งนั้นให้ติดตามได้ในการพบครั้งต่อไปถึงการนำไปปฏิบัติของสมาชิกว่าได้นำไปปฏิบัติตาม และบรรลุวัตถุประสงค์หรือไม่ และพบปัญหาหรืออุปสรรคอย่างไร

อนงค์ วิเศษสุวรรณ (2554, หน้า 37-38) การจำแนกขั้นตอนของกลุ่ม ลักษณะของแต่ละขั้นของการปรึกษากลุ่ม และระยะเวลาในการดำเนินการนั้น มีผู้กำหนดไว้หลายแบบ Jacobs,

Masson, and Harvill, 2006, pp. 29-23) แบ่งขั้นตอนกลุ่ม ทุกประเภทออกเป็น 3 ขั้นตอน คือ  
ขั้นเริ่มกลุ่ม (Beginning stage) ขั้นกลาง หรือปฏิบัติ (Middle or work stage) ขั้นยุติกลุ่ม (Ending  
or closing stage) ไม่ว่าจะเข้ากลุ่ม 1 ครั้ง หรือ 15 ครั้ง กลุ่มก็จะต้องดำเนินไปตามขั้นตอน  
ทั้งสามขั้น ดังนี้

ขั้นเริ่มกลุ่ม เป็นขั้นตอนการแนะนำตัวทำความรู้จัก การอภิปรายประเด็นและจุดมุ่งหมาย  
ของกลุ่ม การกำหนดกฎเกณฑ์ เป็นช่วงเวลาของความกลัว ไม่แน่ใจ การสร้างความไว้วางใจ  
ซึ่งกันและกัน ขั้นเริ่มกลุ่มอาจใช้เวลาไม่นานนัก หรือใช้เวลาทั้งหมดในการพบครั้งแรก หรืออาจใช้  
เวลาในการพบ 2-3 ครั้ง ทั้งนี้ไม่แน่นอน บางกลุ่มอาจใช้เวลานานถึง 3 ครั้ง ในการสร้างสัมพันธภาพ  
ให้สมาชิกไว้วางใจกลุ่ม และความไว้วางใจซึ่งกันและกัน บางกลุ่มอาจใช้เวลาไม่นาน  
หากจุดมุ่งหมายของกลุ่มชัดเจนและสมาชิกไว้วางใจกัน สมาชิกมีความรู้สึกมีส่วนร่วม มีประเด็นปัญหา  
คล้ายกัน เช่น การพยายามฆ่าตัวตาย การพลัดพราก หรือผ่านวิกฤตคล้าย ๆ กัน ทั้งนี้ผู้นำกลุ่ม  
อาจกำหนดโครงสร้างที่จะเอื้อให้สมาชิกแสดงความรู้สึกที่แท้จริงอย่างเปิดเผย

ขั้นกลาง หรือขั้นปฏิบัติ ผู้นำกลุ่มส่งเสริมให้สมาชิกเน้นที่ความมุ่งหมายของตนเอง  
เรียนรู้สิ่งใหม่ มีการแสดงความคิดเห็นร่วมกัน แลกเปลี่ยนมุมมอง ให้ข้อมูลย้อนกลับ  
เพื่อการบำบัด ขั้นนี้ถือว่าเป็นหลักสำคัญในกระบวนการกลุ่ม สมาชิกจะเรียนรู้จากประสบการณ์  
ของตนเองและข้อคิดที่ได้รับจากสมาชิกคนอื่น ๆ การแลกเปลี่ยนความคิดเห็น หรือการให้ข้อมูล  
ย้อนกลับต่อพฤติกรรม หรือให้แนวความคิดในขั้นปฏิบัตินี้ สมาชิกอาจมีความคิดที่แตกต่าง  
ผู้นำกลุ่มต้องใส่ใจในกระบวนการกลุ่ม การมีส่วนร่วมของสมาชิกซึ่งแตกต่าง หากเกิดความเข้าใจ  
ไม่ตรงกัน ผู้นำกลุ่มต้องใช้ทักษะที่จะช่วยให้สมาชิกได้เรียนรู้จากกลุ่มในทิศทางที่สร้างสรรค์

ขั้นยุติ เป็นขั้นที่ใช้เวลาในการให้สมาชิก ได้พูดถึงสิ่งที่ได้เรียนรู้จากกลุ่มระบุว่า  
จะอย่างไรได้บ้าง จะเปลี่ยนแปลงอย่างไร หรือจะนำข้อคิดที่ได้ไปใช้อย่างไร เป็นช่วงของ  
การกล่าวลา บางกลุ่มอาจมีความรู้สึกอวรณ์ บางกลุ่มอาจสรุปสิ่งที่ได้ปฏิบัติตามจุดมุ่งหมาย  
ที่กำหนดไว้ ระยะเวลาขั้นนี้แตกต่างกันไปตามประเภทและลักษณะเฉพาะของกลุ่ม

จากการศึกษาขั้นตอนการปรึกษากลุ่ม สรุปได้ว่า การปรึกษากลุ่มมีขั้นตอนของกลุ่มหลัก ๆ  
3 ขั้นตอน ดังนี้ 1) ขั้นเริ่มกลุ่ม เป็นขั้นตอนการแนะนำทำความรู้จัก การอภิปรายประเด็น  
แจ้งวัตถุประสงค์ หรือจุดมุ่งหมายของกลุ่ม การกำหนดกฎเกณฑ์ การสร้างสัมพันธภาพ  
ความอบอุ่นคุ้นเคย การยอมรับ และความไว้วางใจซึ่งกันและกัน 2) ขั้นปฏิบัติ เป็นขั้นที่ผู้นำกลุ่ม  
ส่งเสริมให้สมาชิกเน้นที่ความมุ่งหมายของตนเอง เรียนรู้สิ่งใหม่ มีการแสดงความคิดเห็นร่วมกัน  
แลกเปลี่ยนมุมมองและประสบการณ์ซึ่งกันและกัน สมาชิกจะเรียนรู้จากประสบการณ์ของตนเอง  
และข้อคิดที่ได้รับจากสมาชิกคนอื่น ๆ 3) ขั้นยุติกลุ่ม ซึ่งเป็นเวลาที่สมาชิกได้สรุปถึงสิ่งที่ได้เรียนรู้

ร่วมกัน และข้อคิดที่ได้จากกลุ่มเพื่อนำไปใช้ในชีวิตประจำวันสิ่งที่ตนเองจะทำ หรือมีความเปลี่ยนแปลงอย่างไรในชีวิต เป็นช่วงเวลาที่สมาชิกจะได้กล่าวต่อกัน ระยะเวลาขั้นตอนนี้ อาจแตกต่างกันไปตามประเภท และลักษณะเฉพาะของกลุ่ม

### การศึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึก

#### แนวคิดและทฤษฎีความร่วมมือรู้สึก

ความร่วมมือรู้สึก (Empathy) เป็นความสามารถตอบสนองทางอารมณ์ที่เกิดจากการเข้าใจ และรับรู้ถึงอารมณ์ความรู้สึกที่เกิดขึ้นกับผู้อื่นเหมือนอารมณ์และความรู้สึกเหล่านั้นได้เกิดขึ้นกับตนเอง Hakansson (2003) ความร่วมมือรู้สึก (Empathy) หรือ Einfühlung ได้มีการพัฒนาขึ้นในช่วงแรกของสุนทรียศาสตร์ภาษาเยอรมัน โดย Lipps (1903, 1905) และ Pradtl (1910) นำการร่วมรู้สึกเพื่อใช้สำหรับบริบททางจิตวิทยามากขึ้น ในช่วงแรกนำมาประยุกต์ เพื่อการศึกษาภาพลวงตา (Optical illusions) และจากนั้นเป็นกระบวนการของการรู้จักผู้อื่น Empathy ในภาษาอังกฤษถูกอธิบายโดย Titchener (1909) Titchener ได้แปลความหมายมาจาก “Einfühlung” ของ Lipp และได้ให้คำจำกัดความว่า เป็นกระบวนการที่มนุษย์สามารถอ่านหรือรู้สึกตนเองภายในผู้อื่น (Titchener, 1924, p. 417) แม้ว่าการร่วมรู้สึก (Empathy) จะถูกถกเถียงในช่วงครึ่งศวรรษแรกก็ตาม แต่ก็ไม่ได้เป็นที่นิยมในสาขาจิตวิทยาจนกระทั่งปรากฏผลงานของ Rogers and Kohut (cited in Bohart & Greenberg, 1997) Rogers and Kohut ได้รับพิจารณาให้เป็นผู้ริเริ่มในการศึกษาเกี่ยวกับการร่วมรู้สึก (Bohart & Greenberg, 1997) ภายหลังสงครามครั้งที่ 2

Roger ได้เสนอแนวคิดเกี่ยวกับเปลี่ยนแปลงบุคลิกภาพ และการบำบัด โดยการมีความร่วมมือรู้สึกเป็นหัวใจสำคัญ ทฤษฎีของ Rogers อยู่บนพื้นฐานของปรัชญาเชิงปรากฏการณ์ เนื่องจากการแสดงออกต่างๆ ของบุคคลเกิดจากการกำหนดด้วยการรับรู้ภายในตนเอง ดังนั้น Rogers จึงเห็นว่าเป็นสิ่งสำคัญที่จะต้องเข้าใจ และรับรู้ถึงโลกทัศน์ของผู้รับการบำบัด มากกว่าการเข้าใจสถานการณ์ที่เกิดขึ้นจริง (Factual circumstances) ความร่วมมือรู้สึกจึงพื้นฐานสำคัญในทฤษฎีดังกล่าวนี้

Kohut เป็นที่รู้จักดีในเรื่องจิตวิทยาตนเอง (Self-psychology) ซึ่งความร่วมมือรู้สึกเป็นส่วนประกอบหนึ่งที่มีความสำคัญ จิตวิทยาตนเอง (Self-psychology) ถือว่าความผิดพลาดอย่างร่วมรู้สึก (Empathic failures) ในวัยเด็ก นำไปสู่การเสียสมดุลในกระบวนการสร้างโครงสร้างในตนเอง (Self-structuralization) ของผู้รับการบำบัด การตอบสนองอย่างร่วมรู้สึก (Empathic responsiveness) จากผู้ให้การบำบัดช่วยทำให้เกิดความรู้สึกที่ถ้อย โอนความผิดพลาดอย่างร่วมรู้สึกในอดีตของผู้รับการบำบัดเพื่อให้สามารถพัฒนาได้ ความร่วมมือรู้สึกที่ผิดพลาดที่เป็นชั่วคราว (Occasional empathic failures) ในส่วนของผู้ให้การบำบัดช่วยให้ผู้รับการบำบัดมีโอกาสได้เรียนรู้ข้อบกพร่องในโครงสร้างของผู้รับการบำบัดเอง (Kohut, 1984) Kohut ถือว่า ความร่วมมือรู้สึก (Empathy)

เป็นพื้นฐาน ของการมีปฏิสัมพันธ์ของมนุษย์ (Human interaction) อย่างไรก็ตาม Kohut เน้นว่า ความร่วมรู้สึก เป็นรูปแบบของความเข้าใจและไม่ควรสับสนกับความมีอหยาขยติ ใจดี ความสงสาร หรือความรัก สำหรับ Kohut การร่วมรู้สึก (Empathy) ไม่มีความแน่นอนด้วยการร่วมรู้สึก (Empathy) เป็นกระบวนการที่สามารถนำพวกเราไปสู่ทั้งผลลัพธ์ที่ถูกต้องและไม่ถูกต้อง (Kohut, 1980, p. 485 cited in Hakanssan, 2003, p. 7)

แม้ว่ามีความเห็นในเรื่องธรรมชาติของความร่วมรู้สึกจะมีความแตกต่างกัน แต่มีงานวิจัยจำนวนมากในช่วงสิบปีให้หลังได้เขียนถึงความร่วมรู้สึกที่มีเกี่ยวข้องกับตัวแปรอื่น ได้อย่างไร เช่น แรงจูงใจในพฤติกรรมความเอื้ออาทรต่อผู้อื่น (Altruistic motivation) การพัฒนา จริยธรรม (Moral development) ประสบการณ์ที่คล้ายกัน (Similar experience) ความก้าวร้าว (Aggression) และสัมพันธภาพระหว่างบุคคล (Interpersonal relationships) เป็นต้น ความร่วมรู้สึก (Empathy) มีความเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมความเอื้ออาทรผู้อื่น (Altruism) จริยธรรม (Morality) และความก้าวร้าวซึ่งเป็นที่สนใจในงานวิจัยร่วมสมัย (Eisenberg & Miller, 1987a; 1987b; Miller & Eisenberg, 1988) ผู้วิจัยความร่วมรู้สึกร่วมสมัยที่ปรากฏชัดเจนมี 4 คน คือ Hoffman, Eisenberg, Batson and Davis ผู้วิจัยเหล่านี้ได้มีผลงานที่เป็นประโยชน์อย่างยิ่ง งานวิจัยของพวกเขาเน้น อย่างชัดเจนในเรื่องของความสัมพันธ์ของความร่วมรู้สึก (Empathy) กับพฤติกรรมความเอื้ออาทรผู้อื่น (Altruism) และพฤติกรรมจิตอาสา (Prosocial behavior) ในขั้นต้น Hoffman และ Eisenberg ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความร่วมรู้สึกกับพฤติกรรมจิตอาสา เพื่อพัฒนาในเด็ก ขณะที่ Batson ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความร่วมรู้สึก (Empathy) กับพฤติกรรมความเอื้ออาทรผู้อื่น (Altruism) และพฤติกรรมจิตอาสาในบุคคลทั่วไป

Hoffman ศึกษาความร่วมรู้สึก (Empathy) ที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมความเอื้ออาทรผู้อื่น (Altruism) และจริยธรรมในมุมมองกว้าง Hoffman สันนิษฐานว่าความร่วมรู้สึก (Empathy) และจริยธรรมเป็นส่วนประกอบซึ่งกันและกัน เพื่อสร้างพฤติกรรมทางจริยธรรมความร่วมรู้สึก (Empathy) เป็นแรงจูงใจในการแสดงออกทางจริยธรรม ในขณะที่หลักจริยธรรมลอคคคืออย่างร่วม รู้สึก (Empathic bias) และแรงจูงใจอย่างร่วมรู้สึก (Empathic over arousal) ที่มากเกินไป (Hoffman, 2000) งานวิจัยของ Hoffman กำหนดเพื่อความเข้าใจเกี่ยวกับพัฒนาจริยธรรมด้านพฤติกรรม จิตอาสาในเด็ก Hoffman เน้นที่งานวิจัยความร่วมรู้สึกต่อพฤติกรรมความเอื้ออาทรผู้อื่น (Altruism) และความสงสารผู้อื่นในด้านกายภาพหรือด้านจิตวิทยา Hoffmand กล่าวว่าความร่วมรู้สึก (Empathy) เป็นปรากฏการณ์ที่พบว่าเป็นสิ่งที่จำเป็น ดังนั้นพร้อมกับ Eisenberg และ Batson Hoffman ซึ่งเป็นนักจิตวิทยาคนหนึ่งที่เห็นว่าการร่วมรู้สึก (Empathy) สามารถทำให้เกิดพฤติกรรม ความเอื้ออาทรผู้อื่นได้

Eisenberg มีความสนใจในเรื่องของแรงจูงใจที่ทำให้บุคคลใส่ใจต่อกันเพื่อให้ความเข้าใจที่ดีขึ้น Eisenberg จึงพิจารณาทั้งปัจจัยทางอารมณ์และทางความรู้คิด จึงนำไปสู่การศึกษาความร่วมมือรู้สึก Eisenberg นิยามการร่วมรู้สึกว่าเป็นการตอบสนองด้านอารมณ์จากการเข้าใจสภาพทางอารมณ์ของผู้อื่นและเป็นอย่างที่คุณอื่นรู้สึก Eisenberg (2002, p.135 cited in Hakansson, 2003, p.11) งานวิจัยของ Eisenberg ศึกษาเกี่ยวกับการสำรวจการพัฒนาการพฤติกรรมจิตอาสาของเด็กเป็นพิเศษ Eisenberg ได้ทดสอบความหลากหลายของตัวแปร ซึ่งสนับสนุนการพัฒนาพฤติกรรมจิตอาสา (Eisenberg & Strayer, 1987) และยังได้ศึกษาและวิเคราะห์ความแตกต่างระหว่างเพศกับการร่วมรู้สึกอีกด้วย Eisenberg สรุปไว้ว่าพฤติกรรมจิตอาสาสามารถเรียนรู้และแก้ไขได้นอกจากนี้ Eisenberg ได้เสนอไว้ว่าการพัฒนาการร่วมรู้สึก (Empathy) พฤติกรรมความเอื้ออาทรผู้อื่น (Altruism) และพฤติกรรมที่เกี่ยวกับมนุษยธรรมอื่น ๆ ในเด็กสามารถลดความก้าวร้าวและพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการชอบทำลายได้และการร่วมรู้สึกความเอื้ออาทรผู้อื่นและมนุษยธรรมจะนำไปสู่การร่วมมือกันและห่วงใยสังคมใหญ่ของมนุษยชาติ (Eisenberg, 2002)

#### องค์ประกอบความร่วมมือรู้สึก

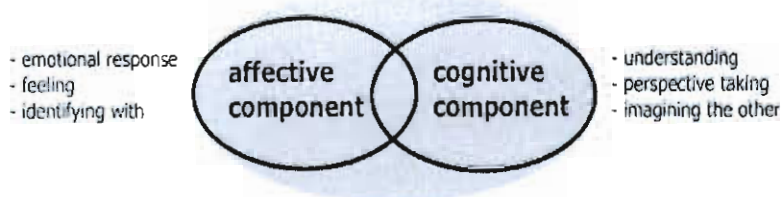
องค์ประกอบความร่วมมือรู้สึก มี 2 องค์ประกอบ คือความร่วมมือรู้สึกด้านความรู้คิด (Cognitive empathy) และการร่วมรู้สึกด้านอารมณ์ (Affective empathy) ซึ่งองค์ประกอบทั้งสองจะมีความเกี่ยวข้องกัน โดยความร่วมมือรู้สึกด้านอารมณ์เกิดขึ้นเป็นผลสืบเนื่องมาจากกระบวนการร่วมรู้สึกด้านความรู้คิด

ความร่วมมือรู้สึกด้านอารมณ์ (Affective empathy) ประกอบด้วย

1. การตอบสนองทางอารมณ์ (Emotional response)
2. ความรู้สึก (Feeling)
3. การถอดแบบ (Identifying with)

ความร่วมมือรู้สึกด้านความรู้คิด (Cognitive empathy)

1. ความเข้าใจ (Understanding)
2. การเข้าใจทัศนะผู้อื่น (Perspective taking)
3. การจินตนาการ (Imagining the other)



ภาพที่ 2 องค์ประกอบความร่วมมือรู้สึก

### กระบวนการความร่วมมือรู้สึก

จากการศึกษาเอกสารกระบวนการการร่วมรู้สึก Reik (1949 cited in Eisenberg & Strayer, 1990, p. 83) ได้เคยอธิบายไว้ลักษณะทั้ง 4 ของกระบวนการการร่วมรู้สึก (Empathy) ในจิตบำบัดดังนี้

1. การถอดแบบ (Identification) สนใจผู้อื่นและปล่อยตนเองให้ซึมซับในการใคร่ครวญถึงบุคคลนั้น หมายถึง รับรู้สภาวะลำบากรับรู้ความรู้สึกเป็นช่วงขณะหนึ่งเมื่อผู้ร่วมรู้สึกละทิ้งตัวตนของตนเอง และหันความสนใจของตนเองไปสนใจสถานการณ์ของบุคคลที่ตนเองร่วมรู้สึก และยินยอมที่อยู่ร่วมในความรู้สึกของบุคคลอื่น

2. การรวมตัวกัน (Incorporation) การทำให้ประสบการณ์ผู้อื่นเป็นประสบการณ์ตนเอง หมายถึง ผู้ร่วมรู้สึกจะเข้าใจผู้ถูกร่วมรู้สึก ในขั้นนี้จะเชื่อมโยงกับขั้นแรก มันเป็นส่วนหนึ่งที่รับรู้ที่ผู้ถูกร่วมรู้สึกกำลังรู้สึกอะไร และเป็นอีกสิ่งหนึ่งที่ผู้ร่วมรู้สึกได้นำความรู้สึกนั้นกลับมาสู่ตนเอง เพื่อที่จะพยายามเข้าใจว่าผู้ถูกร่วมกำลังมีประสบการณ์อะไรอย่างชัดเจนยิ่งขึ้น

3. การสะท้อนกลับ (Reverberation) การมีประสบการณ์ในประสบการณ์ผู้อื่น ในขณะที่อยู่กับความเชื่อมโยงต่อทางความรู้คิดและอารมณ์ของตนเองซึ่งมีต่อประสบการณ์นั้น หมายถึง การนำตนเองเข้าไปในสถานการณ์ของผู้อื่น ก่อนที่จะมาถึงขั้นนี้ ผู้ร่วมรู้สึกไม่ได้ละทิ้งความเป็นตนเองอย่างแท้จริงทีเดียว ระหว่างขั้นนี้ผู้ร่วมรู้สึกจะเปรียบเทียบว่าตนเองเรียนรู้ประสบการณ์อะไรในขณะที่มีส่วนร่วมกับผู้ร่วมรู้สึก

4. การแยกตัวออก (Detachment) การเคลื่อนตนเองออกมาจากการรวมกันของความรู้สึก หมายถึง ผู้ร่วมรู้สึกจะต้องเตือนตนเองว่า เขาไม่ใช่ผู้ถูกร่วมรู้สึก และเวลานี้เป็นเวลาที่จำเป็นต้องช่วยเหลือผู้ถูกร่วมรู้สึกหรือผู้รับการบำบัด

### กระบวนการการร่วมรู้สึก

TC Model-รูปแบบการต่อเนื่องทางการบำบัด

EC Model-รูปแบบการต่อเนื่องทางอารมณ์

ขั้นที่	1	2	3	4
TC	การถอดแบบ (Identification)	การรวมตัวกัน (Incorporation)	การสะท้อนกลับ (Reverberation)	การแยกตัวออก (Detachment)
EC	ความเข้าใจ (Understanding)	การมีประสบการณ์ ทางอารมณ์ Experiencing Emotion	การรับรู้ความคล้ายคลึง Perceiving Similarity	การใส่ใจ Having Concern

ภาพที่ 3 กระบวนการการร่วมรู้สึก

### การนำทฤษฎีการปรึกษากลุ่มพัฒนาร่วมกับความร่วมรู้สึก

การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึกเป็นการนำทฤษฎีการปรึกษากลุ่มมาพัฒนาร่วมกับความร่วมรู้สึก เพื่อใช้ในการพัฒนาความเอื้ออาทรต่อผู้อื่น โดยมีกระบวนการการปรึกษากลุ่มซึ่งเป็นกระบวนการในการสร้างสัมพันธ์ระหว่างผู้นำกลุ่มและสมาชิกภายใต้บรรยากาศที่อบอุ่นจริงใจ และไว้วางใจกัน เพื่อนำไปสู่ความเข้าใจ และการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกัน ตามกระบวนการความร่วมรู้สึกทั้ง 4 กระบวนการ 1) การถอดแบบ (Identification) สนใจผู้อื่นและปล่อยตนเองให้ซึมซับในการใคร่ครวญถึงบุคคลนั้น 2) การรวมตัวกัน (Incorporation) การทำให้ประสบการณ์ผู้อื่นเป็นประสบการณ์ตนเอง 3) การสะท้อนกลับ (Reverberation) การมีประสบการณ์ในประสบการณ์ผู้อื่นในขณะที่เดียวกันอยู่กับความเชื่อมโยงต่อทางความคิดและอารมณ์ของตนเอง ซึ่งมีต่อประสบการณ์นั้น 4) การแยกตัวออก (Detachment) การเคลื่อนตนเองออกมาจากการรวมกันของความร่วมรู้สึก

การปรึกษากลุ่ม เป็นกระบวนการที่ผู้นำ หรือผู้ให้การปรึกษาคิดขึ้น เพื่อให้ความช่วยเหลือแก่สมาชิก หรือผู้รับการปรึกษาที่มีปัญหาที่คล้ายกัน การปรึกษากลุ่มเน้นที่การป้องกันปัญหาการปรึกษากลุ่มโดยทั่วไปจะมีจำนวนสมาชิกตั้งแต่ 4-12 คน และผู้นำ หรือผู้ให้การปรึกษากลุ่มจะทำหน้าที่เป็นผู้ให้การช่วยเหลือ และสนับสนุนสมาชิกกลุ่มแต่ละคนให้มีปฏิสัมพันธ์ทั้งต่อสมาชิกตนเองและผู้นำกลุ่ม ทั้งนี้เพื่อช่วยให้สมาชิกกลุ่มได้มีโอกาสสำรวจตนเอง กล้าแสดงความคิดเห็น กล้าเปิดเผยความรู้สึก และยินดีรับฟังผู้อื่นอย่างจริงใจ เพื่อนำไปสู่การแลกเปลี่ยนและแบ่งปันประสบการณ์ระหว่างสมาชิกในกลุ่ม ซึ่งช่วยให้สมาชิกได้เรียนรู้ เปลี่ยนแปลง และพัฒนาตนเองอย่างเต็มศักยภาพภายใต้บรรยากาศที่อบอุ่น ขอมรับ ไว้วางใจ และเข้าใจซึ่งกันและกัน การปรึกษากลุ่มมีขั้นตอนของกลุ่ม 3 ขั้นตอน ดังนี้

1. **ขั้นเริ่มกลุ่ม** เป็นขั้นตอนการแนะนำทำความรู้จัก การอภิปรายประเด็น แจงวัตถุประสงค์ หรือจุดมุ่งหมายของกลุ่ม การกำหนดกฎเกณฑ์ การสร้างสัมพันธภาพ ความอบอุ่นคุ้นเคย การยอมรับ และความไว้วางใจซึ่งกันและกัน

2. **ขั้นปฏิบัติ** เป็นขั้นที่ผู้นำกลุ่มส่งเสริมให้สมาชิกเน้นที่ความมุ่งหมายของตนเอง เรียนรู้สิ่งใหม่ มีการแสดงความคิดเห็นร่วมกัน แลกเปลี่ยนมุมมองและประสบการณ์ซึ่งกันและกัน สมาชิกจะเรียนรู้จากประสบการณ์ของตนเอง และข้อคิดที่ได้รับจากสมาชิกคนอื่น ๆ

3. **ขั้นยุติกลุ่ม** ซึ่งเป็นเวลาที่สมาชิกได้สรุปถึงสิ่งที่ได้เรียนรู้ร่วมกัน และข้อคิดที่ได้จากกลุ่มเพื่อนำไปใช้ในชีวิตรประจำวัน สิ่งที่ตนเองจะทำ หรือมีความเปลี่ยนแปลงอย่างไรในชีวิต เป็นช่วงเวลาที่สมาชิกจะได้กล่าวลาต่อกัน ระยะเวลาขั้นตอนนี้อาจแตกต่างกันไปตามประเภท และลักษณะเฉพาะของกลุ่ม

#### คุณลักษณะของผู้ให้การปรึกษา

สุรินทร์ สุทธิชาติพิชัย (2545, หน้า 28-30) ได้ระบุคุณลักษณะของผู้ให้การปรึกษาที่เอื้อต่อสัมพันธภาพการปรึกษาไว้ 3 กลุ่มคุณลักษณะ ดังต่อไปนี้

1. **คุณลักษณะเกี่ยวกับตนเอง** เช่น อัตตมโนคติ (Self concept) และการตระหนักรู้ตนเอง (Self awareness) เช่นการรับรู้ตนเองอย่างชัดเจน และในทางที่มาจากเกี่ยวกับศักยภาพ เอกลักษณะ ค่านิยม คุณค่าแห่งตน ทักษะ/ คุณลักษณะ ความสนใจในการช่วยเหลือบุคคลอื่น ๆ เป็นต้น

2. **คุณลักษณะเกี่ยวกับคนอื่นและสังคม**

2.1 **เจตคติต่อผู้อื่นในด้านบวก** เช่น มีการรับรู้ว่าคุณค่าอื่นมีคุณค่า มีความสามารถในการตัดสินใจปัญหาของตนเอง เป็นผู้ที่มีส่วนร่วมกับผู้อื่นได้ เป็นต้น

2.2 **มีความสนใจต่อบุคคล วัฒนธรรม และสังคม** ตลอดจนยอมรับความแตกต่างระหว่างบุคคล

2.3 **ยอมรับและนับถือบุคคลอื่น** โดยไม่คำนึงถึงเชื้อชาติ ศาสนา และวัฒนธรรม

3. **คุณลักษณะเกี่ยวกับการปรึกษา**

3.1 **Genuineness and congruence** หมายถึง ความเป็นธรรมชาติของตนเอง จริงใจ และมีความสอดคล้องในตนเอง (Congruence) สัมพันธภาพในการปรึกษาเป็นไปอย่างจริงใจ และเป็นธรรมชาติ (Genuineness) โดยไม่เสแสร้ง

3.2 **Empathy** การเข้าใจและเห็นใจ หมายถึง การมีประสบการณ์ร่วม (Togetherness) ไปกับผู้รับการปรึกษา เสมือนว่าเดินเคียงข้างไปพร้อม ๆ กัน แต่ไม่ได้เห็นด้วยทุกกรณีกับความคิดของผู้รับการปรึกษา



3.3 Unconditioned positive regards การยอมรับอย่างไม่มีเงื่อนไข หมายถึง การยอมรับทุกอย่าง (Completely acceptance) ยอมรับว่าผู้รับการปรึกษาเป็นคนแบบที่เขาเป็น ในขณะนั้น แต่ไม่ได้ หมายความว่าผู้ให้การปรึกษายอมรับ หรือ เห็นด้วยกัน ค่านิยม เจตคติ ของผู้รับการปรึกษา

3.4 Respect การยอมรับนับถือ หมายถึง การมีเจตคติที่ดี นับถือความมีคุณค่า มีศักดิ์ศรี ในความเป็นมนุษย์เท่าเทียมกัน ตลอดจนยอมรับศักยภาพของผู้รับการปรึกษาในการตัดสินใจ ด้วยตนเอง ได้ในการแก้ปัญหาของเขา

3.5 Warmth ความอบอุ่น ผู้ให้การปรึกษาสามารถใช้อวัจนภาษา (Nonverbal expression) ถึงคุณลักษณะอบอุ่นต่อผู้รับการปรึกษาได้ เช่น การยิ้ม การพยักหน้า การสัมผัสเบา ๆ เป็นต้น

3.6 Coconcreteness ความเป็นรูปธรรม หมายถึงคุณลักษณะที่ผู้ให้การปรึกษาสามารถ ช่วยผู้รับการปรึกษาในการระบุพฤติกรรม หรือปัญหา หรืออุปสรรคของเขาอย่างเฉพาะเจาะจง ไม่คลุมเครือ หรือสับสน

3.7 Confrontation การเผชิญหน้า หมายถึง คุณลักษณะที่ผู้ให้การปรึกษา ช่วยผู้รับการปรึกษาให้สามารถเผชิญกับความขัดแย้ง หรือความไม่สอดคล้อง หรือความสับสน ในประสบการณ์ของเขา ซึ่งจะสังเกตได้จากอวัจนภาษาและอวัจนภาษา Genuineness

#### งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความร่วมรู้สึก (Empathy)

นาถสินี ศิวลาวัชรพล (2539) ศึกษาเรื่อง “ผลของการใช้สถานการณ์จำลองที่มีต่อ ความเห็นอกเห็นใจผู้ป่วยของนักศึกษาพยาบาล ชั้นปีที่ 2 วิทยาลัยพยาบาลเกื้อการุณย์ กรุงเทพมหานคร” จากศึกษาพบว่า นักศึกษาพยาบาลมีความเห็นอกเห็นใจผู้ป่วยเพิ่มขึ้นอย่างมี นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ประภาพร มั่นเจริญ (2544) ได้ศึกษาเรื่องผลของการใช้กิจกรรมพัฒนาความร่วมรู้สึก และการใช้ตัวแบบสัญลักษณ์ ที่มีต่อพฤติกรรมเอื้อเฟื้อของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 อายุ 10-11 ปี โรงเรียนบ้านหนองคอก จังหวัดฉะเชิงเทรา จำนวน 90 คน แบ่งออกเป็น 3 กลุ่ม ๆ ละ 30 คน ด้วยวิธีการสุ่มห้องเรียน อย่างง่าย ได้มา 3 ห้องเรียนแล้วสุ่มเลือกตามวิธีการสอนเป็นกลุ่มทดลอง 2 กลุ่ม และกลุ่มควบคุม 1 กลุ่ม ได้แก่ กลุ่มทดลองที่ 1 เป็นกลุ่มกิจกรรมพัฒนาความร่วมรู้สึก กลุ่มทดลองที่ 2 เป็นกลุ่ม ตัวแบบสัญลักษณ์ และกลุ่มควบคุม ซึ่งอยู่ในสภาพการเรียนการสอนปกติ จากนั้นสุ่มกลุ่มตัวอย่าง แบบง่ายแยกประเภทตามเพศจากห้องเรียน ๆ ละ 30 คน กลุ่มทดลองทั้ง 2 กลุ่ม ได้เข้าร่วมกิจกรรม พร้อมกับเพื่อนในห้องเรียน ในแต่ละกลุ่มได้ร่วมกิจกรรมจำนวน 12 ครั้ง แต่ละครั้งใช้เวลา

ประมาณ 25-40 นาที สัปดาห์ละ 5 วัน ๆ ละ 1 ชั่วโมงเป็นระยะเวลาประมาณ 2 สัปดาห์ติดต่อกัน กลุ่มตัวอย่างทั้ง 3 กลุ่ม ได้รับการประเมินพฤติกรรมเอื้อเฟื้อ จากคะแนนในด้านการประเมินตนเอง ด้านประเมินพฤติกรรมนักเรียน โดยครูประจำชั้น ด้านอาสาสมัครพัฒนาโรงเรียน และด้านอาสาทำของเล่นของใช้ให้น้อง ทั้งในระยะก่อนการทดลองและภายหลังการทดลอง แล้วนำมาวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียวและการทดสอบค่าที ผลการศึกษาพบว่า ในภายหลังการทดลอง นักเรียนกลุ่มกิจกรรมพัฒนาความร่วมมือรู้สึกและกลุ่มตัวแบบสัญลักษณ์ มีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมเอื้อเฟื้อ ด้านประเมินพฤติกรรมนักเรียน โดยครูประจำชั้น และด้านอาสาสมัครพัฒนาโรงเรียนสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนคะแนนด้านประเมินตนเองของทั้ง 3 กลุ่ม ไม่แตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

เศรษฐกร มงคลจาตุรงค์ (2546) ศึกษาเรื่อง “ผลของการฝึกการแสดงออกที่เหมาะสม เพื่อพัฒนาความเฉลียวฉลาดทางด้านความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนสตรีวิทยา 2 กรุงเทพมหานคร” จากศึกษาพบว่า นักเรียนมีความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์ ด้านความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นสูงขึ้น หลังจากได้เข้าร่วมการฝึกการแสดงออกที่เหมาะสม เพื่อพัฒนาความเฉลียวฉลาดทางด้านความเห็นอกเห็นใจอย่างมีนัยทางสถิติที่ระดับ .01

กรรณิการ์ พันทอง (2550) ศึกษาเรื่อง “การศึกษาและพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของนักเรียนวัยรุ่น ผลการวิจัยพบว่า ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นมี 3 องค์ประกอบ คือ ความสามารถในการอ่านอารมณ์และคาดเดาความรู้สึกของผู้อื่น ความสามารถในการเข้าใจผู้อื่นตามสถานการณ์ในสังคม และความต้องการที่จะเอื้อเฟื้อ ช่วยเหลือผู้อื่น ซึ่งมีค่าน้ำหนักองค์ประกอบอยู่ในเกณฑ์สูงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สามารถวัดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของนักเรียนวัยรุ่นได้

ณัฐกานา ดันตราสืบ (2550) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความเข้าใจ การยอมรับ และการสอดคล้องในตนเองของกลุ่มสมรสกับความสุข การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความเข้าใจ การยอมรับ และการสอดคล้องในตนเองของกลุ่มสมรสกับความสุข กลุ่มตัวอย่างเป็นชายหรือหญิงที่มีสถานภาพสมรสและอยู่ร่วมกันกับคู่สมรสของตนเอง โดยมีฐานะทางเศรษฐกิจอยู่ในระดับกลางถึงดี อายุระหว่าง 25-40 ปี จำนวน 200 คน เครื่องที่ใช้ในการทำวิจัยเป็นแบบสอบถาม แบ่งออกเป็น 3 ส่วน คือ แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล แบบวัดสัมพันธภาพ BLRI (The barrett-lennard relationship inventory) ฉบับภาษาไทยและแบบวัดความสุข สมมติฐานในการวิจัย คือความเข้าใจใจ การยอมรับ และความสอดคล้องในตนเองของกลุ่มสมรสมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความสุข ผลการวิจัยพบว่า สมมติฐานการวิจัยได้รับการยอมรับ กล่าวคือ การเข้าใจใจ การยอมรับ และความสอดคล้องในตนเองของกลุ่มสมรสมีความสัมพันธ์กับความสุข โดยมี

ความสัมพันธ์แบบแปรผันตามหรือแบบทิศทางเดียวกัน (ค่าเป็นบวก) ( $r = 0.750, p < .01$   $r = 0.639, p < .01$  และ  $r = 0.676, p < .01$  ตามลำดับ)

เครื่องมือ นีมพิก (2552) ศึกษาเรื่องผลการใช้รูปแบบการบริการการพยาบาลที่บูรณาการแนวคิดการร่วมรู้สึกลงในผู้ป่วยวิกฤติ ที่รู้สึกตัวใส่ท่อช่วยหายใจต่อการรับรู้คุณค่าบทบาทวิชาชีพการพยาบาล ของพยาบาลวิชาชีพในหอผู้ป่วยหนัก การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลองเพื่อศึกษาและเปรียบเทียบค่าคะแนนเฉลี่ยการรับรู้คุณค่าบทบาท วิชาชีพการพยาบาลของพยาบาลวิชาชีพก่อนและหลังการทดลอง กลุ่มตัวอย่างคือพยาบาลวิชาชีพที่ปฏิบัติงานในหอผู้ป่วยหนักในโรงพยาบาลเอกชน ระดับตติยภูมิ จำนวนกลุ่มควบคุม 25 คน และกลุ่มทดลอง 19 คน ที่ปฏิบัติงานในหอผู้ป่วยหนัก เครื่องมือในการดำเนินการทดลองคือ รูปแบบการบริการการพยาบาลที่บูรณาการแนวคิดการร่วมรู้สึกลง (Ehmann, 1971) ในผู้ป่วยวิกฤติที่รู้สึกตัวใส่ท่อช่วยหายใจ ในหอผู้ป่วยหนัก โดยจัดทำเป็นคู่มือการปฏิบัติงานสำหรับพยาบาลวิชาชีพ ส่วนกลุ่มควบคุมใช้รูปแบบการบริการการพยาบาลแบบมุ่งงาน และเครื่องมือการรวบรวมข้อมูล คือแบบสอบถามการรับรู้คุณค่าบทบาทวิชาชีพการพยาบาลสร้างจากแนวคิดของ Weiss (1999) เครื่องมือทั้งสองอย่างนี้ได้รับการตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาโดยผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ท่านและเครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูลได้ตรวจสอบความเชื่อมั่น โดยได้ค่าสัมประสิทธิ์คือ 0.96 วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ Wilcoxon signed ranks test เพื่อเปรียบเทียบค่าคะแนนเฉลี่ยการรับรู้คุณค่าบทบาทวิชาชีพการพยาบาล ก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลอง และใช้ Mann Whitney U Test เพื่อเปรียบเทียบค่าคะแนนเฉลี่ยของตัวแปร ตามหลังการทดลองของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง ผลการวิจัยพบว่า 1) ระดับการรับรู้คุณค่าบทบาทวิชาชีพการพยาบาลของพยาบาลที่ปฏิบัติงานในหอผู้ป่วยหนัก และให้การพยาบาลผู้ป่วยวิกฤติที่รู้สึกตัวใส่ท่อช่วยหายใจ หลังการใช้รูปแบบ ในกลุ่มทดลองอยู่ในระดับมากที่สุด และในกลุ่มควบคุมอยู่ในระดับมาก และหลังการทดลองระดับการรับรู้คุณค่าบทบาทวิชาชีพการพยาบาลของกลุ่มทดลองอยู่ในระดับมากที่สุด ส่วนก่อนทดลองอยู่ในระดับมาก 2) ค่าคะแนนเฉลี่ยการรับรู้คุณค่าบทบาทวิชาชีพการพยาบาลของพยาบาลที่ปฏิบัติงานในหอผู้ป่วยหนักและให้การพยาบาลผู้ป่วยวิกฤติที่รู้สึกตัวใส่ท่อช่วยหายใจหลังการใช้รูปแบบของกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 3) ค่าคะแนนเฉลี่ยการรับรู้คุณค่าบทบาทวิชาชีพการพยาบาลของพยาบาลที่ปฏิบัติงานในหอผู้ป่วยหนัก และให้การพยาบาลกับผู้ป่วยที่รู้สึกตัวใส่ท่อช่วยหายใจ หลังการทดลองในกลุ่มทดลองสูงกว่าก่อนการใช้รูปแบบ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ศิริธร เรียนสันเทียะ (2553) การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมพัฒนาการเข้าถึงใจตามแนวคิดของ โรสเจอร์สต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของวัยรุ่น รูปแบบการวิจัยเป็นการวิจัยเชิงทดลองแบบ Pretest-posttest control group design และมีการเก็บข้อมูลเชิงคุณภาพ

โดยใช้การสัมภาษณ์เชิงลึกกับกลุ่มทดลองเพื่อให้ผลการทดลองมีความสมบูรณ์มากยิ่งขึ้น กลุ่มตัวอย่างในการทดลองครั้งนี้เป็นนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 ที่ลงทะเบียนเรียนวิชาจิตวิทยาเบื้องต้น ในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2553 ซึ่งมีผลคะแนนการเข้าถึงใจที่ต่ำกว่าค่าเฉลี่ยของกลุ่มนักศึกษาทั้งหมด จำนวนทั้งหมด 18 คน ผู้วิจัยได้จับคู่นักศึกษาที่มีคะแนนการเข้าถึงใจใกล้เคียงกัน แล้วสุ่มอย่างง่ายเข้ากลุ่มทดลอง 9 คน ละกลุ่มควบคุม 9 คน ใช้ระยะเวลาในการเข้าร่วมโปรแกรมประมาณ 16 ชั่วโมง โดยแบ่งออกเป็น 4 ช่วง ช่วงละ 3-4 ชั่วโมง ซึ่งผลวิจัยพบว่า หลังการทดลอง นักศึกษาที่เข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาการเข้าถึงใจ มีการเข้าถึงที่สูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และมีพฤติกรรมก้าวร้าวต่ำกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 หลังการทดลอง นักศึกษาที่เข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาการเข้าถึงใจ มีการเข้าถึงใจสูงกว่านักศึกษากลุ่มควบคุมที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาการเข้าถึงใจอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และมีพฤติกรรมก้าวร้าวต่ำกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพแสดงให้เห็นว่า นักศึกษาที่เข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาการเข้าถึงใจ ได้รับประสบการณ์และมีความรู้สึกร่วมไปกับการดำเนินกิจกรรมตามโปรแกรม สะท้อนให้เห็นได้จากบรรยากาศทางกายภาพ การอยู่ร่วมกันภายในกลุ่ม สัมพันธภาพของสมาชิก และกิจกรรมที่สมาชิกรู้สึกประทับใจ นอกจากนี้ นักศึกษายังตระหนักถึงการเปลี่ยนแปลงด้านการเข้าถึงใจ และพฤติกรรมก้าวร้าวของตนเองอีกด้วย

ปริยานุช มาตยารักษ์ (2555) ผลของโปรแกรมกระบวนการกลุ่มพัฒนาการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่นของวัยรุ่น การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-experimental research) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมกระบวนการกลุ่มพัฒนาการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น กลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนชั้นประถมศึกษา โรงเรียนอนุบาลดำรงราชานุสรณ์ อำเภอกันทรลักษ์ จังหวัดศรีสะเกษ ที่กำลังศึกษาในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2554 ที่มีความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่นต่ำ และสมัครใจเข้าร่วมการวิจัย จำนวน 22 คน ทำการสุ่มเข้ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 11 คน โดยกลุ่มทดลองเข้าร่วมโปรแกรมกระบวนการกลุ่มพัฒนาการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่นสัปดาห์ละ 3 ครั้ง ครั้งละ 60-90 นาที จำนวน 10 ครั้ง สำหรับกลุ่มควบคุมไม่ได้เข้าร่วมผลของโปรแกรมกระบวนการกลุ่มพัฒนาการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น แต่เข้าเรียนตามชั้นเรียนปกติ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้คือ แบบวัดการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่นที่มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.87 และโปรแกรมกระบวนการกลุ่มพัฒนาการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล คือ The wilcoxon match-paired signed-ranks test และ The mann- whitney U test ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมกระบวนการกลุ่มพัฒนาการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น

หลังการทดลองมีคะแนนสูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมกระบวนการกลุ่มพัฒนาการ  
เข้าใจความรู้สึกผู้อื่น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

Kaj Bjorkqvist and Karin Osteman (2000) ศึกษาเรื่อง “ความฉลาดด้านสังคม  
การร่วมรู้สึก (Empathy) ต่อความก้าวร้าว” จากการศึกษาพบว่า การร่วมรู้สึก (Empathy)  
ลดพฤติกรรม ความก้าวร้าวได้ และการร่วมรู้สึก และความฉลาดทางสังคมมีความสัมพันธ์อย่างสูง

Upright (2002 อ้างถึงใน อัญชลี วิทยานิพนธ์, 2546) ศึกษาเรื่อง “การเล่าเรื่อง: วิกฤต  
คุณธรรม (Moral dilemmas) ต่อการเพิ่มการร่วมรู้สึก (Empathy)” จากศึกษาพบว่า การร่วมรู้สึก  
(Empathy) เป็นสามารถที่จะเอาใจใส่ต่อผู้อื่นด้วยการเรียนรู้กระบวนการ และสามารถแบบที่  
ประสบความสำเร็จภายในห้องเรียนชั้นประถมศึกษาได้ แม้จะมีวิธีการที่หลากหลายสำหรับ  
การปรับการร่วมรู้สึก และลักษณะอื่น ๆ ในการพัฒนาจริยธรรม กลยุทธ์หนึ่งที่ถูกแนะนำคือ  
การใช้วิกฤตทางจริยธรรม และบทบาทสมมติ 1) กลยุทธ์นี้ประกอบด้วยการใช้วิธีสังเกตแบบเป็น  
ทางการและไม่เป็นทางการ 2) การสัมภาษณ์แบบไม่เป็นทางการ 3) การเลือกนิทานที่เหมาะสม  
4) วิธีการนำเสนอที่เหมาะสม 5) การวิพากษ์กลุ่มเล็กและกลุ่มใหญ่ และ 5) การเลือกใช้เทคนิค  
แบบปิด เช่น การเขียนอย่างสร้างสรรค์แบบง่าย

Shechiman (2002) ศึกษาเรื่อง “การร่วมรู้สึกด้านความรู้คิดและอารมณ์ในเด็กก้าวร้าว:  
ความเกี่ยวข้องสำหรับการให้การปรึกษา” จากศึกษาพบว่า เด็กผู้ชายที่มีความก้าวร้าวจะมีการรับรู้  
และความเข้าใจต่อความรู้สึกของผู้อื่นอย่างแท้จริงด้านอารมณ์ต่ำแม้ว่ากลุ่มจะไม่มีแตกต่าง  
ในการรับรู้และความเข้าใจต่อความรู้สึกของผู้อื่นอย่างแท้จริงด้านความรู้คิด สัดส่วนระหว่าง  
เด็กผู้ชายวัยเดียวกันที่ไม่มีความก้าวร้าวมีการรับรู้และความเข้าใจต่อความรู้สึกของผู้อื่น อย่างแท้จริง  
ด้านอารมณ์เป็นสองเท่าของเด็กผู้ชายที่มีความก้าวร้าว การร่วมรู้สึกด้านอารมณ์ จะเพิ่มขึ้นตามอายุ  
แม้ผลจะไม่แน่นอน เด็กผู้ชายที่มีความก้าวร้าวแสดงให้เห็นระดับความก้าวร้าวที่สูงกว่า  
การวิพากษ์จึงมุ่งไปยังการให้การปรึกษาแก่เด็กที่มีความก้าวร้าว

Maner (2006) จากศึกษาในปัจจุบันพบว่า การช่วยเหลือและการเกี่ยวข้องของการร่วม  
รู้สึก (Empathy) เป็นตัวกระตุ้นให้เกิดพฤติกรรมความเอื้ออาทรผู้อื่น อาจเด่นชัดในระบบ  
เครือข่ายมากกว่าคนแปลกหน้า ผู้เข้าร่วมแสดงความตั้งใจที่จะช่วยเหลือสมาชิกในครอบครัว  
หรือบุคคลแปลกหน้าในสถานการณ์ที่จำเป็น ผู้ใกล้ชิดที่สมมติขึ้น เกี่ยวข้องกับการร่วมรู้สึก  
(Empathy) ผลทางลบทั่วไป การรับรู้ของการเป็นหนึ่งกัน ได้ถูกวัด การร่วมรู้สึก (Empathy)  
ปรากฏเพื่อใกล้เคียงผลของความสัมพันธ์ บริบทในความตั้งใจช่วยเหลือ ยิ่งไปกว่านั้น ขณะที่  
ควบคุมตัวกระตุ้นความเห็นแก่ตนเอง (อารมณ์ทางลบ) การร่วมรู้สึก (Empathy) จะเชื่อมต่อกับ  
ความตั้งใจของผู้เข้าร่วมเพื่อช่วยเหลือสมาชิกในครอบครัว แต่ไม่ใช่คนแปลกหน้า พบว่า ตัวแปร

ส่งเสริมทางสังคมในความสัมพันธ์ใกล้ชิดกับอาจจะมีหลากหลายจากสิ่งเหล่านี้ซึ่งเป็นตัวกระตุ้นการช่วยเหลือในบุคคลแปลกหน้า

Spellings (2007) เพื่อสำรวจความสัมพันธ์ระหว่างพัฒนาการของการร่วมรู้สึกและความก้าวร้าวในนักเรียนประถมศึกษา กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนสองกลุ่ม (N = 15) ที่ได้วัดระดับการร่วมรู้สึกและความก้าวร้าวและต่อจากนั้นได้เข้าร่วมการฝึกโดยใช้โปรแกรมการร่วมรู้สึก (Empathy training) นักเรียนจะได้รับการวัดระดับความเห็นอกเห็นใจและความก้าวร้าวก่อนและหลังการฝึก โปรแกรมการร่วมรู้สึก (Empathy training) และนำผลคะแนนมาเปรียบเทียบ สมมติฐานคือแบบฝึกการร่วมรู้สึก สามารถช่วยให้นักเรียนมีการร่วมรู้สึกเพิ่มขึ้น และความก้าวร้าวลดลง ผลการศึกษาวิจัยไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ แต่ให้ผลทางบวก

Sahin (2012) การวิจัยครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาผลของการฝึกโดยใช้โปรแกรมการร่วมรู้สึก (Empathy training) ในนักเรียนที่มีพฤติกรรมอันธพาล (Bullying) ในระดับเกรด 6 ของโรงเรียนประถมศึกษา จากการศึกษาพบว่าพฤติกรรมอันธพาล (Bullying) ของนักเรียนที่เข้าโปรแกรมฝึกกลุ่มทดลองมีพฤติกรรมอันธพาลลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ เมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มควบคุม การศึกษานี้ยังพบอีกว่าระดับทักษะการร่วมรู้สึกในนักเรียนกลุ่มทดลองเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติเมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มควบคุม

สรุปได้ว่า การร่วมรู้สึกได้ถูกนำมาศึกษาอย่างกว้างขวางในกลุ่มนักเรียนนิสิตนักศึกษา ในทุกระดับตั้งแต่ระดับประถมศึกษาจนถึงระดับอุดมศึกษา สำหรับงานวิจัยของไทย แม้จะยังพบการศึกษาเกี่ยวกับการร่วมรู้สึกจำนวนน้อย แต่ก็มียกวิทย์หลายท่าน ได้นำการร่วมรู้สึกมาศึกษา โดยศึกษาการร่วมรู้ในรูปแบบตัวแปรตามในกลุ่มของนักเรียนระดับมัธยมศึกษา และนิสิตนักศึกษา ระดับอุดมศึกษา ด้วยการฝึกโดยใช้แบบจำลองและการฝึกการแสดงออกเพื่อพัฒนาการร่วมรู้สึกในนักเรียนและนิสิตนักศึกษา เพื่อให้นักเรียนและนิสิตนักศึกษาสามารถในการอ่านอารมณ์ ความรู้สึก และเข้าใจถึงสถานการณ์ของผู้อื่น ตลอดจนมีความเอื้ออาทรผู้อื่นได้ ส่วนของงานวิจัยของต่างประเทศ พบว่า ได้มีการศึกษาการร่วมรู้สึกทั้งในนักเรียนประถมศึกษา มัธยมศึกษาและอุดมศึกษาเช่นเดียวกับงานวิจัยในประเทศไทย งานวิจัยต่างประเทศนั้น ได้นำการฝึกการร่วมรู้สึก หรือ Empathy training ความฉลาดด้านสังคมและการเล่าเรื่องวิกฤตคุณธรรมมาศึกษา เพื่อเพิ่มการร่วมรู้สึกในเด็กและเยาวชน และลดพฤติกรรมอันไม่พึงประสงค์ เช่นความก้าวร้าว พฤติกรรมอันธพาล (Bullying) เป็นต้น นอกจากนี้ได้มีการศึกษาเชิงสำรวจการร่วมรู้สึกทั้งในทางด้านรู้คิดและอารมณ์ พบว่า การร่วมรู้สึกสามารถก่อให้เกิดพฤติกรรมสนับสนุนทางสังคม เช่น ความเอื้ออาทรผู้อื่น ความมีน้ำใจ และความเมตตากรุณาผู้อื่นแม้บุคคลนั้นมีใช้บุคคลในครอบครัว นอกจากนี้การร่วมรู้สึกยังช่วยลดปัญหาไม่พึงประสงค์ทางสังคมได้อีกด้วย

## เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

### ความหมายของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

การศึกษาระดับประถมศึกษาเป็นการศึกษาขั้นพื้นฐานซึ่งจัดขึ้นสำหรับผู้เรียนที่มีช่วงวัยระหว่าง 6-12 ปี ครุบ้านนอกคอกคอม (2551) เป็นการศึกษาที่มุ่งให้ผู้เรียนมีความรู้ความสามารถขั้นพื้นฐานในเวลาเรียน 6 ปี การพัฒนาของเด็กวัยนี้อาจกำหนดเป็น 2 ช่วง คือประถมศึกษาตอนต้น (อายุ 6-8 ปี) และประถมศึกษาตอนปลาย (อายุ 9-11ปี) รวมระยะเวลา 6 ปี

ดังนั้น ตามการศึกษาขั้นพื้นฐาน นักเรียนที่มีช่วงอายุระหว่าง 11-12 ปี จะถูกจัดให้อยู่ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 หรือประถมศึกษาตอนปลาย

### พัฒนาการของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 มีอายุอยู่ในช่วงประมาณ 11-12 ปี นักจิตวิทยาพัฒนาการเรียกเด็กวัยนี้ว่าเป็นวัยเด็กเข้าโรงเรียน (School age) เด็กวัยนี้จะมีช่วงอายุระหว่างตั้งแต่ 6-12 ปี ซึ่งเป็นช่วงที่เด็กเริ่มเข้าโรงเรียนในระดับประถมศึกษา แต่ในปัจจุบันนักจิตวิทยาพัฒนาการนิยมเรียกเด็กวัยนี้ว่า วัยเด็กตอนกลาง (Middle childhood) มากกว่าและบางครั้งเด็กในช่วงอายุ 11-12 ปี ก็เรียกว่าเป็น “วัยเด็กตอนปลาย (Late childhood) ซึ่งมีพัฒนาการที่น่าสนใจในด้านต่าง ๆ ดังนี้

#### 1. พัฒนาการทางร่างกาย

พัฒนาการด้านร่างกายของวัยเด็กตอนกลาง จะมีการเจริญเติบโตอย่างรวดเร็วทั้งในด้านความสูงและน้ำหนัก เพ็ญพิไล ฤทธาคณานนท์ (2549, หน้า 145) เมื่อเด็กเริ่มมีอายุ 6 ปี เค้าหน้าที่อ่อนเยาว์แบบทารกจะเริ่มหมดไป แขนขาจะเจริญเติบโตเร็วกว่าลำตัว ทำให้เด็กวัยนี้มองดูเก้งก้าง สุรางค์ โคว์ตระกูล (2553, หน้า 86) วัย 9 ขวบ ร่างการแข็งแรงมากขึ้น ทำอะไรซ้ำ ๆ โดยไม่รู้จักเหน็ดเหนื่อย วัยนี้เด็กผู้ชายชอบการต่อสู้ การกินอาหารมีระเบียบมากขึ้น โดยการเลียนแบบผู้ใหญ่ แต่ไม่ค่อยพิถีพิถันในการแต่งตัว เสื้อผ้าที่ใช้แล้วมักทิ้งไว้เก้ลื้อนห้องเสมอ แต่เด็กวัยทำงานรวดเร็ว ว่องไว รู้จักจัดเวลาอะไรควรทำก่อนหรือหลัง วัย 10-12 ขวบ เป็นระยะพัฒนาการที่กว้าง เด็กบางคนอยู่ระหว่างวัยเด็กกับวัยรุ่นเรียกว่า “ก่อนวัยรุ่น” (Puberty) วัยนี้เด็กผู้หญิงมีพัฒนาการเร็วกว่าเด็กผู้ชาย การเคลื่อนไหวส่วนต่าง ๆ ของร่างกายจะมีการประสานกัน ดีขึ้น จะเห็นจากการเล่นเกมต่าง ๆ เด็กวัยนี้จึงสามารถเล่นกีฬา และเกมได้อย่างมีประสิทธิภาพ

#### 2. พัฒนาการทางอารมณ์และสังคม

เด็กวัยประถมศึกษาเป็นวัยที่เริ่มที่จะใช้เวลาส่วนมากอยู่กับเพื่อน และเริ่มเรียนรู้ที่จะให้ความร่วมมือ รู้จักให้และรับ เด็กจะใช้เวลากับเพื่อนร่วมวัยมากขึ้น เพื่อนร่วมวัยเป็น Socialization agent ที่สำคัญ เด็กจะเลียนแบบพฤติกรรมต่างๆ จากเพื่อน เพื่อนเป็นผู้ที่ให้แรงเสริม ขณะเดียวกัน

จะเป็นผู้ประเมินพฤติกรรมให้คำติชม ดังนั้น ปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพื่อนจึงสำคัญมาก นอกจากนี้ การมีเพื่อนสนิทก็สำคัญสำหรับเด็กวัยนี้

### 3. พัฒนาการทางปัญญา

Piaget (1980 อ้างถึงใน ครุบ้านนอกคอกคอก, 2551) เชื่อว่าคนเราทุกคนตั้งแต่เกิดมาพร้อมที่จะมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมและโดยธรรมชาติของมนุษย์เป็นผู้พร้อมที่จะมีกิจกรรมหรือเริ่มกระทำก่อน (Active) นอกจากนี้เพ็ญเจตต์ถือว่ามนุษย์เรามีแนวโน้มพื้นฐานที่ติดตัวมาตั้งแต่กำเนิด 2 ชนิดดังนี้

3.1 การจัดและรวบรวม (Organization) หมายถึง การจัดและรวบรวมกระบวนการต่าง ๆ ภายใน เข้าเป็นระบบอย่างต่อเนื่องเป็นระเบียบและมีการปรับปรุงเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา ปรากฏที่ยังมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม

3.2 การปรับตัว (Adaptation) หมายถึง การปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อม เพื่ออยู่ในสภาพสมดุล การปรับตัวประกอบด้วยกระบวนการ 2 อย่าง คือ

3.2.1 การซึมซาบหรือดูดซึม (Assimilation) หมายถึง เมื่อมนุษย์มีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมก็จะซึมซาบหรือดูดซึมประสบการณ์ใหม่ให้รวมเข้าอยู่ในโครงสร้างของสติปัญญา (Cognitive structure) โดยจะเป็นการตีความหรือการรับข้อมูลจากสิ่งแวดล้อม

3.2.2 การปรับโครงสร้างทางปัญญา (Accommodation) หมายถึงการเปลี่ยนแบบโครงสร้างของความรู้ปัญญาที่มีอยู่แล้วให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมหรือประสบการณ์ใหม่หรือเป็นการเปลี่ยนแปลงความคิดเดิมให้สอดคล้องกับสิ่งแวดล้อมใหม่ซึ่งเป็นความสามารถในการปรับโครงสร้างทางปัญญา

สรุปแล้วในพัฒนาการเขาวุ่นปัญญาบุคคลต้องมีการปรับตัวซึ่งประกอบด้วยกระบวนการสำคัญ 2 อย่าง คือ การดูดซึมหรือซึมซาบเข้าสู่โครงสร้างทางปัญญา (Assimilation) และการปรับโครงสร้างทางสติปัญญา (Accommodation) เพ็ญเจตต์กล่าวว่า ระหว่างระยะเวลาตั้งแต่ทารกจนถึงวัยรุ่นคนเราจะค่อย ๆ สามารถปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อมได้มากขึ้นตามลำดับขั้น โดยเพ็ญเจตต์ได้แบ่งลำดับขั้นของพัฒนาการเขาวุ่นปัญญาของมนุษย์ ไว้ 4 ขั้นซึ่งเป็นขั้นพัฒนาการเขาวุ่นปัญญา ดังนี้

ขั้นที่ 1 Sensorimotor (แรกเกิด-2 ขวบ) วัยนี้เป็นวัยที่เด็กมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมโดยประสาทสัมผัสและการเคลื่อนไหวของอวัยวะต่าง ๆ ของร่างกาย

ขั้นที่ 2 Preoperational (อายุ 18 เดือน-7 ปี) เด็กก่อนเข้าโรงเรียนและวัยอนุบาล มีระดับเขาวุ่นปัญญาอยู่ในขั้นนี้ เด็กวัยนี้มีโครงสร้างของสติปัญญา (Structure) ที่จะใช้สัญลักษณ์แทนวัตถุสิ่งของที่อยู่รอบ ๆ ตัวได้ หรือมีพัฒนาการทางด้านภาษา เด็กวัยนี้จะเริ่มด้วยการพูดเป็นประโยค



และเรียนรู้คำต่าง ๆ เพิ่มขึ้นเด็กจะารู้จักคิด อย่างไรก็ตามความคิดของของเด็กวัยนี้ยังมีข้อจำกัดหลายอย่างเด็กก่อนเข้าโรงเรียนและวัยอนุบาลมีระดับเขาวนปัญญาอยู่ในขั้นนี้ เด็กวัยนี้มีโครงสร้างของสติปัญญา (Structure) ที่จะใช้สัญลักษณ์แทนวัตถุสิ่งของที่อยู่รอบ ๆ ตัวได้ หรือมีพัฒนาการทางด้านภาษาเด็กวัยนี้จะเริ่มด้วยการพูดเป็นประโยคและเรียนรู้คำต่าง ๆ เพิ่มขึ้นเด็กจะรู้จักรู้จักคิด อย่างไรก็ตามความคิดของของเด็กวัยนี้ยังมีข้อจำกัดหลายอย่าง

ขั้นที่ 3 Concrete operations (อายุ 7-11 ปี) พัฒนาการทางด้านสติปัญญาและความคิดของเด็กวัยนี้แตกต่างกันกับเด็กในขั้น Preperational มาก เด็กวัยนี้จะสามารถสร้างกฎเกณฑ์และตั้งกฎเกณฑ์ในการแบ่งสิ่งแวดล้อมออกเป็นหมวดหมู่ได้คือเด็กจะสามารถที่จะอ้างอิงด้วยเหตุผลและไม่ขึ้นกับการรับรู้จากรูปร่างเท่านั้นเด็กวัยนี้สามารถแบ่งกลุ่มโดยใช้เกณฑ์หลาย ๆ อย่าง และคิดย้อนกลับ (Reversibility) ได้ ความเข้าใจ

ขั้นที่ 4 Formal operations (อายุ 12 ปี ขึ้นไป) ในขั้นนี้พัฒนาการเขาวนปัญญาและความคิดเห็นของเด็กเป็นขั้นสุดยอด คือ เด็กในวัยนี้จะเริ่มคิดเป็นผู้ใหญ่ ความคิดแบบเด็กสิ้นสุดลงเด็กสามารถที่จะคิดหาเหตุผลนอกเหนือไปจากข้อมูลที่มีอยู่สามารถที่จะคิดเป็นนักวิทยาศาสตร์สามารถที่จะตั้งสมมุติฐานและทฤษฎีและเห็นว่าความจริงที่เห็นด้วยการรับรู้ไม่สำคัญเท่ากับการคิดถึงสิ่งที่อาจเป็นไปได้ (Possibility) เพียเจต์ได้สรุปว่า “เด็กวัยนี้เป็นผู้ที่คิดเหนือไปกว่าสิ่งปัจจุบันสนใจที่จะสร้างทฤษฎีเกี่ยวกับทุกสิ่งทุกอย่างและมีความพอใจที่จะคิดพิจารณาเกี่ยวกับกับสิ่งที่ไม่มีตัวตนหรือสิ่งที่เป็นนามธรรม”

#### 4. พัฒนาการทางจริยธรรม

วัยเด็กตอนปลายเป็นช่วงเวลาที่เหมาะสมมากที่สุดที่จะสอนให้เด็กเรียนรู้ว่าพฤติกรรมใดถูกผิด-ดีชั่ว ซึ่งมาตรฐานในการกำหนดว่าอะไรดี-ชั่ว ถูก-ผิด มีความแตกต่างกันทางสังคมวัฒนธรรม แต่ก็ก็มีกฎเกณฑ์ที่เป็นแนวคิดร่วม เช่น การลักขโมย การด่าว่าผู้อื่นที่ไม่มีความผิด เป็นสิ่งที่ไม่ดี เป็นต้น การสอนเด็กในวัยนี้ในเรื่องดังกล่าวสามารถสอนโดยให้เหตุผลได้แล้ว เพราะเด็กมีการพัฒนาความคิดเข้าใจเหตุผล (ศรีเรือน แก้วกังวาล, 2553, หน้า 267)

เพียเจต์แบ่งระยะพัฒนาการทางศีลธรรมจรยาเป็น 3 ขั้นตอน โดยมีแนวคิดว่าการมีศีลธรรมจรยา คือ การเคารพกฎเกณฑ์ ซึ่งพัฒนาไปตามลำดับ ดังนี้

ขั้นที่ 1 ก่อนที่จะรู้จักคิดตัดสินใจเรื่องศีลธรรมจรยาได้ (Premoral judgement) อายุ 2-5 ปี เด็กวัยนี้ยังไม่สามารถตัดสินใจได้ถูกต้องว่าอะไรถูกอะไรผิด เขาไม่สำนึกว่าการร่วมอยู่ในสังคมต้องมีกฎระเบียบ หรือสำนึกว่ามีกติกาสังคม ตัวอย่างเช่น เพียเจต์ทดลองให้เด็กเล่นติดลูกหิน เด็ก ๆ จะเอาแต่สนุกสนานอย่างเดียว ไม่ค่อยคำนึงหรือทำตามกฎเกณฑ์การเล่น

ขั้นที่ 2 เห็นข้อเท็จจริงเรื่องศีลธรรมจรรยา (Moral realism) อายุ 5-9 ปี ราคานี้เด็กจะรู้จักเคารพกฎเกณฑ์ ข้อตกลง และจะรู้จักนำกฎนี้มาเป็นแนวทางในการตัดสินใจกระทำ ถูก-ผิด, ชั่ว-ดี เด็กจะเคารพกฎต่าง ๆ อย่างไม่ตั้งคำถาม ไม่สงสัย

ขั้นที่ 3 เข้าใจเรื่องศีลธรรมอย่างมีเหตุผล (Autonomous morality) อายุ 10 ขวบขึ้นไป ราคานี้เป็นระยะที่เด็กสามารถใช้เหตุผลเข้าใจว่ากฎเกณฑ์ต่าง ๆ มีไว้เพื่อควบคุมการกระทำของคนที่อยู่ร่วมกันในสังคมให้สามารถอยู่ร่วมกันได้อย่างปกติสุข ถ้ากฎใด ๆ ที่ไม่สามารถทำได้ดังกล่าว เด็กก็จะ “ไม่ยอม” เชื้อถือกฎเกณฑ์นั้น ถ้าเด็กเล่นกัน เด็กก็จะสร้างกฎเกณฑ์ขึ้นเองสำหรับการเล่น และจะยอมรับการลงโทษ หรือกำหนดการลงโทษเมื่อเล่นกันในหมู่เด็ก ๆ เด็กจะเข้าใจได้ว่าการลงโทษเป็นวิธีที่จะควบคุมคนที่ทำอะไร ไม่อยู่ในร่องรอย การมีกฎเกณฑ์และลงโทษ ทำให้การเล่นหรือการทำงานเป็นหมู่คณะดำรงอยู่ได้ระดับและพัฒนาการด้านการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม โคลเบอร์เกอร์ ได้แบ่งระดับพัฒนาการออกเป็น 3 ระดับใหญ่ ๆ ดังต่อไปนี้

ระดับที่ 1 ระดับก่อนเกณฑ์ (Preconventional level) ลักษณะของพัฒนาการระดับนี้คือ พฤติกรรมที่ถูกต้องนั้นจะต้องเป็นไปตามกฎที่เป็นรูปธรรม ซึ่งกำหนดอำนาจและโทษไว้ด้วย หากไม่มีข้อกำหนดแล้ว พฤติกรรมที่ถูกต้องนั้นคือพฤติกรรมที่สนองความสนใจของตนเอง หรือของผู้อื่น พฤติกรรมที่ได้รับการพิจารณาว่าถูกต้องนั้น จะต้องเป็นพฤติกรรมที่หลีกเลี่ยงการถูกลงโทษ การคล้อยตามอำนาจ การสนองความสนใจของตนเอง และหรือเพื่อเปลี่ยนแปลงความนิยมชมชอบบางอย่าง จะเห็นได้ว่าโดยส่วนใหญ่แล้ว มุมมองทางสังคมในด้านการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมนั้น มักยึดมิติที่เกี่ยวข้อกับตนเอง และหรือด้านกายภาพ และผลที่เกิดจากกฎเกณฑ์ และการประพฤติปฏิบัติเป็นหลัก

ระดับที่ 2 ระดับกฎเกณฑ์ (Conventional level) ในระดับนี้พฤติกรรมที่ถือว่าถูกต้องนั้น จะต้องเป็นไปตามความคาดหวังที่สังคมส่วนใหญ่ว่าดี (หรือสังคมส่วนน้อยบ้างก็เป็นไปได้) กล่าวคือต้องสนับสนุนและปฏิบัติตามกฎ ความคาดหวังและบทบาทของสังคมจะต้องไม่ให้ถูกทำโทษหรือขัดความสนใจตัวเองเป็นหลักอย่างระดับที่ 1 เพราะมีแรงจูงใจภายในที่ปฏิบัติตามที่สังคมคาดหวัง จึงมักได้รับการยอมรับจากผู้อื่นเสมอ

ระดับที่ 3 ระดับเหนือเกณฑ์หรือระดับหลักการ (Postconventional level หรือ Principled level) ในระดับนี้พฤติกรรมที่ถูกต้องนั้นเป็นพฤติกรรมที่ยึดหลักทั่วไปและหลักสากลทางด้านมนุษยชน เป็นค่านิยมหรือกฎเกณฑ์ซึ่งสังคมและปัจเจกชนยอมรับผู้ให้เหตุผลทางจริยธรรมเชื่อว่าสมาชิกที่ดีของสังคม มีภาระที่จะต้องสนับสนุนสิทธิของสมาชิกทั้งหมด และจะต้องประพฤติปฏิบัติให้สอดคล้องกับค่านิยมทางศีลธรรม ขณะเดียวกันสังคมก็มีกฎเกณฑ์และกฎหมายตามความจำเป็นของสังคมซึ่งสมาชิกของสังคมยอมรับ สมาชิกจะต้องเข้าใจและทราบจุดหมายด้วย มิใช่ยอมรับ

กฎเกณฑ์ (อย่างในระดับที่ 2) เท่านั้นและต้องพร้อมที่จะคุ้มครองสิทธิ์ค่านิยมนั้น ๆ นอกจากนี้ แนวปฏิบัติของสังคมก็ควรจะยึดอยู่บนพื้นฐานทางจริยธรรม มิใช่ให้จริยธรรมทางสังคมมาจาก แนวปฏิบัติของสังคม

จากการพัฒนา 3 ระดับ โคลเบอร์กได้จำแนกพัฒนาการออกเป็นระดับละ 2 ขั้นย่อย ๆ รวมเป็น 6 ขั้น

ขั้นที่ 1 ก่อนกฎเกณฑ์ จริยธรรมจากภายนอก ขั้นนี้เรียกย่อ ๆ ว่าขั้นหลักแห่งการลงโทษ และความเชื่อฟัง ในขั้นนี้เด็กจะเข้าใจว่าสิ่งที่ถูกหรือผิดอยู่ที่ผลที่จะตามมาในกายภาพ แทนที่จะเป็นผลทางจิตวิทยา หากทำอะไรแล้วถูกทำโทษ หรือเป็นอันตรายต่อบุคคลหรือทรัพย์สินสมบัติ ก็ไม่ควรจะทำตรงกันข้าม การเคารพเชื่อฟังเป็นสิ่งที่มีความสำคัญ การให้เหตุผลในขั้นนี้เด็กจะยึดตนเป็นหลัก ไม่ยอมรับความคิดที่แตกต่างไปจากความคิดของตน

ขั้นที่ 2 ยึดตนเอง ยึดผลประโยชน์และการแลกเปลี่ยน ขั้นนี้บางทีอาจเรียกว่า ขั้นผลประโยชน์แบบสุขนิยม (อะไรที่ตีหมายถึงสิ่งที่นำมาซึ่งสิ่งของ บริการ อำนาจที่ตนเองต้องการ และสิ่งนั้นจะต้องเป็นประโยชน์ และเป็นที่พอใจด้วย) สิ่งที่ถูกเห็นว่าถูกต้องคือสิ่งที่สามารถตอบสนองความต้องการของคนและคนอื่น เป็น “จริยธรรมแบบตลาด” (Marketplace morality) ผู้มีพัฒนาการในขั้นนี้ให้ความสำคัญแก่การแลกเปลี่ยนที่เท่าเทียมกัน กล่าวคือ แต่ละคนจะทำเพื่อประโยชน์สูงสุดของตน และคนอื่นก็ควรทำเช่นกัน ขั้นที่ 2 ก้าวหน้ากว่าขั้น 1 ในแง่ที่ว่า เด็กสามารถพิจารณาการกระทำซึ่งสนองความต้องการของผู้อื่นและสามารถจำแนกสิ่งนี้กับผลทางกายภาพหรือผลการกระทำอีกต่างหาก

ขั้นที่ 3 ความคาดหวัง ความสัมพันธ์ และการปรองดองซึ่งกันและกันระหว่างบุคคล ขั้นนี้อาจเรียกว่าขั้น “การปรองดองระหว่างกัน” (Interpersonal concordance) หรือ ขั้น “เด็กดี” การประพฤติดีในขั้นนี้หมายถึงการกระทำที่สอดคล้องกับคาดหวัง และการยอมรับของคนอื่น ดังนั้น นอกจากจะทำตามความต้องการของตนเองแล้ว ยังจะต้องเป็นที่เชื่อถือของหมู่คณะด้วย จึงถือว่าถูกต้อง และถือว่าประโยชน์ของสังคมมีความสำคัญกว่าประโยชน์ส่วนตัว

ขั้นที่ 4 ระบบสังคมและความรู้สึกผิดชอบชั่วดี ขั้นที่ 4 นี้ อาจเรียกว่าขั้น “รักษากฎระเบียบ” หรือ “การรู้จักกฎระเบียบ” ในขั้นนี้พฤติกรรมที่ถูกต้องคือการกระทำหน้าที่ของตนในสังคม และสนับสนุนระเบียบกฎเกณฑ์ที่มีอยู่ในสังคม เป็นการกระทำเพื่อให้กฎระเบียบคงอยู่ และเพื่อศักดิ์ศรีของตนเอง ผู้มีพัฒนาการในขั้นนี้จะเห็นความจำเป็นที่ต้องมีกติกา เพื่อที่จะได้ใช้กติกานี้รักษาและป้องกันสิทธิของสมาชิกในสังคม เพื่อสังคมจะได้ไม่วุ่นวายหรือพบกับความวิบัติ

ขั้นที่ 5 สัญญาประชาคม หรือสิทธิและผลประโยชน์ของบุคคล ในขั้นนี้ที่ 5 นี้ สิ่งที่ดีว่า ถูกต้องนั้นจะต้องสนับสนุนสิทธิ ค่านิยมขั้นพื้นฐานซึ่งได้รับการยอมรับว่าเป็นสัญญาประชาคม ซึ่งอาจจะขัดกับกฎระเบียบและกฎหมายบางข้อของกลุ่มสังคม ผู้มีพัฒนาการในขั้นนี้จะยอมรับว่า ในสังคมมีทั้งกฎระเบียบแบบสัมพัทธ์ (Relative rules) กฎหมายและสิทธิตลอดจนค่านิยมที่ไม่ใช่ แบบสัมพัทธ์นิยม กฎหมายของสังคมควรได้รับการคำนึงไว้ เพราะเป็นพื้นฐานของสัญญาประชาคม ขณะเดียวกันสิทธิและค่านิยมแบบสัมบูรณ์ (Absolute) เช่น สิทธิต่อชีวิตและเสรีภาพ จะต้องได้รับการคำนึงไว้ ไม่ว่าความคิดเห็นของสาธารณชนหรือเสียงส่วนใหญ่จะเห็นด้วยหรือไม่ ผู้ใช้เหตุผลในขั้นที่ 5 จะให้ความสำคัญต่อความเชื่อถือและการเคารพซึ่งกันและกันอย่างสูง เพื่อให้การคุ้มครองสิทธิทั้งตนเองและผู้อื่น นอกจากนี้ขั้นนี้ยังยึดหลักการใช้ประโยชน์อย่างมี เหตุผล หรือความเชื่อที่ว่ากฎหมายและหน้าที่ที่บัญญัติไว้นั้นควรรับใช้คนส่วนใหญ่

ขั้นที่ 6 หลักจริยธรรม หลักจริยธรรมสากล ขั้นที่ 6 ถือว่าเป็นขั้นเกิดจากการใช้ วิจารณ์ญาณขั้นสูง ในทางทฤษฎีขั้นนี้ยังไม่เป็นที่ชัดเจนนักในปัจจุบันว่าขั้นที่ 6 นั้นเป็นขั้นสูงกว่า ขั้นที่ 5 อย่างชัดเจน สิ่งที่ถูกต้องในทัศนะของผู้มีพัฒนาการในขั้นที่ 6 คือ การกระทำตามหลักที่ ตนเองได้เลือก ซึ่งอาจจะเหมาะสมกับมนุษย์ทั้งมวลไม่ว่าเวลาใด กฎหมายหรือระเบียบแบบแผนใด ที่สร้างขึ้นตามหลักการดังกล่าวควรต้องปฏิบัติตาม อย่างไรก็ตาม การที่จะยอมรับหลักการใดมิใช่ เพียงเพราะว่าหลักการเหล่านั้นเป็นที่ยอมรับของสังคม แต่เป็นเพียงเพราะว่าเป็นสิ่งที่มาก่อนสังคม และได้มาจากแนวคิดพื้นฐานเกี่ยวกับความยุติธรรม ซึ่งเป็นเรื่องของความเท่าเทียมกันเกี่ยวกับสิทธิ ของมนุษย์ และการสงวนไว้ซึ่งการให้ความเคารพต่อศักดิ์ศรีของบุคคล (สุรางค์ โค้วตระกูล, 2553, หน้า 71) ขั้นนี้เป็นหลักการมาตรฐานจริยธรรมสากล เป็นหลักการเพื่อนมนุษย์เพื่อความเสมอภาคในสิทธิมนุษยชนและเพื่อความยุติธรรมของมนุษย์ทุกคน ในขั้นนี้สิ่งที่ “ถูก” “ผิด” เป็นสิ่งที่ขึ้น มโนธรรมของแต่ละบุคคลที่เลือกยึดถือ

พัฒนาการทางจริยธรรมตามทฤษฎีของ Kohlberg (1969 อ้างถึงใน ดุจเดือน พันธุมนาวัน, 2551, หน้า 9)

ระดับจริยธรรมและอายุ	ขั้นการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม
ระดับที่ 1 ก่อนเกณฑ์อายุ 2-10 ขวบ	ขั้นที่ 1 หลักการหลบหลีกการถูกลงโทษ ขั้นที่ 2 หลักการแสวงหารางวัล
ระดับที่ 2 ก่อนเกณฑ์อายุ 10-16 ขวบ	ขั้นที่ 3 หลักการทำตามความเห็นชอบของผู้อื่น ขั้นที่ 4 หลักการทำตามหน้าที่และกฎข้อบังคับในสังคม
ระดับที่ 3 ก่อนเกณฑ์อายุ 16 ปี ขึ้นไป	ขั้นที่ 5 หลักการทำตามคำมั่นสัญญา ขั้นที่ 6 หลักการยึดอุดมคติสากล

สรุปแล้วนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 เป็นเด็กที่อยู่ในช่วงอายุ 11-12 ปี ซึ่งนักจิตวิทยาพัฒนาการได้จัดให้เด็กวัยนี้อยู่ในวัยเด็กตอนกลาง (Middle childhood) วัยเด็กตอนกลางเป็นระยะพัฒนาการที่กว้าง เด็กบางคนอยู่ระหว่างวัยเด็กกับวัยรุ่นเรียกว่า “ก่อนวัยรุ่น” (Puberty) วัยนี้เด็กผู้หญิงมีพัฒนาการเร็วกว่าเด็กผู้ชาย การเคลื่อนไหวส่วนต่าง ๆ ของร่างกายจะมีการประสานกันดีขึ้น มักใช้เวลาส่วนใหญ่อยู่กับเพื่อน เด็กวัยนี้จะชอบเลียนแบบพฤติกรรมจากเพื่อน และเริ่มเรียนรู้ที่จะให้ความร่วมมือ รู้จักให้และรับ

เพียเจต์จัดพัฒนาการด้านปัญญาของเด็กกลุ่มไวในขั้นที่ 3 Concrete operations (อายุ 7-11 ปี) ซึ่งเด็กวัยนี้จะสามารถสร้างกฎเกณฑ์และตั้งกฎเกณฑ์ในการแบ่งสิ่งแวดล้อมออกเป็นหมวดหมู่ได้ คือ เด็กจะสามารถที่จะอ้างอิงด้วยเหตุผลและไม่ขึ้นกับการรับรู้จากรูปร่างเท่านั้น เด็กวัยนี้สามารถแบ่งกลุ่มโดยใช้เกณฑ์หลาย ๆ อย่าง และคิดย้อนกลับ (Reversibility) ได้ ความเข้าใจ Kolberg จัดเด็กกลุ่มนี้ไว้ในระดับขั้นที่ 3 และ 4 มีหลักการทำตามความเห็นและหน้าที่ กฎข้อบังคับทางสังคมตามลำดับ

### บทที่ 3

#### วิธีการดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง เพื่อศึกษาผลของการให้การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึกต่อความเอื้ออาทรผู้อื่นในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โดยมีรายละเอียด และวิธีการดำเนินการวิจัยตามลำดับ ดังนี้

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
3. การสร้างเครื่องมือและการหาคุณภาพเครื่องมือ
4. การดำเนินการวิจัย
5. การเก็บรวบรวมข้อมูล
6. สถิติที่ใช้ในการวิจัย

#### ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

- 1.1 ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้คือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนสาธิต “พิบูลบำเพ็ญ” มหาวิทยาลัยบูรพา ปีการศึกษา 2557 จำนวนทั้งสิ้น 162 คน
- 1.2 กลุ่มตัวอย่างในการศึกษาครั้งนี้ คือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนสาธิต “พิบูลบำเพ็ญ” มหาวิทยาลัยบูรพา ประจำปีการศึกษา 2557 โดยคัดเลือกนักเรียนจากคะแนนเฉลี่ยแบบสำรวจความเอื้ออาทรผู้อื่น และสมัครใจเข้าร่วมการทดลอง จำนวน 20 คน จำแนกออกเป็น 2 กลุ่ม โดยใช้วิธีการสุ่มแบบง่าย (Simple random sampling) เป็นกลุ่มทดลอง จำนวน 10 คน และกลุ่มควบคุม จำนวน 10 คน ดังนี้
  - 1.2.1 ผู้วิจัยให้นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 162 คน ทำแบบสำรวจความเอื้ออาทรผู้อื่น
  - 1.2.2 ผู้วิจัยเลือกนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีคะแนนต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 จำนวน 45 คน สอบถามความสมัครใจเข้าร่วมวิจัยได้ จำนวน 20 คน
  - 1.2.3 ผู้วิจัยใช้วิธีการสุ่มแบบง่ายเพื่อแบ่งกลุ่มออกเป็น 2 กลุ่ม คือกลุ่มทดลอง จำนวน 10 คน และกลุ่มควบคุม จำนวน 10 คน โดยกลุ่มทดลองจะเป็นกลุ่มที่ได้รับโปรแกรม

การให้การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึก และกลุ่มควบคุมจะเป็นกลุ่มที่ไม่ได้รับโปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึก

### เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลในการศึกษาคั้งนี้ คือ

1. แบบสำรวจความเอื้ออาทรผู้อื่น ซึ่งผู้วิจัยได้ศึกษาแบบรายงานตนเอง (The Self-report altruism (SRA) โดย Rushton, Chrisjohn and Fekken (1981) จากนั้นได้ศึกษาและสังเคราะห์พฤติกรรมความเอื้ออาทรผู้อื่นจาก สมคิด ไชยชัยบุรณ์ จำนวน 5 ข้อ (สมคิด ไชยชัยบุรณ์, 2535) และรูปแบบของความเอื้ออาทรผู้อื่นของ Rushton (1980) อ้างถึงใน ฌญาดา กฤษณา, 2552, หน้า 10) จำนวน 4 ข้อ แล้วนำมาพัฒนาเป็นแบบสำรวจความเอื้ออาทร จำนวน 16 ข้อ และมีมาตราส่วนประมาณค่า 5 ช่วง
2. โปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มแบบการร่วมรู้สึก

### การสร้างเครื่องมือและการหาค่าคุณภาพเครื่องมือ

การสร้างข้อมูลที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยได้ดำเนินการแบ่งเป็น 2 ส่วนดังนี้

1. แบบสำรวจความเอื้ออาทรต่อผู้อื่น (Altruism)
  - 1.1 แบบสำรวจความเอื้ออาทรผู้อื่น ซึ่งผู้วิจัยได้ศึกษาแนวคิดของ (Rushton & et.al., 1981) และสมคิด ไชยชัยบุรณ์ (2535) นำมาสังเคราะห์ และพัฒนาได้องค์ประกอบความเอื้ออาทรผู้อื่นซึ่งมี 4 ด้าน ดังนี้
    - 1.1.1 การรู้จักการแบ่งปันและการเสียสละ หมายถึงการที่บุคคลเอาใจใส่ต่อผู้อื่นด้วยรู้จักให้ หรือแบ่งปันสิ่งของ อาหาร ทรัพย์สินต่าง ๆ รวมถึงการแบ่งปันพื้นที่ หรือเวลา เพื่อให้ผู้อื่นได้รับการบรรเทาใจ หรือมีความสุขกายสบายใจ
    - 1.1.2 การช่วยเหลือด้วยแรงกาย หมายถึงการที่บุคคลยินดีให้ความช่วยเหลือต่อผู้อื่นด้วยกำลังกาย เช่น การช่วยยกของ หรือถือสิ่งของต่าง ๆ และรวมถึงการให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรมต่างด้วยความเต็มใจ เพื่อกิจกรรมหรืองานต่าง ๆ สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี
    - 1.1.3 การแสดงที่ท่าที่มีมิตรไมตรีจิตต่อกัน หมายถึงการแสดงออกต่อกันด้วยความรัก ความเอาใจใส่ และมีความหวังดีต่อกันอย่างจริงใจ ตลอดจนรู้จักการให้อภัยในข้อผิดพลาดซึ่งกันและกัน
    - 1.1.4 การร่วมรู้สึก หมายถึงความสามารถในการเข้าใจหรือรับรู้ถึงอารมณ์และความรู้สึก ความทุกข์และความสุขของผู้อื่นอย่างจริงใจ

1.2 แบบสำรวจความเชื่ออาทรผู้อื่นของนักเรียน ผู้วิจัยได้สร้างข้อคำถามเพื่อสำรวจความเชื่ออาทรผู้อื่นไว้จำนวน 20 ข้อคำถาม ภายหลังจากตัดออกเหลือ 16 ข้อ เพื่อให้ให้นักเรียนได้สำรวจตนเอง ตามองค์ประกอบในความเชื่ออาทรผู้อื่นดัง โครงสร้างแบบวัด ดังนี้

ตารางที่ 1 โครงสร้างเนื้อหาของแบบสำรวจความเชื่ออาทรผู้อื่น

องค์ประกอบหลัก	จำนวนข้อ	ข้อที่
การรู้จักการแบ่งปันและเสียสละ	7	3, 4, 6, 11, 12, 13, 14
การให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรม หรือการช่วยเหลือด้วยแรงกาย	3	1, 2, 5
การแสดงที่ทำที่มิมีมิตรไมตรีจิตต่อกัน	7	7, 8, 15, 16, 17, 18, 20
การร่วมรู้สึก	3	9, 10, 19
รวม	20	

### 1.3 การตอบและการให้คะแนน

1.3.1 วิธีการตอบให้กลุ่มตัวอย่างอ่านข้อคำถามแล้วใส่เครื่องหมาย✓ ในช่องไม่เคย, หนึ่งครั้ง มากกว่าหนึ่งครั้ง, บ่อย และบ่อยมากให้ตรงกับกลุ่มตัวอย่างแต่ละคนมากที่สุด

ตารางที่ 2 ตัวอย่างแบบสำรวจความเชื่ออาทรผู้อื่น

หัวข้อ	ระดับคะแนน				
	ไม่เคย 0	หนึ่งครั้ง 1	มากกว่า หนึ่งครั้ง 2	บ่อย 3	บ่อยมาก 4
1. เมื่อฉันเห็นครูยกสมุดและหนังสือไปตรวจ หรือ คุณพ่อ คุณแม่ถือของมากมายฉันจะเข้าไปเสนอตัวช่วยเหลือทันที					
2. ฉันมักจะปฏิเสธการเป็นตัวแทนเข้าร่วมกิจกรรมที่โรงเรียนจัดขึ้น เพียงเพราะกลัวเสียเวลาทำกิจกรรมที่ฉันชอบ					



1.3.2 เกณฑ์การให้คะแนนแบบสำรวจความเชื่ออาหารผู้อื่นประกอบไปด้วยข้อคำถามเชิงบวกและข้อคำถามเชิงลบ ดังต่อไปนี้

1.3.2.1 การรู้จักการแบ่งปันและการเสียสละมีข้อคำถามเชิงบวก จำนวน 6 ข้อ และข้อคำถามเชิงลบจำนวน 1 ข้อ

ตัวอย่างข้อคำถามเชิงบวก-ฉันยินดีรอเพื่อให้ครู หรือน้อง ๆ ชั้นอื่น และคนอื่น เดินขึ้น-ลงบันได หรือลิฟท์ก่อน

ตัวอย่างข้อคำถามเชิงลบ-เพื่อนสนิทเท่านั้นที่ฉันก็ยินดีให้เขายืมของใช้

1.3.2.2 การให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรม หรือการช่วยเหลือด้วยแรงกาย มีข้อคำถามเชิงบวก จำนวน 2 ข้อ และข้อคำถามเชิงลบจำนวน 1 ข้อ

ตัวอย่างข้อคำถามเชิงบวก-เมื่อนั่งเห็นครูยกสมุดและหนังสือไปตรวจ หรือคุณพ่อ คุณแม่ถือของมากมายฉันจะเข้าไปเสนอตัวช่วยเหลือทันที

ตัวอย่างข้อคำถามเชิงลบ-ฉันมักจะปฏิเสธการเป็นตัวแทนเข้าร่วมกิจกรรม ที่โรงเรียนจัดขึ้น เพียงเพราะกลัวเสียเวลาทำกิจกรรมที่ฉันชอบทำ

1.3.2.3 การแสดงทีท่าที่มีมิตรไมตรีจิตต่อกัน มีข้อคำถามเชิงบวก จำนวน 2 ข้อ และข้อคำถามเชิงลบจำนวน 5 ข้อ

ตัวอย่างข้อคำถามเชิงบวก-เมื่อนั่งเห็นเพื่อนทำคะแนนสอบไม่ดี ฉันจะเดินเข้าไปปลอบใจ และกำลังใจ

ตัวอย่างข้อคำถามเชิงลบ-ฉันขุ่นเคืองใจและไม่มีวันยกโทษกับคนที่พูดถึงฉัน ในทางไม่ดี

1.3.2.4 การร่วมรู้สึกร่วม มีข้อคำถามเชิงบวก จำนวน 1 ข้อ และข้อคำถามเชิงลบ จำนวน 1 ข้อ

ตัวอย่างข้อคำถามเชิงบวก-ฉันยินดีรับฟังเพื่อน ๆ หรือคนอื่นเล่าความทุกข์ หรือความคับข้องใจด้วยเต็มใจ

ตัวอย่างข้อคำถามเชิงลบ- ฉันมีความสุขที่พูดจาล้อเลียนสิ่งที่เป็นปมด้อยเพื่อนเสมอ

ตารางที่ 3 เกณฑ์การให้คะแนนแบบสำรวจความเอื้ออาทรผู้อื่น

ระดับความคิดเห็น	การให้คะแนนข้อคำถาม	
	ข้อคำถามเชิงบวก	ข้อคำถามเชิงลบ
ไม่เคย	5	1
หนึ่งครั้ง	4	2
มากกว่าหนึ่งครั้ง	3	3
บ่อย	2	4
บ่อยมาก	1	5

จากตารางที่ 3 ข้อคำถามเชิงบวกมีจำนวน 5 ข้อ ได้แก่ 1, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 12, 13, 14, 15, 17, 19, 20 และข้อคำถามเชิงลบมี 5 ข้อ ได้แก่ 2, 11, 15, 16, 18

1.4 ผู้วิจัยได้นำแบบสำรวจความเอื้ออาทรผู้อื่นที่ผู้วิจัยได้พัฒนาขึ้น จำนวน 20 ข้อ เสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ เพื่อตรวจสอบข้อคำถาม และส่งแบบสำรวจให้ผู้ทรงคุณวุฒิ ตรวจสอบความเที่ยงตรงตามเนื้อหา (Content validity) จากผู้ทรงคุณวุฒิ จากนั้นนำมาคำนวณหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index of item-objective congruence: *IOC*) ได้ค่าดัชนีความสอดคล้อง (*IOC*) ตั้งแต่ 0.50-1.00

1.5 ผู้วิจัยได้นำแบบสำรวจความเอื้ออาทรผู้อื่นไปปรับตามข้อเสนอนแนะของผู้ทรงคุณวุฒิ และนำเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์เพื่อพิจารณาอีกครั้ง

1.6 ผู้วิจัยนำแบบสำรวจความเอื้ออาทรผู้อื่นไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนเมืองพัทยา 5 ปีการศึกษา 2557 จำนวน 30 คน จากนั้นนำคะแนนที่ได้มาวิเคราะห์หาค่าอำนาจจำแนก (Item total correlation) โดยเลือกข้อคำถามที่มีค่าตั้งแต่ .20 ขึ้นไป และตัดข้อคำถามที่มีค่าต่ำกว่า 0.20 ซึ่งมี จำนวน 4 ข้อ และหาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ด้วยวิธีหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค ซึ่งได้ค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับเท่ากับ 0.863 และเหลือข้อคำถามทั้งหมด 16 ข้อ จากนั้นจึงนำแบบสำรวจความเอื้ออาทรผู้อื่น ไปใช้กับกลุ่มตัวอย่าง

## 2. โปรแกรมการให้การศึกษาแบบกลุ่มแบบการร่วมรู้สึก (Empathy)

ผู้วิจัยศึกษากระบวนการปรึกษากลุ่ม และนำมาพัฒนาร่วมกับแนวคิดและกระบวนการร่วมรู้สึก (Empathy) จากแนวคิดของ Eisenberg and Reik (1982 cited in Reik, 1998) เพื่อเป็นแนวทางในการกำหนดจุดมุ่งหมาย และเนื้อหา ในการสร้างโปรแกรมการให้การศึกษาแบบร่วมรู้สึก ซึ่งใช้เวลาสัปดาห์ละ 2 ครั้ง ๆ ละ 90 นาที เป็นเวลาเดือนครึ่ง จำนวนทั้งหมด 12 ครั้งดังนี้

ครั้งที่ 1 การสร้างสัมพันธภาพเป็นขั้นตอนการทำความรู้จักรหว่างผู้นำกลุ่ม (ผู้วิจัย) กับสมาชิกกลุ่ม (นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่ได้รับการปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึก) และระหว่างสมาชิกกลุ่มกับสมาชิกกลุ่มที่ยังไม่เคยรู้จักกันมาก่อน หรือรู้จักกันเพียงผิวเผิน แต่มาพบกันด้วยจุดประสงค์ที่ต้องการพัฒนาและเพิ่มพูนความเอื้ออาทรผู้อื่นในตนเอง

ครั้งที่ 2 สานสัมพันธ์ฉันและเธอเป็นขั้นตอนที่ช่วยให้สมาชิกกลุ่มได้ทำความรู้จักและสานสัมพันธ์ที่ดีต่อกันจากครั้งที่ 1 และได้เรียนรู้ร่วมกันภายในกลุ่มในการมีความไว้วางใจซึ่งกันและกัน กล้าที่จะเปิดเผยเรื่องราวซึ่งกันและกัน

ครั้งที่ 3 อารมณ์เธออารมณ์ฉันในขั้นนี้ผู้วิจัยให้สมาชิกกลุ่มได้เรียนรู้ที่จะสังเกต เข้าใจ และบอกอารมณ์ความรู้สึกของตนเอง และบุคคลอื่นจากการทบทวนเหตุการณ์ที่ผ่านมา และร่วมแบ่งปันประสบการณ์ของแต่ละคนร่วมกัน ซึ่งจะช่วยให้สมาชิกแต่ละคนได้เรียนรู้ที่จะเข้าใจอารมณ์ ความรู้สึก และเหตุการณ์ที่เป็นเหตุของอารมณ์และความรู้สึกเหล่านั้นของตนเอง ในขณะที่ด้วยกันสมาชิกกลุ่มจะเรียนรู้ที่เข้าใจ และยอมรับอารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่นตามสถานการณ์ที่เกิดขึ้นกับผู้อื่นด้วย

ครั้งที่ 4 เปิดใจฉันเพื่อฟังเสียงใจเธอขั้นตอนนี้เป็นการให้สมาชิกกลุ่มได้เรียนรู้และแบ่งปันประสบการณ์ ตลอดจนการมองเห็นคุณค่าและความหมายของในการเปิดใจรับฟังความรู้สึกนึกคิดของผู้อื่นอย่างใจเอาใจใส่ และเข้าใจผู้อื่นเพื่อนำไปสู่การรู้จักแบ่งปัน และช่วยเหลือผู้อื่นตามความสามารถของตนเองอย่างจริงใจ

ครั้งที่ 5 มองดูด้วยตาสัมผัสด้วยใจ ขั้นตอนนี้สมาชิกกลุ่มแต่ละคนได้ถ่ายทอดความรู้สึกและอารมณ์ ผ่านเรื่องเล่าจากคินน้ำมันที่ตนเองเป็นผู้คนปั้น โดยที่สมาชิกกลุ่มคนอื่น ๆ รับฟังและมีประสบการณ์ร่วมไปกับผู้เล่าเรื่องด้วย ในขั้นนี้สมาชิกกลุ่มทุกคนได้เรียนรู้ที่จะเข้าใจความรู้สึกและอารมณ์ของผู้อื่น ได้ลึกซึ้งมากขึ้น สามารถถ่ายทอดอารมณ์ความรู้สึกเหล่านั้นได้ และสามารถเข้าใจและยอมรับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นกับผู้อื่นด้วยความจริงใจ จนสามารถแสดงออกถึงความเห็นใจและความเอื้ออาทรผู้อื่นได้

ครั้งที่ 6 เลียงข้างไปด้วยกัน ขั้นตอนนี้สมาชิกกลุ่มเรียนรู้สามารถเข้าถึงประสบการณ์ของผู้อื่นได้อย่างชัดเจน แต่ในขณะที่ด้วยกันสมาชิกกลุ่มสามารถเรียนรู้ว่าเหตุการณ์ หรือประสบการณ์ไม่ได้เกิดกับตนเอง เพื่อจะสามารถช่วยเหลือ และให้กำลังใจต่อผู้อื่นได้อย่างแท้จริง

ครั้งที่ 7-8 ยอมรับอย่างที่เราเป็น ขั้นตอนนี้ สมาชิกได้เรียนรู้ และสามารถแยกแยะระหว่างมุมมองของตนเองกับความเป็นจริงที่ผู้อื่นเป็นได้ ตลอดจนสามารถรับรู้และเข้าใจประสบการณ์ผู้อื่น โดยไม่มีเงื่อนไข ไม่มีอคติและไม่ตัดสินผู้อื่นตามความรู้สึกของตนเอง เพื่อนำไปสู่ความเอื้ออาทรผู้อื่นอย่างจริงใจ

ครั้งที่ 9 เข้าใจอย่างที่เธอเป็นขั้นตอนนี้ สมาชิกได้เรียนรู้ และสามารถแยกระหว่าง มุมมองของตนเองกับความเป็นจริงที่ผู้อื่นเป็นได้ ตลอดจนสามารถรับรู้และเข้าใจประสบการณ์ผู้อื่น โดยไม่มีเงื่อนไข ไม่มีอคติและไม่ตัดสินผู้อื่นตามความรู้สึกของตนเอง เพื่อนำไปสู่ ความเอื้ออาทรผู้อื่นอย่างจริงใจ

ครั้งที่ 10 รับรู้ด้วยหัวใจสานสายใยช่วยเหลือกัน ขั้นตอนนี้สมาชิกกลุ่มร่วมกันทบทวน และแบ่งปันประสบการณ์ที่ได้เรียนรู้ร่วมกันจากการเข้ากลุ่มในแต่ละครั้งที่ผ่านมา สมาชิกช่วยกัน จัดลำดับความยากง่าย และให้กำลังใจเพื่อนสมาชิกในการนำไปปฏิบัติเพื่อให้เกิดความร่วมมือ (Empathy) ซึ่งจะนำไปสู่ความเอื้ออาทรผู้อื่นในชีวิตประจำวันของสมาชิกแต่ละคน

ครั้งที่ 11 เรียนรู้เรื่องราวที่ผ่านมา ขั้นตอนนี้ สมาชิกได้นำสิ่งที่เรียนรู้จากกลุ่มไปปฏิบัติจริงในชีวิตประจำวันแล้ว สมาชิกแต่ละคนกลับมาเล่า และแลกเปลี่ยนประสบการณ์ ความคิดเห็น ปัญหาที่เกิดขึ้นระหว่างที่สมาชิกได้ลองปฏิบัติตนตามแบบความร่วมมือ

ครั้งที่ 12 ปัจฉิมนิเทศ ขั้นตอนนี้สมาชิกทุกคนได้บอกเล่าถึงเรื่องราว ความรู้สึก ประสบการณ์ และสิ่งที่แต่ละคนประทับใจตลอดการเข้ากลุ่มตั้งแต่ครั้งแรกจนถึงสิ้นสุด เพื่อเป็นการเปิดโอกาสให้สมาชิกได้บอกสิ่งที่อยากบอกกับกลุ่ม และให้กำลังใจซึ่งกันและกัน ในการนำประสบการณ์จากกลุ่มไปใช้ในชีวิตประจำวันเพื่อการช่วยเหลือและเอื้ออาทรผู้อื่น

2.1 ผู้วิจัยจัดทำโปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มแบบการร่วมรู้สึก ให้สอดคล้องกับ จุดมุ่งหมายในการวิจัยครั้งนี้ และนำเสนอฉบับร่างต่ออาจารย์ที่ปรึกษาหลัก และอาจารย์ที่ปรึกษา ร่วม เพื่อพิจารณาตรวจสอบ แก้ไขเนื้อหา สำนวนภาษาที่ใช้ ตลอดจนความถูกต้องของโปรแกรม

2.2 ผู้วิจัยปรับปรุงแบบสอบถามตามข้อเสนอแนะของอาจารย์ที่ปรึกษาหลัก และอาจารย์ที่ปรึกษาร่วม แล้วนำไปเสนอต่อผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 ท่าน เพื่อพิจารณาตรวจสอบ ความถูกต้องตามวัตถุประสงค์และรูปแบบการให้การปรึกษากลุ่มแบบการร่วมรู้สึก

2.3 ผู้วิจัยนำโปรแกรมการปรึกษากลุ่มแบบการร่วมรู้สึกที่ปรับปรุง ตามคำแนะนำ ของผู้ทรงคุณวุฒิ แล้วจึงนำไปให้อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ตรวจสอบอีกครั้ง และนำไปทดลอง กับกลุ่มนักเรียนที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 5 คน เพื่อพิจารณาความเหมาะสมของ รูปแบบการให้การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึก จากนั้นนำไปปรับปรุงอีกครั้งแล้วจึงนำไปใช้กับกลุ่ม ตัวอย่างในงานวิจัย

### การดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง เพื่อศึกษาผลของการให้การปรึกษากลุ่มแบบ การร่วมรู้สึกระหว่างพฤติกรรมการเอื้ออาทรผู้อื่นของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โดยมีกลุ่ม ทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 10 คน ทำการวิจัยโดยใช้แบบแผนการวิจัยแบบ 2 องค์กรประกอบ และวัดซ้ำองค์กรประกอบ (Two-factor-experiment with repeat measure on one factor) (Winner, Brown, & Michael, 1991, p. 509)

ตารางที่ 4 แสดงแบบแผนการทดลอง

	A1	A2	A3
<b>B1</b>	S1	S1	S1
	S2	S2	S2
	S3	S3	S3
	S4	S4	S4
	S5	S5	S5
	S6	S6	S6
	S7	S7	S7
	S8	S8	S8
	S9	S9	S9
	S10	S10	S10
<b>B2</b>	S11	S11	S11
	S12	S12	S12
	S13	S13	S13
	S14	S14	S14
	S15	S15	S15
	S16	S16	S16
	S17	S17	S17
	S18	S18	S19
	S19	S19	S19
	S20	S20	S20

A1	แทน	ระยะก่อนการทดลอง
A2	แทน	ระยะหลังการทดลอง
A3	แทน	ระยะติดตามผล
B1	แทน	การให้การปรึกษากลุ่มแบบการร่วมรู้ลึก
B2	แทน	วิธีปกติ
S	แทน	กลุ่มตัวอย่างที่ได้รับการทดลอง

ระยะเวลาในการทดลองแบ่งเป็น 4 ระยะ ดังนี้

#### 1. ระยะก่อนการทดลอง

ผู้วิจัยให้นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนสาธิต “พิบูลบำเพ็ญ” มหาวิทยาลัยบูรพา ประจำปีการศึกษา 2557 จำนวน 162 คน ทำแบบสำรวจความเชื่ออาหารผู้อื่น จากนั้นผู้วิจัยนำแบบสำรวจความเชื่ออาหารผู้อื่นมาตรวจ และให้คะแนนตามเกณฑ์การประเมินที่กำหนดไว้ ผู้วิจัยได้ถามความสมัครใจกลุ่มนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีคะแนนต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 คือ ผู้ที่มีคะแนนต่ำกว่า 1.75 ลงมา จำนวน 45 คน โดยมีผู้สมัครใจเข้าร่วมการทดลอง จำนวน 20 คน จำแนกออกเป็น 2 กลุ่ม โดยใช้วิธีการสุ่มแบบง่าย เป็นกลุ่มทดลอง จำนวน 10 คน และกลุ่มควบคุม จำนวน 10 คน โดยทำแบบสำรวจความเชื่ออาหารผู้อื่นในวันที่ 22-24 กรกฎาคม พ.ศ. 2557

#### 2. ระยะทดลอง

ผู้วิจัยได้ดำเนินการตามโปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้ลึก กลุ่มทดลอง เป็นกลุ่มที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้ลึกต่อความเชื่ออาหารผู้อื่น โดยใช้เวลากลางเลิกเรียนของนักเรียน สัปดาห์ละ 2 ครั้ง ในทุกวันอังคาร และทุกวันพฤหัสบดี ในเวลาตั้งแต่ 15.40 น.-17.10 น. จำนวน 12 ครั้ง ๆ ละ 90 นาที ที่ห้องประชุม อาคารพิบูลบำเพ็ญ 4 ฝ่ายประถมศึกษา โดยเริ่มการทดลองในวันที่ 29 กรกฎาคม พ.ศ. 2557 ถึงวันที่ 4 กันยายน พ.ศ. 2557 รวมระยะเวลาทั้งสิ้น 6 สัปดาห์ ส่วนของกลุ่มควบคุมเป็นกลุ่มที่ดำเนินชีวิตตามปกติ โดยไม่ได้รับโปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้ลึกต่อความเชื่ออาหารผู้อื่น

#### 3. ระยะหลังการทดลอง

เมื่อสิ้นสุดการให้การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้ลึกต่อความเชื่ออาหารผู้อื่น ผู้วิจัยในกลุ่มตัวอย่างทั้ง 2 กลุ่มทำแบบสำรวจความเชื่ออาหารผู้อื่นอีกครั้ง (ครั้งที่ 2) ภายหลังจากการสิ้นสุด

การทดลองทันที และตรวจให้คะแนนตามเกณฑ์ที่กำหนดพร้อมทั้งเก็บคะแนนที่ได้ไว้เป็นคะแนนหลังการทดลอง (Posttest) ไว้ดังนี้

3.1 กลุ่มทดลองซึ่งเป็นกลุ่มที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึกต่อความเอื้ออาทรผู้อื่นทำแบบสำรวจความเอื้ออาทรผู้อื่น ในวันที่ 4 กันยายน พ.ศ. 2557

3.2 กลุ่มควบคุม ซึ่งเป็นกลุ่มที่ดำเนินชีวิตตามปกติโดยไม่ได้รับโปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึกต่อความเอื้ออาทรผู้อื่นทำแบบสำรวจความเอื้ออาทรผู้อื่นในวันที่ 5 กันยายน พ.ศ. 2557

#### 4. ระยะติดตามผล

ภายหลังจากการเสร็จสิ้นการทดลองเป็นเวลา 3 สัปดาห์ ผู้วิจัยให้ทั้ง 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมได้ทำแบบสำรวจความเอื้ออาทรผู้อื่นซ้ำอีกครั้งหนึ่ง (ครั้งที่ 3) และตรวจให้คะแนนตามเกณฑ์ที่กำหนดพร้อมทั้งเก็บคะแนนที่ได้ไว้เป็นคะแนนในระยะติดตามผล (Follow up) เพื่อประเมินความเอื้ออาทรผู้อื่นของทั้ง 2 กลุ่มภายหลังการถอนการทดลอง ดังนี้

4.1 กลุ่มทดลองซึ่งเป็นกลุ่มที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึกต่อความเอื้ออาทรผู้อื่น ทำแบบสำรวจความเอื้ออาทรผู้อื่น ในวันที่ 23 กันยายน พ.ศ. 2557

4.2 กลุ่มควบคุมซึ่งเป็นกลุ่มที่ดำเนินชีวิตตามปกติโดยไม่ได้รับโปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึกต่อความเอื้ออาทรผู้อื่นทำแบบสำรวจความเอื้ออาทรผู้อื่นในวันที่ 24 กันยายน พ.ศ. 2557

### การเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูลผู้วิจัยได้ดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้

1. ผู้วิจัยขอหนังสือจากภาควิชาวิจัยและจิตวิทยาประยุกต์ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา เพื่อขอความอนุเคราะห์ผู้อำนวยการ โรงเรียนสาธิต “พิบูลบำเพ็ญ” มหาวิทยาลัยบูรพา ในการเก็บรวบรวมแบบสำรวจ

2. ผู้วิจัยนำแบบสำรวจ พร้อมสำเนาหนังสือขออนุญาต เพื่อให้ให้นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ตอบคำถามแบบสำรวจ และเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่าง รายละเอียดดังตารางที่ 5

ตารางที่ 4 ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย

สัปดาห์ที่	ระยะเวลา	วัน/เดือน/ปี
1	ทำแบบสำรวจระยะก่อนการทดลอง	22-24 กรกฎาคม พ.ศ. 2557
2-13	ระยะการทดลอง	29 กรกฎาคม-4 กันยายน พ.ศ. 2557
14-16	เว้นระยะเวลาหลังการทดลองเป็นเวลา 3 สัปดาห์	8-22 กันยายน พ.ศ. 2557
17	ระยะติดตามผล	23-24 กันยายน พ.ศ. 2557

3. ตรวจสอบข้อมูลจากแบบทดสอบทั้งหมด เพื่อตรวจสอบความถูกต้อง แล้วจึงนำข้อมูลไปดำเนินการวิเคราะห์ผลการทดลองต่อไป

### การวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยทำการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยโปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติ โดยใช้วิธีการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบวัดซ้ำ ประเภทหนึ่งตัวแปรระหว่างกลุ่มและหนึ่งตัวแปรภายในกลุ่ม (Repeated measures analysis of variance: one between-subjects variable and one within-subjects variable (Howell, 2006, p. 451) เมื่อพบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ทำการทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ด้วยวิธีทดสอบแบบ LSD (Fisher's least significant difference test)



## บทที่ 4

### ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

#### สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยกำหนดสัญลักษณ์ในการวิเคราะห์ดังต่อไปนี้

$\bar{X}$  แทน คะแนนเฉลี่ย

$SD$  แทน ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน

$df$  แทน ระดับชั้นความเป็นอิสระ

$n$  แทน จำนวนคนในกลุ่มตัวอย่าง

$F$  แทน ค่าสถิติที่ใช้ในการพิจารณาแจกแจงค่าเอฟ

$SS$  แทน ผลบวกของคะแนนเบี่ยงเบนมาตรฐานแต่ละตัวยกกำลังสอง

$MS$  แทน ค่าความแปรปรวน

*Source of Variation* แทน แหล่งความแปรปรวน

*Between Subject* แทน ระหว่างตัวอย่าง

$SS_{\text{within Groups}}$  แทน ผลรวมกำลังสองของความเบี่ยงเบนภายในกลุ่ม

*With Subject* แทน ภายในตัวอย่าง

$I$  แทน ระยะเวลาของการทดลอง

$G$  แทน วิธีการ

$IXG$  แทน ปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลอง

$*$  แทน ค่านัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

$p$  แทน ระดับนัยสำคัญทางสถิติ

#### การนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล โดยแบ่งเป็น 4 ตอนตามลำดับขั้นตอนดังนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลคะแนนเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความเอื้ออาทรผู้อื่น

ในระบะก่อนการทดลอง ระยะเวลาหลังการทดลองและระยะติดตามผลของนักเรียนระดับชั้น

ประถมศึกษาปีที่ 6 ในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนความเอื้ออาทรผู้อื่นระหว่างวิธีการทดลองกับระยะของการทดลอง

ตอนที่ 3 ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความเอื้ออาทรผู้อื่นของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในกลุ่มทดลอง ในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล

ตอนที่ 4 ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความเอื้ออาทรผู้อื่นของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

### ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ตอนที่ 1 ข้อมูล คะแนนเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความเอื้ออาทรผู้อื่นในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

ตารางที่ 5 คะแนนเฉลี่ยของคะแนนความเอื้ออาทรผู้อื่นในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

คน ที่	กลุ่มทดลอง			คน ที่	กลุ่มควบคุม		
	ระยะก่อน การทดลอง	ระยะหลัง การทดลอง	ระยะ ติดตามผล		ระยะก่อน การทดลอง	ระยะหลัง การทดลอง	ระยะ ติดตามผล
1	1.69	2.94	3.38	1	1.63	1.56	1.63
2	1.50	2.88	2.50	2	0.50	1.19	1.06
3	1.31	3.13	3.13	3	1.19	1.50	1.25
4	1.19	2.88	2.69	4	1.00	0.56	0.38
5	1.56	3.50	3.19	5	0.88	1.56	1.69
6	1.69	3.25	2.94	6	1.00	1.75	1.38
7	1.63	2.50	2.50	7	1.19	1.19	1.56
8	1.31	2.69	2.81	8	1.56	1.88	1.38
9	1.69	2.75	2.94	9	1.19	1.25	0.94
10	1.69	3.00	3.13	10	1.19	0.63	0.88
รวม	15.26	29.52	29.21	รวม	11.33	13.07	12.15
$\bar{X}$	1.53	2.95	2.92	$\bar{X}$	1.13	1.31	1.22
$SD$	0.19	0.29	0.30	$SD$	0.32	0.44	0.41

จากตารางที่ 5 พบว่า นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยของคะแนนความเอื้ออาทรผู้อื่นในระยะก่อนการทดลองระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลเป็น 1.53, 2.95, 2.92 ตามลำดับ ในขณะที่ส่วนกลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยของคะแนนความเอื้ออาทรผู้อื่นในระยะก่อนการทดลองระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลเป็น 1.13, 1.31, 1.22

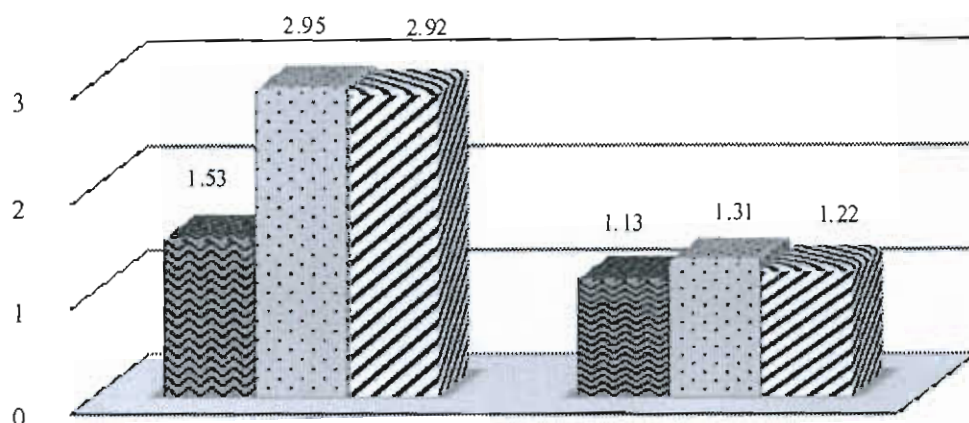
ตารางที่ 6 คะแนนเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความเอื้ออาทรผู้อื่นในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

กลุ่ม	ระยะการทดลอง	$\bar{X}$	<i>SD</i>	<i>n</i>
กลุ่มทดลอง	ก่อนการทดลอง	1.53	0.19	10
	หลังการทดลอง	2.95	0.29	10
	ติดตามผล	2.92	0.30	10
กลุ่มควบคุม	ก่อนการทดลอง	1.13	0.32	10
	หลังการทดลอง	1.31	0.44	10
	ติดตามผล	1.22	0.41	10

จากตารางที่ 6 พบว่า ในระยะก่อนการทดลอง นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความเอื้ออาทรผู้อื่นเป็น 1.53 และมีค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานเป็น 0.19 ส่วนกลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยความเอื้ออาทรผู้อื่นเป็น 1.13 และมีค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานเป็น 0.32

ในระยะหลังการทดลอง นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความเอื้ออาทรผู้อื่นเป็น 2.95 และมีค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานเป็น 0.29 ส่วนกลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยความเอื้ออาทรผู้อื่นเป็น 1.31 และมีค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานเป็น 0.44

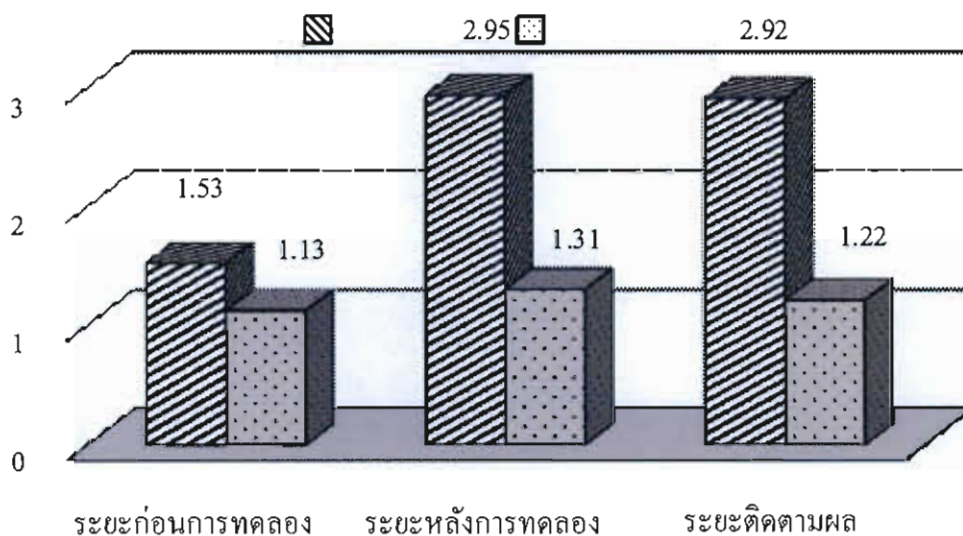
และในระยะติดตามผล นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความเอื้ออาทรผู้อื่นเป็น 2.92 และมีค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานเป็น 0.30 ส่วนกลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยความเอื้ออาทรผู้อื่นเป็น 1.22 และมีค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานเป็น 0.41 ตามลำดับ



ภาพที่ 4 เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความเชื่ออาทรผู้อื่นของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล

จากภาพที่ 4 พบว่า นักเรียนชั้นประถมศึกษา 6 ในกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความเชื่ออาทรผู้อื่นในระยะก่อนการทดลองเป็น 1.53 ระยะหลังการทดลองเป็น 2.95 และระยะติดตามผลเป็น 2.92 ซึ่งพบว่า ระยะหลังการทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความเชื่ออาทรผู้อื่นเพิ่มขึ้นกว่าระยะก่อนการทดลองเท่ากับ 1.42 ส่วนระยะติดตามผล มีคะแนนเฉลี่ยความเชื่ออาทรผู้อื่นเพิ่มขึ้นกว่าระยะก่อนการทดลองเท่ากับ 1.39 และมีคะแนนเฉลี่ยความเชื่ออาทรผู้อื่นลดลงกว่าระยะหลังการทดลองเท่ากับ 0.03 ส่วนนักเรียนชั้นประถมศึกษา 6 ในกลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยความเชื่ออาทรผู้อื่นในระยะก่อนการทดลองเป็น 1.13 ระยะหลังการทดลองเป็น 1.31 และระยะติดตามผลเป็น 1.22 ซึ่งพบว่า ระยะหลังการทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความเชื่ออาทรผู้อื่นเพิ่มขึ้นกว่าระยะก่อนการทดลองเท่ากับ 0.18 ส่วนระยะติดตามผลมีคะแนนเฉลี่ยความเชื่ออาทรผู้อื่นเพิ่มขึ้นกว่าระยะก่อนการทดลองเท่ากับ 0.09 และมีคะแนนเฉลี่ยความเชื่ออาทรผู้อื่นลดลงกว่าระยะหลังการทดลองเท่ากับ 0.09

### คะแนนเฉลี่ยความเอื้ออาทรผู้อื่น



ภาพที่ 5 เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความเอื้ออาทรผู้อื่นของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลในกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม

จากภาพที่ 5 พบว่า ระยะก่อนการทดลองนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในกลุ่มทดลอง มีคะแนนเฉลี่ยความเอื้ออาทรผู้อื่นเป็น 1.53 และกลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยเป็น 1.13 โดยกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยสูงกว่ากลุ่มควบคุมเท่ากับ 0.40

ส่วนในระยะหลังการทดลองพบว่า นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในกลุ่มทดลอง มีคะแนนเฉลี่ยความเอื้ออาทรผู้อื่นเป็น 2.95 และกลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยเป็น 1.31 โดยกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยสูงกว่ากลุ่มควบคุมเท่ากับ 1.64

และในระยะติดตามผลพบว่า นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความเอื้ออาทรผู้อื่นเป็น 2.92 และกลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยเป็น 1.22 โดยกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยต่ำกว่ากลุ่มควบคุมเท่ากับ 1.70

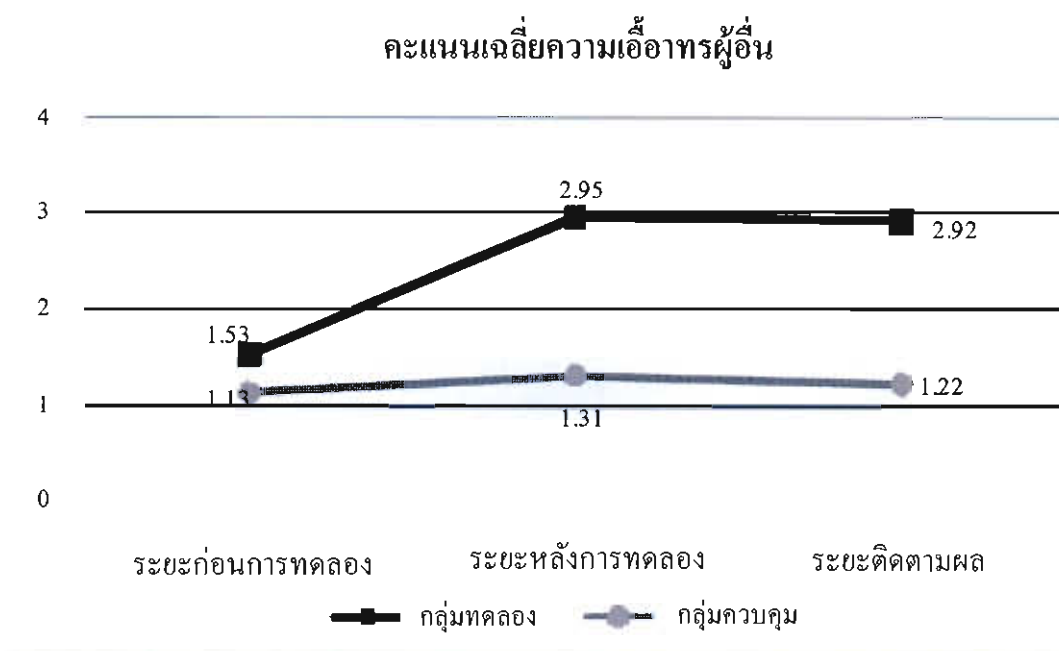
ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนความเอื้ออาทรผู้อื่น ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะของการทดลอง

ตารางที่ 7 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนความเอื้ออาทรผู้อื่นระหว่างวิธีการทดลอง  
กับระยะเวลาของการทดลอง

Source of Variation	<i>df</i>	<i>SS</i>	<i>MS</i>	<i>F</i>	<i>p</i>
Between Subject	19	27.11			
Group (G)	1	23.36	23.36	112.35*	0.000*
Ss w/in Groups	18	3.74	0.21		
Within Subjects	40	15.70			
Interval	2	7.93	3.96	62.51*	0.000*
I X G	2	5.49	2.70	43.30*	0.000*
I X G w/in Groups	36	2.28	0.06		
Total	59	42.81			

\* $p < .001$

จากตารางที่ 7 พบว่า มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีทดลองกับระยะเวลาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 คะแนนเฉลี่ยความเอื้ออาทรผู้อื่นในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ระหว่างระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 และคะแนนเฉลี่ยความเอื้ออาทรผู้อื่นของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 แสดงว่าวิธีการทดลองกับระยะเวลาส่งผลร่วมกันต่อความเอื้ออาทรผู้อื่นของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6



ภาพที่ 6 กราฟเส้นแสดงการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างคะแนนเฉลี่ยความเอื้ออาทรผู้อื่นของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมกับระยะเวลาการทดลอง

จากภาพที่ 6 พบว่า ในระยะก่อนการทดลอง นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มีคะแนนเฉลี่ยความเอื้ออาทรผู้อื่นไม่แตกต่างกัน แต่ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล มีการเปลี่ยนแปลงของคะแนนเฉลี่ยความเอื้ออาทรผู้อื่น คือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความเอื้ออาทรผู้อื่นมากกว่ากลุ่มควบคุม

ตอนที่ 3 ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความเอื้ออาทรผู้อื่นของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในกลุ่มทดลอง ในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล

ตารางที่ 8 ผลการทดสอบย่อยของวิธีการทดลองในระยะก่อนการทดลอง

Source of Variation	<i>df</i>	<i>SS</i>	<i>MS</i>	<i>F</i>	<i>P</i>
Between Group	1	0.77	0.77	6.92	0.012
Within Group	54	6.03	0.11		

\* $p < .001$

จากการปรับค่า *df* ของเวลช์และแซดเซอร์เวด (Welch, 1938; Satterthwaite, 1946 cited in Howell, 1992, p. 459) ได้ค่า  $df = 39.34$

จากตารางที่ 8 พบว่า ในระยะก่อนการทดลองคะแนนเฉลี่ยความเชื่ออาทรผู้อื่นของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมไม่มีความแตกต่างกัน แสดงว่าคะแนนเฉลี่ยความเชื่ออาทรของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในกลุ่มทดลอง ( $\bar{X} = 1.53$ ) และกลุ่มควบคุม ( $\bar{X} = 1.13$ ) ในระยะก่อนการทดลองไม่แตกต่างกัน

ตารางที่ 9 ผลการทดสอบย่อยของวิธีการทดลองในระยะหลังการทดลอง

Source of Variation	<i>df</i>	<i>SS</i>	<i>MS</i>	<i>F</i>	<i>p</i>
Between Group	1	13.53	13.53	121.25*	0.000*
Within group	54	6.03	0.11		

\* $p < .001$

จากการปรับค่า *df* ของเวลช์และแซดเซอร์เวด (Welch, 1938; Satterthwaite, 1946 cited in Howell, 1992, p. 459) ได้ค่า  $df = 39.34$

จากตารางที่ 9 พบว่า ในระยะหลังการทดลอง คะแนนความเชื่ออาทรผู้อื่นของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .001

แสดงว่า วิธีการการให้คำปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึกส่งผลให้นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในกลุ่มทดลอง ( $\bar{X} = 2.95$ ) มีคะแนนเฉลี่ยความเชื่ออาทรผู้อื่นสูงกว่ากลุ่มควบคุม ( $\bar{X} = 1.31$ )



ตารางที่ 10 ผลการทดสอบย่อยของวิธีการทดลองในระยะติดตามผล

Source of Variation	<i>df</i>	<i>SS</i>	<i>MS</i>	<i>F</i>	<i>p</i>
Between Group	1	14.55	14.55	130.40*	0.000*
Within group	54	6.03	0.11		

\* $p < .001$

จากการปรับค่า *df* ของเวลช์และแซตเทอร์ไวด์ (Welch, 1938; Satterthwaite, 1946 cited in Howell, 1992, p. 451) ได้ค่า  $df = 39.34$

จากตารางที่ 10 พบว่า ในระยะติดตามผลคะแนนเฉลี่ยความเอื้ออาทรผู้อื่นของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

แสดงว่า วิธีการการให้คำปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึกส่งผลให้นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในกลุ่มทดลอง ( $\bar{X} = 2.92$ ) มีคะแนนเฉลี่ยความเอื้ออาทรผู้อื่นสูงกว่ากลุ่มควบคุม ( $\bar{X} = 1.22$ )

ตอนที่ 4 ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความเอื้ออาทรผู้อื่นของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

ตารางที่ 11 ผลการทดสอบย่อยของระยะเวลาของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในกลุ่มทดลอง

Source of Variation	<i>df</i>	<i>SS</i>	<i>MS</i>	<i>F</i>	<i>p</i>
Between Subject	9	0.41			
Interval	2	13.27	6.63	146.52*	0.000*
Error	18	0.815	0.45		
Total	29	14.493			

\* $p < .001$

จากตารางที่ 11 พบว่า คะแนนเฉลี่ยความเอื้ออาทรผู้อื่นของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในกลุ่มทดลองในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

ตารางที่ 12 ผลการทดสอบย่อยของระยะเวลาของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในกลุ่มควบคุม

Source of Variation	df	SS	MS	F	p
Between Subject	9	2.692			
Interval	2	0.152	0.076	0.931	.412
Error	18	1.469	0.082		
Total	29	4.313			

\*  $p < .001$

จากตารางที่ 12 พบว่า คะแนนเฉลี่ยความเอื้ออาทรของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในกลุ่มควบคุม ในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลไม่แตกต่างกัน แสดงว่า นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในกลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยความเอื้ออาทรผู้อื่นไม่แตกต่างกันทั้งในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล

ตารางที่ 13 ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความเอื้ออาทรผู้อื่นเป็นรายคู่ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในกลุ่มทดลองในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล วิธีการทดสอบแบบ LSD (Fisher's Least Significant Difference Test)

ระยะเวลา การทดลอง (I)	ระยะเวลา การทดลอง (J)	ผลต่างของ ค่าเฉลี่ย (I-J)	ค่าความคลาด เคลื่อนมาตรฐาน (SE)	p
ระยะก่อน การทดลอง	ระยะหลัง	-1.426*	0.105	.000*
	การทดลอง			
ระยะหลัง การทดลอง	ระยะติดตามผล	-1.395*	0.095	.000*
	ระยะก่อน	1.426*	0.105	.000*
ระยะหลัง การทดลอง	การทดลอง			
	ระยะติดตามผล	0.031	0.083	.718

ตารางที่ 13 (ต่อ)

ระยะเวลา การทดลอง (I)	ระยะเวลา การทดลอง (J)	ผลต่างของ ค่าเฉลี่ย (I-J)	ค่าความคลาด เคลื่อนมาตรฐาน (SE)	<i>p</i>
ระยะติดตามผล	ระยะก่อน การทดลอง	1.395*	0.095	0.000*
	ระยะหลัง การทดลอง			
	ระยะหลัง การทดลอง	-.031	0.083	0.718
	การทดลอง			

\*  $p < .001$ 

จากตารางที่ 13 พบว่า นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความเอื้ออาทรผู้อื่นในระยะหลังการทดลองสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง และคะแนนเฉลี่ยความเอื้ออาทรผู้อื่นในระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ส่วนคะแนนเฉลี่ยความเอื้ออาทรผู้อื่นในระยะติดตามและระยะหลังการทดลองไม่แตกต่างกัน

แสดงว่าวิธีการการให้คำปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึกส่งผลให้นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 มีคะแนนเฉลี่ยความเอื้ออาทรผู้อื่นในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง และมีคะแนนเฉลี่ยความเอื้ออาทรผู้อื่นในระยะติดตามผลและระยะหลังการทดลองไม่แตกต่างกัน

## บทที่ 5

### สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การศึกษาเรื่องผลการให้การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึกต่อความเชื่ออาทรผู้อื่น ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 เป็นการวิจัยเชิงทดลอง (Experimental research) โดยใช้วิธีการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบวัดซ้ำ ประเภทหนึ่งตัวแปรระหว่างกลุ่มและหนึ่งตัวแปรภายในกลุ่ม (Repeated measures analysis of variance: one between – subjects variable and one within – subjects variable) เพื่อศึกษาผลการให้การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึกต่อความเชื่ออาทรผู้อื่น ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

#### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาผลการให้การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึกต่อความเชื่ออาทรผู้อื่นของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

#### สมมติฐานของการวิจัย

1. มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับช่วงเวลาของการทดลอง
2. นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึก มีความเชื่ออาทรผู้อื่นระยะหลังการทดลองสูงกว่านักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่ไม่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึก
3. นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึก มีความเชื่ออาทรผู้อื่นระยะติดตามผลสูงกว่านักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่การไม่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึก
4. นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึก มีความเชื่ออาทรผู้อื่นระยะหลังการทดลองสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง
5. นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึก มีความเชื่ออาทรผู้อื่นระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง

## กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างในการศึกษาครั้งนี้ ได้จากนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีคะแนนเฉลี่ยความถี่อาหารผู้อื่น ต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 และสมัครใจเข้าร่วมการทดลอง จำนวน 20 คน จำแนกออกเป็น 2 กลุ่ม โดยใช้วิธีการสุ่มแบบง่าย (Simple random sampling) เป็นกลุ่มทดลอง จำนวน 10 คน และกลุ่มควบคุม จำนวน 10 คน

## เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. โปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มแบบการร่วมรู้สึก
2. แบบสำรวจความถี่อาหารผู้อื่น ซึ่งผู้วิจัยได้ศึกษาแนวคิดของ Rushton et al. (1981) และสมคิด ไชยจันทร์ (2535) นำมาสังเคราะห์ และพัฒนาเป็นแบบสำรวจความถี่อาหารผู้อื่น ซึ่งมีจำนวน 16 ข้อ

## วิธีการดำเนินการ

มีขั้นตอนในการดำเนินการ ดังนี้

ขั้นเตรียมการ

ขั้นดำเนินการ แบ่งเป็น 4 ระยะ ดังนี้

### 1. ระยะก่อนการทดลอง

ผู้วิจัยให้นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนสาธิต “พิบูลบำเพ็ญ” มหาวิทยาลัยบูรพา ประจำปีการศึกษา 2557 จำนวน 162 คน ทำแบบสำรวจความถี่อาหารผู้อื่น จากนั้นผู้วิจัย นำแบบสำรวจความถี่อาหารผู้อื่นมาตรวจ และให้คะแนนตามเกณฑ์การประเมินที่กำหนดไว้ ผู้วิจัยได้ถามความสมัครใจกลุ่มนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีคะแนนต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 คือ ผู้ที่มีคะแนนต่ำกว่า 1.75 ลงมา จำนวน 45 คน โดยมีผู้สมัครใจเข้าร่วมการทดลอง จำนวน 20 คน จำแนกออกเป็น 2 กลุ่ม โดยใช้วิธีการสุ่มแบบง่าย เป็นกลุ่มทดลอง จำนวน 10 คน และกลุ่มควบคุม จำนวน 10 คน โดยทำในวันที่ 22-24 กรกฎาคม พ.ศ. 2557

### 2. ระยะทดลอง

ผู้วิจัยได้ดำเนินการตามโปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึก กลุ่มทดลอง เป็นกลุ่มที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึกต่อความถี่อาหารผู้อื่น โดยใช้เวลากลางเลิกเรียนของนักเรียน สัปดาห์ละ 2 ครั้ง ในทุกวันอังคาร และทุกวันพฤหัสบดี ตั้งแต่เวลา 15.40 น. - 17.10 น. จำนวน 12 ครั้ง ๆ ละ 90 นาที ที่ห้องประชุม อาคารพิบูลบำเพ็ญ 4 ฝ่ายประถมศึกษา โดยเริ่มการทดลองในวันที่ 29 กรกฎาคม พ.ศ. 2557 ถึงวันที่ 4 กันยายน พ.ศ. 2557

รวมระยะเวลาทั้งสิ้น 6 สัปดาห์ ส่วนของกลุ่มควบคุมเป็นกลุ่มที่ดำเนินชีวิตตามปกติ โดยไม่ได้รับ โปรแกรมการให้การศึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึกต่อความเอื้ออาทรผู้อื่น

### 3. ระยะหลังการทดลอง

เมื่อสิ้นสุดการให้การศึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึกต่อความเอื้ออาทรผู้อื่น ผู้วิจัยในกลุ่มตัวอย่างทั้ง 2 กลุ่มทำแบบสำรวจความเอื้ออาทรผู้อื่นอีกครั้ง (ครั้งที่ 2) ภายหลังจากการสิ้นสุดการทดลองทันที และตรวจให้คะแนนตามเกณฑ์ที่กำหนดพร้อมทั้งเก็บคะแนนที่ได้ไว้เป็นคะแนนหลังการทดลอง (Posttest) ไว้ดังนี้

3.1 กลุ่มทดลองซึ่งเป็นกลุ่มที่ได้รับการให้การศึกษาแบบร่วมรู้สึกต่อความเอื้ออาทรผู้อื่น ทำแบบสำรวจความเอื้ออาทรผู้อื่น ในวันที่ 4 กันยายน 2557

3.2 กลุ่มควบคุม ซึ่งเป็นกลุ่มที่ดำเนินชีวิตตามปกติโดยไม่ได้รับ โปรแกรมการให้การศึกษาแบบร่วมรู้สึกต่อความเอื้ออาทรผู้อื่น ทำแบบสำรวจความเอื้ออาทรผู้อื่น ในวันที่ 5 กันยายน พ.ศ. 2557

### 4. ระยะติดตามผล

ภายหลังจากการเสร็จสิ้นการทดลองเป็นเวลา 3 สัปดาห์ ผู้วิจัยให้ทั้ง 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม ได้ทำแบบสำรวจความเอื้ออาทรผู้อื่นซ้ำอีกครั้งหนึ่ง (ครั้งที่ 3) และตรวจให้คะแนนตามเกณฑ์ที่กำหนดพร้อมทั้งเก็บคะแนนที่ได้ไว้เป็นคะแนนในระยะติดตามผล (Follow up) เพื่อประเมินความเอื้ออาทรผู้อื่นของทั้ง 2 กลุ่มภายหลังการถอนการทดลอง ดังนี้

4.1 กลุ่มทดลองซึ่งเป็นกลุ่มที่ได้รับการให้การศึกษาแบบร่วมรู้สึกต่อความเอื้ออาทรผู้อื่น ทำแบบสำรวจความเอื้ออาทรผู้อื่น ในวันที่ 23 กันยายน พ.ศ. 2557

4.2 กลุ่มควบคุมซึ่งเป็นกลุ่มที่ดำเนินชีวิตตามปกติโดยไม่ได้รับ โปรแกรมการให้การศึกษาแบบร่วมรู้สึกต่อความเอื้ออาทรผู้อื่น ทำแบบสำรวจความเอื้ออาทรผู้อื่น ในวันที่ 24 กันยายน พ.ศ. 2557

## สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูล

1. มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาในการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

2. นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่ได้รับการให้การศึกษาแบบร่วมรู้สึกต่อความเอื้ออาทรผู้อื่นมีคะแนนเฉลี่ยความเอื้ออาทรผู้อื่นสูงกว่ากลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

3. นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึกต่อความเอื้ออาทรผู้อื่นมีคะแนนเฉลี่ยความเอื้ออาทรผู้อื่นสูงกว่ากลุ่มควบคุมในระยะติดตามผลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

4. นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึกต่อความเอื้ออาทรผู้อื่นมีคะแนนเฉลี่ยความเอื้ออาทรผู้อื่นในระยะหลังการทดลองสูงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

5. นักเรียนประถมศึกษาปีที่ 6 ที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึกต่อความเอื้ออาทรผู้อื่นมีคะแนนเฉลี่ยความเอื้ออาทรผู้อื่นในระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

## อภิปรายผล

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้อภิปรายผลตามสมมติฐาน ดังนี้

1. การทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาในการทดลอง พบว่ามีปฏิสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ดังตารางที่ 8 ภาพที่ 6 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 1 ที่ได้กล่าวไว้ว่า มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับช่วงเวลาของการทดลอง ในระยะก่อนการทดลองนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึกต่อความเอื้ออาทรผู้อื่น และนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่ดำเนินชีวิตตามปกติโดยไม่ได้รับ โปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึกต่อความเอื้ออาทรผู้อื่น มีคะแนนเฉลี่ยความเอื้ออาทรผู้อื่นไม่แตกต่างกัน แต่ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลคะแนนเฉลี่ยความเอื้ออาทรผู้อื่นแตกต่างกัน คือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึกต่อความเอื้ออาทรผู้อื่นมีคะแนนเฉลี่ยความเอื้ออาทรผู้อื่นสูงกว่านักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่ดำเนินชีวิตตามปกติโดยไม่ได้รับ โปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึกต่อความเอื้ออาทรผู้อื่น ดังตารางที่ 7 และรูปที่ 4 เพราะการวิจัยนี้ได้ทำการศึกษาตัวแปรอิสระ 2 ตัวแปร คือ 1) วิธีการปรึกษา จำแนกได้ 2 วิธี ได้แก่ การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึกและการปรึกษาด้วยวิธีปกติ 2) ระยะเวลาในการทดลอง ได้แก่ ระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง ระยะติดตามผล นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึกต่อความเอื้ออาทรผู้อื่น ได้เข้าร่วมการปรึกษากลุ่ม จำนวน 12 ครั้ง ๆ ละ 90 นาที โดยตั้งแต่ครั้งที่ 1 ถึงครั้งที่ 12 นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึกต่อความเอื้ออาทรผู้อื่นจะได้เรียนรู้กระบวนการการปรึกษากลุ่ม การได้พบเพื่อนใหม่ ได้ร่วมกันแบ่งปันประสบการณ์การเรียนรู้ที่จะยอมรับผู้อื่นอย่างไม่มีเงื่อนไขรับฟังผู้อื่นอย่าง

เอาใจใส่ ตลอดจนเข้าใจถึงอารมณ์ และความรู้สึกผู้อื่นอย่างแท้จริง เพื่อนำไปสู่การเพิ่มพูนความเอื้ออาทรผู้อื่นเช่น การแสดงออกถึงความมีน้ำใจ การเสียสละ และช่วยเหลือผู้อื่นตามกำลังความสามารถของตนเองซึ่งสิ่งต่าง ๆ เหล่านี้มีอยู่ในโปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึก ซึ่งช่วยนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึก เกิดการเรียนรู้และแบ่งปันประสบการณ์ร่วมกันภายในกลุ่มจนทำให้เกิดการพัฒนา และเพิ่มพูนความเอื้ออาทรผู้อื่นในตนเองได้ ประกอบกับระยะเวลาในการทดลองที่มีการเข้าร่วมกลุ่มถึง 12 ครั้ง ๆ ละ 90 นาที สัปดาห์ละ 2 วัน เป็นเวลา 6 สัปดาห์ ซึ่งเป็นเวลามากพอสมควรในการให้นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึกได้พัฒนาและเพิ่มพูนความเอื้ออาทรผู้อื่นในตนเองโดยใช้ระยะเวลาในการทดลองที่เป็นตัวแปรอิสระตัวที่ 2 ในการร่วมบ่งชี้ถึงการพัฒนาและเพิ่มพูนความเอื้ออาทรผู้อื่นในตนเองได้ คือ ระยะเวลาการทดลอง คะแนนเฉลี่ยความเอื้ออาทรผู้อื่นในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึกไม่มีความแตกต่างกับนักเรียนที่ได้ดำเนินชีวิตตามปกติโดยไม่ได้รับโปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึกแต่ในระยะเวลาหลังการทดลองและระยะติดตามผล คะแนนเฉลี่ยความเอื้ออาทรผู้อื่นในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึกมีค่าสูงกว่านักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่ได้ดำเนินชีวิตตามปกติโดยไม่ได้รับ โปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึกจึงทำให้ได้ข้อสรุปว่านักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึกสามารถพัฒนาและเพิ่มพูน ความเอื้ออาทรผู้อื่นได้อย่างชัดเจน

ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ Sahin (2012) ที่ศึกษาผลของการฝึกโดยใช้โปรแกรมการฝึกความร่วมมือรู้สึกในนักเรียนที่มีพฤติกรรมอันธพาลในระดับเกรด 6 ของโรงเรียนประถมศึกษาจากการศึกษาพบว่าพฤติกรรมอันธพาลของนักเรียนที่เข้าโปรแกรมฝึกกลุ่มทดลองมีพฤติกรรมอันธพาลลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ เมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มควบคุม การศึกษานี้ยังพบอีกว่าระดับทักษะความร่วมมือรู้สึกในนักเรียนกลุ่มทดลองเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติเมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มควบคุมเช่นเดียวกับงานวิจัยของ ศิริธร เรียบสันเทียะ (2553) การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของ โปรแกรมพัฒนาการเข้าถึงใจตามแนวคิดของ โรสเจอร์สต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของวัยรุ่น รูปแบบการวิจัยเป็นการวิจัยเชิงทดลองแบบ Pretest-posttest control group design และมีการเก็บข้อมูลเชิงคุณภาพโดยใช้การสัมภาษณ์เชิงลึกกับกลุ่มทดลอง เพื่อให้ผลการทดลองมีความสมบูรณ์มากยิ่งขึ้น กลุ่มตัวอย่าง ในการทดลองครั้งนี้ เป็นนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 ที่ลงทะเบียนเรียนวิชาจิตวิทยาเบื้องต้น ในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2553 ซึ่งมีผลคะแนนการเข้าถึงใจที่ต่ำกว่าค่าเฉลี่ยของกลุ่มนักศึกษาทั้งหมด จำนวนทั้งหมด 18 คน ผู้วิจัยได้จับคู่นักศึกษาที่มีคะแนนการเข้าถึงใจใกล้เคียงกัน แล้วสุ่มอย่างง่ายเข้ากลุ่มทดลอง 9 คน



และกลุ่มควบคุม 9 คน ใช้ระยะเวลาในการเข้าร่วมโปรแกรมประมาณ 16 ชั่วโมง โดยแบ่งออกเป็น 4 ช่วง ช่วงละ 3-4 ชั่วโมง ซึ่งผลวิจัยพบว่า หลังการทดลอง นักศึกษาที่เข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาการเข้าถึงใจ มีการเข้าถึงใจที่สูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และมีพฤติกรรมก้าวร้าวต่ำกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 หลังการทดลอง นักศึกษาที่เข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาการเข้าถึงใจ มีการเข้าถึงใจสูงกว่านักศึกษากลุ่มควบคุมที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาการเข้าถึงใจอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และมีพฤติกรรมก้าวร้าวต่ำกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพแสดงให้เห็นว่า นักศึกษาที่เข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาการเข้าถึงใจ ได้รับประสบการณ์และมีความรู้สึกร่วมไปกับการดำเนินกิจกรรมตามโปรแกรม สะท้อนให้เห็นได้จากบรรยากาศทางกายภาพ การอยู่ร่วมกันภายในกลุ่มสัมพันธ์ภาพของสมาชิก และกิจกรรมที่สมาชิกรู้สึกประทับใจ นอกจากนี้ นักศึกษายังตระหนักถึงการเปลี่ยนแปลงด้านการเข้าถึงใจ และพฤติกรรมก้าวร้าวของตนเองอีกด้วย

2. นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึก มีคะแนนเฉลี่ยความเอื้ออาทรผู้อื่นในระยะหลังการทดลองสูงกว่านักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่ได้ดำเนินชีวิตตามปกติโดยไม่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึก ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึกมีคะแนนเฉลี่ยความเอื้ออาทรผู้อื่นสูงกว่านักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่ได้ดำเนินชีวิตตามปกติโดยไม่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึกในระยะหลังการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ดังตารางที่ 10 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่ 2 ที่ว่า นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่ได้รับการปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึกต่อความเอื้ออาทรผู้อื่นมีคะแนนเฉลี่ยความเอื้ออาทรผู้อื่นสูงกว่ากลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลอง ทั้งนี้โปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึกต่อความเอื้ออาทรผู้อื่นของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 มีจำนวน 12 ครั้ง ผู้วิจัยได้ดำเนินการปรึกษากลุ่ม เพื่อให้ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่ได้รับการปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึกได้สามารถพัฒนาและเพิ่มพูนความเอื้ออาทรผู้อื่นในตนเองได้ด้วยวิธีการและขั้นตอน ดังต่อไปนี้

ครั้งที่ 1 การสร้างสัมพันธ์ภาพเป็นขั้นตอนการทำความรู้จักระหว่างผู้นำกลุ่ม (ผู้วิจัย) กับสมาชิกกลุ่ม (นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่ได้รับการปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึก) และระหว่างสมาชิกกลุ่มกับสมาชิกกลุ่มที่ยังไม่เคยรู้จักกันมาก่อน หรือรู้จักกันเพียงผิวเผิน แต่มาพบกันด้วยจุดประสงค์ที่ต้องการพัฒนาและเพิ่มพูนความเอื้ออาทรผู้อื่นในตนเอง

ครั้งที่ 2 สถานสัมพันธ์ฉันและเธอเป็นขั้นตอนที่ช่วยให้สมาชิกกลุ่มได้ทำความรู้จัก และสถานสัมพันธ์ที่ดีต่อกันจากครั้งที่ 1 และได้เรียนรู้ร่วมกันภายในกลุ่มในการมีความไว้วางใจซึ่งกันและกัน กล่าวที่จะเปิดเผยเรื่องราวซึ่งกันและกัน

ครั้งที่ 3 อารมณ์เธออารมณ์ฉันในขั้นนี้ผู้วิจัยให้สมาชิกกลุ่มได้เรียนรู้ที่จะสังเกต เข้าใจ และบอกอารมณ์ความรู้สึกของตนเอง และบุคคลอื่นด้วยการทบทวนเหตุการณ์ที่ผ่าน และร่วมแบ่งปันประสบการณ์ของแต่ละคน ซึ่งจะช่วยให้สมาชิกแต่ละคนได้เรียนรู้ที่จะเข้าใจอารมณ์ความรู้สึก และเหตุการณ์ที่เป็นเหตุของอารมณ์และความรู้สึกเหล่านั้นของตนเอง ในขณะที่เดียวกัน สมาชิกกลุ่มจะเรียนรู้ที่เข้าใจ และยอมรับอารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่นตามสถานการณ์ที่เกิดขึ้นกับผู้อื่นด้วย

ครั้งที่ 4 เปิดใจฉันเพื่อฟังเสียงใจเธอขั้นตอนนี้สมาชิกกลุ่มได้เรียนรู้และแบ่งปันประสบการณ์ ตลอดจนการมองเห็นคุณค่าและความหมายของในการเปิดใจรับฟังความรู้สึกนึกคิดของผู้อื่นอย่างใจเอาใจใส่ และเข้าใจผู้อื่นเพื่อนำไปสู่การรู้จักแบ่งปัน และช่วยเหลือผู้อื่นตามความสามารถของตนเองอย่างจริงใจ

ครั้งที่ 5 มองดูด้วยตาสัมผัสด้วยใจ ขั้นตอนนี้สมาชิกกลุ่มแต่ละคนได้ถ่ายทอดความรู้สึกและอารมณ์ ผ่านเรื่องเล่าจากคินน้ำมันที่ตนเองเป็นผู้คนนั้น โดยที่สมาชิกกลุ่มคนอื่น ๆ รับฟัง และมีประสบการณ์ร่วมไปกับผู้เล่าเรื่องด้วย ในขั้นนี้สมาชิกกลุ่มทุกคนได้เรียนรู้ที่จะเข้าใจความรู้สึก และอารมณ์ของผู้อื่น ได้ลึกซึ้งมากขึ้น สามารถถ่ายทอดอารมณ์ความรู้สึกเหล่านั้นได้ และสามารถเข้าใจและยอมรับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นกับผู้อื่นด้วยความจริงใจ จนสามารถแสดงออกถึงความเห็นใจและความเอื้ออาทรผู้อื่นได้

ครั้งที่ 6 เคียงข้างไปด้วยกัน ขั้นตอนนี้สมาชิกกลุ่มเรียนรู้สามารถเข้าถึงประสบการณ์ของผู้อื่นได้อย่างชัดเจน แต่ในขณะที่เดียวกันสมาชิกกลุ่มสามารถเรียนรู้ว่าเหตุการณ์ หรือประสบการณ์ไม่ได้เกิดกับตนเอง เพื่อจะสามารถช่วยเหลือ และให้กำลังใจต่อผู้อื่นได้อย่างแท้จริง

ครั้งที่ 7-8 ยอมรับอย่างที่เราเป็น ขั้นตอนนี้ สมาชิกได้เรียนรู้ และสามารถแยกแยะหว่างมุมมองของตนเองกับความเป็นจริงที่ผู้อื่นเป็น ได้ ตลอดจนสามารถรับรู้และเข้าใจประสบการณ์ผู้อื่น โดยไม่มีเงื่อนไข ไม่มีอคติและไม่ตัดสินผู้อื่นตามความรู้สึกของตนเอง เพื่อนำไปสู่ความเอื้ออาทรผู้อื่นอย่างจริงใจ

ครั้งที่ 9 เข้าใจอย่างที่เธอเป็น ขั้นตอนนี้ สมาชิกได้เรียนรู้ และสามารถแยกแยะหว่างมุมมองของตนเองกับความเป็นจริงที่ผู้อื่นเป็น ได้ ตลอดจนสามารถรับรู้และเข้าใจประสบการณ์ผู้อื่น โดยไม่มีเงื่อนไข ไม่มีอคติและไม่ตัดสินผู้อื่นตามความรู้สึกของตนเอง เพื่อนำไปสู่ความเอื้ออาทรผู้อื่นอย่างจริงใจ

ครั้งที่ 10 รับรู้ด้วยหัวใจสานสายใยช่วยเหลือกัน ขึ้นตอนนี้สมาชิกกลุ่มร่วมกันทบทวน และแบ่งปันประสบการณ์ที่ได้เรียนรู้ร่วมกันจากการเข้ากลุ่มในแต่ละครั้งที่ผ่านมา สมาชิกช่วยกัน จัดลำดับความยากง่าย และให้กำลังใจเพื่อนสมาชิกในการนำไปปฏิบัติเพื่อให้เกิดความร่วมมือรู้สึก ซึ่งจะนำไปสู่ความเอื้ออาทรผู้อื่นในชีวิตประจำวันของสมาชิกแต่ละคน

ครั้งที่ 11 เรียนรู้เรื่องราวที่ผ่านมา ขึ้นตอนนี้ สมาชิกได้นำสิ่งที่เรียนรู้จากกลุ่มไปปฏิบัติจริงในชีวิตประจำวันแล้ว สมาชิกแต่ละคนกลับมาเล่า และแลกเปลี่ยนประสบการณ์ ความคิดเห็น ปัญหาที่เกิดขึ้นระหว่างที่สมาชิกได้ลองปฏิบัติตนตามแบบความร่วมมือรู้สึก

ครั้งที่ 12 ปัจฉิมนิเทศ ขึ้นตอนนี้สมาชิกทุกคนได้บอกเล่าถึงเรื่องราว ความรู้สึก ประสบการณ์ และสิ่งที่แต่ละคนประทับใจตลอดการเข้ากลุ่มตั้งแต่ครั้งแรกจนถึงสิ้นสุด เพื่อเป็นการเปิดโอกาสให้สมาชิกได้บอกสิ่งที่อยากบอกกับกลุ่ม และให้กำลังใจซึ่งกันและกัน ในการนำประสบการณ์จากกลุ่ม ไปใช้ในชีวิตประจำวันเพื่อการช่วยเหลือและเอื้ออาทรผู้อื่น

เช่นเดียวกับงานวิจัยของ ประภาพร มั่นเจริญ (2544) ได้ศึกษาเรื่องผลของการใช้กิจกรรม พัฒนาความร่วมมือ และการใช้ตัวแบบสัญลักษณ์ ที่มีต่อพฤติกรรมเอื้อเฟื้อของนักเรียน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 อายุ 10-11 ปี โรงเรียน บ้านหนองคอก จังหวัดฉะเชิงเทรา จำนวน 90 คน แบ่งออกเป็น 3 กลุ่ม ๆ ละ 30 คน ด้วยวิธีการสุ่ม ห้องเรียนอย่างง่ายได้มา 3 ห้องเรียน แล้วสุ่มเลือกตามวิธีการสอน เป็นกลุ่มทดลอง 2 กลุ่มและ กลุ่มควบคุม 1 กลุ่ม ได้แก่ กลุ่มทดลองที่ 1 เป็นกลุ่มกิจกรรมพัฒนาความร่วมมือ กลุ่มทดลองที่ 2 เป็นกลุ่มตัวแบบสัญลักษณ์ และกลุ่มควบคุม ซึ่งอยู่ในสภาพการเรียนการสอนตามปกติ จากนั้นสุ่ม กลุ่มตัวอย่างแบบง่ายแยกประเภทตามเพศจากในห้องเรียน ๆ ละ 30 คน กลุ่มทดลองทั้ง 2 กลุ่ม ได้เข้าร่วมกิจกรรมพร้อมกับเพื่อนในห้องเรียน ในแต่ละกลุ่มได้ร่วมกิจกรรมจำนวน 12 ครั้ง แต่ละครั้งใช้เวลาประมาณ 25-40 นาที สัปดาห์ละ 5 วัน ๆ ละ 1 ชั่วโมง เป็นระยะเวลาประมาณ 2 สัปดาห์ติดต่อกัน กลุ่มตัวอย่างทั้ง 3 กลุ่ม ได้รับการประเมินพฤติกรรมเอื้อเฟื้อ จากคะแนนในด้าน ประเมินตนเอง ด้านประเมินพฤติกรรมนักเรียน โดยครูประจำชั้น ด้านอาสาสมัครพัฒนาโรงเรียน และด้านอาสาทำของเล่นของใช้ให้น้อง ทั้งในระยะก่อนการทดลองและภายหลังการทดลอง แล้วนำมาวิเคราะห์ข้อมูลด้วยการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียวและการทดสอบค่าที่ ผลการวิจัยพบว่า 1) ในระยะภายหลังการทดลอง นักเรียนกลุ่มกิจกรรมพัฒนาความร่วมมือและ กลุ่มตัวแบบสัญลักษณ์ มีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมเอื้อเฟื้อด้านประเมินตนเองและด้านอาสาสมัคร พัฒนาโรงเรียน ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ส่วนคะแนนด้านประเมินพฤติกรรม นักเรียน โดยครูประจำชั้นของกลุ่มกิจกรรมพัฒนาความร่วมมือ มีคะแนนเฉลี่ยสูงกว่ากลุ่มตัวแบบ สัญลักษณ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 2) ในระยะภายหลังการทดลอง นักเรียนกลุ่ม

กิจกรรมพัฒนาความรู้สึกและกลุ่มตัวแบบสัญลักษณ์ มีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมเอื้อเพื่อ ด้านประเมินพฤติกรรมนักเรียน โดยครูประจำชั้น และด้านอาสาสมัครพัฒนาโรงเรียน สูงกว่า กลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนคะแนนด้านประเมินตนเองของทั้ง 3 กลุ่ม ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ 3) นักเรียนกลุ่มกิจกรรมพัฒนาความรู้สึก มีคะแนน เฉลี่ยพฤติกรรมเอื้อเพื่อด้านประเมินตนเอง ด้านประเมินพฤติกรรมนักเรียน โดยครูประจำชั้น และด้านอาสาสมัครพัฒนาโรงเรียน ในระยะภายหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 4) นักเรียนกลุ่มตัวแบบสัญลักษณ์ มีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรม เอื้อเพื่อด้านประเมินตนเอง และด้านประเมินพฤติกรรมนักเรียน โดยครูประจำชั้น ในระยะภายหลัง การทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนคะแนนด้าน อาสาสมัครพัฒนาโรงเรียน ในระยะก่อนการทดลองกับภายหลังการทดลองไม่แตกต่างกันอย่างมี นัยสำคัญทางสถิติ 5) ในด้านอาสาทำของเล่นของใช้ให้น้องของกลุ่มกิจกรรมพัฒนาความรู้สึก กลุ่มตัวแบบสัญลักษณ์และกลุ่มควบคุมมีจำนวนคนที่แสดงเจตนาทำสิ่งของในระยะภายหลัง การทดลองลดน้อยลงมาจากระยะก่อนการทดลอง ส่วนในระยะภายหลังการทดลอง กลุ่มกิจกรรม พัฒนาความรู้สึกและกลุ่มตัวแบบสัญลักษณ์ มีจำนวนคนที่ทำสิ่งของมาบริจาคจริงมากกว่า กลุ่มควบคุม นอกจากนี้ กลุ่มทดลองทั้งสองกลุ่มมีจำนวนคนที่ทำสิ่งของมาบริจาคจริงเพิ่มมากขึ้น กว่าระยะก่อนการทดลอง

จึงกล่าวได้ว่าการให้การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึกมีผลต่อการพัฒนาและเพิ่มพูน ความเอื้ออาทรผู้อื่นของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึก ทั้งนี้เพราะ การให้การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึกจะเน้นให้สมาชิกกลุ่มได้เรียนรู้ และมีประสบการณ์ ร่วมกัน เพื่อสมาชิกเกิดการเรียนรู้ในการใคร่ครวญ และเข้าใจถึงอารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่น ตามสถานการณ์ที่เกิดขึ้นกับผู้อื่นอย่างแท้จริง นอกจากนี้สมาชิกยังเรียนรู้ที่จะรับฟังผู้อื่นอย่าง เอาใจใส่ แสดงออกอย่างจริงใจ และสามารถแบ่งปันประสบการณ์ร่วมกับผู้อื่น โดยการยอมรับ อย่างที่ผู้อื่นเป็นและไม่ตัดสิน เพื่อนำไปสู่ความเอื้ออาทรผู้อื่นอย่างแท้จริง โดยอาศัยกระบวนการ กลุ่มช่วยเหลือ และเป็นกำลังใจให้สมาชิกได้นำสิ่งที่เรียนรู้ร่วมกันไปปฏิบัติจริงในชีวิตประจำวัน

3. ความเอื้ออาทรผู้อื่นของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่ม แบบร่วมรู้สึก ในระยะติดตามผลแตกต่างกันกับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่ได้ดำเนินชีวิต ตามปกติ โดยไม่ได้รับโปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .001 ดังตารางที่ 11 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 3 ที่ว่านักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึกมีความเอื้ออาทรผู้อื่นระยะติดตามผลสูงกว่านักเรียน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่การไม่ได้รับการปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึก ทั้งนี้เนื่องจากโปรแกรม

การให้การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึกที่ผู้วิจัยได้จัดขึ้นมานั้น มีจุดมุ่งหมายที่จะให้ผู้รับการปรึกษาได้เรียนรู้และมีความสามารถเข้าใจถึงความรู้สึก และอารมณ์ของผู้อื่นอย่างจริงแท้ ซึ่งจะช่วยให้พวกเขามีความต้องการที่จะช่วยเหลือผู้ที่ได้รับความทุกข์เหล่านั้น ทั้งนี้เพราะการร่วมรู้สึกเป็นแรงจูงใจที่จะช่วยให้เกิดพฤติกรรมการช่วยเหลือตนเอง (Delamater & Myers, 2007, pp. 276-277) ที่คนเราเกิดปฏิกิริยาต่อความเศร้าของคนอื่นในระดับอารมณ์และตอบสนองด้วย การช่วยเหลือเมื่อพวกเขาเข้าใจถึงความสุขทุกข์ของผู้อื่นอย่างชัดเจน ความเข้าใจของพวกเขาจะนำไปสู่การแสดงต่อผู้อื่นอย่างเอื้ออาทรนั่นเอง แม้จะผ่านระยะทดลองมาแล้วก็ตาม ผลของการให้การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึกก็ยังคงอยู่จนถึงในระยะติดตามผล ดังนั้นคะแนนเฉลี่ยความเอื้ออาทรผู้อื่นของกลุ่มทดลองเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึก กลุ่มควบคุมเป็นกลุ่มนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่ได้ดำเนินชีวิตตามปกติโดยไม่ได้รับโปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึกมีคะแนนความเอื้ออาทรผู้อื่นในระยะติดตามผล มีความแตกต่างกัน

ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ เครือวัลย์ นุ่มพัก (2552) ศึกษาเรื่องผลการใช้รูปแบบการบริการการพยาบาลที่บูรณาการแนวคิดการร่วมรู้สึกในผู้ป่วยวิกฤติ ที่รู้สึกตัวใส่ท่อช่วยหายใจ ต่อการรับรู้คุณค่าบทบาทวิชาชีพการพยาบาล ของพยาบาลวิชาชีพในหอผู้ป่วยหนัก การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลองเพื่อศึกษาและเปรียบเทียบค่าคะแนนเฉลี่ยการรับรู้คุณค่าบทบาทวิชาชีพการพยาบาลของพยาบาลวิชาชีพ ก่อนและหลังการทดลอง กลุ่มตัวอย่างคือพยาบาลวิชาชีพ ที่ปฏิบัติงานในหอผู้ป่วยหนักในโรงพยาบาลเอกชน ระดับตติยภูมิ จำนวนกลุ่มควบคุม 25 คน และกลุ่มทดลอง 19 คน ที่ปฏิบัติงานในหอผู้ป่วยหนัก เครื่องมือในการดำเนินการทดลองคือรูปแบบการบริการการพยาบาลที่บูรณาการแนวคิดการร่วมรู้สึก (Ehmann, 1971) ในผู้ป่วยวิกฤติที่รู้สึกตัวใส่ท่อช่วยหายใจ ในหอผู้ป่วยหนักโดยจัดทำเป็นคู่มือการปฏิบัติงานสำหรับพยาบาลวิชาชีพ ส่วนกลุ่มควบคุมใช้รูปแบบการบริการการพยาบาลแบบมุ่งงาน และเครื่องมือการรวบรวมข้อมูล คือ แบบสอบถามการรับรู้คุณค่าบทบาทวิชาชีพการพยาบาลสร้างจากแนวคิดของ ไวส์ (Weiss, 1999) เครื่องมือทั้งสองอย่างนี้ได้รับการตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาโดยผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ท่านและเครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูลได้ตรวจสอบความเชื่อมั่น โดยได้ค่าสัมประสิทธิ์ คือ 0.96 วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ Wilcoxon signed ranks test เพื่อเปรียบเทียบค่าคะแนนเฉลี่ยการรับรู้คุณค่าบทบาทวิชาชีพการพยาบาล ก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลอง และใช้ Mann whitney u test เพื่อเปรียบเทียบค่าคะแนนเฉลี่ยของตัวแปร ตามหลังการทดลองของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง ผลการวิจัยพบว่า 1) ระดับการรับรู้คุณค่าบทบาทวิชาชีพการพยาบาลของพยาบาลที่ปฏิบัติงานในหอผู้ป่วยหนัก และให้การพยาบาลผู้ป่วยวิกฤติที่รู้สึกตัวใส่ท่อช่วยหายใจ

หลังการใช้รูปแบบ ในกลุ่มทดลองอยู่ในระดับมากที่สุด และในกลุ่มควบคุมอยู่ในระดับมาก และหลังการทดลองระดับการรับรู้คุณค่าบาทวิชาชีพการพยาบาลของกลุ่มทดลองอยู่ในระดับมากที่สุด ส่วนก่อนทดลองอยู่ในระดับมาก 2) ค่าคะแนนเฉลี่ยการรับรู้คุณค่าบาทวิชาชีพการพยาบาลของพยาบาลที่ปฏิบัติงานในหอผู้ป่วยหนักและให้การพยาบาลผู้ป่วยวิกฤติที่รู้สึกตัว ใ้ต่อช่วยหายใจหลังการใช้รูปแบบของกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.05 3) ค่าคะแนนเฉลี่ยการรับรู้คุณค่าบาทวิชาชีพการพยาบาลของพยาบาลที่ปฏิบัติงานในหอผู้ป่วยหนัก และให้การพยาบาลกับผู้ป่วยที่รู้สึกตัวใ้ต่อช่วยหายใจ หลังการทดลอง ในกลุ่มทดลองสูงกว่าก่อนการใช้รูปแบบ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

4. นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึก มีคะแนนเฉลี่ยความเอื้ออาทรผู้อื่นในระยะหลังการทดลองสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึก มีคะแนนเฉลี่ยความเอื้ออาทรผู้อื่นในระยะหลังการทดลองสูงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ดังตารางที่ 14 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่ 4 แสดงถึงว่านักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึก มีความตั้งใจ มีความพยายาม และให้ความร่วมมือเป็นอย่างดีในการเรียนรู้ที่จะแบ่งปันประสบการณ์ร่วมกันกับผู้อื่น มีความเข้าใจและสามารถยอมรับผู้อื่นได้อย่างจริงใจและไม่ตัดสินผู้อื่น เพื่อนำไปสู่การพัฒนาและเพิ่มพูนความเอื้ออาทรผู้อื่นมากยิ่งขึ้น จากการบันทึกสรุปรายการเข้ากลุ่ม (ภาคผนวก ค) พบว่า นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึก มีความสนใจ ตั้งใจ และมีพยายามในการแบ่งปันประสบการณ์ของตนเองให้กลุ่มฟังตั้งแต่วันที่ 1 ถึง 12 ดังเช่น มิว (นามสมมติ) กล่าวแบ่งปันประสบการณ์ให้กลุ่มฟังว่า “การยอมรับเพื่อนเป็นสิ่งที่ยากที่สุด ต้องใช้ความอดทน ความพยายาม และเวลาที่จะช่วยให้ทำได้สำเร็จ”เช่นเดียวกับ แคร่ (นามสมมติ) ได้กล่าวเสริมว่า “ถ้าเขาปรับตัวหาเราไม่ได้ เราก็ปรับตัวหาเขาแทน” นอกจากนี้ปลาย (นามสมมติ) ได้กล่าวสรุปว่า “การพยายามยอมรับผู้อื่นทำให้เราได้เพื่อนเพิ่มขึ้น และทำให้เราสามารถช่วยเหลือเขาโดยไม่มีอคติด้วย”

ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ปริญญา มาตยารักษ์ (2555) ผลของโปรแกรมกระบวนการกลุ่มพัฒนาการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่นของวัยรุ่น การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-experimental research) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมกระบวนการกลุ่มพัฒนาการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น กลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนชั้นประถมศึกษา โรงเรียนอนุบาลดำรงราชานุสรณ์ อำเภอกันทรลักษ์ จังหวัดศรีสะเกษ ที่กำลังศึกษาในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2554 ที่มีความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่นต่ำ และสมัครใจเข้าร่วมการวิจัย จำนวน 22 คน ทำการสุ่มเข้ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 11 คน โดยกลุ่มทดลองเข้าร่วมโปรแกรมกระบวนการกลุ่ม

พัฒนาการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่นสัปดาห์ละ 3 ครั้ง ครั้งละ 60-90 นาที จำนวน 10 ครั้ง สำหรับกลุ่มควบคุมไม่ได้เข้าร่วมผลของโปรแกรมกระบวนการกลุ่มพัฒนาการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น แต่เข้าเรียนตามชั้นเรียนปกติ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ แบบวัดการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่นที่มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.87 และ โปรแกรมกระบวนการกลุ่มพัฒนาการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล คือ The wilcoxon match-paired signed-ranks test และ The mann-whitney u test ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมกระบวนการกลุ่มพัฒนาการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น หลังการทดลองมีคะแนนสูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมกระบวนการกลุ่มพัฒนาการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ดังนั้น จึงทำให้สรุปได้ว่า โปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึกต่อความเอื้ออาทรผู้อื่นทำให้คะแนนเฉลี่ยความเอื้ออาทรผู้อื่นของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่ได้รับการปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึกมีคะแนนสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง

5. นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึก มีคะแนนเฉลี่ยความเอื้ออาทรผู้อื่น ระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง ผลวิจัยพบว่า นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่ได้รับการปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึก มีคะแนนเฉลี่ยความเอื้ออาทรผู้อื่นในระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่ 5 ดังตารางที่ 14 ทั้งนี้เนื่องจากนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึก มีความตั้งใจ และมีความพยายามในการที่จะเรียนรู้และแบ่งปันประสบการณ์ร่วมกันผู้อื่น เข้าใจอารมณ์ความรู้สึกตามสถานการณ์ที่ผู้อื่นประสบ ตลอดจนได้เรียนรู้ที่จะพยายามยอมรับผู้อื่นอย่างจริงใจและไม่ตัดสินผู้อื่นซึ่งทำให้เกิดการพัฒนาและเพิ่มพูนความเอื้ออาทรผู้อื่นมากขึ้นตั้งแต่ระยะหลังการทดลองจนถึงระยะติดตามผลอย่างต่อเนื่อง เมื่อการให้การปรึกษากลุ่มได้ยุติลงแล้วเป็นเวลา 3 สัปดาห์ ก็ยังคงมีความเอื้ออาทรผู้อื่นอยู่ โดยที่คะแนนเฉลี่ยความเอื้ออาทรผู้อื่นของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึก ในระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง

สอดคล้องกับงานวิจัยของ เศรษฐกร มงคลจาตุรงค์ (2546) ศึกษาเรื่อง “ผลของการฝึกการแสดงออกที่เหมาะสม เพื่อพัฒนาความเฉลียวฉลาดทางด้านความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนสตรีวิทยา 2 กรุงเทพมหานคร” จากศึกษาพบว่า นักเรียนมีความเฉลียวฉลาดทางด้านความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นสูงขึ้น หลังจากได้เข้าร่วมการฝึกการแสดงออกที่เหมาะสม เพื่อพัฒนาความเฉลียวฉลาดทางด้านความเห็นอกเห็นใจอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 เช่นเดียวกับ ฌฎฐิกา ตันตราสืบ (2550) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความเข้าใจ การยอมรับ และการสอดคล้องในตนเองของกลุ่มสมรสกับความสุข การวิจัยครั้งนี้

มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความเข้าใจ การยอมรับ และการสอดคล้องในตนเองของกลุ่มสมรสกับความสุข กลุ่มตัวอย่างเป็นชายหรือหญิงที่มีสถานภาพสมรสและอยู่ร่วมกันกับคู่สมรสของตนเอง โดยมีฐานะทางเศรษฐกิจอยู่ในระดับกลางถึงดี อายุระหว่าง 25-40 ปี จำนวน 200 คน เครื่องที่ใช้ในการทำวิจัยเป็นแบบสอบถาม แบ่งออกเป็น 3 ส่วน คือ แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล แบบวัดสัมพันธภาพ BLRI (The barrett-lennard relationship inventory) ฉบับภาษาไทย และแบบวัดความสุข สมมติฐานในการวิจัย คือความเข้าใจใจ การยอมรับ และความสอดคล้องในตนเองของกลุ่มสมรสมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความสุข ผลการวิจัยพบว่า สมมติฐานการวิจัยได้รับการยอมรับ กล่าวคือ การเข้าใจใจ การยอมรับ และความสอดคล้องในตนเองของกลุ่มสมรสมีความสัมพันธ์กับความสุข โดยมีความสัมพันธ์แบบแปรผันตามหรือแบบทิศทางเดียวกัน (ค่าเป็นบวก) ( $r = 0.750, p < .01, r = 0.639, p < .01$  และ  $r = 0.676, p < .01$  ตามลำดับ)

จากการวิจัย เรื่องผลการให้การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึกล่อความเอื้ออาทรผู้อื่น ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในครั้งนี้สามารถสรุปได้ว่า การให้การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึกล่อความเอื้ออาทรผู้อื่นที่มีประสิทธิภาพที่ดีต่อการพัฒนาและเพิ่มพูนความเอื้ออาทรผู้อื่น

## ข้อเสนอแนะ

### ข้อเสนอแนะทั่วไป

จากการวิจัยครั้งนี้พบว่าผลการให้การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึกล่อความเอื้ออาทรผู้อื่นของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ได้ ดังนั้น ควรมีการนำไปใช้เพื่อพัฒนานักเรียนในระดับชั้นอื่นในโรงเรียน เพื่อพัฒนาให้นักเรียนมีความเอื้ออาทรผู้อื่นเพิ่มขึ้น โดยอาจมีการปรับโปรแกรมการปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึกล่อความเอื้ออาทรผู้อื่นให้เหมาะสมกับวัย และระดับชั้นของนักเรียนที่มีความสนใจจะนำไปใช้ ตลอดจนผู้ที่จะนำโปรแกรมการปรึกษาแบบร่วมรู้สึกล่อความเอื้ออาทรผู้อื่นไปใช้ ควรศึกษาและฝึกฝนการใช้โปรแกรมการปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึกล่อความเอื้ออาทรผู้อื่นให้เกิดความเข้าใจ ทักษะและความชำนาญเพื่อให้เกิดประสิทธิภาพในการใช้เพิ่มขึ้น ทั้งนี้เนื่องจากการให้การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึกล่อความเอื้ออาทรผู้อื่นเน้นที่การเรียนรู้ และแบ่งปันประสบการณ์ร่วมกันภายในกลุ่ม เพื่อให้เกิดการรับรู้และความเข้าใจต่อความรู้สึกและอารมณ์ของผู้อื่นอย่างลึกซึ้ง รับฟังผู้อื่นอย่างเอาใจใส่ ตลอดจนสามารถยอมรับผู้อื่นอย่างที่เขาคิดด้วยความเต็มใจ และปราศจากการตัดสินเป็นสิ่งที่ต้องอาศัยเวลาและความไว้วางใจต่อกัน ดังนั้นผู้นำกลุ่มจึงจำเป็นต้องสร้างสัมพันธภาพที่ดีระหว่างผู้นำกลุ่มกับสมาชิก และสมาชิกกับสมาชิกภายในกลุ่ม ทั้งนี้เพื่อให้สมาชิกกลุ่มมีความไว้วางใจและเปิดเผยซึ่งกันและกันอย่างแท้จริง



### ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยในครั้งต่อไป

การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึกสามารถช่วยให้ผู้รับการปรึกษาเกิดการพัฒนาและเพิ่มพูนความเอื้ออาทรผู้อื่นในตนเองได้ จึงควรนำการปรึกษากลุ่มไปศึกษากับกลุ่มตัวอย่างอื่น ๆ เช่น นักเรียนในระดับมัธยมศึกษา และอาชีวศึกษา หรือระดับอุดมศึกษา ซึ่งการปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึกอาจจะช่วยพัฒนาและเสริมสร้างบุคคลเหล่านี้ได้เรียนรู้และมีความสามารถเข้าใจถึงความรู้สึกและอารมณ์ของผู้อื่นอย่างจริงแท้ เพื่อนำไปสู่การเพิ่มพูนความเอื้ออาทรผู้อื่น พฤติกรรมสนับสนุน สังคมและชุมชนต่อไปในอนาคต

## บรรณานุกรม

- กระทรวงศึกษาธิการ. (2551). *หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551*.  
เข้าถึงได้จาก [http://pts.ac.th/wp-content/uploads/2014/11/education\\_core2551.pdf](http://pts.ac.th/wp-content/uploads/2014/11/education_core2551.pdf).
- กาญจนา ไชยพันธุ์. (2549 ก). *การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม*. กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์.
- กาญจนา ไชยพันธุ์. (2549 ข). *กระบวนการกลุ่ม*. กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์.
- กานต์ จำรูญโรจน์ และสมบัติ ศาสตร์รุ่งกัต. (2555). *การพัฒนาเครื่องมือ Jefferson scale of physician empathy-student version (ฉบับภาษาไทย) สมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย*.  
เข้าถึงได้จาก <http://www.psychiatry.or.th/JOURNAL/57-2/08-Kam.pdf>.
- กรรณิการ์ พันทอง. (2550). *การศึกษาและพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของนักเรียนวัยรุ่น*.  
ปริญญาานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต, สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว, บัณฑิตวิทยาลัย,  
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร
- ครูบ้านนอกคอม. (2551). *ทฤษฎีพัฒนาการเซาน์ปีญญาของเพียเจต์*. เข้าถึงได้จาก  
<http://www.kroobannok.com/1547>.
- เครือวัลย์ นิ่มพิก. (2552). *ผลการใช้รูปแบบการบริการการพยาบาลที่บูรณาการแนวคิดการร่วมรู้สึก  
ในผู้ป่วยวิกฤติ ที่รู้สึกตัวใส่ท่อช่วยหายใจต่อการรับรู้คุณค่าบทบาทวิชาชีพการพยาบาล  
ของพยาบาลวิชาชีพในหอผู้ป่วยหนัก*. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต,  
สาขาวิชาการบริหารการพยาบาล, บัณฑิตวิทยาลัย, วิทยาลัยเซนต์หลุยส์.
- จรินทิพย์ โคธีรานุกฤษ. (2551). *ผลของกลุ่มจิตวิทยาพัฒนาตนและการศึกษาแนวพุทธ  
ต่อความเอื้อเฟื้อของนักศึกษามหาวิทยาลัยชั้นปีที่ 1*. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต,  
สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- จันทนะ วิไลพัฒน์. (2542). *การพัฒนาพฤติกรรมด้านความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่และการเสียสละ  
ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โดยการใช้กระบวนการสร้างค่านิยม*. วิทยานิพนธ์  
ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต, แขนงวิชาหลักสูตรและการสอน, บัณฑิตวิทยาลัย,  
มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมธิราช
- ชลวิทย์ เจียรจิตต์. (2556). *อยู่ยากมากขึ้นทุกที 'สังคมอันตราย' ใครทำ? ใครต้องแก้?*.  
เข้าถึงได้จาก <http://www.dailynews.co.th/article/223/192246>.
- ณญาดา กฤษณา. (2552). *การศึกษาและพัฒนาความเอื้อเฟื้อของนักเรียนช่วงชั้นที่ 2 โรงเรียน  
นรีปริญญากรุงเทพมหานคร*. ปริญญาานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต, สาขาวิชาจิตวิทยา  
การแนะแนว, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.

## บรรณานุกรม

- กระทรวงศึกษาธิการ. (2551). *หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551*. เข้าถึงได้จาก [http://pts.ac.th/wp-content/uploads/2014/11/education\\_core2551.pdf](http://pts.ac.th/wp-content/uploads/2014/11/education_core2551.pdf).
- กาญจนา ไชยพันธุ์. (2549 ก). *การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม*. กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์.
- กาญจนา ไชยพันธุ์. (2549 ข). *กระบวนการกลุ่ม*. กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์.
- กานต์ จำรูญโรจน์ และสมบัติ ศาสตร์รุ่งภัก. (2555). *การพัฒนาเครื่องมือ Jefferson scale of physician empathy-student version (ฉบับภาษาไทย) สมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย*. เข้าถึงได้จาก <http://www.psychiatry.or.th/JOURNAL/57-2/08-Kam .pdf>.
- กรรณิการ์ พันทอง. (2550). *การศึกษาและพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของนักเรียนวัยรุ่น*. ปรินญานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต, สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร
- ครูบ้านนอกคอม. (2551). *ทฤษฎีพัฒนาการเซาน์ปัญหาของเพียเจต์*. เข้าถึงได้จาก <http://www.kroobannok.com/1547>.
- เครือวัลย์ นิ่มพิก. (2552). *ผลการใช้รูปแบบการบริการการพยาบาลที่บูรณาการแนวคิดการร่วมรู้สึกลงในผู้ป่วยวิกฤติ ที่รู้สึกตัวใส่ท่อช่วยหายใจต่อการรับรู้คุณค่าบทบาทวิชาชีพการพยาบาลของพยาบาลวิชาชีพในหอผู้ป่วยหนัก*. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาการบริหารการพยาบาล, บัณฑิตวิทยาลัย, วิทยาลัยเซนต์หลุยส์.
- จรินทิพย์ โศธีรานุรักษ์. (2551). *ผลของกลุ่มจิตวิทยาพัฒนาตนและการฝึกฝนแนวพุทธต่อความเอื้อเฟื้อของนักศึกษามหาวิทยาลัยชั้นปีที่ 1*. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- จันทนะ วิไลพัฒน์. (2542). *การพัฒนาพฤติกรรมด้านความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่และการเสียสละของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โดยใช้กระบวนการสร้างค่านิยม*. วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต, แขนงวิชาหลักสูตรและการสอน, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมชิวราช
- ชลวิทย์ เจียรจิตต์. (2556). *อยู่ยากมากขึ้นทุกที 'สังคมอันตราย' ใครทำ ? ใครต้องแก้?*. เข้าถึงได้จาก <http://www.dailynews.co.th/article/223/192246>.
- ณญาดา กฤษณา. (2552). *การศึกษาและพัฒนาความเอื้อเฟื้อของนักเรียนช่วงชั้นที่ 2 โรงเรียนนิธิปริญาฎกรุงเทพมหานคร*. ปรินญานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต, สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.

- ณัฐริกา ตันตราสีบ. (2550). ความสัมพันธ์ระหว่างความเข้าใจ การยอมรับ และการสอดคล้อง  
ในตนเองของกลุ่มสมรสกับความสุข. ปริญญาณิพนธ์วิชาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชา  
จิตวิทยาการปรึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- คุณเดือน พันธมนาวิน. (2551). การสังเคราะห์งานวิจัยเกี่ยวกับ คุณธรรม จริยธรรม ในประเทศไทย  
และต่างประเทศ. กรุงเทพฯ: พรักหวานกราฟฟิค.
- ธีระ ชัยยุทธชรรยง, วราภรณ์ หงษ์ดิลกกุล. (2548). กิจกรรมแนะแนวสมบูรณชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1  
ตามหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544. กรุงเทพฯ: อักษรเจริญทัศน์.
- นพตล กรรณิกา. (2550). เอบแคปโพลล์: สํารวจดัชนีคุณธรรมเชิงพฤติกรรมของประชาชน  
ในสังคมไทย. เข้าถึงได้จาก <http://www.ryt9.com/s/abcp/94726>.
- นพมาศ อุ้งพระ ธีรเวคิน. (2553). จิตวิทยาสังคม. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- นพมาศ อุ้งพระ ธีรเวคิน. (2542). จิตวิทยาสังคมกับชีวิต (พิมพ์ครั้งที่ 3). กรุงเทพฯ:  
มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- นาถสินี ศิวาวัชรพล. (2539). ผลของการใช้สถานการณ์จำลองที่มีต่อความเห็นอกเห็นใจผู้ป่วย  
ของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 2 วิทยาลัยพยาบาลเกื้อการุณย์ กรุงเทพมหานคร.  
ปริญญาณิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต, สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว, บัณฑิตวิทยาลัย,  
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- บงกช นักเสียง. (2550). เอกสารประกอบการสอนวิชา 241161 จิตวิทยาสังคมเบื้องต้น. ชลบุรี:  
มหาวิทยาลัยบูรพา.
- ประภาพร แซ่เตียว. (2541). ผลการสอน โดยให้เหตุผลแบบคำนึงถึงบุคคลอื่นที่มีพฤติกรรมเอื้อเพื่อ  
ในเด็กนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชา  
จิตวิทยาพัฒนาการ, บัณฑิตวิทยาลัย, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ประภาพร มั่นเจริญ. (2544). ผลของการใช้กิจกรรมพัฒนาความรู้สึกลและการใช้ตัวแบบ  
สัญลักษณ์ที่มีต่อพฤติกรรมเอื้อเพื่อของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5. วิทยานิพนธ์  
ครุศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา, คณะครุศาสตร์, จุฬาลงกรณ์  
มหาวิทยาลัย.
- ประยูร บุญใช้. (2538). ผลของกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อความเอื้อเพื่อของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5  
โรงเรียนอนุบาลวัดปรีนาถ กรุงเทพมหานคร. ปริญญาณิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต,  
สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ  
ประสานมิตร.

- ประเสริฐ เอี่ยมรุ่งโรจน์. (2549). *Empathy*. เข้าถึงได้ <http://www.cualumni.us/article/article65.htm>.
- ปรียานุช มาตขารักษ์. (2555). ผลของโปรแกรมกระบวนการกลุ่มพัฒนาการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่นของวัยรุ่น. วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตร์มหาบัณฑิต, สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาและการให้คำปรึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- เป็รื่อง กิจรัตน์ภร. (2554). การปฏิรูปการศึกษารอบสอง: การผลิตครูและการพัฒนาครูในระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน. เข้าถึงได้จาก [www.mua.go.th/users/bhes/front\\_home/Ohec.../Doc](http://www.mua.go.th/users/bhes/front_home/Ohec.../Doc)
- พัชรีย์ ศักดิ์. (2547). การพัฒนาความเสถียรของนักเรียนที่มีแรงจูงใจต่างกันในการเข้าร่วมกิจกรรมยวภูษาตของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนวัดพรหมสุวรรณสามัคคี สังกัดกรุงเทพมหานคร. สารนิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต, สาขาวิชาการวัดผลการศึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- พรรณี เกษกมล. (2548). กิจกรรมแนะแนวสมบูรณ์แบบช่วงชั้นที่ 3 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ตามหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544. กรุงเทพฯ: วัฒนาพานิช.
- พรรณทิพย์ ศิริวรรณบุษย์. (2551). ทฤษฎีจิตวิทยาพัฒนาการ (พิมพ์ครั้งที่ 4). กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- เพ็ญพิไล ฤทธาคนานนท์. (2549). พัฒนาการมนุษย์ (พิมพ์ครั้งที่ 1). กรุงเทพฯ: ชรรมาพรเส.
- รัตนา มาแป้น. (2549). การศึกษาเปรียบเทียบความเอื้อเฟื้อระหว่างวัยเด็ก วัยรุ่น และวัยผู้ใหญ่. วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตร์มหาบัณฑิต, สาขาวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยรามคำแหง
- รุ่งรัตน์ ไกรทอง. (2537). ผลของการใช้บทบาทสมมติที่มีต่อการใช้เหตุผลเชิงจริยะด้านความเอื้อเฟื้อของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวัดช่องนนทรี กรุงเทพมหานคร. ปริญญานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต, สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- วัชรีย์ ทรัพย์มี. (2550). ทฤษฎีให้บริการปรึกษา (พิมพ์ครั้งที่ 4). กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ศิริธร เรือนสันเทียะ. (2553). ผลของโปรแกรมพัฒนาการเข้าใจใจตามแนวคิดของโรสเจอร์สที่มีต่อการลดพฤติกรรมก้าวร้าวของวัยรุ่น. วิทยานิพนธ์ปริญญาามหาบัณฑิต, สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- ศรีเรือน แก้วกังวาล. (2553). จิตวิทยาพัฒนาการชีวิตทุกช่วงวัยแนวคิดเชิงทฤษฎี-วัยเด็กตอนกลางเล่ม 1 (พิมพ์ครั้งที่ 9). กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

- เศรษฐกร มงคลจาดรงค์. (2546). *ผลของการฝึกการแสดงออกที่เหมาะสมเพื่อพัฒนาความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์ ด้านความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนสตรีวิทยา 2 กรุงเทพมหานคร. ปรินญาณิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต, สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.*
- สมคิด ไชยยันบูรณ์. (2535). *การสอนจริยธรรม. กรุงเทพฯ: คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.*
- สมโภชน์ อเนกสุข. (2553). *เอกสารประกอบการสอนวิธีการวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์ และสังคมศาสตร์. ชลบุรี: คณะศึกษาศาสตร์มหาวิทยาลัยบูรพา.*
- สมโภชน์ อเนกสุข. (2556). *วิธีการทางสถิติสำหรับการวิจัย (พิมพ์ครั้งที่ 6). ชลบุรี: คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา.*
- สารานุกรมปรัชญาออนไลน์ฉบับสังเขป. (2554). *อัตนิยมและปรตนิยม. เข้าถึงได้จาก <http://www.philospedia.net/Egoism%20and%20Altruism.html>.*
- สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ. (2545). *แผนการศึกษาแห่งชาติ ฉบับที่ 10 (พ.ศ. 2545-2559). กรุงเทพฯ: พริกหวานกราฟฟิค.*
- สิริวรรณ จันทนะสานนท์. (2541). *ผลของกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม ด้านเอื้อเฟื้อของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอัสสัมชัญคอนแวนต์สีลม กรุงเทพมหานคร. สารนิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต, สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร*
- สุรินทร์ สุทธิชาติพิทย์. (2545). *เอกสารประกอบการสอนทักษะการปรึกษา. ชลบุรี: มหาวิทยาลัยบูรพา.*
- สุริยเดว ทรีปาตี. (2554). *เผยเด็กไทยต้นทุนชีวิตต่ำ. เข้าถึงได้จาก [http://www.thaihealth.or.th/Healthcontent/news\\_thaihealth/24723](http://www.thaihealth.or.th/Healthcontent/news_thaihealth/24723).*
- สุรางค์ ไคว์ตระกูล. (2553). *จิตวิทยาการศึกษา (พิมพ์ครั้งที่ 9). กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.*
- อนงค์ วิเศษสุวรรณ. (2554). *การปรึกษากลุ่ม (พิมพ์ครั้งที่ 3). ชลบุรี: มหาวิทยาลัยบูรพา.*
- อัญชลี วิทยาพิพัฒน์. (2546). *การศึกษาการอบรมเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุน การเห็นคุณค่าในตนเอง และพฤติกรรมเอื้อเฟื้อของนักเรียนวัยรุ่น. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยรามคำแหง.*

- อดุล เขียวมูล. (2548). การพัฒนาชุดกิจกรรมฝึกอบรมที่มีผลต่อการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม ด้านความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6. วิทยานิพนธ์การศึกษา มหาวิทยาลัย, สาขาวิชาจิตวิทยาแนะแนว, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยนเรศวร.
- อุดม เพชรสังหาร. (2555). *Empathy*. เข้าถึงได้จาก [http://www.dailyworldtoday.com/newsblank.php?news\\_id=14766](http://www.dailyworldtoday.com/newsblank.php?news_id=14766).
- อาภา จันทรสกุล. (2549). เอกสารการสอนชุดวิชาเทคนิคการปรึกษาเบื้องต้น 25405 เล่ม 1 หน่วยที่ 6 (พิมพ์ครั้งที่ 3). กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- สุดใจ บุญอารีย์. (2541). การฝึกเหตุผลเชิงจริยธรรม ทฤษฎีและการปฏิบัติ. กรุงเทพฯ: กรมวิชาการ
- Baron, R. A., & Byrne, D. (2000). *Social psychology* (9<sup>th</sup> ed.). MA: A Pearson education company need ham heights.
- Batson, C. D., Duncan, B. D., Ackerman, P, Buckley, T., & Birch, K. (1981). Is empathic emotion a source of altruistic motivation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 40(2), 290-320.
- Batson, D. C., & Powell, J. (2003). Motivation & Altruism. Retrieve from: <http://books.google.co.th/books?>
- Batson, C. D. (1991). *The altruism question toward a social-psychology answer*. Retrieve from: <http://books.google.co.th/books?>
- Buchheimer, A. (1963). The development of ideas about empathy. *Journal of Counseling Psychology*, 10(1), 61-70.
- Collins, C. (1996). *Learner's dictionary*. New York: Harper Collin.
- Cotton, K. (1992). *Developing empathy in children and youth*. Retrieve From: [http://educationnorthwest.org/webfm\\_send/556](http://educationnorthwest.org/webfm_send/556).
- Delamater, J. D., & Myers, D. J. (2007). *Social psychology* (6<sup>th</sup> ed.). Belmont, CA: Thomson Wadsworth.
- Eisenberg, N. (2000). Handbook of Child Psychology, Social, Emotional, and Personality Development. New York: Harper Collin.
- Eisenberg, N., & Strayer, J. (1987). *Empathy and its development*. New York: Cambridge university press.
- Farrington, D. P., & Welsh, B. C. (2007). *Saving children from a life of crime: Early risk factors and effective interventions*. Retrieve from: <http://books.google.co.th/books?id.>

- Goswami, U. (2002). *Childhood cognitive development*. New York: Blackwell.
- Greenberg, L. S., Watson, J. C., Elliott, A., Robert, B., Bohart, & Artur C. (2001) *Empathy Psychotherapy*, 38(4), 1555 -156.
- Hager, K., Daniel, S., & Daniel, H. (2008). *Status and altruism in children*. Retrieve from: <http://www.uni-graz.at/socialpolitik/papers/Haeger.pdf>
- Hakansson, J. (2003). *Exploring the phenomenon of empathy*. Retrieve from: [http://www.communicationcache.com/uploads/1/0/8/8/10887248/exploring\\_the\\_phenomenon\\_of\\_empathy.pdf](http://www.communicationcache.com/uploads/1/0/8/8/10887248/exploring_the_phenomenon_of_empathy.pdf)
- Habito, R. L. F., & Inaba, K. (2006). *The practice of altruism caring and religion in global perspective*. Retrieve from: <http://www.c-s-p.org/flyers/9781904303954-sample.pdf>.
- Hoffman, M. L. (2000). *Empathy and moral development: Implications for caring and justice*. New York: Cambridge University Press.
- Howell, D. C. (2006). *Statistical methods for psychology* (6<sup>th</sup> ed.). Belmont, CA: Thomson Wadsworth.
- Ickes, W. (1997). *Empathy: Philosophical and psychological perspectives*. New York: Thomson
- Ibrahim, N. (2012). *Investigating the dualistic nature of empathy and empathizing*. Retrieve from: [http://dc.msvu.ca:8080/fr/bitstream/handle/10587/1190/NaelIbrahimMASP Thesis 2012.pdf?sequence=1](http://dc.msvu.ca:8080/fr/bitstream/handle/10587/1190/NaelIbrahimMASP%20Thesis%202012.pdf?sequence=1).
- Kail, R. V., & Cavanaugh, J. C. (2007). *Human Development: A life-span view*. New York: Thomson/Wadsworth.
- Krebs, D. (1975). Empathy and altruism. *J Pers Soc Psychol*, 32(6),1134-46.
- Kohut, H. (1984). *How does analysis cure*. Chicago: University of Chicago press
- Kostelouik, W. S., & Soderman, D. (1998) *Guiding children's social development* (3<sup>rd</sup> ed.). Michigan: Delmar Publishers.
- Lannotti, R. J. (1975). Effect of role-taking experiences on role taking, empathy, altruism, and aggression. *American Psychological Association*, 14(2), 119-124.
- Leontopoulou, S. (2010). An exploratory study of altruism in Greek children: Relations with Empathy, Resilience and Classroom Climate. *Psychology*, 1(5), 377-385.



- McDonald, N. M., & Messinger, D. S. (2011). *The development of empathy: How, When, and Why*. Retrieve from: [http://www.psy.miami.edu/faculty/dmessinger/c\\_c/rsrscs/rdgs/Emot/McDonald-Messinger\\_Empathy%20Development.pdf](http://www.psy.miami.edu/faculty/dmessinger/c_c/rsrscs/rdgs/Emot/McDonald-Messinger_Empathy%20Development.pdf).
- Ozkan, Y., & Gokcearslan, C. E. (2009). The effect of empathy level on peer bullying in school. *Humanity & Social Sciences Journal*, 4(1), 31-38, 2009
- Reik, T. (1998). *Listening with the third ear the inner experience of a psychoanalyst* (12<sup>th</sup> ed.). New York: Farrar, Straus.
- Rogers, R. W. (1975). A protection motivation theory of fear appeals and attitude change. *Journal of Psychology*, 91(22), 93- 114.
- Rushton, J. P. Chrisjohn, R. D., & Fekken, G. C. (1981). The Altruistic personality and the Self-Report altruism scale. *Personality and Individual Differences*, 2(4), 293–302.
- Rushton, J. P. (1982). *Personality and Individual Differences*. Retrieve from: <http://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.397.4063&rep=rep1&type=pdf>
- Sahin, M. (2012). An investigation into efficiency of empathy training program on preventing bullying in primary schools. *Children and Youth Services Review*, 34(2012), 1325-1330
- Spelling, M. (2007). *The effect of an empathy training program on aggression in elementary age children*. Retrieve from: [http://www.etbu.edu/opencms/handle404?exporturi=/export/sites/default/Academics/universityScholars/siteResources/past\\_honors\\_projects/Maria\\_Spellings-Fall\\_2007.pdf](http://www.etbu.edu/opencms/handle404?exporturi=/export/sites/default/Academics/universityScholars/siteResources/past_honors_projects/Maria_Spellings-Fall_2007.pdf)
- Shechtman, Z. (2002). Cognitive and affective empathy in aggressive boys: Implications for Counseling. *International Journal for the Advancement of Counseling*, 24(12), 211-222.
- Shott, S. (1979). Emotion and Social Life: A Symbolic Interactions analysis. *American Journal of Sociology*, 84(6), 1317-1320.
- Weiss, N. A. (1999). *Introductory statistics* (5<sup>th</sup> ed). New York: Addison Wesley Longman.
- Zafirakis, E. (2009). Examining empathy and perspective taking among high-risk and low-risk perceptive antisocial and non antisocial young adults. *The International Journal of Interdisciplinary Social Sciences*, 4(7), 193-204.

Zoll, C., & Enz, S. (2012). *A questionnaire to assess affective and cognitive empathy in children*. Retrieve from: <http://www.opus4.kobv.de/opus4.../files/.../ZollEnzA.pdf>.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

- รายชื่อผู้ทรงคุณวุฒิ
- ตำแหน่งหนังสือราชการ

## รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุรพร อนุศาสนนันท์ หัวหน้าภาควิชาวิจัยและจิตวิทยาประยุกต์ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา
2. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วรารกร ทรัพย์วิระปกรณ์ อาจารย์ประจำ ภาควิชาวิจัยและจิตวิทยาประยุกต์ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา
3. ดร.สมพงษ์ ปั้นหุ่น อาจารย์ประจำ ภาควิชาวิจัยและจิตวิทยาประยุกต์ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา
4. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ชุติมา พงศ์วรินทร์ อาจารย์ประจำ สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
5. ดร.ครรชิต แสนอุบล อาจารย์ประจำ ภาควิชาการแนะแนว และจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
6. แพทย์หญิงรอมร เข้มประทุม อาจารย์ประจำ สาขาวิชากุมารเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา



แบบรายงานผลการพิจารณาจริยธรรมการวิจัย  
คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

๑. ชื่อวิทยานิพนธ์

ชื่อเรื่องวิทยานิพนธ์ (ภาษาไทย)  
นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๖

ผลการให้การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึกต่อความเอื้ออาทรผู้อื่นของ

ชื่อเรื่องวิทยานิพนธ์ (ภาษาอังกฤษ)

ALTRUISM OF GRADE 6 STUDENTS

THE EFFECTS OF EMPATHIC GROUP COUNSELING ON

๒. ชื่อนิสิต นางสาวจวีรารณ ชัยอารีย์เลิศ

หลักสูตร ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชา จิตวิทยาการปรึกษา

ภาคปกติ

ภาคพิเศษ

รหัสประจำตัว ๕๒๓๒๐๘๖๖๖ คณะศึกษาศาสตร์

๓. ผลการพิจารณาของคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย:

คณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย ได้พิจารณารายละเอียดวิทยานิพนธ์ เรื่องดังกล่าวข้างต้นแล้ว  
ในประเด็นที่เกี่ยวข้อง

๑) การเคารพในศักดิ์ศรี และสิทธิของมนุษย์ที่ใช้เป็นตัวอย่างการวิจัย

๒) วิธีการที่เหมาะสมในการได้รับความยินยอมจากกลุ่มตัวอย่างก่อนเข้าร่วมโครงการวิจัย  
(informed consent) รวมทั้งการปกป้องสิทธิประโยชน์และรักษาความลับของกลุ่มตัวอย่างในการวิจัย

๓) การดำเนินการวิจัยอย่างเหมาะสม เพื่อไม่ก่อความเสียหายต่อสิ่งที่ศึกษาวิจัยไม่ว่าจะเป็น  
สิ่งที่มีชีวิตหรือไม่มีชีวิต

คณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย มีมติเห็นชอบ ดังนี้

(✓) อนุมัติโครงการวิจัย

( ) ไม่อนุมัติ

๔. วันที่ให้การอนุมัติ: ๒๕ มีนาคม พุทธศักราช พ.ศ. ๒๕๕๗

(รองศาสตราจารย์ ดร.มนต์วี แยมภัสสิกร)

ประธานคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัย

คณะศึกษาศาสตร์



## บันทึกข้อความ

ส่วนงาน คณะศึกษาศาสตร์ ภาควิชาวิจัยและจิตวิทยาประยุกต์ โทร ๒๐๗๖  
 ที่ ศร ๒๖๒๗/๑๗๑๐ วันที่ ๓๐ มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๕๗  
 เรื่อง ขอความอนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อการวิจัย  
 เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนสาธิต "พิบูลบำเพ็ญ" มหาวิทยาลัยบูรพา

ด้วย นางสาวจวีวรรณ ชัยอารีย์เสิศ นิสิตระดับบัณฑิตศึกษา หลักสูตรวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา มหาวิทยาลัยบูรพา ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง "ผลการให้การปรึกษากลุ่มแบบร่วมมือกับความเชื่ออาหารผู้อื่นของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๖" ในความควบคุมดูแลของ อาจารย์ ดร.ตติยา บูรณานนท์ ประธานกรรมการ มีความประสงค์ขออำนวยความสะดวกในการเก็บรวบรวมข้อมูลจากนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๖ โดยผู้วิจัยจะขออนุญาตเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง ระหว่างวันที่ ๒๓ มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๕๗ ถึงวันที่ ๓๑ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๕๗ อนึ่ง โครงการวิจัยนี้ได้ผ่านขั้นตอนการพิจารณาทางจริยธรรมการวิจัยของมหาวิทยาลัยบูรพาเรียบร้อยแล้ว

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา หวังเป็นอย่างยิ่งว่า  
 คงจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. วิมลรัตน์ จิตรานนท์)  
 รองคณบดีฝ่ายวิชาการ ปฏิบัติการแทน  
 คณบดีคณะศึกษาศาสตร์



ที่ ศธ ๖๖๒๓/๒๒๕๐

คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา  
๓๖๙ ถ.สิงหนครบางแสน ต.แสนสุข  
อ.เมือง จ.ชลบุรี ๒๐๑๓๓

๓๐ มิถุนายน ๒๕๕๗

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อหาคุณภาพของเครื่องมือการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนเมืองพิทยาศ (บ้านเนินพิทยาเหนือ)

สิ่งที่ส่งมาด้วย เครื่องมือเพื่อการวิจัย จำนวน ๓ ชุด

ด้วยนางสาวจวีร์ธรรม ชัยอารีย์เลิศ นิสิตระดับบัณฑิตศึกษา หลักสูตรวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา มหาวิทยาลัยบูรพา ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง “ผลการให้การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึกต่อความเชื่ออาหารผู้อื่นของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๖” ในความควบคุมดูแลของ อาจารย์ ดร.คตดาว ปูรณานนท์ ประธานกรรมการ ความประสงค์ขออำนวยความสะดวกในการเก็บรวบรวมข้อมูลจาก นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๖ โดยผู้วิจัยจะขออนุญาตเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง ระหว่างวันที่ ๒๓ มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๕๗ ถึงวันที่ ๓๑ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๕๗ อนึ่ง โครงการวิจัยนี้ได้ผ่านขั้นตอนการพิจารณาทางจริยธรรมการวิจัยของมหาวิทยาลัยบูรพาเรียบร้อยแล้ว

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคงจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วิมลรัตน์ จตุรานนท์)  
รองคณบดีฝ่ายวิชาการ ปฏิบัติการแทน  
คณบดีคณะศึกษาศาสตร์ ปฏิบัติการแทน  
ผู้อำนวยการแทนอธิการบดีมหาวิทยาลัยบูรพา

ภาคิวิชาวิจัยและจิตวิทยาประยุกต์

โทรศัพท์ ๐-๓๘๓๐-๒๐๓๖

โทรสาร ๐-๓๘๓๙-๓๒๕๑

ผู้วิจัยโทร. ๐๘-๑๕๙๘-๙๖๕๙



### ภาคผนวก ข

- เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล
- สรุปโปรแกรมการปรึกษากลุ่มตามแนวร่วมรู้สึก
- ตัวอย่างการให้การปรึกษากลุ่ม
- ตารางแสดงผลทางสถิติของแบบสำรวจความเชื่ออาทรผู้อื่น

## แบบสำรวจความเอื้ออาทรผู้อื่น

## ตอนที่ 1 แบบสำรวจข้อมูลส่วนตัว

ชื่อ.....นามสกุล.....

โรงเรียน .....

เพศ ( ) เพศหญิง ( ) เพศชาย

ระดับชั้น ( ) ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4

( ) ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5

( ) ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

## ตอนที่ 2 แบบสำรวจความเอื้ออาทรผู้อื่น

คำชี้แจง แบบสำรวจต่อไปนี้เป็นแบบสำรวจความเอื้ออาทรผู้อื่นของนักเรียน ให้นักเรียนอ่านและตอบคำถามตามความเป็นจริง โดยเลือกคำตอบเพียงข้อเดียว คำตอบของนักเรียนไม่มีถูกไม่มีผิด และไม่มีผลต่อคะแนนหรือผลการเรียนของนักเรียน

หัวข้อ	ระดับคะแนน				
	ไม่เคย	หนึ่งครั้ง	มากกว่าหนึ่งครั้ง	บ่อย	บ่อยมาก
เมื่อฉันเห็นครูยกสมุดและหนังสือไปตรวจ หรือเห็นเพื่อน หรือคุณพ่อ คุณแม่ถือของมากมาย ฉันจะเข้าไปเสนอตัวช่วยเหลือทันที					
ฉันมักจะปฏิเสธการเป็นตัวแทนเข้าร่วมกิจกรรมที่โรงเรียนจัดขึ้น เพียงเพราะกลัวเสียเวลาทำกิจกรรมที่ฉันชอบทำ					
ฉันยินดีขอให้ครูหรือน้องๆ ชั้นอื่น และคนอื่นเดินขึ้น-ลงบันได หรือลิฟท์ก่อน					
ฉันยินดีช่วยเหลือเพื่อนหรือนักเรียนรุ่นน้อง เมื่อพบว่าพวกเขา กำลังมีปัญหา					
ฉันช่วยพยุงเพื่อนหรือรุ่นน้องที่ขาเจ็บหรือเดินไม่ไหว					

หัวข้อ	ระดับคะแนน				
	ไม่เคย	หนึ่งครั้ง	มากกว่าหนึ่งครั้ง	บ่อย	บ่อยมาก
ในช่วงเวลาที่ฉันว่าง หรือรอรถกลับบ้าน ฉันยินดีอธิบาย หรือสอนการบ้านให้เพื่อนไม่เข้าใจ					
เมื่อฉันเห็นเพื่อนทำคะแนนสอบไม่ดี ฉันจะเดินเข้าไปปลอบใจ และให้กำลังใจ					
เมื่อเพื่อนของฉันทำงานส่งครูเสร็จไม่ทันเวลา ฉันจะคอยให้กำลังใจช่วยเหลือเขาจนทำงานสำเร็จ					
ฉันเข้าใจและรู้สึกร่วมไปกับคนอื่นที่รู้สึกเสียใจและอับอาย เมื่อถูกแกล้ง หรือถูกนินทาว่าร้าย ด้วยคำพูดที่ไม่ดี					
ฉันยินดีให้เพื่อนยืมเงิน เมื่อรู้ว่าเขาลืมนำเงินมาโรงเรียน					
ฉันยินดีผลัดกันใช้คอมพิวเตอร์ในห้องสมุด หรือห้องคอมพิวเตอร์เวลาพักกลางวันกับผู้อื่น					
ฉันยินดีแบ่งพื้นที่เล่นในสนามเด็กเล่นกับนักเรียนรุ่นน้อง					
ฉันปฏิเสธการทำกิจกรรมร่วมกับเพื่อนที่เรียนไม่เก่ง เพราะจะทำให้งานของกลุ่มเสียหาย					
เมื่อฉันเห็นเพื่อนมีท่าทีทำไม่สบายใจ หรือรู้สึกไม่สบาย ฉันจะซักถามหรือพูดคุยเพื่อให้เขารู้สึกดีขึ้น					
ฉันรับฟังเพื่อน ๆ หรือคนอื่นเล่าความทุกข์หรือความคับข้องใจของเขาด้วยความเต็มใจ					
ฉันมักยิ้ม และแสดงความเป็นมิตรเพื่อทักทายเพื่อนใหม่เสมอ					

โปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มตามแนวร่วมรู้สึก

ครั้งที่	เรื่อง
1	การสร้างสัมพันธภาพ
2	สานสัมพันธ์ฉันและเธอ
3	อารมณ์เธออารมณ์ฉัน
4	เปิดใจฉันเพื่อฟังเสียงใจเธอ
5	มองด้วยตาสัมผัสด้วยใจ
6	เคียงข้างไปด้วย
7	ยอมรับอย่างที่เป็น
8	ยอมรับอย่างที่เป็น (ต่อ)
9	เข้าใจตามที่เธอเป็น
10	รับรู้ด้วยหัวใจสานสายใยช่วยเหลือกัน
11	เรียนรู้เรื่องราวที่ผ่านมา
12	ปัจฉิมนิเทศ

โปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มตามแนวร่วมรู้สึก

ครั้งที่	เรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
1	การสร้างสัมพันธภาพ	<p>1. เพื่อเป็นการสร้างสัมพันธภาพที่ดี และสร้างความคุ้นเคยระหว่างผู้นำกลุ่มกับสมาชิกกลุ่ม และระหว่างสมาชิกกลุ่ม กับสมาชิกกลุ่มด้วยความเป็นกันเอง</p> <p>2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มรับทราบถึงวัตถุประสงค์ของการให้การปรึกษา ขั้นตอน บทบาทหน้าที่ รวมถึงกติกา ระยะเวลา และสถานที่ในการปรึกษากลุ่ม</p> <p>3. เพื่อให้กลุ่มตัวอย่างรับทราบถึงประโยชน์ที่จะได้รับจากการเข้าร่วมการปรึกษากลุ่ม</p>	<p>1. ผู้นำกลุ่มกล่าวทักทายสมาชิกกลุ่ม และกล่าวแนะนำตัวเองกับสมาชิกกลุ่ม ด้วยท่าทางยิ้มแย้ม และเป็นกันเอง ต่อจากนั้นเปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่มได้แนะนำตัวเองกับเพื่อนสมาชิกตลอดจนสร้างความคุ้นเคยกันภายในกลุ่ม</p> <p>2. ผู้นำกลุ่มชี้แจงให้สมาชิกกลุ่มทราบถึงวัตถุประสงค์ในการเข้าร่วมการปรึกษากลุ่ม รวมถึงบทบาทหน้าที่ในการเข้าร่วมกลุ่ม ประโยชน์ที่จะได้รับ ตลอดจนการเก็บความลับที่สมาชิกในกลุ่มได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์ซึ่งกันและกัน รวมถึงแจ้งกำหนดการการทดลอง จำนวนครั้ง วัน เวลา สถานที่ และขอให้สมาชิกเสนอความคิดเห็นของการเข้ากลุ่ม</p> <p>3. ผู้นำกลุ่มชี้แจงเรื่องการปฏิบัติตนและข้อตกลงในการเข้ากลุ่ม โดยสนับสนุนให้สมาชิกกลุ่มแต่ละคนได้ร่วมกันแลกเปลี่ยนความคิดเห็นภายในกลุ่มเพื่อใช้เป็นแนวในการปฏิบัติร่วมกันระหว่างการเข้ากลุ่ม ทั้ง 12 ครั้ง</p> <p>4. ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกกลุ่มทักทายและสร้างความคุ้นเคยกับเพื่อนสมาชิกคนอื่น โดย “ส่งยิ้มแล้วค่อยถาม” สมาชิกมีเวลา 15 นาที ในการทำความรู้จักกับเพื่อนสมาชิกคนอื่นอีก 9 คน</p>

โปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มตามแนวร่วมรู้สึก

ครั้งที่	เรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
			<p>5. สมาชิกส่งยิ้มให้เพื่อนสมาชิกคนอื่นก่อน แล้วจึงถาม “ชื่อเล่น อาหารที่ชอบ และอนาคตอยากทำอะไร” ทั้งนี้เพื่อช่วยให้สมาชิกเกิดความคุ้นเคย และรู้สึกเป็นกันเอง</p> <p>6. สมาชิกร่วมแบ่งปันประสบการณ์ด้วยกัน ว่าเวลาที่ส่งยิ้มให้เพื่อนแล้วคอยถามนั้น สมาชิกรู้สึกอย่างไร ทั้งตอนที่เป็นผู้ส่ง และผู้รับรอยยิ้ม และ สมาชิกอยากถามหรือบอกอะไรกับกลุ่มบ้าง</p> <p>7. ผู้นำกลุ่มเปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่ม ได้มีโอกาสร่วมกันสรุปและแสดงความคิดเห็น ต่อสิ่งที่ได้จากกระบวนการปรึกษา ที่ได้ร่วมกัน ในครั้งนี้</p> <p>8. ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกกลุ่มทำใบบันทึกประสบการณ์หลังการเข้ากลุ่ม</p> <p>9. ผู้นำกลุ่มกล่าวสรุป และยุติการปรึกษา ในครั้งนี้ และนัดหมายการพบกลุ่มในครั้งต่อไป</p>
2	<p>สถานสัมพันธ์ฉันและเธอ</p>	<p>1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่ม ได้รู้จัก และมีสัมพันธ์ที่ดีต่อกันยิ่งขึ้น</p> <p>2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่ม ได้จะเกิดความไว้วางใจ และกล้าเปิดเผยซึ่งกันและกัน</p> <p>3. เพื่อให้สมาชิกกลุ่ม ได้เรียนรู้ และยอมรับความแตกต่างระหว่างบุคคล</p>	<p>1. ผู้นำกลุ่มกล่าวทักทายสมาชิกและให้สมาชิกแนะนำตนเองอีกครั้งพร้อมทั้งช่วยกันทบทวนข้อตกลงของกลุ่มร่วมกัน</p> <p>2. ผู้นำกลุ่มและสมาชิกกลุ่มช่วยกันทบทวนสิ่งที่ได้รับจากการเข้ากลุ่มครั้งที่แล้ว</p> <p>3. ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกกลุ่มแต่ละคนวาดรูปสัญลักษณ์แทนฉัน</p> <p>4. ผู้นำกลุ่มแจกกระดาษ A 4 ให้สมาชิกทุกคนวาดรูปอะไรก็ได้ ที่สมาชิกแต่ละคนเลือก</p>

โปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มตามแนวร่วมรู้สึก

ครั้งที่	เรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
		<p>4. เพื่อเกิดสร้างคุ้นเคยระหว่างผู้นำกลุ่มกับสมาชิกภายในกลุ่ม และระหว่างสมาชิกภายในกลุ่มด้วยกันให้มากยิ่งขึ้น</p>	<p>เป็นสิ่งแทนตนเอง เช่น ต้นไม้ ทะเล หุ่นยนต์ ตุ๊กตา เป็นต้นภายในเวลา 15 นาที</p> <p>5. สมาชิกแสดงภาพสัญลักษณ์แทนฉันให้เพื่อนสมาชิกคนอื่นดู พร้อมกับเล่าให้เพื่อนสมาชิกฟังว่า “เลือกอะไรเป็นสัญลักษณ์แทนตนเอง เพราะเหตุใดจึงเลือกภาพนี้ และอะไรในภาพนี้ มีส่วนที่เหมือนตนเองบ้าง” ในขณะที่เดียวกันสมาชิกคนอื่นจะร่วมฟังเพื่อนเล่าอย่างตั้งใจ และเอาใจใส่ ทั้งนี้เพื่อให้สมาชิกทุกคนได้รู้จักกัน มีสัมพันธ์ภาพที่ดีต่อกัน เกิดความไว้วางใจ กล้าเปิดเผย และเรียนรู้ที่ยอมรับในความแตกต่างของกันและกันมากยิ่งขึ้น</p> <p>6. ผู้นำกลุ่มเปิดโอกาสให้สมาชิกแต่ละคนได้ซักถาม หรือบอกเล่าความรู้สึกต่อกิจกรรมสัญลักษณ์แทนฉันให้เพื่อนสมาชิกกลุ่มฟัง</p> <p>7. ผู้นำกลุ่มเปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่มได้สรุป และร่วมกันแสดงความคิดเห็นจากสิ่งที่ตนเองแต่ละคนได้รับจากการเข้าร่วมกระบวนการกลุ่มครั้งนี้</p> <p>8. ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกกลุ่มทำใบบันทึกประสบการณ์หลังการเข้ากลุ่ม</p> <p>9. ผู้นำกลุ่มกล่าวสรุป และยุติการปรึกษาในครั้งนี้ และนัดหมายการพบกลุ่มในครั้งต่อไป</p>

โปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มตามแนวร่วมรู้สึก

ครั้งที่	เรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
3	อารมณ์ชอบ อารมณ์ฉุน	<p>1. เพื่อสมาชิกกลุ่มรู้จักสังเกต เข้าใจ และบอกอารมณ์ และความรู้สึกของผู้อื่นได้</p> <p>2. เพื่อสมาชิกกลุ่มรู้จักใคร่ครวญ และยอมรับอารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่นตามสถานการณ์ที่เกิดขึ้นกับผู้อื่นอย่างผู้อื่นเป็นอย่างแท้จริง</p> <p>3. เพื่อสมาชิกกลุ่มสามารถเข้าใจอย่างแท้จริง และสามารถร่วมรู้สึกไปกับอารมณ์ และความรู้สึกที่กำลังเกิดขึ้นผู้อื่นเสมือนเกิดขึ้นกับตนเอง</p> <p>4. เพื่อสมาชิกกลุ่มรับรู้และเข้าใจ ความรู้สึก และอารมณ์ของผู้อื่นได้อย่างชัดเจนและขณะเดียวกันก็ยังคงเป็นตัวเอง เพื่อนำไปสู่การช่วยเหลือ และมี ความเอื้ออาทรต่อผู้อื่น เช่น การให้กำลังใจปลอบ โยน หรือแม้แต่ในอกภัยในข้อผิดพลาดของผู้อื่นได้ อย่างแท้จริง</p>	<p>1. ผู้นำกล่าวทักทายสมาชิกด้วยการข้มยิ้ม และพูดคุยกับสมาชิกเกี่ยวกับเรื่องอารมณ์ต่าง ๆ ที่สมาชิกได้มีโอกาสสังเกตเห็นหรือรับรู้ในชีวิตประจำวัน เช่น อารมณ์ดีใจ เสียใจ เครียด หรือ อารมณ์โกรธ เป็นต้น</p> <p>2. ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกแต่ละคนเลือกทำสีหน้าตามอารมณ์ต่าง ๆ คนละ 1 อารมณ์ โดยไม่ซ้ำกัน เช่น เสียใจ โกรธ เครียด ดีใจ รัก ชื่นชม เป็นต้น จากนั้นให้เพื่อนสมาชิกคนอื่น ช่วยกันทายว่าเป็นอารมณ์อะไร เพื่อให้สมาชิกสามารถเข้าใจและบอกอารมณ์ ความรู้สึกของผู้อื่นได้จากการสังเกต สีหน้า ท่าทาง การแสดงออก (Identification)</p> <p>3. ผู้นำกลุ่มเปิดโอกาสให้สมาชิกได้ร่วมแบ่งปันประสบการณ์จากชีวิตประจำวันของแต่ละคนว่า “ได้เคยสังเกต หรือรับรู้อารมณ์ต่าง ๆ จาก เพื่อน ๆ อาจารย์ คุณพ่อคุณแม่ คนรอบข้าง หรือแม้แต่ตนเองบ้างไหม เป็นอย่างไรบ้างและเมื่อรับรู้อารมณ์ของคนอื่นแล้ว สมาชิกทำอย่างไรต่อไป” เพื่อให้สมาชิกได้ทบทวน และเรียนรู้ที่จะเข้าใจ และยอมรับอารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่นตามสถานการณ์ที่เกิดขึ้นกับผู้อื่นอย่างผู้อื่น เป็นอย่างแท้จริง (Incorporation และ Reverberation)</p>



โปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มตามแนวร่วมรู้สึก

ครั้งที่	เรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
			<p>4. ผู้นำกลุ่มขอให้สมาชิกได้นำเสนอวิธีการแสดงออก การช่วยเหลือต่อเพื่อน ๆ หรือสิ่งที่ยากบอกเล่าให้กลุ่มฟัง เมื่อสมาชิกสามารถเข้าใจและรับรู้อารมณ์เพื่อน ๆ อาจารย์ คุณพ่อคุณแม่ หรือคนรอบข้าง เพื่อให้สมาชิกได้เข้าใจ ยอมรับ และเห็นใจผู้อื่นและสามารถให้ความช่วยเหลือต่อผู้อื่นได้ เช่น การให้กำลังใจ ปลอบโยน หรือแม้แต่ในอกัยในข้อผิดพลาดของผู้อื่น (Detachment)</p> <p>5. ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกสรุปสิ่งที่ได้รับจากการเข้ากลุ่มครั้งนี้</p> <p>6. ผู้นำกลุ่มแจกใบบันทึกประสบการณ์การเข้ากลุ่ม และนัดหมายเวลา สถานที่ในการปรึกษาครั้งต่อไป ยุติการให้การปรึกษาในครั้งนี</p>
4	เปิดใจฉันเพื่อฟังเสียงใจเธอ	<p>1. เพื่อสมาชิกกลุ่มสามารถเรียนรู้ที่จะเปิดใจรับฟังผู้อื่นอย่างเอาใจใส่</p> <p>2. เพื่อสมาชิกกลุ่มเรียนรู้ที่จะยอมรับอารมณ์ความรู้สึกและความแตกต่างของบุคคล</p> <p>3. เพื่อสมาชิกกลุ่มสามารถเข้าใจและเห็นใจผู้อื่นอย่างแท้จริงและสามารถรู้จักการแบ่งปัน</p>	<p>1. ผู้นำกลุ่มกล่าวทักทายอย่างอบอุ่น ด้วยการถามสมาชิกแต่ละคนว่าเป็นอย่างไรบ้างตลอดสัปดาห์ที่ผ่านมา จากนั้นผู้นำกลุ่มและสมาชิกกลุ่มช่วยกันทบทวนกฎข้อปฏิบัติของกลุ่มผู้นำกลุ่มและสมาชิกกลุ่มทบทวนการเข้ากลุ่มในครั้งที่ผ่าน จากนั้นผู้นำกลุ่มอธิบายวัตถุประสงค์การเข้ากลุ่มในครั้งนี</p> <p>2. ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกกลุ่มหลับตาทำสมาธิประมาณ 5 นาที เพื่อเตรียมความพร้อมในการเข้ากลุ่ม</p> <p>3. ผู้นำกลุ่มขอให้สมาชิกจับคู่กัน และให้สมาชิกแต่ละคู่ผลัดกันเป็นผู้พูด และผู้ฟัง โดยในครั้ง 1 ผู้พูดสามารถเล่าเรื่องราวอะไรก็ได้ที่เกี่ยวกับตนเองประมาณ 10 นาที ขณะเดียวผู้รับฟังจะรับอย่างเดียวโดยไม่โต้ตอบ หรือแสดงปฏิกิริยาใด ๆ ไม่มี</p>

โปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มตามแนวร่วมรู้สึก

ครั้งที่	เรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
		และเสียดสีผู้อื่นตาม ความสามารถของ ตนเอง	<p>การพูดหรือซักถามสิ่งใดจากนั้นให้สลับบทบาทกัน จากผู้พูดมาเป็นผู้ฟัง และผู้ฟังมาเป็นผู้พูด ในครั้งที่ 2 ผู้นำกลุ่มยังให้สมาชิกผลัดกันเป็นผู้พูด และผู้ฟัง และเล่าเรื่องราวอะไรของตนเองประมาณ 10 นาที เหมือนในครั้งที่ 1 แต่ในครั้งนี้อันผู้ฟังสามารถโต้ตอบ หรือแสดงปฏิกิริยา ซักถาม หรือพูดคุยกับผู้เล่าได้ เพื่อให้สมาชิกได้เรียนรู้ที่จะตั้งใจอย่างเอาใจใส่ใจ (Identification และ Incorporation)</p> <p>4. ผู้นำกลุ่มขอให้สมาชิกแต่ละคนแบ่งปัน ความรู้สึกและประสบการณ์ในขณะที่ตนเอง เป็นทั้งผู้พูดและผู้ฟังว่า “ขณะที่สมาชิกเป็นผู้เล่า สมาชิกรู้สึกอย่างไรเมื่อเพื่อนฟัง โดยไม่มีการโต้ตอบ กับตนเอง และสมาชิกรู้สึกอย่างไรเมื่อเล่าเรื่องแล้ว เพื่อนมีการโต้ตอบ หรือปฏิกิริยาต่อเรื่องราวที่ตนเอง เล่าให้เพื่อนฟัง” “ขณะเดียวกันเมื่อต้องเป็นผู้ฟัง สมาชิกรู้สึกอย่างกับการเป็นผู้ที่ไม่มีการโต้ตอบ และเป็นผู้ฟังที่มีการโต้ตอบหรือแสดงปฏิกิริยา ต่อเรื่องราวที่เพื่อนเล่า” เพื่อสมาชิกสามารถรับฟัง ยอมรับอารมณ์ ความรู้สึก และความแตกต่าง ของผู้อื่น (Reverberation)</p> <p>5. ผู้นำกลุ่มเปิดโอกาสให้สมาชิกได้แลกเปลี่ยน ประสบการณ์การฟังของสมาชิกแต่ละคนจาก ชีวิตประจำวันว่า “สมาชิกเคยรับฟังเพื่อนๆอย่าง ตั้งใจและเอาใจใส่บ้างไหม ถ้าสมาชิกตั้งใจฟัง เพื่อนๆ อย่างเข้าใจ และเอาใจเขามาใส่เรา สมาชิก คิดว่าจะเป็นอย่างไร และทำอะไรเพื่อเพื่อนๆ ได้บ้าง” เพื่อให้สมาชิกรู้จักเห็นใจผู้อื่นและสามารถ</p>

โปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มตามแนวร่วมรู้สึก

ครั้งที่	เรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
			<p>แบ่งปัน หรือเสียดสละ ทั้ง สิ่งของ ทรัพย์สิน หรือ แม้แต่เวลาเพื่อให้ผู้อื่นได้สุขใจตามความสามารถ ของตนเอง (Detachment)</p> <p>6. ผู้นำกลุ่มขอให้สมาชิกร่วมกันสรุปการเข้ากลุ่ม ครั้งนี้และผู้นำกลุ่มแจกใบบันทึกประสบการณ์ การเข้ากลุ่ม และนัดหมายเวลา สถานที่ในการ ปรึกษารั้งต่อไป ยุติการ ให้การปรึกษาในครั้งนี้</p>
5	มองด้วยตา สัมผัสด้วยใจ	<p>1. เพื่อสมาชิกกลุ่ม สามารถเข้าใจความรู้สึก และอารมณ์ของผู้อื่น ได้ ลึกซึ้ง และสามารถ ถ่ายทอดอารมณ์และ ความรู้สึกเหล่าโดยเน้น การมีประสบการณ์ ร่วมกับผู้อื่น ได้</p> <p>2. เพื่อสมาชิกสามารถ เข้าใจและยอมรับ เหตุการณ์ที่เกิดขึ้นกับ ผู้อื่นด้วยความจริงใจ และสามารถแสดงออกถึง ความเอื้ออาทร และให้ ช่วยเหลือแก่ผู้อื่น ได้เช่น การแบ่งปัน การเสียดสละ การมีมิตรไมตรีจิตต่อกัน หรือแม้ยินยอมรับฟัง อย่างเอาใจใส่</p>	<p>1. ผู้นำกลุ่มกล่าวทักทายอย่างอบอุ่น พูดคุยกับ สมาชิกกลุ่มถึงเรื่องทั่วไป เช่น การเรียน ความเป็นอยู่ทั่วไปของสมาชิกแต่ละคน จากนั้น ผู้นำกลุ่มอธิบายวัตถุประสงค์การเข้ากลุ่มในครั้งนี้</p> <p>2. ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกกลุ่มนั่งในท่าที่สบายที่สุด วางแขนขาอย่างสบาย ๆ ทิ้งน้ำหนักตัวทั้งหมด ลงในเก้าอี้ และหลังคาบลงอยู่หนึ่ง ประมาณ 5 นาที เพื่อเป็นการผ่อนคลาย และเตรียมตัวเข้ากลุ่ม การปรึกษา</p> <p>3. ผู้กลุ่มให้สมาชิกเลือกคินน้ำมันคนละ 2 ก้อน จากนั้นผู้นำกลุ่มขอให้สมาชิกแต่ละคน ปั้นน้ำมัน ที่ตนเองเลือกเป็นรูปอะไรก็ได้ แล้วให้สมาชิก แต่ละคนเล่าเรื่องจากคินน้ำมันที่ตนเองให้ เพื่อนฟังว่า “ตนเองเลือกปั้นอะไร และเพราะเหตุใดจึงเลือกปั้นรูปนี้” โดยขณะที่เพื่อนสมาชิกกำลัง เล่าเรื่องสมาชิกกลุ่มคนอื่นจะนั่งฟังด้วยความสนใจ และตั้งใจต่อสิ่งที่เพื่อนสมาชิก กำลังเล่า และแสดงทีทางรับรู้เรื่องราวเหล่านั้น ด้วยความจริงใจ เพื่อให้สมาชิกสามารถเข้าใจ ความรู้สึก และอารมณ์ของผู้อื่น และสามารถ</p>

โปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มตามแนวร่วมรู้สึก

ครั้งที่	เรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
			<p>ถ่ายทอดอารมณ์และความรู้สึกเหล่านี้โดยเน้นการมีประสบการณ์ร่วมกับผู้อื่นได้ (Identification และ Incorporation)</p> <p>4. ผู้นำกลุ่มเปิดโอกาสให้สมาชิกแต่ละคนได้แลกเปลี่ยนความรู้สึกและประสบการณ์ของตนเองให้เพื่อนสมาชิกฟังว่า “ขณะที่ปั่นดินมันรู้สึกอย่างไร” “และเมื่อสมาชิกได้รับฟังเรื่องเล่าจากดินน้ำมันของเพื่อน ๆ สมาชิกแล้วรู้สึกอย่างไร” “และในชีวิตจริงของสมาชิกเคยเอาใจใส่ต่อเรื่องราวของคนใกล้ชิด เช่น คุณพ่อคุณแม่ หรือ เพื่อน ๆ บ้างไหม และสมาชิกทำอย่างไรกับเรื่องราวต่างนั้นได้บ้าง” เพื่อให้สมาชิกสามารถเข้าใจและยอมรับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นกับผู้อื่นด้วยความจริงใจสามารถแสดงออกถึงความเอื้ออาทร และให้ช่วยเหลือแก่ผู้อื่น (Reverberation และ Detachment)</p> <p>5. สมาชิกร่วมกันสรุปประเด็นที่ได้รับจากการเข้ากลุ่มครั้งนี้เพื่อเน้นความคิดต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นระหว่างการเข้ากลุ่มให้ชัดเจนยิ่งขึ้น และเพื่อเปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่มได้มีโอกาสให้กำลังใจกันและกัน</p> <p>6. ผู้นำกลุ่มแจกใบบันทึกประสบการณ์การเข้ากลุ่ม และนัดหมายเวลา สถานที่ในการปรึกษาครั้งต่อไป ยุติการให้การปรึกษาในครั้งนี้</p>

โปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มตามแนวร่วมรู้สึก

ครั้งที่	เรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
6	เคียงข้างไปด้วย	<p>1. เพื่อสมาชิกกลุ่มเข้าใจและมีประสบการณ์ร่วมกับผู้อื่นได้</p> <p>2. เพื่อสมาชิกกลุ่มสามารถรับรู้ความรู้สึกและอารมณ์ของผู้อื่นในสถานการณ์ต่างได้ดังกับเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นกับตนเอง</p> <p>3. เพื่อสมาชิกสามารถเข้าถึงประสบการณ์ของผู้อื่นอย่างถ่องแท้และในขณะที่เดียวกันสมาชิกต้องเรียนรู้ว่าประสบการณ์เหล่านั้นไม่ได้เกิดขึ้นกับตนเองเพื่อนำไปสู่ความเข้าใจอาหารผู้อื่นได้อย่างแท้จริง</p>	<p>1. ผู้นำกลุ่มกล่าวทักทายอย่างอบอุ่น จากนั้นกลุ่มผู้นำกลุ่มและสมาชิกกลุ่มทบทวนการเข้ากลุ่มในครั้งที่ผ่าน จากนั้นผู้นำกลุ่มอธิบายวัตถุประสงค์การเข้ากลุ่มในครั้งนี้</p> <p>2. ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกกลุ่มได้ผ่อนคลายโดยหลับตาทำสมาธิหายใจเข้าออกยาว ๆ ลึก ๆ ประมาณ 5 นาที</p> <p>3. ผู้นำกลุ่มเชิญชวนให้สมาชิกได้แบ่งปันประสบการณ์ที่เกิดขึ้นในชีวิตจริงของสมาชิกแต่ละคนให้กลุ่มฟังว่าได้เคยมีโอกาสได้รับรู้เห็นใจหรือได้รับฟังเพื่อนๆ หรือคนใกล้ชิดของสมาชิกในเวลาพวกเขากำลังรู้สึกเศร้า เสียใจ เหนง หรือมีความสุขสนุกสนานบ้างไหม และสมาชิกแสดงออกอย่างไร (Identification)</p> <p>4. ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกหลับตาและนึกภาพถึงบุคคลที่สมาชิกได้เล่าให้กลุ่มฟัง โดยนึกว่าถ้าสมาชิกเป็นพวกเขาสมาชิกรู้สึกอย่างไร และถ้าสมาชิกได้เปลี่ยนมานั่งเคียงข้างพวกเขาสมาชิกจะทำอย่างไร และอยากพูดอะไร จากนั้นสมาชิกแบ่งปันประสบการณ์ความรู้สึกระหว่างที่หลับตาให้เพื่อนสมาชิกกลุ่มฟัง โดยมีกลุ่มความช่วยเหลือสนับสนุน และให้กำลังใจซึ่งกันและกัน เพื่อสมาชิกกลุ่มสามารถรับรู้และมีประสบการณ์ร่วมกับผู้อื่น และช่วยเหลือผู้อื่นเข้าใจหรือรับรู้ถึงความรู้สึกและความทุกข์สุขของผู้อื่นด้วยการช่วยเหลือทั้งร่างกาย แบ่งปันสิ่งของ หรือคำพูดปลอบใจให้กำลังใจ</p>

โปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มตามแนวร่วมรู้สึก

ครั้งที่	เรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
			<p>5. ผู้นำกลุ่มและสมาชิกสรุปประเด็นที่ได้เข้ากลุ่มในครั้ง เพื่อเน้นความคิดต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นระหว่างการเข้ากลุ่มให้ชัดเจนยิ่งขึ้น</p> <p>6. ผู้นำกลุ่มแจกใบบันทึกประสบการณ์การเข้ากลุ่ม และนัดหมายเวลา สถานที่ ในการปรึกษาครั้งต่อไป ยุติการให้การปรึกษาในครั้งนี้</p>
7	ยอมรับอย่างที่เขาเป็น	<p>1. เพื่อให้สมาชิกสามารถแยกแยะระหว่างมุมมองของตนเองกับความเป็นจริงผู้อื่นได้รับ</p> <p>2. เพื่อสมาชิกสามารถรับรู้ถึงประสบการณ์ของผู้อื่นตรงตามที่ผู้อื่นรับรู้ หรือมีประสบการณ์โดยไม่ได้ตัดสินใจหรือพากย์วิจารณ์โดยใช้ความรู้สึกของตนเอง</p> <p>3. เพื่อสมาชิกสามารถเรียนรู้การเป็นตัวของตัวเองไปก็รับรู้อารมณ์ความรู้สึกของผู้อื่น และสามารถช่วยเหลือผู้อื่นได้</p>	<p>1. ผู้นำกลุ่มกล่าวทักทายอย่างอบอุ่น จากนั้นผู้นำกลุ่มและสมาชิกกลุ่มทบทวนการเข้ากลุ่มในครั้งที่ผ่าน จากนั้นผู้นำกลุ่มอธิบายวัตถุประสงค์การเข้ากลุ่มในครั้งนี้</p> <p>2. ผู้นำกลุ่มเชิญชวนให้สมาชิกลองมองไปที่บุคคลรอบข้างของตนเองบ้าง เช่น เพื่อน ๆ ที่โรงเรียนว่า “สมาชิกคิดว่า บุคคลรอบข้างของสมาชิกมีเงื่อนไขอย่างไรบ้าง และเงื่อนไขนั้นสมาชิกรู้สึกอย่างไร สามารถรับได้หรือไม่อย่างไรเพื่อให้สมาชิกสามารถแยกแยะทัศนคติของตนเองกับความเป็นจริง (Identification)</p> <p>3. จากนั้นผู้นำกลุ่มเปิดโอกาสให้สมาชิกแต่ละคนได้แบ่งปันประสบการณ์ที่เกิดขึ้นจริงของสมาชิกว่า “ถ้าหากสมาชิกสามารถยอมรับเงื่อนไขของบุคคลอื่นได้ จะเกิดอะไรขึ้นและสมาชิกจะรู้สึกอย่างไร” เพื่อให้สมาชิกรับรู้ถึงประสบการณ์ของผู้อื่นตรงตามที่ผู้รับรู้ (IncorporationและReverberation)</p>

## โปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มตามแนวร่วมรู้สึก

ครั้งที่	เรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
			<p>4. ผู้นำกลุ่มเชิญชวนให้สมาชิกกลุ่มได้นำเสนอแนวทางในการเรียนรู้ที่จะยอมรับเงื่อนไขของผู้อื่น ตลอดจนให้สมาชิกให้กำลังใจซึ่งกันและกัน และนำการเรียนรู้จากกลุ่มไปใช้ในชีวิตประจำ เพื่อให้สมาชิกได้เรียนรู้ในการเปลี่ยนทัศนคติการมองผู้อื่นแบบใหม่ ยอมรับเงื่อนไขเพื่อสมาชิกจะสามารถช่วยเหลือผู้อื่นได้โดยไม่มีอคติหรือตัดสินผู้อื่น จากมุมมองของตนเอง (Detachment)</p> <p>5. ผู้นำกลุ่มและสมาชิกร่วมกันสรุปกันประสบการณ์ที่ได้รับจากการเข้ากลุ่มและสะท้อนความคิดจากประสบการณ์ที่เกิดขึ้นในขณะที่เข้ากลุ่ม เพื่อเน้นความคิดต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นระหว่างการเข้ากลุ่มให้ชัดเจนยิ่งขึ้น</p> <p>6. ผู้นำกลุ่มแจกใบบันทึกประสบการณ์การเข้ากลุ่ม และนัดหมายเวลา สถานที่ในการปรึกษาครั้งต่อไป ยุติการให้การปรึกษาในครั้งนี้</p>
8	ยอมรับอย่างที่เขาเป็น(ต่อ)	<p>1. เพื่อให้สมาชิกสามารถแยกแยะระหว่างมุมมองของตนเองกับความเป็นจริงผู้อื่นได้</p> <p>2. เพื่อสมาชิกสามารถรับรู้ถึงประสบการณ์ของผู้อื่นตรงตามที่ผู้อื่นรับรู้ หรือมีประสบการณ์โดยไม่ตัดสินหรือวิพากษ์วิจารณ์โดยใช้</p>	<p>1. ผู้นำกลุ่มกล่าวทักทายอย่างอบอุ่น จากนั้นผู้นำกลุ่มและสมาชิกกลุ่มทบทวนการเข้ากลุ่มในครั้งที่ผ่าน จากนั้นผู้นำกลุ่มอธิบายวัตถุประสงค์การเข้ากลุ่มในครั้งนี้</p> <p>2. ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกกลุ่มช่วยกันแยกข้อความ 1 ใบ ว่าข้อความไหนเป็นข้อความที่ยอมรับเงื่อนไข หรือข้อความไหนไม่ยอมรับเงื่อนไข เพื่อให้สมาชิกแยกแยะหว่างยอมรับเงื่อนไขผู้อื่นและการมองผู้อื่นตามความจริง</p>

โปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มตามแนวร่วมรู้สึก

ครั้งที่	เรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
		<p>ความรู้สึกของตนเอง เพื่อสมาชิกสามารถเรียนรู้การเป็นตัวของตัวเองไปก็รับรู้ความอารมณ์ความรู้สึกของผู้อื่นและสามารถช่วยเหลือผู้อื่นได้</p>	<p>3. ผู้นำกลุ่มขอให้สมาชิกได้ลองนึกถึงบุคคลรอบข้างของสมาชิกเอง ซึ่งอาจจะเป็นอาจารย์หรือเพื่อน ๆ ในโรงเรียนว่า “สมาชิกรู้สึกกับบุคคลนั้นอย่างไร และสิ่งที่คิดนั้นเป็นการยอมรับเงื่อนไข หรือการไม่ยอมรับเงื่อนไขอย่างไร” ขอให้สมาชิกได้เล่าประสบการณ์ ให้เพื่อนสมาชิกฟัง เพื่อให้สมาชิกสามารถรับรู้ถึงประสบการณ์ของผู้อื่นตรงตามที่ผู้อื่นรับรู้ โดยไม่ตัดสินหรือวิพากษ์วิจารณ์โดยใช้ความรู้สึกของตนเอง เพื่อนำไปสู่การให้การแบ่งปัน และช่วยเหลือผู้อื่น (Identification, Incorporation, Reverberation และ Detachment)</p> <p>4. ผู้นำกลุ่มเปิดโอกาสในสมาชิกกลุ่มได้แบ่งปันวิธี แนวทาง หรือประสบการณ์เพื่อการเรียนรู้ การยอมรับเงื่อนไขผู้อื่นและให้กำลังใจกัน และกัน เพื่อการเรียนรู้และนำไปใช้ให้เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันอย่างไม่ตัดสินผู้อื่นมากยิ่งขึ้น (Identification, Incorporation, Reverberation และ Detachment)</p> <p>5. ผู้นำกลุ่มและสมาชิกสรุปและสะท้อนเนื้อหาจากการเข้ากลุ่มในครั้งนี้เพื่อนำความคิดต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นระหว่างการเข้ากลุ่มให้ชัดเจนยิ่งขึ้น</p> <p>6. จากนั้นผู้นำกลุ่มแจกใบบันทึกประสบการณ์การเข้ากลุ่ม และนัดหมายเวลา สถานที่ในการปรึกษารั้งต่อไป ยุติการให้การปรึกษาในครั้งนี้</p>



## โปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มตามแนวร่วมรู้สึก

ครั้งที่	เรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
9	เข้าใจตามที่ เธอเป็น	<p>1. เพื่อสมาชิกมีความเข้าใจสถานการณ์ของผู้อื่นตรงตามที่ผู้อื่นเป็น</p> <p>2. เพื่อสมาชิกสามารถรับรู้ เข้าใจและเห็นใจผู้อื่นด้วยเอาใจใส่และความจริงใจ</p> <p>3. เพื่อสมาชิกสามารถประเมินสถานการณ์ที่เกิดขึ้นกับผู้อื่นได้อย่างชัดเจนเพื่อนำไปสู่การช่วยเหลือผู้อื่นได้</p>	<p>1. ผู้นำกลุ่มกล่าวทักทายอย่างอบอุ่น จากนั้นผู้นำกลุ่มและสมาชิกกลุ่มช่วยกันทบทวนกฎข้อปฏิบัติของกลุ่มผู้นำกลุ่มและสมาชิกกลุ่มทบทวนการเข้ากลุ่มในครั้งที่ผ่าน จากนั้นผู้นำกลุ่มอธิบายวัตถุประสงค์การเข้ากลุ่มในครั้งนี้</p> <p>2. ผู้นำกลุ่มขอให้สมาชิกแต่ละคนเล่าประสบการณ์ให้กลุ่มฟังว่า “สมาชิกเคยมีประสบการณ์ที่ได้รับฟังเรื่องราวของผู้อื่นอย่างไร และเอาใจใส่จริงๆบ้างไหม แล้วสมาชิกรู้สึกต่อเรื่องนั้นอย่างไรและทำอะไรต่อจากนั้น” (Identification, Incorporation, Reverberation และ Detachment)</p> <p>3. ผู้นำกลุ่มเปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่มแบ่งปันประสบการณ์ และความรู้สึกของสมาชิกขณะที่ฟังอย่างตั้งใจ และเข้าใจว่า “สมาชิกสามารถรับรู้และสัมผัส หรือรู้สึกอะไรบ้างเกี่ยวกับผู้เล่า” เพื่อให้สมาชิกเรียนรู้ที่จะรับรู้ เข้าใจและเห็นใจผู้อื่นด้วยเอาใจใส่และความจริงใจและสามารถให้ความช่วยเหลือผู้อื่น หรือแสดงความเป็นมิตรจิตต่อกันได้ (Identification, Incorporation, Reverberation และ Detachment)</p> <p>4. ผู้นำกลุ่มเชิญชวนสมาชิกกลุ่มร่วมกันสะท้อนประสบการณ์ที่ได้รับจากการแบ่งปันเรื่องของตนเองกับเพื่อน และประโยชน์ที่สมาชิกจะสามารถนำไปใช้ในชีวิตจริงตลอดจนสร้างเสริมกำลังใจซึ่งกันและกัน ให้ประสบการณ์ที่ได้รับจากกลุ่มเกิดขึ้นจริงในชีวิตประจำวัน</p>

โปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มตามแนวร่วมรู้สึก

ครั้งที่	เรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
			<p>5. ผู้นำกลุ่มและสมาชิกสรุปประเด็นการเข้ากลุ่มครั้งนี้ร่วมกัน เพื่อเน้นความคิดต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นระหว่างการเข้ากลุ่มให้ชัดเจนยิ่งขึ้น</p> <p>6. จากนั้นผู้นำกลุ่มแจกใบบันทึกประสบการณ์การเข้ากลุ่ม และนัดหมายเวลา สถานที่ในการปรึกษาครั้งต่อไป ยุติการให้การปรึกษาในครั้งนี้</p>
10	<p>รับรู้ด้วยหัวใจ सानสายใย ช่วยเหลือกัน</p>	<p>1. เพื่อสมาชิกได้ ทบทวนประสบการณ์ที่ได้เรียนรู้ เพื่อนำไปสู่ การรู้จักสังเกต และรับรู้ ความรู้สึกของผู้อื่น</p> <p>2. เพื่อสมาชิกสามารถ รับฟังอย่างเอาใจใส่และ เข้าใจสถานการณ์ของผู้อื่นตามจริง</p> <p>3. เพื่อสมาชิกเข้าใจเห็นใจ และพร้อมช่วยเหลือผู้อื่นใน ทุกด้าน</p>	<p>1. ผู้นำกลุ่มกล่าวทักทายอย่างอบอุ่น จากนั้น ผู้นำกลุ่มและสมาชิกกลุ่มทบทวนการเข้ากลุ่มในครั้งที่ผ่าน จากนั้นผู้นำกลุ่มอธิบายวัตถุประสงค์ การเข้ากลุ่มในครั้งนี้</p> <p>2. ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกผ่อนคลายโดยการให้ หลับตา ทำจิตใจให้สงบประมาณ 5 นาที</p> <p>3. ผู้นำกลุ่มขอให้สมาชิกได้ร่วมกันพูดคุยถึงสิ่งที่ ได้เรียนรู้และประสบการณ์ที่สมาชิกได้รับจาก กลุ่มที่ผ่านมามีว่า “สมาชิกทุกคนได้เรียนอะไร ไปบ้าง ขอให้สมาชิกช่วยกันจัดว่าสมาชิกจะ สามารถทำอะไรได้บ้าง” เพื่อสมาชิกได้ทบทวน ประสบการณ์ที่ได้เรียนรู้ เพื่อนำไปสู่การสังเกต และรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น (Identification, Incorporation, Reverberation)</p> <p>4. ผู้นำกลุ่มเปิดโอกาสให้สมาชิกได้แบ่งปัน ประสบการณ์ และแนวทางการปฏิบัติให้กลุ่ม และให้สมาชิกกลุ่มได้สะท้อนความรู้สึกร่วมกัน เพื่อสมาชิกเกิดรับรู้ เข้าใจและมีกำลังใจในพัฒนา ตนเอง สนับสนุนเพื่อนสมาชิกให้สามารถนำ ประสบการณ์กลุ่มไปใช้ในชีวิตประจำวันของตน</p>

โปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มตามแนวร่วมรู้สึก

ครั้งที่	เรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
			<p>ของตนเองในการออกถึงความเอื้ออาทรผู้อื่น (Detachment)</p> <p>5. ผู้นำกลุ่มและสมาชิกสรุปประเด็นที่ได้เข้ากลุ่มร่วมกัน เพื่อเน้นความคิดต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นระหว่างการเข้ากลุ่มให้ชัดเจนยิ่งขึ้น</p> <p>6. จากนั้นผู้นำกลุ่มแจกใบบันทึกประสบการณ์การเข้ากลุ่ม และนัดหมายเวลา สถานที่ในการปรึกษารั้งต่อไป ยุติการให้การปรึกษาในครั้งนี</p>
11	เรียนรู้เรื่องราวที่ผ่านมา	<p>1. เพื่อให้สมาชิกตระหนักรู้ถึงความสำคัญของการรับรู้และเข้าใจผู้อื่น</p> <p>2. เพื่อให้สมาชิกสามารถเข้าใจและร่วมรู้สึกกับผู้อื่น เพื่อนำไปสู่การพัฒนาการเอื้ออาทรต่อผู้อื่น</p>	<p>1. ผู้นำกลุ่มกล่าวทักทายสมาชิก และสมาชิกกลุ่มร่วมกันทบทวนถึงการเข้ากลุ่มครั้งที่ผ่านมา พร้อมชี้แจงวัตถุประสงค์ในการเข้ากลุ่มครั้งนี้</p> <p>2. ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกแลกเปลี่ยนความรู้สึกต่อประสบการณ์ภายหลังจากการที่สมาชิกแต่ละคนได้ปฏิบัติตนตามแนวทางในการรับรู้และเข้าใจผู้อื่นและนำไปสู่การเอื้ออาทรต่อผู้อื่น (Identification และ Incorporation)</p> <p>3. ผู้นำกลุ่มเปิดโอกาสให้สมาชิกได้แลกเปลี่ยนการแสดงความคิดเห็น ปัญหา และนำเสนอวิธีการเพื่อให้เพื่อนสมาชิกได้ตระหนักรู้ถึงประโยชน์และความสำคัญของการรับรู้และเข้าใจผู้อื่นเพื่อนำไปสู่การเอื้ออาทรต่อผู้อื่น (Reverberation และ Detachment)</p> <p>4. ผู้นำกลุ่มกล่าวถึงช่วงเวลาที่ผ่านมาในการทำกลุ่มว่าส่งผลกับตัวพวกเราและเพื่อนข้างเคียงอย่างไร</p> <p>5. สมาชิกร่วมสรุปการเข้ากลุ่มครั้งนี้ ยุติการปรึกษาและนัดหมายในครั้งต่อไป</p>

โปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มตามแนวร่วมรู้สึก

ครั้งที่	เรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
12	ปัจฉิมนิเทศ	<p>1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้ ทบทวนประสบการณ์ต่าง ๆ ที่ได้เรียนรู้จากกลุ่มและการนำประสบการณ์จากการเข้ากลุ่มไปพัฒนาตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ</p> <p>2. เพื่อให้สมาชิกได้ แสดงความรู้สึกที่มีต่อตนเอง ต่อกลุ่ม ตลอดจนเพื่อนสมาชิกกลุ่มและผู้นำกลุ่ม</p> <p>3. เพื่อยุติการปรึกษา และเตรียมความพร้อมในการติดตามผล</p>	<p>1. ผู้นำกลุ่มกล่าวทักทายสมาชิกกลุ่มเพื่อ ความคุ้นเคยและเป็นกันเอง</p> <p>2. ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกกลุ่มช่วยกันทบทวนถึง ประสบการณ์ และสิ่งที่แต่ละคน ได้รับจากการเข้ากลุ่มที่ผ่านมา</p> <p>3. ผู้นำกลุ่มขอให้สมาชิกกลุ่มได้แบ่งปัน ความรู้สึกและบอกเล่าประสบการณ์ที่ได้รับจากการเข้ากลุ่มตั้งแต่เริ่มต้นจนสิ้นสุดว่า “สมาชิก มีความรู้สึกอย่างไรบ้างที่มีโอกาสได้มาเข้ากลุ่ม กับเพื่อนสมาชิกกลุ่ม สมาชิกได้รับประสบการณ์ อะไรบ้าง และสามารถนำ ประสบการณ์เหล่านั้น ไปปรับใช้ในชีวิตประจำได้อย่างไรบ้าง”</p> <p>4. ผู้นำกลุ่มเปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่มแต่ละคน บอกสิ่งที่อยากบอกกับเพื่อนสมาชิก และผู้นำกลุ่มเพื่อเป็นกำลังใจให้กันและกัน</p> <p>5. ผู้นำกลุ่มแจกแบบวัดการเอื้ออาทรผู้อื่น และนัดหมายสมาชิกกลุ่มอีกครั้งในอีก 2 สัปดาห์ต่อไปเพื่อทำแบบวัดการเอื้ออาทรผู้อื่น ในระยะติดตามผล</p> <p>6. ผู้นำกลุ่มยุติการปรึกษาและขอบคุณสมาชิกกลุ่ม</p>

## สรุปโปรแกรมการให้การศึกษากลุ่มตามแนวร่วมรัฐสภาครั้งที่ 1

เรื่อง	การสร้างสัมพันธภาพ
เวลา	90 นาที
สถานที่	ห้องประชุม อาคารประถมน โรงเรียนสาธิต “พิบูลบำเพ็ญ” มหาวิทยาลัยบูรพา
สมาชิกกลุ่ม	จำนวน 10 คน
อุปกรณ์ที่ใช้	เก้าอี้ 11 ตัว โดยจัดวางเป็นวงกลม

### แนวคิดสำคัญ

การปฐมนิเทศและการสร้างสัมพันธภาพเป็นการพบกันครั้งแรกของผู้นำกลุ่ม และสมาชิกกลุ่ม ทั้งเพื่อเป็นการทำความรู้จัก และสร้างความคุ้นเคยทั้งต่อผู้นำกลุ่มและสมาชิกกลุ่ม และระหว่างสมาชิกกลุ่มด้วยกัน เพื่อให้เกิดสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน และเพื่อให้กลุ่มได้กำหนดข้อตกลงที่สมาชิกกลุ่มต้องใช้ปฏิบัติร่วมกัน ตลอดจนสมาชิกทุกคนต้องรักษาความลับของสมาชิกกลุ่ม

### วัตถุประสงค์

1. เพื่อเป็นการสร้างสัมพันธภาพที่ดี และสร้างความคุ้นเคยระหว่างผู้นำกลุ่มกับสมาชิกกลุ่มและระหว่างสมาชิกกลุ่ม กับสมาชิกกลุ่มด้วยความเป็นกันเอง
2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มรับทราบถึงวัตถุประสงค์ของการให้การปรึกษา ขั้นตอน บทบาทหน้าที่ รวมถึงกติกา ระยะเวลา และสถานที่ในการศึกษากลุ่ม
3. เพื่อให้กลุ่มตัวอย่างรับทราบถึงประโยชน์ที่จะได้รับจากการเข้าร่วมการศึกษากลุ่ม

### สรุปการดำเนินการ

ผู้นำกลุ่มกล่าวทักทายและแนะนำตนสมาชิกกลุ่มทั้ง 10 คนที่มาเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาแบบร่วมรัฐสภาในครั้งนี้ และขอให้สมาชิกกลุ่มแต่ละคนกล่าวแนะนำตัวเอง โดยเริ่มจาก พิวแคร์ หวาน ปลาย มิว อาทิตย์ เรย์ อ่อน นิด และ เพลิน ต่อลำดับ (ในที่นี้เป็นนามสมมุติทั้งสิ้น) จากนั้น ผู้นำกลุ่มชี้แจงให้สมาชิกทุกคนได้ทราบถึงวัตถุประสงค์กลุ่ม และประโยชน์ที่กลุ่มจะได้รับ ผู้นำกลุ่มแจ้งและเน้นย้ำกับสมาชิกกลุ่มให้เก็บทุกอย่างที่พูดกันในกลุ่มเป็นลับที่สุด จะไม่มีการพูดเรื่องราว หรือประสบการณ์ที่แบ่งปันกันนอกกลุ่ม จากนั้นผู้นำกลุ่มขอให้สมาชิกทุกคนช่วยกันเสนอข้อตกลง หรือกติกาของกลุ่มร่วมกัน ซึ่งมีทั้งหมด 4 ข้อดังต่อไปนี้

1. รักษาความลับ ไม่ไปพูดให้คนนอกกลุ่มฟัง

2. ไม่พูดจาล้อเล่น และไม่ใช้ คำที่ไม่เหมาะสม รวมถึงไม่เกรง ไม่กวนคนอื่น ต้องให้เกียรติกัน

3. ห้ามทะเลาะกัน ห้ามเถียงกัน

4. ห้ามมาสายห้ามเปิดโทรศัพท์มือถือ และตั้งใจฟังเพื่อนพูด

หลังจากสมาชิกกลุ่มได้เสนอตกลง หรือคัดค้านกลุ่มแล้ว ผู้นำกลุ่มแจ้งและแจกใบกำหนดการ วัน เวลา และสถานที่ และจำนวนครั้งที่ต้องเข้ากลุ่มให้สมาชิกฟัง ต่อจากนั้นผู้นำกลุ่มให้สมาชิกกลุ่มสร้างความคุ้นเคยด้วยการส่งยิ้มให้เพื่อนก่อนแล้วค่อยถามคำถาม โดยสมาชิกต้องถามชื่อเล่น อาหารที่ชอบ และอาชีพที่ชอบของสมาชิกในกลุ่มภายในเวลา 15 นาที เมื่อครบเวลา ผู้ให้การปรึกษาเชิญชวนให้สมาชิกแต่ละคนได้บอกเล่าเรื่องราวของบุคคลที่ตนเองไปถามรวมถึงความรู้สึกให้กลุ่มฟัง ซึ่งสรุปได้ว่า “ได้รู้จักเพื่อนมากขึ้นจากเดิม รู้ว่าเพื่อนชอบกินอะไรเป็นพิเศษ และโตขึ้นอยากทำงานอาชีพใด แม้สมาชิกบางคนจะมาจากห้องเดียว แต่วันนี้ฟังจะได้รู้ว่าของโปรดเพื่อนคืออะไร อยากทำอาชีพอะไรด้วย ซึ่งมีทั้งเหมือนและต่างจากตนเอง” และ ด.ช. มิว ได้กล่าวความรู้สึกกับกลุ่มว่า “สิ่งที่ผมทำให้ผมรู้สึกดีที่สุดในวันนี้คือ รอยยิ้ม เพราะรอยยิ้มทำให้รู้สึกถึงความเป็นมิตร อบอุ่นที่จะพูดด้วย” จากนั้นผู้นำกลุ่มและสมาชิกกล่าวสรุปร่วมกันว่า สิ่งที่เราได้ทำในวันนี้เป็นการเริ่มต้นมิตรภาพ และทำให้พวกเราทุกคนได้รู้จักกันมากขึ้น โดยมีรอยยิ้มเป็นสื่อกลาง”

### การประเมินผล

จากการสังเกตพบว่า สมาชิกแต่ละคนมีความตั้งใจให้การเข้ากลุ่มครั้งนี้ ทุกคนดูสนุกสนานกับการวิ่ง ไปส่งยิ้มให้เพื่อน และถามคำถาม อาจจะเป็นคำถามพื้น ๆ แต่ก็สังเกตเห็นความกระตือรือร้นของสมาชิกทุกคนได้ปฏิบัติในการเข้ากลุ่มครั้งนี้ ด้วยความยิ้มแย้มแจ่มใสให้ความร่วมมือกับการสร้างสัมพันธ์ภาพในครั้งแรกได้ดีเกินคาด แม้ในช่วงเปิดโอกาสร่วมแบ่งปันความรู้สึกมีบางคนค่อนข้างเงินอาย ท่าทางเกร็ง ๆ และไม่ค่อยกล้าแสดงความคิดเห็นอยู่บ้าง

### สรุปสิ่งที่สมาชิกคาดว่าจะได้รับจากการเข้ากลุ่ม

การเรียนรู้ที่จะรู้จักและเข้าใจเพื่อนมากขึ้น ว่าเพื่อนเหมือน หรือแตกต่างจากตนเองมากน้อยขนาดไหน เรียนรู้ที่แบ่งปัน มีน้ำใจ ช่วยเหลือกัน สร้างความสามัคคีกันในกลุ่ม และไม่ขัดแย้ง แม้ว่าจะอาจจะมึนอะไรที่แตกต่างกันในกลุ่ม

สรุปสิ่งที่สมาชิกได้รับจากการเข้ากลุ่มในครั้งนี้

การได้มีโอกาสได้ทำความรู้จักกับเพื่อนมากขึ้น เรียนรู้ถึงนิสัย ความชอบไม่ชอบ โดยการที่ได้เปรียบเทียบเรื่องราวของตนเองกับเพื่อนสมาชิกในกลุ่ม และได้รู้ว่ารอยยิ้มมีความสำคัญในการสร้างมิตรภาพ

## สรุปโปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มตามแนวร่วมรู้สึกครั้งที่ 2

เรื่อง	สานสัมพันธ์ฉันและเธอ
เวลา	90 นาที
สถานที่	ห้องประชุม อาคารประถมน โรงเรียนสาธิต “พิบูลบำเพ็ญ” มหาวิทยาลัยบูรพา
สมาชิกกลุ่ม	จำนวน 10 คน
อุปกรณ์ที่ใช้	1. แก้ว 11 ตัว โดยจัดวางเป็นวงกลม 2. กระดาษ A 4 จำนวน 10 แผ่น 3. ดินสอ ดินสอสี และยางลบ

### แนวคิดสำคัญ

สานสัมพันธ์ฉันและเธอเป็นการช่วยให้สมาชิกกลุ่มรู้จักกันดีมากขึ้น อีกทั้งยังเป็นการช่วยให้สมาชิกเกิดความสนิทสนมและมีความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน พร้อมกับการเรียนรู้ที่จะยอมรับความแตกต่างระหว่างกันเพื่อนำไปสู่ความไว้วางใจ การเปิดเผยต่อกันและกัน

### วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้รู้จักและมีสัมพันธ์ที่ดีต่อกันยิ่งขึ้น
2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้จะเกิดความไว้วางใจ และกล้าเปิดเผยซึ่งกันและกัน
3. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้เรียนรู้และยอมรับความแตกต่างระหว่างบุคคล
4. เพื่อเกิดสร้างคุ้นเคยระหว่างผู้นำกลุ่มกับสมาชิกภายในกลุ่ม และระหว่างสมาชิกภายในกลุ่มด้วยกันให้มากยิ่งขึ้น

### สรุปการดำเนินการ

ผู้นำกลุ่มกล่าวทักทายสมาชิก และขอให้สมาชิกกล่าวแนะนำตัวเองอีกครั้งหนึ่ง จากนั้นสมาชิกกลุ่มร่วมกันทบทวนข้อตกลง และกติกาของกลุ่มอีกครั้งหนึ่ง และสมาชิกทบทวนสิ่งที่ได้จาก การเข้ากลุ่มในครั้งที่แล้ว จากนั้นผู้นำกลุ่มแจกกระดาษ A4 พร้อมอุปกรณ์ให้สมาชิกแต่ละคน วาดรูปสัญลักษณ์แทนตนเองคนละ 1 รูป ภายในเวลา 15 นาที เมื่อครบกำหนดเวลาผู้นำกลุ่มเชิญชวนให้สมาชิกกลุ่มเล่ารูปสัญลักษณ์ที่ตนเองเลือกพร้อมกับบอกเหตุ และภาพดังกล่าวมีส่วนเหมือนตนเองอย่างไร โดยเริ่มจากใครก่อนก็ได้ โดยสามารถสรุปรูปสัญลักษณ์แทนตนเองได้ดังภาพต่อไปนี้



1. ด.ช. มิว วาดรูปปลาหมึก ให้เหตุผลว่า “อยากมีแขนเยอะๆจะได้ช่วยเหลือคนอื่นได้”
2. ด.ช. อาทิตย์วาดรูปหัวใจติดปีก ให้เหตุผลว่า “รักอิสระ และอยากมีหัวใจสำหรับความรัก”
3. ด.ญ. เฟลีน วาดรูปแมว ให้เหตุผลว่า “หนูตัวเล็กเหมือนน้องแมว และก็ชอบแมว และอยากช่วยเหลือคนอื่น ๆ”
4. ด.ญ. ปลาย วาดรูปหมี ให้เหตุผลว่า “หมีมันตัวใหญ่ และหนูเหมือนหมีตรงที่เวลาโกรธคร่ำ น่ารัก และก็สามารถน่ารักในเวลาเดียวกัน”
5. ด.ญ. แคร่ วาดรูปแมวคิดดี ให้เหตุผลว่า “หนูน่ารักแบบแมวคิดดี มีความสดใสน่ารักเสมอ”
6. ด.ช. พีว วาดรูปขนม ให้เหตุผลว่า “ชอบกินขนม และตัวอ้วน”
7. ด.ญ. หวาน วาดรูปหมา ให้เหตุผลว่า “หมาน่ารัก หนูชอบหมา”
8. ด.ญ. อ๋อน วาดรูปกระเป่า ให้เหตุผลว่า “หนูเป็นคนมีความซบซึ้ง เข้าใจยาก เหมือนกระเป่าที่มีหลายช่อง หลายซิบ”
9. ด.ญ. เรย์ วาดรูปเครื่องบิน ให้เหตุผลว่า “ชอบเครื่องบิน เพราะมันบินได้บนฟ้า และหนูก็อยากเป็นแอร์โฮสเตสด้วยคะ”

10. ด.ญ. นิค วาดรูปแมว ให้เหตุผลว่า ชอบแมว และก็เลี้ยงแมวด้วยคะ”

จากนั้นผู้นำกลุ่มเปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่มได้พูดคุย และเปรียบเทียบว่า สัญลักษณ์ของเพื่อน และของตนเองมีความเหมือนแตกต่างกันอย่างไร ซึ่งสามารถสรุปได้ว่า สมาชิกกลุ่มโดยส่วนใหญ่รัก สุนัขและแมว เกือบทุกคนเลี้ยงไว้ที่บ้านกัน หลายตัว และหลายสายพันธุ์ สมาชิกต่างแบ่งปันประสบการณ์และความรักที่มีต่อสุนัข และแมวของตนเอง แต่ก็มีสมาชิกอยู่สองคนที่แบ่งปันประสบการณ์ที่แตกต่างจากเพื่อน เช่น เรย์เล่าให้กลุ่มฟังว่า “ตนเองถึงจะชอบแมว และสุนัข แต่ก็ไม่เลี้ยง เพราะเคยเลี้ยงแล้วเป็นภูมิแพ้จนสัตว์ พ่อและแม่เลยไม่นำมาเลี้ยงอีกเลย ซึ่งตนเองก็ไม่คิดจะเลี้ยงเหมือนกันเพราะกลัวแพ้ก็ แต่ก็ไม่ได้เกลียดสุนัขกับแมวนะ” ส่วนหวานเล่าว่า “ตนเองมีความทรงจำที่ดี แต่สุนัขตัวโปรดของตนตายไปแล้ว แม้นตอนนี้ที่บ้านยังมีเหลือสุนัขอยู่บ้าง และตนก็ยังคิดถึงสุนัขตัวที่ตายไปเหมือนกัน” ส่วนพีวบอกว่า พ่อแม่เป็นบุญชอบเลี้ยงสุนัขมาก ตอนนี้ที่บ้านก็เลยมีสุนัขมากมายหลายตัว” หลังจากที่บอกเล่าเรื่องราวสัตว์เลี้ยงแล้ว ผู้นำกลุ่มขอให้สมาชิกร่วมกันสรุปสิ่งได้ให้วันนี้

### การประเมินผล

สมาชิกให้ความสนใจ และมีความตั้งใจดี แม้นมีบางช่วงสมาชิกบางคนขาดความสนใจไปบ้าง บางคนยังเงินอวย ไม่กล้าพูด แต่ก็พยายามเล่าเรื่องราว และประสบการณ์ของตนเองให้สมาชิกฟัง

### สรุปสิ่งที่สมาชิกคาดว่าจะได้รับจากการเข้ากลุ่ม

การได้เรียนรู้จักผู้อื่นมากขึ้น เพื่อจะได้เข้าใจกันมากขึ้นกว่าเดิม รู้ว่าชอบอะไร ไม่ชอบอะไร และมีโอกาสที่จะปรับปรุงตนเองมากด้วยเรียนรู้จากเพื่อน ๆ

### สรุปสิ่งที่สมาชิกได้รับจากการเข้ากลุ่มในครั้งนี้

ได้รู้จักเพื่อนทั้งที่เรียนห้องเดียวกันและเพื่อนที่มาจากต่างห้องเพิ่มขึ้น และได้รู้ว่าเพื่อน ๆ เลี้ยงสัตว์เลี้ยงอะไรกัน และการแสดงออกมากขึ้น

### สรุปโปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มตามแนวร่วมรู้สึกครั้งที่ 3

เรื่อง	อารมณ์เธออารมณ์ฉัน
เวลา	90 นาที
สถานที่	ห้องประชุม อาคารประถม โรงเรียนสาธิต “พิบูลบำเพ็ญ” มหาวิทยาลัยบูรพา
สมาชิกกลุ่ม	จำนวน 10 คน
อุปกรณ์ที่ใช้	1. แก้ว 11 ตัว โดยจัดวางเป็นวงกลม 2. กระดาษ A 4 จำนวน 10 แผ่น 3. ดินสอ ดินสอสี และยางลบ

#### แนวคิดสำคัญ

การรับรู้อารมณ์ความรู้สึกผู้อื่นเป็นการที่บุคคลได้ละทิ้งตนเอง โดยมีความมุ่งหมายไปที่ผู้อื่น เพื่อยอมรับและเข้าใจอารมณ์ความรู้สึกที่กำลังเกิดขึ้นกับผู้อื่นอย่างแท้จริง โดยการเกิดจากการสังเกต เอาใจใส่และรับฟัง

#### วัตถุประสงค์

1. เพื่อสมาชิกกลุ่มรู้จักสังเกต เข้าใจ และบอกอารมณ์ และความรู้สึกของผู้อื่นได้
2. เพื่อสมาชิกกลุ่มรู้จักใคร่ครวญและยอมรับอารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่นตามสถานการณ์ที่เกิดขึ้นกับผู้อื่นอย่างที่เป็นอย่างแท้จริง
3. เพื่อสมาชิกกลุ่มสามารถเข้าใจอย่างแท้จริง และสามารถร่วมรู้สึกไปกับอารมณ์ และความรู้สึกที่กำลังเกิดขึ้นผู้อื่นเสมือนเกิดขึ้นกับตนเอง
4. เพื่อสมาชิกกลุ่มรับรู้และเข้าใจความรู้สึก และอารมณ์ของผู้อื่นได้อย่างชัดเจนและขณะเดียวกันก็ยังคงเป็นตัวเอง เพื่อนำไปสู่การช่วยเหลือ และมีความเอื้ออาทรต่อผู้อื่น เช่น การให้กำลังใจ ปลอบ โยน หรือแม้แต่ในอภย์ในข้อผิดพลาดของผู้อื่นได้อย่างแท้จริง

#### สรุปการดำเนินการ

ผู้นำกลุ่มกล่าวทักทายสมาชิกอย่างยิ้มแย้มแจ่มใส และพูดคุยกับสมาชิกเกี่ยวกับเรื่องอารมณ์ต่าง ๆ ที่สามารถเกิดขึ้นในชีวิตประจำวันได้ ซึ่งสมาชิกบอกว่าในชีวิตประจำวันของเรามีทั้งอารมณ์ด้านบวก เช่น อารมณ์เมื่อมีความสุข ความสนุกสนาน และอารมณ์ด้านลบ เมื่อเรารู้สึกเศร้าเสียใจ หรือ โกรธเป็นต้น จากนั้นผู้นำกลุ่มขอให้สมาชิกกลุ่มสมมุติว่าตนเองแต่ละคนนั่งยาน

ไทม์แมชชีน (เครื่องย้อนเวลาแบบการ์ตูน โดราเอมอน) เพื่อสำรวจอารมณ์ของตนเองในระยะเวลาเดือนที่ผ่านมาว่ามีอารมณ์แบบใดบ้าง และอะไรเป็นสาเหตุของอารมณ์นั้น และตอนนั้นรู้สึกอย่างไร ภายในเวลา 10 นาที เมื่อผู้นำกลุ่มบอกให้ทุกคนลืมนตา แล้วลองแบ่งปันอารมณ์ที่ตนเองได้สำรวจมาเป็นอย่างไบบ้าง จากที่สมาชิกได้เล่า พบว่า ส่วนใหญ่จะเป็นอารมณ์ด้านลบ คือ วิตกกังวล สิ้นหวัง ที่ได้มาโรงเรียนและอยู่ร่วมและทำกิจกรรมต่างที่โรงเรียนกับเพื่อน ๆ นอกจากนี้เหตุผลที่ทำให้มีอารมณ์วิตกกังวล มีความสุขก็คือการมีผลการเรียนที่ดีซึ่งประกาศในวันสื่อสารสัมพันธ์ของโรงเรียน หลังจากนั้นผู้กลุ่มขอให้สมาชิกได้เปรียบเทียบอารมณ์ของตนเองและสมาชิกคนอื่นว่าเหมือนหรือแตกต่างอย่างไร นอกจากนี้สมาชิกได้เล่าประสบการณ์ที่ตนเองแต่ละคนได้พบเห็น หรือสังเกตอารมณ์ของบุคคลใกล้ชิดซึ่งส่วนใหญ่ที่ผู้นำเสนอเป็นอารมณ์ของเพื่อนสนิทของแต่ละคนซึ่งมีเหตุผลของอารมณ์ที่เกิดขึ้นนั้นมาจากครูผู้สอน และจากเพื่อนด้วยกัน จากนั้นสมาชิกกลุ่มร่วมกันสำรวจว่าการเข้ากลุ่มในครั้งนี้ ตนเองได้เรียนรู้ว่า “หากเรารู้จักอารมณ์ของตนเองและอารมณ์ของคนอื่นจะช่วยให้เราเข้าใจกันและกัน ปรับตัวเข้าหากัน ได้ถูกสถานการณ์ เราจะเข้าใจเพื่อนได้มากขึ้น และช่วยเหลือเขาได้เช่นกัน

### การประเมินผล

ช่วงแรกนักเรียนบางคนยังแยกแยะระหว่างอารมณ์กับการแสดงออกไม่ถูก เช่น คิดว่า การขำ การหัวเราะเป็นอารมณ์ และสมาชิกกลุ่มบางคนยังมีอาการ เหนื่อย เกร็ง ไม่กล้าพูด จนบางครั้งผู้นำกลุ่มต้องตั้งคำถามเพื่อกระตุ้นให้สมาชิกได้สามารถพูด หรือแบ่งปันประสบการณ์ได้ อย่งไรก็ตามโดยรวมสมาชิกทุกคนมีความตั้งใจ และให้ความร่วมมือในการพูดคุยและแบ่งปันเรื่องราว และประสบการณ์ให้กลุ่มฟัง

### สรุปสิ่งที่สมาชิกคาดว่าจะได้รับจากการเข้ากลุ่ม

จะสามารถเข้าใจ และสังเกตอารมณ์ของตนเอง และของเพื่อน สามารถปรับตนเองให้อยู่ร่วมกับเพื่อนได้อย่างมีความสุข

### สรุปสิ่งที่สมาชิกได้รับจากการเข้ากลุ่มในครั้งนี้

การเรียนรู้ว่าอารมณ์ที่เกิดขึ้นกับตนเอง หรือกับเพื่อน มีทั้งที่เหมือนกันและต่างกัน บางทีก็มาจากเหตุผลเดียว หรือต่างกัน ซึ่งช่วยทำให้สามารถเข้าใจเพื่อนได้มากขึ้น และนำไปสู่การช่วยเหลือกัน แก้ไข และให้กำลังใจกันและกัน

## โปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มตามแนวร่วมรู้สึก ครั้งที่ 4

เรื่อง	เปิดใจฉันเพื่อฟังเสียงใจเธอ
เวลา	90 นาที
สถานที่	ห้องประชุม อาคารประถมน โรงเรียนสาธิต “พิบูลบำเพ็ญ” มหาวิทยาลัยบูรพา
สมาชิกกลุ่ม	จำนวน 10 คน
อุปกรณ์ที่ใช้	1. แก้ว 11 ตัว โดยจัดวางเป็นวงกลม

### แนวคิดสำคัญ

การรับรู้อารมณ์ความรู้สึกผู้อื่นเป็นการที่บุคคลได้ละทิ้งตนเองโดยมีความมุ่งหมายไปที่ผู้อื่น เพื่อยอมรับและเข้าใจอารมณ์ความรู้สึกที่กำลังเกิดขึ้นกับผู้อื่นอย่างแท้จริง โดยการเกิดจากการสังเกต เอาใจใส่และรับฟัง

### วัตถุประสงค์

1. เพื่อสมาชิกกลุ่มสามารถเรียนรู้ที่จะเปิดใจรับฟังผู้อื่นอย่างเอาใจใส่
2. เพื่อสมาชิกกลุ่มเรียนรู้ที่จะยอมรับอารมณ์ความรู้สึก และความแตกต่างของบุคคล โดยการรับฟังผู้อื่นอย่างเอาใจใส่
3. เพื่อสมาชิกกลุ่มได้เรียนรู้เห็นใจผู้อื่นอย่างแท้จริง โดยเริ่มจากการฟังอย่างเข้าใจ เพื่อนำไปสู่การรู้จักแบ่งปัน และเสียสละผู้อื่นตามความสามารถของตนเอง

### สรุปการดำเนินการ

ผู้นำกลุ่มกล่าวทักทาย และถามความเป็นไปของสมาชิกกลุ่มแต่ละคนตลอด 1 สัปดาห์ที่ผ่านมา จากนั้นสมาชิกทบทวนข้อตกลง และกติกากลุ่ม และทบทวนสิ่งที่กลุ่มได้เรียนรู้จากการเข้ากลุ่มในครั้งที่แล้ว จากนั้นผู้กลุ่มบอวัตถุประสงค์การเข้ากลุ่มครั้งนี้ แล้วให้สมาชิกกลุ่มหลับตาทำสมาธิ 5 นาที เพื่อเตรียมตัวเข้ากลุ่ม

ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกจับคู่กันเอง จากนั้นให้สมาชิกแต่ละคู่พูดคุยกัน โดยให้แต่ละคนผลัดกันเป็นผู้พูด และผู้ฟัง ในการพูดคุยครั้งแรกผู้ฟังจะไม่มีคำถาม ชักถาม หรือแสดงปฏิกิริยาใดๆ และในการพูดคุยครั้งที่ 2 ผู้ฟังสามารถซักถาม หรือแสดงปฏิกิริยาโต้ตอบผู้พูดได้ แต่ครั้งจะใช้เวลาประมาณ 7 นาทีในการพูดคุย จากนั้นผู้นำกลุ่มในสัญญาณหมดเวลา สมาชิกทุกคนกลับมานั่งประจำที่ และบอกเล่าถึงความรู้สึกและประสบการณ์ที่แต่ละคนเป็นทั้งผู้พูดและผู้ฟัง

ในรอบแรกที่ผู้ฟังไม่สามารถซักถาม หรือแสดงปฏิกิริยาโต้ตอบใดๆ ได้ ซึ่งสรุปได้ดังนี้ อาทิตย์เล่าว่า “ผมรู้สึกโคตรเดียว แม้นดูเหมือนเพื่อนจะฟังผมนะ” แคร้เล่าว่า “รู้สึกไม่ค่อยแน่ใจว่าเพื่อนจะเข้าใจเราไหม และดูเหมือนจะไม่ตั้งใจฟังเราเลย” พิ้วว่า “สำหรับผม มันก็คินะที่เขาปล่อยให้เราพูดให้จบก่อน” อ่อน แด่หนูดคิดว่า “นี่หนูกำลังพูดคนเดียวหรอเนี่ย น่าเบื่อ และเหมือนคนบ้าเลยอะ” เพลินว่า “หนูรู้สึกอึดอัดมาก” หวานว่า “หนูรู้สึกหวิวๆนะ เหมือนคนบ้าพูดคนเดียว” มิวพูดว่า “มันแปลก ๆ มันอึดอัดเหมือนผมถูกขังในห้องแล้วเหมือนไม่มีใครได้ยินผมเลย เหมือนปลาในตู้ปลา” ปลายเล่าว่า “หนูว่ามันเหมือนเราคุยกับตัวเอง ดูเหมือนเพื่อนไม่เข้าใจนะ” นิคคิดว่า “เขาจะเข้าใจเราไหมนะ เหมือนเราคุยคนเดียวเลยอะ” ส่วนเรย์เล่าว่า “รู้สึกเสียใจ ก็ไม่รู้จะว่าเขาเข้าใจเราไหม รู้สึกเหงา ๆ เลยละ” ส่วนตอนที่ทุกคนรับบทเป็นผู้ฟังสรุปได้ว่าทุกคนรู้สึกอึดอัด อยากถามสิ่งที่ไม่เข้าใจก็ถามไม่ได้ อยากแสดงความรู้สึก หรือทำทางอะไรก็ทำไม่ได้ เป็นคั่น สำหรับรอบที่ 2 ที่ผู้ฟังสามารถซักถาม หรือปฏิกิริยาโต้ตอบนั้นสรุปได้ดังต่อไปนี้ แคร้เล่าว่า “พอเราสามารถแสดงปฏิกิริยา หรือคุยกับคนที่เล่าได้นั้น มันทำให้รู้สึกว่าสนุกดี รู้สึกดีไม่ได้คุยคนเดียวแล้ว” อาทิตย์ว่า “รู้สึกดี ใส่อารมณ์ และพูดคุยได้เยอะขึ้น” นิคกล่าวว่า “เริ่มสนุกขึ้นมาเลยทีเดียว รู้สึกได้ว่าเพื่อนเข้าใจเรา รู้เพื่อนอะไร รู้สึกอย่างไรกับเรื่องของเรา” เรย์ว่า “เพลินเลย สนุกดี” อ่อน” รู้สึกคินะ เพราะหนูได้แลกเปลี่ยนกันกับเพื่อน ไม่ได้คุยคนเดียวแล้ว” พิ้วเล่าว่า “รู้สึกดีกว่านะ เพราะผมสามารถเข้าใจเพื่อนที่ฟังเราว่าเขาคิดอย่างไร รู้สึกอย่างไร เข้าใจผมไหมอะไรประมาณนี้ครับ” หวานแสดงความคิดว่า “เหมือนรู้สึกได้ถูกปลดปล่อย ได้เพื่อนพูดโต้ตอบ หรือได้ระบายกับเพื่อน” เพลินคิดว่า “เรื่องราวสนุกมากขึ้น รู้ว่าเขาเข้าใจหนูหรือไม่เข้าใจ เพราะดูจากปฏิกิริยาที่แสดงออก หรือจากคำพูดของเขา” มิวเล่าว่า “ผมรู้สึกว่าปลาที่ไม่อยู่ในตู้แล้ว ทำให้รู้ในโลกนี้เราอยู่คนเดียวไม่ได้” สำหรับผู้รับบทบาทเป็นผู้ฟังได้กล่าวสรุปพร้อมกันว่า “การที่สามารถถามพูดคุย หรือแสดงปฏิกิริยาต่อผู้ฟังได้ มันช่วยให้พวกเราเข้าใจกันและกันได้ชัดเจน ถูกต้อง เพราะว่าบางครั้งก็คิดอีกแบบแต่เพื่อนหมายถึงอีกแบบเป็นคั่น สมาชิกกล่าวสรุปว่า “รู้สึกชอบการเป็นผู้ฟังทั้ง 2 แบบ บางครั้งก็อยากให้เพื่อนฟังเราพูด หรือระบายก่อน แต่ถ้าไม่เข้าใจกันก็ค่อยซักถามเพื่อให้แน่ใจว่าเข้าใจตรงกัน” จากนั้นผู้นำกลุ่มขอให้สมาชิกได้เล่าประสบการณ์การฟังของสมาชิกในชีวิตประจำวัน ซึ่งสมาชิกต่างก็แบ่งปันให้กลุ่มฟังโดยสรุปเป็นเรื่องของเพื่อนสนิทที่มาปรับทุกข์เวลาที่เขามีปัญหา กับครอบครัว และครูที่โรงเรียน สมาชิกเล่าว่าก็ฟังนะและปลอบใจเพื่อน และให้ความช่วยเหลือเท่าที่ทำได้ เช่น พิ้วเล่าว่า “ฟังเพื่อนที่โดนอาจารย์บ่นเรื่องการบ้านที่ไม่ได้ส่ง ก็เลยช่วยสอนเขาจะไปได้ไปส่งอาจารย์” แคร้เล่าว่า “เพื่อนกับเพื่อนปัญหาถูกแก๊ง ก็เลยไปช่วยจัดการพูดคุยกับเพื่อนคนนั้นให้” มิวเล่าว่า “เพื่อนเขากังวลใจเพราะไม่มีโทรศัพท์โทรไปหาผู้ปกครอง ก็เลยตัดสินใจให้เพื่อนคนนั้นยืมโทรศัพท์ตนเอง” ในช่วงก่อนยุติ ผู้นำกลุ่มได้ขอให้สมาชิกช่วยกันสรุปการเข้ากลุ่มวันนี้ ซึ่งสรุปได้ว่า ถ้าเราฟังคนอื่นด้วยความตั้งใจ การฟังนี้จะช่วยให้เรารู้และเข้าใจความรู้ที่แท้จริง

ของเพื่อน ทำให้เรารู้ว่าเรากับเพื่อนเข้าใจตรงกันไหม พอเราเข้าใจ เราก็จะสามารถช่วยเพื่อนแก้ไข  
ปัญหาได้ แต่ถ้าเราไม่ฟังเขาเราอาจจะพลาดในส่วนสำคัญไป

### การประเมินผล

สมาชิกให้ความร่วมมือดีกว่าครั้งที่แล้ว ตั้งใจฟัง เรียนรู้ และพยายามแบ่งปัน  
ประสบการณ์มากขึ้น เสนอตัวบอกเล่าเรื่องราว และประสบการณ์มากขึ้น แม้บางคน  
จะยังเงินไปบ้าง และบางคนลดอาการกวนกลุ่มมากขึ้น

### สรุปสิ่งที่สมาชิกคาดว่าจะได้รับจากการเข้ากลุ่ม

เรียนรู้และฝึกตนเองในการฟังคนอื่นอย่างตั้งใจ เพื่อเข้าเพื่อนมากขึ้นจากเดิม

### สรุปสิ่งที่สมาชิกได้รับจากการเข้ากลุ่มในครั้งนี้

รู้ว่าเราไม่ได้อยู่คนเดียวในโลกนี้ เรายังมีเพื่อนที่รับฟังเรา และการรับฟังเพื่อนช่วยให้  
เรารับรู้และเข้าใจเขาได้มากขึ้น ชัดเจนขึ้น และจะสามารถช่วยเหลือเขาได้

## โปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มตามแนวร่วมรู้สึก ครั้งที่ 5

เรื่อง	มองด้วยตาสัมผัสด้วยใจ
เวลา	90 นาที
สถานที่	ห้องประชุม อาคารประถมน โรงเรียนสาธิต “พิบูลบำเพ็ญ” มหาวิทยาลัยบูรพา
สมาชิกกลุ่ม	จำนวน 10 คน
อุปกรณ์ที่ใช้	1. แก้ว 11 ตัว โดยจัดวางเป็นวงกลม 2. ดินน้ำมัน

### แนวคิดสำคัญ

การเข้าใจและการรับรู้ประสบการณ์ผู้อื่นและทำให้เป็นประสบการณ์ของตนเองนั้นเป็นกระบวนการร่วมทางอารมณ์กับผู้อื่นอย่างหนึ่งซึ่งสามารถทำให้เกิดเข้าใจความรู้สึก และอารมณ์ของผู้อื่นได้ลึกซึ้ง และสามารถถ่ายทอดอารมณ์และความรู้สึกเหล่านั้น โดยเน้นการมีประสบการณ์ร่วมกับผู้อื่น

### วัตถุประสงค์

1. เพื่อสมาชิกกลุ่มสามารถเข้าใจความรู้สึก และอารมณ์ของผู้อื่นได้ลึกซึ้ง และสามารถถ่ายทอดอารมณ์และความรู้สึกเหล่านี้โดยเน้นการมีประสบการณ์ร่วมกับผู้อื่นได้
2. เพื่อสมาชิกสามารถเข้าใจและยอมรับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นกับผู้อื่นด้วยความจริงใจ และสามารถแสดงออกถึงความเอื้ออาทร และให้ช่วยเหลือแก่ผู้อื่นได้เช่น การแบ่งปัน การเสียสละ การมีมิตรไมตรีจิตต่อกัน หรือแม้ยอมรับฟังอย่างเอาใจใส่

### สรุปการดำเนินการ

ผู้นำกลุ่มกล่าวทักทายอย่างอบอุ่น พูดคุยกับสมาชิกกลุ่มถึงเรื่องทั่วไป เช่น การเรียน ความเป็นอยู่ทั่วไปของสมาชิกแต่ละคน จากนั้นผู้นำกลุ่มอธิบายวัตถุประสงค์การเข้ากลุ่มในครั้งนี้ ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกกลุ่มนั่งในท่าที่สบายที่สุด วางแขนขาอย่างสบาย ๆ ทิ้งน้ำหนักตัวทั้งหมดลงในแก้ว และหลังคาตาลงอยู่หนึ่ง ประมาณ 5 นาที เพื่อเป็นการผ่อนคลาย และเตรียมตัวเข้ากลุ่มการศึกษา จากนั้นผู้นำกลุ่มวางดินน้ำมันจำนวน 20 ก้อน แล้วให้สมาชิกแต่ละคนเลือกหยิบดินน้ำมันตามต้องการสมาชิกแต่ละคน ปั้นน้ำมันที่ตนเองเลือกเป็นรูปอะไรก็ได้ โดยมีกำหนดเวลา 10 นาที



เมื่อครบเวลาตามกำหนดให้สมาชิกแต่ละคนเล่าเรื่องจากดินน้ำมันที่ตนเองให้เพื่อนฟังว่า ซึ่งสรุปได้ดังต่อไปนี้

1. พีว “ผมปั้นรูปโทรศัพท์ครับ มันเป็นโทรศัพท์เครื่องแรกที่พ่อซื้อให้ เป็นทรงจำที่ดีจากพ่อ แต่ตอนนี้โทรศัพท์เครื่องเสียไปแล้วครับ
2. มิว “ของผมเป็นก๊อตซิล่าครับ เวลาที่มันโมโหมันจะพันไฟได้ เวลาที่ผมโดนเพื่อนแกล้ง ผมก็อยากจะพันไฟเหมือนกัน
3. แคร้ “หนูเป็นรูปกระต่ายคะ กระต่ายน่ารัก และหนูก็คิดว่าหนูน่ารักเหมือนกระต่าย หนูเป็นคนคิดบวก”
4. เฟลิน “ชอบกระต่าย หนูปั้นกระต่ายคะ หนูเคยเลี้ยงกระต่าย แต่นี้กระต่ายหนูตายไปแล้วคะ”
5. เรย์ “หมาสี่ขมพู ชอบหมา นะคะ เคยเลี้ยง แต่ตอนนี้ไม่ชอบ และไม่เลี้ยงแล้วเพราะหนูแพ้ขนหมาคะ เลยทำให้ไม่ชอบหมาอีกเลย”
6. นิค “Snowman คะ หนูอยากเห็นหิมะ อยากไปเมืองที่มีหิมะสัมผัสหิมะ และอยากปั้นหิมะคะ”
7. หวาน “หมา นะคะ หนูชอบหมา ที่บ้านหนูก็เลี้ยงหมาคะ มันน่ารัก และมันทำให้มีความสุข หนูชอบมันคะ”
8. อาทิตย์ “สิริวในเรื่องก๊อตซิล่า ผมชอบเพราะว่าเป็นเทห์ เวลาโมโหก็มีพลัง เหมือนที่มิวเรื่องครับ เวลาโมโหค่อยเพื่อนเลย”
9. อ๋อน “เป็นรูปแมวนะ ก็หนูเป็นคนชอบแมว ที่บ้านก็เลี้ยงแมวเยอะเยอะเลยครับ คุณแม่เป็นคนใจดีชอบเลี้ยงแมวจร หนูช่วยเลี้ยงและก็เลยชอบไปด้วย”
10. ปลาย “ของเป็นรูปองุ่นคะ หนูชอบองุ่น มันอร่อยดี แล้วที่มีส่วนผสมขององุ่นมันอร่อยทุกชนิดเลย หนูเลยชอบมันคะ”

จากนั้นผู้นำกลุ่มให้สมาชิกลองเปรียบเทียบกันว่า ใครมีประสบการณ์ หรือเคยอยู่ในเหตุการณ์ที่ลักษณะคล้ายเพื่อนบ้าง สมาชิกผลัดกันแบ่งปันประสบการณ์ที่ตนเองเหมือนกับสรุปได้ ดังนี้คือประสบการณ์ที่โมโหเพื่อนในห้องซึ่งได้มิวเล่าว่า “เมื่อตอนที่เขาอยู่ ป.5 มีเพื่อนคนหนึ่งเป็นคนที่ชอบโมโหบ่อยมาก เวลาโมโหจะชอบปาไม้บรรทัดใส่หัวเพื่อน มิวหวังดีก็เข้าไปห้าม แต่เขาไม่ฟังมิวแล้วปาไม้บรรทัดใส่หัวมิวมิวโกรธมากก็เลยว่าเพื่อนคน และบอกว่าอย่าทำอีก เพราะถ้าทำมิวจะไปฟ้องอาจารย์ ผลก็คือเพื่อนก็ไม่ปาใส่มิว” พีวเล่าว่า “พีวไม่มีประสบการณ์โมโห มีแต่ไปช่วยเพื่อนกำลังโมโห เพราะนักเรียนรุ่นน้องมาค่า เพื่อนพีวกำลังจะอัดน้องคนนั้น แต่พีวห้ามแล้วรีบวิ่งไปอาจารย์เพราะกลัวจะมีเรื่องกัน” แคร้บอกว่า “เขาโดนเพื่อนแอบนินทาลับหลัง เขาโมโหมาก ก็เลยพูดลอยว่าเพื่อนนั้นเวลาเขาเดินผ่าน” จากประสบการณ์นี้สมาชิกกลุ่มพูดคุย

และร่วมกันสรุปว่า เวลาที่โมโหคนอื่น เรามักจะทำสามสิ่ง คือ 1) ต่อว่าและฟ้องอาจารย์ 2) นิ่ง และคิดหาทางว่ากลับ 3) โต้ตอบแรง ๆ ไปเลยซึ่งการโต้ตอบ มันอาจจะสะใจ และเราจะได้รับผล คือ โคนอาจารย์ตำหนิและลงโทษ ดังนั้นเราควรพยายามไม่โมโห และไปคุยกับเขา ถ้ามันไม่ได้ก็ไปบอกอาจารย์ให้ช่วยเหลือ

สมาชิกกลุ่มได้แบ่งปันความรู้สึกระหว่างที่แต่ละวันดินน้ำมันกลุ่มฟัง โดยสรุปว่า ขณะที่ปั้นดินน้ำมันมีความสุขที่ได้ปั้น สนุกสนาน และได้บอกเล่าเรื่องราวของดินน้ำมันของตนเอง รู้สึกอยากรู้ว่าเพื่อนจะปั้นอะไร จะเหมือนกันกับเราไหม แล้วเขาจะสนใจใส่ใจดินน้ำมันที่เราปั้นรีเปล่า ได้รู้เรื่องที่เพื่อนชอบ ไม่ชอบ และความประทับใจของเพื่อน และได้รู้เรื่องราว และความรู้สึกของเพื่อน ๆ เช่น คิดถึงโทรศัพท์เครื่องเก่า ตัวละครที่เพื่อนชอบ สัตว์เลี้ยงที่ชอบของเพื่อน เป็นต้น แต่อีกความรู้สึกหนึ่งที่คล้ายๆกันคือ ดินน้ำมันแข็งมาก ดินน้ำมันควรจะนิ่ม

จากนั้นสมาชิกช่วยสำหรับการเข้ากลุ่มในวันนี้ว่า วันนี้ได้เรียนรู้ที่เข้าใจ และสัมผัสถึงความรู้สึกที่แตกต่างของเพื่อนแต่ละคน บางคนปั้นรูปเดียวแต่มีความรู้สึกที่แตกต่างกัน จากสิ่งเหล่านี้ทำให้รู้ว่าเพื่อนชอบอะไร ไม่ชอบ แตกต่างจากเราหรือเหมือนกับเรา

### การประเมินผล

สมาชิกมีความตั้งใจ และกระตือรือร้นกับการปั้นดินน้ำมัน และเล่าประสบการณ์ให้กลุ่มฟัง บรรยากาศในการเข้ากลุ่มสนุกสนาน มีความเป็นกันเองมากขึ้น สมาชิกผ่อนคลาย แม้ยังมีสมาชิกบางคนเล่าแบบเงินอายุอยู่บ้าง โดยส่วนใหญ่กลุ่มพัฒนาความสัมพันธ์ดีขึ้น ตั้งใจฟัง และมีการเปรียบเทียบประสบการณ์ของตนเองกับสมาชิกคนอื่นในกลุ่ม

### สรุปสิ่งที่สมาชิกคาดว่าจะได้รับจากการเข้ากลุ่ม

เรียนรู้ถึงความแตกต่างและความเหมือนของตนเองกับผู้อื่น เปิดใจรับฟังและเรียนรู้ที่จะเข้าใจและรู้ว่าเพื่อนคิดอย่างไร

### สรุปสิ่งที่สมาชิกได้รับจากการเข้ากลุ่มในครั้งนี้

เรียนรู้ว่าคนเรามีทั้งความเหมือนและความแตกต่าง และได้สัมผัสความสุขความทุกข์ เพื่อน รู้ว่าเพื่อนชอบอะไร ไม่ชอบอะไร

## โปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มตามแนวร่วมรู้สึก ครั้งที่ 6

เรื่อง	เคียงข้างไปด้วย
เวลา	90 นาที
สถานที่	ห้องประชุม อาคารประถม โรงเรียนสาธิต “พิบูลบำเพ็ญ” มหาวิทยาลัยบูรพา
สมาชิกกลุ่ม	จำนวน 10 คน
อุปกรณ์ที่ใช้	เก้าอี้ 11 ตัว โดยจัดวางเป็นวงกลม

### แนวคิดสำคัญ

การเข้าใจและการรับรู้ประสบการณ์ผู้อื่นและทำให้เป็นประสบการณ์ของตนเองนั้นเป็นกระบวนการร่วมทางอารมณ์กับผู้อื่นอย่างหนึ่งซึ่งสามารถทำให้เกิดเข้าใจความรู้สึก และอารมณ์ของผู้อื่นได้ลึกซึ้ง และสามารถถ่ายทอดอารมณ์และความรู้สึกเหล่านั้น โดยเน้นการมีประสบการณ์ร่วมกับผู้อื่น

### วัตถุประสงค์

1. เพื่อสมาชิกกลุ่มเข้าใจและมีประสบการณ์ร่วมกับผู้อื่นได้
2. เพื่อสมาชิกกลุ่มสามารถรับรู้ความรู้สึก และอารมณ์ของผู้อื่นในสถานการณ์ต่าง ๆ ได้ดังกับเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นกับตนเอง
3. เพื่อสมาชิกสามารถเข้าถึงประสบการณ์ของผู้อื่นอย่างถ่องแท้ และในขณะที่เดียวกันสมาชิกต้องเรียนรู้ว่าประสบการณ์เหล่านั้นไม่ได้เกิดขึ้นกับตนเอง เพื่อนำไปสู่ความเอื้ออาทรผู้อื่นได้อย่างแท้จริง

### สรุปการดำเนินการ

ผู้นำกลุ่มกล่าวทักทายอย่างอบอุ่น จากนั้นกลุ่มผู้นำกลุ่มและสมาชิกกลุ่มทบทวนการเข้ากลุ่มในครั้งที่ผ่าน จากนั้นผู้นำกลุ่มอธิบายวัตถุประสงค์การเข้ากลุ่มในครั้งนี้

ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกหลับตา และนึกภาพถึงบุคคลที่สมาชิกใกล้ชิด เช่น เพื่อน พ่อ แม่ พี่หรือน้อง ในเวลาพวกเขากำลังรู้สึกเศร้า เสียใจ เหงา หรือ มีความสุขสนุกสนานได้เล่าให้กลุ่มฟัง โดยนี้กว่า ถ้าสมาชิกเป็นพวกเขาสมาชิกรู้สึกอย่างไร และสมาชิกจะอย่างไร และอยากพูดอะไรกับบุคคลเหล่านั้น ผู้นำกลุ่มขอให้สมาชิกทุกคนลืมตา สมาชิกทุกคนแบ่งปันประสบการณ์ความรู้สึกระหว่างที่หลับตาสรุปได้ว่า “บุคคลที่เขาคิดถึงระหว่างจะเป็นเพื่อนนักเรียนที่มาระบายความคับ

ข้อใจ ที่ทั้งเรื่องการเรียน ความรัก ปัญหาระหว่างพี่น้อง และอาจารย์” และในประสบการณ์ของสมาชิกเองพบว่าสมาชิกก็มีประสบการณ์ที่มีปัญหาระหว่างพี่น้อง ความไม่ยุติธรรมที่ได้รับจากพ่อ หรืออาจารย์ จากนั้นสมาชิกได้ร่วมสรุปให้กลุ่มฟังว่า ทั้งเราและเพื่อนมีทั้งความเหมือนและความต่าง ถ้าเขาปรับตัวไม่ได้เราก็ปรับตัวเข้าหาเอง และถ้าทุกคนมีความสุขขอให้สู้ ๆ แต่เศร้าก็พยายามต่อไปนะ และถ้ามีเรื่องอะไรก็มาบอกกลุ่มได้จะได้อะไรช่วยเหลือกัน

### การประเมินผล

การพัฒนาของกลุ่มดีขึ้น สมาชิกให้ความสนใจ และตั้งใจในการแบ่งปันประสบการณ์ร่วมกันให้กลุ่มมากขึ้น

### สรุปสิ่งที่สมาชิกคาดว่าจะได้รับจากการเข้ากลุ่ม

ได้มีโอกาสร่วมเรียนรู้และมีประสบการณ์ไปกับเพื่อน ๆ เพื่อจะเข้าใจความรู้สึกเพื่อน ๆ และเป็นกำลังใจให้กัน

### สรุปสิ่งที่สมาชิกได้รับจากการเข้ากลุ่มในครั้งนี้

ได้เรียนรู้ว่าการอยู่ในสังคมเราต้องพบเจอกับคนที่หลายแบบ ต้องเรียนรู้ที่จะเข้าใจเขา ยอมรับเขามากขึ้นเพื่อจะสามารถอยู่ร่วมกับเขาช่วยเหลือเขาได้

## โปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มตามแนวร่วมรู้สึก ครั้งที่ 7

เรื่อง	ยอมรับอย่างที่เขาเป็น
เวลา	90 นาที
สถานที่	ห้องประชุม อาคารประถมน โรงเรียนสาธิต “พิบูลบำเพ็ญ” มหาวิทยาลัยบูรพา
สมาชิกกลุ่ม	จำนวน 10 คน
อุปกรณ์ที่ใช้	เก้าอี้ 11 ตัว โดยจัดวางเป็นวงกลม

### แนวคิดสำคัญ

การยอมรับและเข้าใจผู้อื่น เป็นการเรียนรู้และมีประสบการณ์ร่วมรู้สึก และสามารถสะท้อนความรู้สึกการมีประสบการณ์ที่คล้ายคลึงระหว่างตนเองและผู้อื่น และขณะเดียวกันก็เป็น การสำรวจว่า ตนเองนั้นเข้าใจตรงตามสิ่งที่ผู้อื่นรับรู้ หรือการรับรู้ถึงประสบการณ์ของผู้อื่นอย่าง เข้าใจต้องแท้โดยไม่ตัดสินหรือใช้ความรู้สึกของตนเอง

### วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้สมาชิกสามารถแยกแยะระหว่างมุมมองของตนเองกับความเป็นจริงผู้อื่นได้รับ
2. เพื่อสมาชิกสามารถรับรู้ถึงประสบการณ์ของผู้อื่นตรงตามที่ผู้อื่นรับรู้ หรือมี ประสบการณ์โดยไม่ตัดสินหรือวิพากษ์วิจารณ์โดยใช้ความรู้สึกของตนเอง
3. เพื่อสมาชิกสามารถเรียนรู้การเป็นตัวของตัวเองไปก็รับรู้ความอารมณ์ความรู้สึก ของผู้อื่นและสามารถช่วยเหลือผู้อื่นได้

### สรุปการดำเนินการ

ผู้นำกลุ่มกล่าวทักทายอย่างอบอุ่น จากนั้นผู้นำกลุ่มและสมาชิกกลุ่มทบทวนการเข้ากลุ่ม ในครั้งที่ผ่านมา จากนั้นผู้นำกลุ่มอธิบายวัตถุประสงค์การเข้ากลุ่มในครั้งนี้ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกกลุ่ม เขียนลงในกระดาษว่า “สมาชิกมีเงื่อนไขอย่างไรบ้างในชีวิตของตนเอง และสามารถทำตามเงื่อนไข นั้นได้หรือไหม และคนรอบข้าง เช่นคุณพ่อคุณแม่ อาจารย์ หรือ เพื่อนๆสามารถรับเงื่อนไขได้ หรือไม่ และสมาชิกคิดอย่างไรกับเงื่อนไขของตนเอง” สมาชิกได้กล่าวสรุปไว้ว่า “เงื่อนไขหรือข้อแม้ ที่เกิดขึ้นกับสมาชิก สมาชิกมักสร้างไว้กับเพื่อนของสมาชิกเอง ซึ่งสามารถสรุปได้ดังต่อไปนี้

1. สมาชิกบางคนสร้างเงื่อนไขหรือข้อแม้ในขณะที่เพื่อนมาของหรือพูดคุยกับสมาชิก เช่น ต้องแบ่งคะแนน หรืออุปกรณ์ที่ใช้เล่นในเกมออนไลน์ให้ก่อน แล้วจึงจะยอมให้เพื่อนมาเล่น หรือไปไหนมาด้วย

2. สมาชิกสร้างเงื่อนไข หรือข้อแม้ว่าถ้าเพื่อนอยากอยู่กลุ่มเดียวสมาชิก หรือเล่นด้วยเพื่อนต้องไม่เห็นแก่ตัว ไม่ยึดตัวเองเป็นศูนย์กลาง ขอมรับฟังคนอื่นบ้าง ไม่แก้ง ไม่พูดคำหยาบคาย และรู้จักวางตัวให้เหมาะสมกับทั้งเพื่อนผู้หญิงและเพื่อนชายในห้องเรียน สมาชิกได้ยกตัวอย่างไว้ว่า “สมาชิกบางคน โคนเพื่อนตบหัว โดยที่ตนเองไม่ได้ทำอะไร สมาชิกผู้หญิงบางคน โคนเพื่อนผู้ชายแอบดูกางเกงใน และสมาชิกบางคน เพื่อนอารมณ์เสีย หรือแสดงออกถึงความเห็นแก่ตัวใส่ เป็นต้น

สมาชิกกล่าวว่า “เงื่อนไข หรือข้อแม้ของสมาชิกนั้นบางประการ เพื่อนก็สามารถรับได้ แต่บางประการก็ไม่สามารถรับได้ ทั้งนี้เนื่องมาจาก อาจจะเป็นที่นิสัยใจคอของพวกเขาเอง และการที่เพื่อนคนนั้นอาจจะไม่รู้ตัวว่าตนเองได้ทำไม่ได้ดีก่อนคนอื่น เป็นต้น

ต่อจากนั้นผู้นำกลุ่มเชิญชวนให้สมาชิกลองมองไปที่บุคคลรอบข้างของตนเองบ้าง เช่น เพื่อนๆที่โรงเรียนว่า “สมาชิกคิดว่า บุคคลรอบข้างของสมาชิกมีเงื่อนไขอย่างไรบ้าง และเงื่อนไขนั้นสมาชิกรู้สึกอย่างไร สามารถรับได้หรือไม่อย่างไร สมาชิกได้กล่าวสรุปว่า ทุกคนมักสร้างเงื่อนไขให้กับผู้อื่น บางทีก็รู้ตัว และไม่รู้ตัว สมาชิกเองบางทีก็ทำได้บ้างทำไม่ได้บ้างเช่นเดียว

จากนั้นผู้นำกลุ่มเปิดโอกาสให้สมาชิกแต่ละคนได้แบ่งปันประสบการณ์ที่เกิดขึ้นจริงของสมาชิกว่า “ถ้าหากสมาชิกสามารถยอมรับเงื่อนไขของบุคคลอื่นได้ จะเกิดอะไรขึ้นและสมาชิกจะรู้สึกอย่างไร”ซึ่งสมาชิกได้กล่าวสรุปว่า “ถ้าคนเราสามารถยอมรับ พวกเราจะได้เพื่อนเพิ่มขึ้น ปัญหาต่างๆอาจจะลดลง การที่ทะเลาะกัน พุดจาไม่ดีใส่กันน้อยลงเช่นกัน และยินดีให้ความช่วยเหลือได้อย่างจริงใจ”

จากนั้นสมาชิกได้ร่วมกันสรุปว่า ในชีวิตเราบางครั้งก็ต้องมีเงื่อนไขบ้าง ซึ่งเงื่อนไขเหล่านี้ก็อาจจะมีคนที่ยอมรับได้และรับไม่ได้ เพราะคนเรามีความแตกต่างกัน มีนิสัยใจคอที่แตกต่างกัน แต่ถ้าเราเริ่มที่จะพยายามยอมรับในข้อแตกต่างของตัวเองและเพื่อน มันก็จะช่วยลดปัญหาต่างๆที่เกิดขึ้นได้ เช่น การทะเลาะกัน พุดจาไม่ดีใส่กัน เป็นต้น แล้วพวกเราก็จะมีเพื่อนเพิ่มขึ้น เข้าใจกันมากขึ้น และสามารถช่วยเหลือซึ่งกันและกันได้ จากนั้นผู้นำกลุ่มจึงยุติกลุ่ม

### การประเมินผล

สมาชิกมีความสนใจ ความตั้งใจ กล้าแสดงออก และพยายามแบ่งปันประสบการณ์ และความรู้สึกร่วมของสมาชิกกลุ่มขณะเข้ากลุ่ม สมาชิกให้ความร่วมมือ มีความกระตือรือร้น และพยายามมีส่วนร่วมของสมาชิกในการแสดงความคิดเห็น ตลอดจนการเข้าร่วมกลุ่ม

### สรุปสิ่งที่สมาชิกคาดว่าจะได้รับจากการเข้ากลุ่ม

ได้มีโอกาสนเรียนที่จะเข้าใจเพื่อน และให้แบ่งประสบการณ์ที่เกิดขึ้นกับเพื่อน เพื่อวิธีที่จะสามารถยอมรับผู้อื่นอย่างที่คุณอื่นได้

### สรุปสิ่งที่สมาชิกได้รับจากการเข้ากลุ่มในครั้งนี้

ประสบการณ์และสิ่งที่เรียนรู้กัน ทำให้เข้าใจว่าการยอมรับผู้อื่นเป็นเรื่องที่ยาก เพราะแต่ละคนมีความแตกต่างกัน และถ้าพยายามและทำได้ก็จะทำให้ให้มีเพื่อนเพิ่มขึ้น และจะ ได้ช่วยเหลือกัน ได้มากขึ้น

## โปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มตามแนวร่วมรู้สึก ครั้งที่ 8

เรื่อง	ยอมรับอย่างที่เราเป็น (ต่อ)
เวลา	90 นาที
สถานที่	ห้องประชุม อาคารประถม โรงเรียนสาธิต “พิบูลบำเพ็ญ” มหาวิทยาลัยบูรพา
สมาชิกกลุ่ม	จำนวน 10 คน
อุปกรณ์ที่ใช้	เก้าอี้ 11 ตัว โดยจัดวางเป็นวงกลม

### แนวคิดสำคัญ

การยอมรับและเข้าใจผู้อื่น เป็นการเรียนรู้และมีประสบการณ์ร่วมรู้สึก และสามารถสะท้อนความรู้สึกการมีประสบการณ์ที่คล้ายคลึงระหว่างตนเองและผู้อื่น และขณะเดียวกันก็เป็น การสำรวจว่า คนเองนั้นเข้าใจตรงตามสิ่งที่ผู้อื่นรับรู้ หรือการรับรู้ถึงประสบการณ์ของผู้อื่น อย่างเข้าใจถ่องแท้โดยไม่ตัดสินหรือใช้ความรู้สึกของตนเอง

### วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้สมาชิกสามารถแยกแยะระหว่างมุมมองของตนเองกับความเป็นจริงผู้อื่น ได้รับ
2. เพื่อสมาชิกสามารถรับรู้ถึงประสบการณ์ของผู้อื่นตรงตามที่ผู้อื่นรับรู้ หรือมี ประสบการณ์โดยไม่ตัดสินหรือวิพากษ์วิจารณ์โดยใช้ความรู้สึกของตนเอง
3. เพื่อสมาชิกสามารถเรียนรู้การเป็นตัวของตัวเองไปกับรับรู้ความอารมณ์ความรู้สึก ของผู้อื่นและสามารถช่วยเหลือผู้อื่นได้

### สรุปการดำเนินการ

ผู้นำกลุ่มกล่าวทักทายอย่างอบอุ่น จากนั้นผู้นำกลุ่มและสมาชิกกลุ่มทบทวนการเข้ากลุ่ม ในครั้งที่ผ่านๆ มา จากนั้นผู้นำกลุ่มอธิบายวัตถุประสงค์การเข้ากลุ่มในครั้งนี้

ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกกลุ่มช่วยกันแยกข้อความ 1 ใบ ว่าข้อความไหนเป็นข้อความที่ยอมรับ ตามที่ผู้อื่นเป็นหรือข้อความไหนเป็นความคิด หรือมุมมองของตัวเอง เพื่อให้สมาชิกแยกแยะระหว่าง ยอมรับเงื่อนไขผู้อื่นและการมองผู้อื่นตามความจริง ซึ่งสมาชิกมีความเข้าใจและสามารถบอกได้ว่า ข้อความไหนเป็นมุมมอง หรือการตัดสินผู้อื่น และข้อความไหนเป็นสิ่งที่เห็นตามจริง และสามารถ เปลี่ยนคำพูดที่แสดงออกถึงการตัดสิน หรือมาจากความคิดของตนเองได้ เช่น “มันที่น่ารังเกียจให้คุณ เดียวอยู่ทางโน้น สงสัยจะโดนอาจารย์ด่ามา ก็ไม่ตั้งใจเรียนก็แบบนี้” มาเป็น “มันที่น่ารังเกียจให้คุณ



เดียวอยู่ทางโน้น ไม่รู้ว่าเป็นอะไร พวกเราไปดูเขากันดีไหม จะได้ปลอบใจเขา” และ “พี่ปลื้มมาโรงเรียนสายอีกแล้ว สงสัยเมื่อคืนเล่นเกมคิกเลขนอนตื่นสายตามเคย” มาเป็น “พี่ปลื้มมาโรงเรียนสายละวันนี้” เป็นต้น

จากนั้นผู้นำกลุ่มขอให้สมาชิกได้ลองนึกถึงบุคคลรอบข้างของสมาชิกเอง ซึ่งอาจจะเป็น อาจารย์ หรือเพื่อน ๆ ในโรงเรียนว่า “สมาชิกรู้สึกกับบุคคลนั้นอย่างไร และสิ่งที่คิดนั้นเป็นการยอมรับคามที่ผู้อื่นเห็นหรือข้อความไหนเป็นความคิด หรือมุมมองของตัวเองอย่างไร”ขอให้สมาชิกได้เล่าประสบการณ์ ให้เพื่อนสมาชิกฟัง ซึ่งสมาชิกได้เล่า และสรุปได้ดังนี้

1. สมาชิก 2-3 คน ในกลุ่มได้พบพี่มัธยมคนหนึ่งชอบมายืนอยู่แถวห้องหญิงเก่าของฝ่ายประถม ซึ่งสมาชิกเล่าว่า มีความสงสัยว่าพี่เขาจะเป็นพวก โรคจิต”

2. สมาชิกอีกคนหนึ่งได้แบ่งปันการณ์ว่า เพื่อนแม่เขาที่เป็นคนรวยและเป็นเจ้าของอู่ซ่อมคนหนึ่ง เขานำเงินจำนวนครั้งมาก ๆ ไปเข้าธนาคาร แต่เจ้าหน้าที่ธนาคารมักไม่ค่อยสนใจ จะให้บริการแค่คนที่แต่งตัวดีเท่านั้น ไม่มองเพื่อนแม่เลย คงคิดว่าเพื่อนแม่ไม่มีเงิน

3. สมาชิกได้มีโอกาสรู้จักเพื่อนคนหนึ่งที่เรียนพิเศษด้วยกัน ตอนแรกสมาชิกเข้าใจว่าเพื่อนคนนี้เป็นคนเกเร ไม่ตั้งใจเรียน ชอบเล่น เรียนไม่เก่ง และนิสัยไม่ดี แต่พอได้รู้จักกับเขาแล้ว ทำให้รู้ว่าเขานิสัยดี แต่ที่ดูเกเร เรียนไม่เก่ง เพราะเขาไม่เข้าใจบทเรียน เลยทำให้เขาไม่ตั้งใจเรียนนั่นเอง

4. สมาชิกคนสุดท้ายได้เล่าให้กลุ่มฟังว่า ได้รู้จักเพื่อนคนหนึ่งในห้องที่มีนิสัยเกเร ชอบทำแรง ๆ กับเพื่อน ซึ่งตัวเขาเองก็เคยโดน สมาชิกได้ว่า “วันหนึ่งผมเห็นเขาร้องไห้ จึงเข้าไปถาม เขาไม่ตอบ แต่ไปไม่บรรทัดเหล็กเล็ก ๆ ใส่หัวผม ผมโกรธนะ และเดินหนี หลังจากนั้นผมสังเกตว่า เพื่อนหลายชอบไปแหย่เขา และทำให้เขาโกรธ และเขาก็ไม่มีเพื่อน พออยู่ ๆ ไปผมเริ่มเข้าใจเขามากขึ้น เลยเริ่มเปลี่ยนความคิดว่า บางทีไม่ใช่ที่เขาไม่ดี แต่เป็นเพราะเพื่อนอื่น ๆ ด้วยที่มีส่วน แต่ตอนนี้ผมก็ยังคุยกับเขาบ้างเท่าที่จำเป็น”

จากที่เพื่อนสมาชิกได้แบ่งปันประสบการณ์ กลุ่มได้กล่าวสรุปว่า หลายครั้งในชีวิตเรามักมองคนที่แค่ภายนอก แต่เรามองเขาอย่างไม่ตัดสิน เราจะเข้าใจเขามากขึ้น และเขาอาจจะไม่เป็นจริงอย่างที่เราคิดก็ได้ และถ้าเราสามารถยอมรับเพื่อนได้ เราจะมีเพื่อนเพิ่มขึ้น มีความคิดทางบวก ไม่เข้าใจเพื่อนผิด สามารถเป็นมิตรกับทุกคน พุดคุยกับเขาอย่างเป็นมิตร และสามารถช่วยเหลือเขาได้อย่างแท้จริงเพราะเข้าใจในสิ่งที่เขาเป็น หรือเกิดขึ้นกับเขา

### การประเมินผล

สมาชิกมีความสนใจ ความตั้งใจ กล้าแสดงออก และพยายามแบ่งปันประสบการณ์ และความรู้สึกของสมาชิกกลุ่มขณะเข้ากลุ่ม สมาชิกให้ความร่วมมือ มีความกระตือรือร้น และพยายามมีส่วนร่วมของสมาชิกในการแสดงความคิดเห็น ตลอดการเข้าร่วมกลุ่ม

### สรุปสิ่งที่สมาชิกคาดว่าจะได้รับจากการเข้ากลุ่ม

อยากให้เพื่อนเล่า และแบ่งปันประสบการณ์เยอะ ๆ เพื่อจะได้เข้าใจกัน เกิดการยอมรับกันและกัน เมื่อได้เรียนรู้ร่วมกันจากมุมมองที่แตกต่างกัน

### สรุปสิ่งที่สมาชิกได้รับจากการเข้ากลุ่มในครั้งนี้

ได้เรียนรู้ และร่วมกันแบ่งประสบการณ์ที่จะช่วยให้ได้รู้ว่า คนเรามีความแตกต่าง และมีเหตุผลที่ต่างกัน ดังนั้นหากเราสามารถยอมรับอย่างเขาเป็นได้ ไม่ตัดสินเขา ซึ่งมันจะช่วยให้เราเข้าใจเขาได้ชัดเจน และช่วยเหลือเท่าที่จำได้

## โปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มตามแนวร่วมรู้สึก ครั้งที่ 9

เรื่อง	เข้าใจตามที่เธอเป็น
เวลา	90 นาที
สถานที่	ห้องประชุม อาคารประถมน โรงเรียนสาธิต “พิบูลบำเพ็ญ” มหาวิทยาลัยบูรพา
สมาชิกกลุ่ม	จำนวน 10 คน
อุปกรณ์ที่ใช้	เก้าอี้ 11 ตัว โดยจัดวางเป็นวงกลม

### แนวคิดสำคัญ

การยอมรับและเข้าใจผู้อื่น เป็นการเรียนรู้และมีประสบการณ์ร่วมรู้สึก และสามารถสะท้อนความรู้สึกการมีประสบการณ์ที่คล้ายคลึงระหว่างตนเองและผู้อื่น และขณะเดียวกันก็เป็น การสำรวจว่า ตนเองนั้นเข้าใจตรงตามสิ่งที่ผู้อื่นรับรู้ หรือการรับรู้ถึงประสบการณ์ของผู้อื่น อย่างเข้าใจถ่องแท้โดยไม่ตัดสินหรือใช้ความรู้สึกของตนเอง

### วัตถุประสงค์

1. เพื่อสมาชิกความเข้าใจสถานการณ์ของผู้อื่นตรงตามที่ผู้อื่นเป็น
2. เพื่อสมาชิกสามารถรับรู้ เข้าใจและเห็นใจผู้อื่นด้วยเอาใจใส่และความจริงใจ
3. เพื่อสมาชิกสามารถประเมินสถานการณ์ที่เกิดขึ้นกับผู้อื่น ได้อย่างชัดเจนเพื่อนำไปสู่ การช่วยเหลือผู้อื่นได้

### สรุปการดำเนินการ

ผู้นำกลุ่มกล่าวทักทายอย่างอบอุ่น จากนั้นผู้นำกลุ่มและสมาชิกกลุ่มช่วยกันทบทวนกฎ ข้อปฏิบัติของกลุ่มผู้นำกลุ่มและสมาชิกกลุ่มทบทวนการเข้ากลุ่มในครั้งที่ผ่าน จากนั้นผู้นำกลุ่ม อธิบายวัตถุประสงค์การเข้ากลุ่มในครั้งนี้ผู้นำกลุ่มขอให้สมาชิกแต่ละช่วยเล่าประสบการณ์ให้กลุ่ม ฟังว่า “สมาชิกเคยมีประสบการณ์ที่ได้รับฟังเรื่องราวของผู้อื่นอย่างเข้าใจ และเอาใจใส่จริงๆบ้าง ไหม แล้วสมาชิกรู้สึกต่อเรื่องนั้นอย่างไรและทำอย่างไรต่อจากนั้น” ซึ่งสรุปได้ดังนี้

1. อาทิตย์เล่าว่า “เพื่อนสนิทของผม โคนแม่คู่ บางครั้งเขาเองก็รู้สึกว่าเขาเองไม่ได้รับ ความยุติธรรม”
2. ปลายเล่าว่า “เพื่อน โคนแม่คู่ เรื่องดีน้องไม่มีเหตุผล ซึ่งจริงแล้วน้องของเพื่อนไปหิบบ ของเพื่อนโดยไม่ขออนุญาต เลยรู้สึกน้อยใจ”

3. อ่อนเล่าว่า “เป็นประสบการณ์ที่เกิดขึ้นกับตนเอง คือว่าโดนพ่อคุณ เรื่องของน้อง โดยที่ถูกดำเนินว่าไม่เป็นแบบอย่างที่ดีให้น้อง รู้สึกน้อยใจ แต่ไม่โกรธ
4. นิคเล่าว่า “หนูก็เหตุการณ์คล้ายอ่อน โดนคุณ แต่ก็ไม่โกรธ ไม่คิดอะไรมาก ส่วนใหญ่เลยตายเลยคะ”
5. มิว เล่าว่า “ของผม เพื่อน โดนแม่ยึด I-Phone เพื่อนเครียดมาก ผมเข้าใจจนเครียด เพราะโทรศัพท์มันเป็นครึ่งชีวิตของเราเลยทีเดียวนะ
6. หวานเล่าว่า “เพื่อน โดนอาจารย์ดุ เขาเสียใจเพราะ โดนคนเดียว เขารู้สึกว่ามันไม่ยุติธรรมกันเขาเลย”
7. แคร่เล่าว่า “เรื่องรักสามเส้าของเพื่อน ก็เข้าใจความทุกข์ ก็เลยปลอบใจเขาไป และให้กำลังใจเขา ดูเหมือนเขาจะรู้สึกดีขึ้น”

สมาชิกคนอื่นให้ข้อเสนอแนะว่า ในเรื่องของพี่กับน้องเราควรบอกความจริงและเหตุผลกับพ่อแม่ ซึ่งมาสมาชิกบางคนกล่าวว่า “แต่บางทีอธิบายแล้วก็โดนดุต่อ เจ็บนั่นแหละดีกว่า เพราะเราก็ไม่ได้โกรธมากขนาดนั้น เลยตามเลยดีกว่า” ในส่วนของเรื่องโทรศัพท์ สมาชิกบางคนมีความเห็นว่า “โทรศัพท์มือถือขโมยเวลาครอบครัวไปเราน่าจะใช้อย่างมีข้อจำกัดบ้าง ไม่ใช่ตลอดเวลา ให้ใช้อย่างเหมาะสมจะดีกว่า” ซึ่งสมาชิกทุกคนเห็นด้วย

จากนั้นสมาชิกกลุ่มกล่าวสรุปว่า “การที่เราเข้าใจผู้อื่นอย่างที่เขาเป็นเป็นสิ่งที่จะช่วยให้เราเข้าใจเพื่อนได้ดีมากขึ้น เมื่อเราเข้าใจเขาแล้ว เราก็จะสามารถปลอบใจเขาได้ ช่วยเหลือเขาได้อย่างจริงจังใจแม้ว่าอาจจะในระดับหนึ่ง เพราะว่าปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นกับเพื่อนบางทีก็มาจากครอบครัวและตัวเขาเอง เช่น กรณีของเพื่อนคนหนึ่ง ซึ่งพ่อแม่แยกทางกัน หือเป็นกรณีของเพื่อนอีกคนหนึ่งที่ชอบเล่นแรง เล่นอะไรอะเสกปรก นี่เป็นสิ่งที่ทำให้เพื่อนหลายคนไม่อยากยุ่งด้วย เป็นต้น ผู้นำกลุ่มกล่าวกับสมาชิกว่า “ขอให้นักเรียนลองนำสิ่งที่เราเรียนรู้ร่วมกลับไปลองใช้ใน ชีวิตประจำวัน และเข้ากลุ่มในครั้งต่อเรานำมาแบ่งปันร่วมกัน จากนั้นจึงยุติกลุ่ม

### การประเมินผล

สมาชิกมีความสนใจ ความตั้งใจ กล้าแสดงออก และพยายามแบ่งปันประสบการณ์ และความรู้สึกของสมาชิกกลุ่มขณะเข้ากลุ่ม สมาชิกให้ความร่วมมือ มีความกระตือรือร้น และพยายามมีส่วนร่วมของสมาชิกในการแสดงความคิดเห็น ตลอดการเข้าร่วมกลุ่ม

สรุปสิ่งที่สมาชิกคาดว่าจะได้รับจากการเข้ากลุ่ม

อยากให้เพื่อนแบ่งปันประสบการณ์เยอะ ๆ เพื่อจะได้เข้าใจกัน เกิดการยอมรับกันและกัน และรู้วิธีที่ยอมรับคนอื่นอย่างไร

สรุปสิ่งที่สมาชิกได้รับจากการเข้ากลุ่มในครั้งนี้

ร่วมกันแบ่งปันประสบการณ์การยอมรับคนอื่นทำให้เรา รู้ว่าคนอื่นเป็นอย่างไร และเราจะไปช่วยเขาได้และปรับให้เข้ากันเขาเท่าที่สามารถทำได้

## โปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มตามแนวร่วมรู้สึก ครั้งที่ 10

เรื่อง	รับรู้ด้วยหัวใจสานสายใยช่วยเหลือกัน
เวลา	90 นาที
สถานที่	ห้องประชุม อาคารประถม โรงเรียนสาธิต “พิบูลบำเพ็ญ” มหาวิทยาลัยบูรพา
สมาชิกกลุ่ม	จำนวน 10 คน
อุปกรณ์ที่ใช้	เก้าอี้ 11 ตัว โดยจัดวางเป็นวงกลม

### แนวคิดสำคัญ

การร่วมรู้สึกไปกับประสบการณ์ของผู้อื่น บุคคลยังคงความเป็นตัวเองและก็สามารถแยกตนเองจากความรู้สึกของผู้อื่นได้นั้นจะสามารถประเมินสถานการณ์ของผู้อื่น และเปิดเผยสิ่งเหล่านี้ให้ผู้อื่นได้อย่างชัดเจน เพื่อนำไปสู่การให้ความช่วยเหลือต่อไป

### วัตถุประสงค์

1. เพื่อสมาชิกได้ทบทวนประสบการณ์ที่ได้เรียนรู้ เพื่อนำไปสู่การรู้จักสังเกต และรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น
2. เพื่อสมาชิกสามารถรับฟังอย่างเอาใจใส่และเข้าใจสถานการณ์ของผู้อื่นตามจริง
3. เพื่อสมาชิกเข้าใจเห็นใจ และพร้อมช่วยเหลือผู้อื่นในทุกด้าน

### สรุปการดำเนินการ

ผู้นำกลุ่มกล่าวทักทายอย่างอบอุ่น จากนั้นผู้นำกลุ่มและสมาชิกกลุ่มทบทวนการเข้ากลุ่มในครั้งที่ผ่านมา จากนั้นผู้นำกลุ่มอธิบายวัตถุประสงค์การเข้ากลุ่มในครั้งนี้ ต่อจากนั้นผู้นำกลุ่มให้สมาชิกผ่อนคลายโดยการให้หลับ ทำจิตใจให้สงบประมาณ 5 นาที หลังจากนั้นผู้นำกลุ่มขอให้สมาชิกได้ร่วมกันพูดคุยถึงสิ่งที่ได้เรียนรู้และประสบการณ์ที่สมาชิกได้รับจากกลุ่มที่ผ่านมา “สมาชิกทุกคนได้เรียนอะไร ไปบ้าง ขอให้สมาชิกช่วยกันจัดว่าสมาชิกจะสามารถทำอะไรได้บ้าง” สมาชิกกล่าวสิ่งที่ได้เรียนรู้ร่วมตลอด 9 ครั้งที่ผ่านมา มี การสังเกต และเรียนรู้ที่จะเข้าใจอารมณ์ความรู้สึกของตนเองและคนอื่น การรับฟังคนอื่นอย่างตั้งใจและเอาใจใส่ และการยอมรับคนอื่นอย่างไม่ตัดสิน ไม่มีอคติ ซึ่งสามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน และถ้ามีสิ่งเร้านี้และสมาชิกกลุ่มจัดอันดับความยากง่ายของสิ่งที่ได้เรียนรู้กันโดยสรุปไว้ว่า “การเรียนรู้ที่จะรับฟังเพื่อนอย่างเข้าใจตั้งใจ เอาใจใส่เพื่อนเป็นสิ่งที่ยากที่สุด แต่สิ่งที่ง่ายที่สุดคือการยอมรับเพื่อน โดยไม่ตัดสิน และไม่มี

อคติเป็นสิ่งที่ยากที่สุด เป็นสิ่งที่ต้องใช้ความพยายาม ความตั้งใจ อุดหนุน และใช้เวลาจนจะสามารถทำได้ จากนั้นปลายได้กล่าวให้กำลังใจและสรุปให้กลุ่มว่า “การพยายามยอมรับผู้อื่นทำให้เราได้เพื่อนเพิ่มขึ้น และทำให้เราสามารถช่วยเหลือเขาโดยไม่มีอคติ” เช่นเดียวกับมิมแบงปิ่นว่า “การยอมรับเพื่อนเป็นสิ่งยากที่สุด ต้องใช้ความอดทน ความพยายาม และเวลาก็จะช่วยให้สำเร็จ” แคร่เสริมว่า “ถ้าเขาปรับตัวหาเราไม่ได้ เราก็ปรับตัวเข้าหาแทน”

### การประเมินผล

มีความตั้งใจ และพยายามแบงปิ่นประสบการณ์ร่วมกันมากขึ้น กล้าแสดงความคิดเห็น พูดคุย และตั้งใจฟังเพื่อนมากขึ้น

### สิ่งที่ฉันคาดว่าจะได้รับจากการเข้ากลุ่ม

เรียนรู้ และแบงปิ่นประสบการณ์ร่วมกันในกลุ่ม เพื่อที่จะได้มีเข้าใจ และรับรู้ และช่วยเหลือกัน

### สิ่งที่ฉันได้รับจากการเข้ากลุ่มในครั้งนี้

การเข้าใจ และยอมรับเพื่อนไม่ใช่เรื่องง่าย และต้องใช้ความพยายาม ความอดทน และเวลาเพื่อจะสำเร็จ และเมื่อยอมรับเพื่อนเราจะสามารถช่วยเหลือพวกเขาได้

## โปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มตามแนวร่วมรู้สึก ครั้งที่ 11

เรื่อง เรียนรู้เรื่องราวที่ผ่านมา

เวลา 90 นาที

สถานที่ ห้องประชุม อาคารประถมน โรงเรียนสาธิต “พิบูลบำเพ็ญ” มหาวิทยาลัยบูรพา

สมาชิกกลุ่ม จำนวน 10 คน

อุปกรณ์ที่ใช้ 1. แก้ว 11 ตัว โดยจัดวางเป็นวงกลม  
2. แบบบันทึกประสบการณ์การเข้ากลุ่ม

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้สมาชิกตระหนักรู้ถึงความสำคัญของการรับรู้และเข้าใจผู้อื่น
2. เพื่อให้สมาชิกสามารถเข้าใจและร่วมรู้สึกกับผู้อื่นเพื่อนำไปสู่การพัฒนาการเอื้ออาทรต่อผู้อื่น

สรุปการดำเนินการ

ผู้นำกลุ่มกล่าวทักทายสมาชิก จากนั้นผู้นำกลุ่มและสมาชิกกลุ่มร่วมกันทบทวนถึงการเข้ากลุ่มครั้งที่ผ่านมา พร้อมชี้แจงวัตถุประสงค์ในการเข้ากลุ่มครั้งนี้ ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกบอกเล่าและแลกเปลี่ยนความคิดเห็น และความรู้สึกจากการที่สมาชิกแต่ละคน หลังจากได้นำประสบการณ์และแนวทางในการรับรู้และเข้าใจผู้อื่นหรือการร่วมรู้สึกซึ่งนำไปสู่การเอื้ออาทรต่อผู้อื่นจากกลุ่มไปใช้ในชีวิตประจำวันของสมาชิก ซึ่งสมาชิกได้เล่าไว้โดยสรุปดังต่อไปนี้

1. แคร่เล่าว่า “มีเพื่อนมาระบานเรื่องรักสามเส้าให้ฟัง ตนเองรับ และพูดปลอบใจจนทำให้เขารู้สึกดีขึ้น แม้นอาจจะไม่ทั้งหมด”
2. มิวเล่าว่า “พยายามเข้าใจเพื่อนที่ชอบเอาไม้บรรทัดปาหัว อดทนกับเขามาขึ้น”
3. ปลายเล่าว่า “ตนเองพยายามจะเข้าใจ แต่ก็ยังไม่สามารถเข้าใจเพราะมันเป็นเรื่องของอคติ ที่ทำให้ไม่สามารถยอมรับเขาได้ในบางครั้ง”
4. พิ๋วเล่าว่า “ดีใจที่ได้มีโอกาสไปช่วยน้อง ๆ ชั้นอื่นยกของหนัก ๆ เพราะคิดว่าน้องน่าที่จะหนัก”
5. เฟลินเล่าว่า “ก็กลับไปพยายามเปลี่ยนตนเองให้รับฟังเพื่อนมากขึ้นจะได้เข้าใจเพื่อนมากขึ้น”
6. หวานเล่าว่า “พอได้เรียนรู้จากกลุ่มเมื่อไปก็ทำให้เข้าคนอื่นได้มากขึ้นทำให้อยากปลอบเพื่อนที่ไม่สบายใจหรือทุกข์มากขึ้น”



7. นิดเล่าว่า “เมื่อกลับไปพยายามเข้าใจเพื่อนคนหนึ่งมากขึ้น ตอนที่เพื่อนคนดังกล่าวถูกเพื่อนผู้ชายล้อเรื่องพ่อ ทำให้ตนเองรู้สึกสงสารและเข้าใจเพื่อนที่ถูกล้อมากกว่าเดิม”

8. เรย์เล่าว่า “ก็พยายามเข้าใจเพื่อนและให้อภัยเขามากขึ้น”

9. อาทิตย์เล่าว่า “พยายามฟังเพื่อน และพยายามยอมรับเพื่อนให้ได้”

10. อ้อนเล่าว่า “การยอมรับเพื่อนเป็นเรื่องยอมนะ แต่ตอนนี้กำลังพยายามอยู่”

เมื่อสมาชิกทุกคนเล่าประสบการณ์ของแต่ละเสร็จแล้ว สมาชิกได้ให้กำลังใจเพื่อนให้ทุกคนพยายามต่อไป แม้ว่าการยอมคนอื่นอย่างที่เขาเป็นอาจจะเป็นเรื่อง เพราะอาจจะอคติเข้าเกี่ยวกับด้วย ก็ขอให้พยายาม อดทน และอาศัยเวลา หลังจากนั้นสมาชิก 2 คน ขออนุญาตกลุ่มปรึกษาปัญหาส่วนตัว โดยคนแรกเล่าเรื่องเกี่ยวกับปัญหาภายในการหัวหน้าเรียนที่ตนเองเข้าร่วมว่า ตนเองและเพื่อนอีกหลายไม่ได้รับความยุติธรรมจากประธานกลุ่ม แต่จะพูดตรง ๆ ก็กลัวว่าประธานจะเสียใจเลยไม่รู้จะทำอย่างไรดี สมาชิกกลุ่มได้นำเสนอแก่เพื่อนสมาชิกคนดังกล่าวว่า น่าจะลองปรึกษาอาจารย์ผู้รับผิดชอบ หรืออาจจะขอเปิดประชุมกลุ่มหัวหน้านักเรียนเพื่อปรึกษาหาทางแก้ไข ส่วนประเด็นปัญหาของเพื่อนสมาชิกอีกคนหนึ่งได้เล่าถึงเรื่องที่ตนเองถูกตีจนขึ้นแนวที่ข้อมือ ตนเองรู้สึกไม่เข้าอาจารย์ที่ตี รู้สึกเสียความรู้สึก เพราะตนเองนั่งคุยงานกับเพื่อนอีกคนในช่วงพัก แต่เกิดเหตุการณ์มีเพื่อนนักเรียนคนหนึ่งดับห้องเรียนเล่นกัน ซึ่งอาจารย์เคยสั่งไว้ว่าดับไฟแล้วอยู่ในห้องเรียน เมื่ออาจารย์มาถึง แต่ไม่มีใครยอมรับว่าเป็นดับห้อง อาจารย์คนนั้นจึงตีทุกคนที่อยู่ห้องนั้น จากเรื่องเล่านี้สมาชิกกลุ่มคนอื่น ๆ ได้กล่าวให้กำลังใจ และบอกว่า “ห้องพวกเขาเองก็เคยโดนแบบนี้บ่อยเหมือนกัน เพราะที่เพื่อนก็คือ ก็ชน อาจารย์ที่ปรึกษาเลยตีทุกคนเหมือน แต่ก็เข้าใจนะ บางทีการที่เราอยู่กัน อาจารย์ก็อาจจะอยากฝึกเราต้องรู้จักรับผิดชอบร่วมกันภายในห้องนั้น และคิดว่าอาจารย์คงไม่ได้อยากตีให้เกิดแนวที่ข้อมือหรอก แต่อาจจะเป็นเพราะเวลาตีที่มือแล้วไม่มันตะหวัดไปโดน อย่างไรก็ตามสมาชิกกลุ่มก็ขอเป็นกำลังใจให้นะ ลู๊ ๆ” และสมาชิกทุกคนร่วมกันสรุปการเข้ากลุ่มในวันนี้ว่า “การเข้าที่พวกเราเข้ามาเข้ากลุ่มกัน ทำให้พวกเราได้เกิดการเรียนรู้ที่จะเข้าใจคนอื่น ยอมรับคนอื่นมากขึ้น ซึ่งทำให้พวกเรามีเพื่อนเพิ่มขึ้น ไม่เครียด สิ่งที่เราเรียนรู้อยู่ด้วย มีผลทำให้พวกเรารู้จักการยอมรับผู้อื่น และรู้จักเข้าใจคนอื่นจริง ๆ มากขึ้น ซึ่งทำให้พวกเรามีความพยายามจะให้เห็นและยินดีช่วยเหลือคนอื่นมากกว่าเดิม

### การประเมินผล

สมาชิกมีความสนใจ ความตั้งใจ และให้ความร่วมมือ มีความกระตือรือร้น และพยายามมีส่วนร่วมให้การแสดงความคิดเห็น และแบ่งปันประสบการณ์ร่วมกับผู้อื่นขณะเข้าร่วมกลุ่ม

สรุปสิ่งที่สมาชิกคาดว่าจะได้รับจากการเข้ากลุ่ม

ได้เรียนรู้ พุทธคุณ และแบ่งปัน เปรียบเทียบประสบการณ์ด้วยกัน ถ้าใครมีปัญหาที่รับฟัง และให้กำลังใจกัน

สรุปสิ่งที่สมาชิกได้รับจากการเข้ากลุ่มในครั้งนี้

การเข้าใจคนอื่น และการยอมรับคนอื่นอย่างไม่ตัดสิน ไม่มีอคติ ไม่ยากแต่ต้องอาศัย ความพยายาม ความตั้งใจ ความอดทน และเวลา

## โปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มตามแนวร่วมรู้สึก ครั้งที่ 12

เรื่อง	ปัจฉิมนิเทศ
เวลา	90 นาที
สถานที่	ห้องประชุม อาคารประถมน โรงเรียนสาธิต “พิบูลบำเพ็ญ” มหาวิทยาลัยบูรพา
สมาชิกกลุ่ม	จำนวน 10 คน
อุปกรณ์ที่ใช้	1. เก้าอี้ 11 ตัว โดยจัดวางเป็นวงกลม 2. แบบสำรวจความเอื้ออาทรผู้อื่น 3. แบบบันทึกประสบการณ์การเข้ากลุ่ม

### วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้ทบทวนประสบการณ์ต่างๆที่ได้เรียนรู้จากกลุ่มและการนำประสบการณ์จากการเข้ากลุ่มไปพัฒนาตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ
2. เพื่อให้สมาชิกได้แสดงความรู้สึกที่มีต่อตนเอง ต่อกลุ่ม ตลอดจนเพื่อนสมาชิกกลุ่ม และผู้นำกลุ่ม
3. เพื่อยุติการปรึกษาและเตรียมความพร้อมในการติดตามผล

### สรุปการดำเนินการ

ผู้นำกลุ่มกล่าวทักทายสมาชิกกลุ่มเพื่อความคุ้นเคยและเป็นกันเอง ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกกลุ่มช่วยกันทบทวนถึงประสบการณ์ และสิ่งที่แต่ละคนได้รับจากการเข้ากลุ่มที่ผ่านมา ซึ่งสมาชิกกล่าวว่า “ได้เรียนรู้เรื่องอารมณ์ การฟังอย่างเอาใจใส่ การเรียนรู้ที่จะเข้าใจผู้อื่นอย่างที่เขาเป็น และยอมรับผู้อื่นอย่างไม่ตัดสิน

ผู้นำกลุ่มขอให้สมาชิกกลุ่มได้แบ่งปันความรู้สึกและบอกเล่าประสบการณ์ที่ได้รับจากการเข้ากลุ่มตั้งแต่เริ่มต้นจนถึงสิ้นสุดว่า “สมาชิกมีความรู้สึกอย่างไรบ้างที่มีโอกาสได้มาการเข้ากลุ่มกับเพื่อนสมาชิกกลุ่ม สมาชิกได้รับประสบการณ์อะไรบ้าง และได้นำประสบการณ์เหล่านั้นไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างไร ซึ่งสมาชิกช่วยกันสรุปได้ดังนี้ “สมาชิกได้เรียนรู้ว่าบุคคลมีความแตกต่างกัน ซึ่งอาจจะมาจากเหตุผล หรือเรื่องที่คล้าย หรือต่างกันได้ การฟังอย่างตั้งใจและเอาใจใส่ช่วยให้เราเข้าใจผู้อื่นได้อย่างชัดเจน และสามารถยอมรับพวกเขา เพราะเราต่างมีแตกต่างกัน และสิ่งที่สมาชิกทุกคนตั้งใจว่าจะพยายามคือความตั้งใจที่ช่วยเหลือผู้อื่นอย่างจริงจัง พยายามยอมรับและไม่ตัดสินหรือมีอคติกับคนอื่น ฟังคนอื่นให้มากขึ้น ไม่นินทาว่าร้ายคนอื่น แต่จะช่วยเหลือและช่วยเหลือเท่าที่สามารถทำได้ จากนั้นผู้นำกลุ่มแจกแบบวัดการเอื้ออาทรผู้อื่นและ

นัดหมายสมาชิกกลุ่มอีกครั้งในอีก 3 สัปดาห์ต่อไปเพื่อทำแบบวัดการเฝ้าอาหารผู้อื่นในระยะติดตามผลผู้นำกลุ่มยุติการศึกษาและขอบคุณสมาชิกกลุ่มที่เสียสละเวลาเข้ามาเข้ากลุ่มจนครบทั้ง 12 ครั้ง

### การประเมินผล

สมาชิกมีความตั้งใจ และใส่ใจกับการเข้ากลุ่ม และร่วมแบ่งปันความรู้สึกประสบการณ์ร่วมกับเพื่อนตั้งแต่เริ่มเข้ากลุ่มจนครบทั้ง 12 ครั้ง

### สรุปสิ่งที่สมาชิกคาดว่าจะได้รับจากการเข้ากลุ่ม

อยากมีโอกาสมาเรียนรู้ประสบการณ์ร่วมกันกับเพื่อนๆ อีก เพื่อจะได้พัฒนาตนเอง และได้พูดคุยกับเพื่อนทุกคนในกลุ่ม

### สรุปสิ่งที่สมาชิกได้รับจากการเข้ากลุ่มในครั้งนี้

ได้เรียนรู้จักเพื่อนใหม่ และได้มีโอกาสเรียนรู้ประสบการณ์ต่างกับเพื่อนๆ ทำให้สามารถรู้วิธีปรับตัวกับเพื่อน เข้าใจและสามารถรับรู้ความรู้สึกเพื่อนได้ รู้วิธีที่จะยอมรับฟังความคิดเห็น หรือฟังทั้งเรื่องทุกข์และสุขของเพื่อน เรียนรู้ที่จะให้อภัยเพื่อน และรู้ว่าเราสามารถทำผิดพลาดกันได้ เพื่อจะได้สามารถช่วยเหลือโดยไม่ไปตัดสินคนอื่นก่อน

## ตัวอย่างการให้การปรึกษา โปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มตามแนวร่วมรู้สึก ครั้งที่ 3

เรื่อง	อารมณ์เธออารมณ์ฉัน
เวลา	90 นาที
สถานที่	ห้องประชุม อาคารประถม โรงเรียนสาริต “พิบูลบำเพ็ญ” มหาวิทยาลัยบูรพา

### แนวคิดสำคัญ

การรับรู้อารมณ์ความรู้สึกผู้อื่นเป็นการที่บุคคลได้ละทิ้งตนเองโดยมีความมุ่งหมายไปที่ผู้อื่น เพื่อยอมรับและเข้าใจอารมณ์ความรู้สึกที่กำลังเกิดขึ้นกับผู้อื่นอย่างแท้จริง โดยการเกิดจากการสังเกต เอาใจใส่และรับฟัง

### วัตถุประสงค์

1. เพื่อสมาชิกกลุ่มรู้จักสังเกต เข้าใจ และบอกอารมณ์ และความรู้สึกของผู้อื่นได้
2. เพื่อสมาชิกกลุ่มรู้จักใคร่ครวญและยอมรับอารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่นตามสถานการณ์ที่เกิดขึ้นกับผู้อื่นอย่างแท้จริง
3. เพื่อสมาชิกกลุ่มสามารถเข้าใจอย่างแท้จริง และสามารถร่วมรู้สึกไปกับอารมณ์และความรู้สึกที่กำลังเกิดขึ้นผู้อื่นเสมือนเกิดขึ้นกับตนเอง
4. เพื่อสมาชิกกลุ่มรับรู้และเข้าใจความรู้สึก และอารมณ์ของผู้อื่น ได้อย่างชัดเจนและขณะเดียวกันก็ยังคงเป็นตัวเอง เพื่อนำไปสู่การช่วยเหลือ และมีความเอื้ออาทรต่อผู้อื่น เช่น การให้กำลังใจ ปลอบโยน หรือแม้แต่ในอภยในข้อผิดพลาดของผู้อื่น ได้อย่างแท้จริง

ผู้นำกลุ่ม วันนี้เป็นครั้งที่จะเป็นการเรียนรู้เกี่ยวกับอารมณ์ ชื่อเรื่องว่า “อารมณ์เธออารมณ์ฉัน” การที่เราจะรู้จักอารมณ์ของคนอื่นได้นั้น เราต้องรู้จักอารมณ์ของตัวเองก่อน จุดประสงค์การเข้ากลุ่มครั้งนี้คือให้นักเรียนได้รู้จักสังเกตและเข้าใจอารมณ์ตนเอง และของผู้อื่น แล้วสามารถนำมาเปรียบเทียบกันได้ว่าอารมณ์ตนเองเป็นอย่างไร อารมณ์คนอื่นเป็นอย่างไร ก่อนอื่นเรามาทบทวนกฎของกลุ่ม สมาชิกทุกคนทบทวนว่ามีดังต่อไปนี้ รักษาความลับ ไม่ไปพูดให้คนนอกกลุ่มฟัง ไม่พูดจาล้อเล่น และไม่ใช้คำที่ไม่เหมาะสม รวมถึงไม่เกรง ไม่กวนคนอื่น ต้องให้เกียรติกัน ห้ามทะเลาะกัน ห้ามเถียงกัน และห้ามมาสาย ห้ามเปิดโทรศัพท์มือถือ และตั้งใจฟังเพื่อนพูด

- ผู้นำกลุ่ม      ในชีวิตประจำวันของนักเรียน นักเรียนเคยสังเกตอารมณ์ของตนเองบ้าง หรืออารมณ์ของ  
คนรอบข้างของนักเรียน เช่นอาจจะเป็นคนพ่อ คุณแม่ หรือเพื่อน หรือคนที่อยู่ใกล้เรา  
แล้วนักเรียนรู้ไหมว่ามีอารมณ์แบบไหนบ้าง ใครจะพูดก่อน
- ปลาย              ดีใจ
- แคร์                โกรธ
- อ๋อน                เสียใจ
- มิว                 เบื่อ
- ผู้นำกลุ่ม      อารมณ์ก็มีทั้งด้านบวกและลบ อารมณ์บวกก็เป็นอารมณ์ที่ดีมีความสุข อารมณ์ลบก็  
เป็นอารมณ์ที่ไม่ดีทำให้เป็นทุกข์ ครูเชื่อว่านักเรียนรู้จักอารมณ์ต่างนี้ เพียงแต่บางครั้ง  
เราอาจลืมสังเกตไปบ้าง ไม่รู้ว่า ณ เวลานั้นเป็นอารมณ์อะไรนั่นเอง วันนี้ครูจะให้  
นักเรียนหลับ แล้วนั่งโหม่เมซซัน ย้อนเวลากลับไปเมื่อ 1 เดือนที่ผ่านมา ว่านักเรียน  
มีอารมณ์ความรู้สึกอะไรเกิดขึ้น และอะไรเป็นสาเหตุอารมณ์นั้น ๆ 1 2 3 เริ่มเลย  
เมื่อผ่านไป 5 นาที
- ผู้นำกลุ่ม      นักเรียนลืมตาคะ และใครจะเริ่มเล่าก่อนคะ
- พีว                 ผมครับ เป็นความรู้สึกดีใจครับ
- ผู้นำกลุ่ม      อะไรที่ทำให้พีวดีใจเอ่ย
- พีว                 มีอยู่ 3 สิ่งที่ทำให้ผมดีใจครับ คือ ได้รับ โทรศัพท์ใหม่จากพ่อ อีกเรื่องเพื่อนคนหนึ่ง  
ในห้องที่เรียนด้วยกัน เขาชอบทำท่าทางตลก ๆ ให้ผมดู เขาชอบทำให้ผมหัวเราะ  
และสนุกสนานได้ครับ ส่วนเรื่องสุดท้ายผมได้ไปสวนสนุกครับ
- อาทิตย์          ของหนูเป็นเรื่องเสียใจครับ
- ผู้นำกลุ่ม      หนูพอจะเล่าให้ฟังได้ไหมคะว่าอะไรทำให้หนูรู้สึกเสียใจ
- อาทิตย์          เออ.....ก็ โคนเพื่อล่อว่าเป็นคู่ตู่คู่เกย์นะครับ
- มิว                 ส่วนผม คือความสนุกครับ สนุกที่ได้เล่นกับเพื่อน ๆ และดีใจที่ได้ของเล่นใหม่
- เพลิน              หนูคือความรู้สึกตื่นเต้นคะ ทุก ๆ ครั้งเลยที่ต้องออกไปรายงานหน้าชั้นเรียน แต่ก็มี  
ความรู้สึกดีใจนะคะที่ได้มาเจอเพื่อน ๆ ในวันจันทร์ สนุกทุกครั้งที่ได้เล่นกับเพื่อน
- หวาน              ดีใจที่ได้อยู่กับเพื่อน และได้เล่นด้วยกันคะ แต่บางทีก็มีงอนกันนะคะ และเงินเวลาที่  
หนูต้องไปรายงานหน้าเรียน
- ปลาย              เสียใจ หนูไปซ้อมกีฬา แล้วก็ โคน โค้ชตุ และหนูก็ โกรธพวกนักเรียนรู้น้องด้วย  
ก็ในวันสื่อสัมพันธ์บ้านและโรงเรียนนะคะ หนูและเพื่อน ป.6 ต้องไปช่วยอาจารย์  
ดูแลน้องตามฐานกิจกรรม ฐานของหนูนั่งคุยกันเสียงดังไม่ฟังหนูเลยคะ แต่ตอนที่  
ได้เห็นใบเกรดเฉลี่ยที่อาจารย์ให้มาหนูก็ดีใจ และหนูเบื่ออาจารย์คนที่มาแทน

- อาจารย์ฝรั่งที่สอนภาษาอังกฤษหนูคะ
- แคร่ ดีใจที่คุณพ่อคุณแม่ซื้อของขวัญวันเกิดให้คะ แต่ก็รู้สึกเสียใจที่โดนคุณพ่อคุณ  
และ โคนเพื่อนแกล้งคะ
- เรย์ สนุกเพราะได้เล่นกับเพื่อน ดีใจที่ได้กล่อดินสอใหม่ และเสียใจที่เพื่อนแกล้ง  
และหนูโกรธเพื่อนที่มาแหย่หนู
- นิค หนูมีความสุขที่อยู่กับเพื่อนๆ เสียใจที่พวกเราทะเลาะกัน และก็ดีใจที่เราได้กลับมา  
ดีกันเหมือนเดิม และ โกรธเพื่อนในห้องบางที่แกล้งหนู
- อ๋อน เสียใจที่เพื่อนพูดคำไม่สุภาพ และก็ดีใจที่แม่ซื้อของที่อยากได้ให้
- ผู้นำกลุ่ม ที่เล่ามาทั้งหมด มีใครที่มีอารมณ์ความรู้สึกคล้ายเพื่อนบ้างไหมคะ
- อาทิตย์ ผมครับ...ความรู้สึกเสียใจที่โดนเพื่อนแกล้ง
- ผู้นำกลุ่ม แล้วหนูจัดการกับอารมณ์ความรู้สึกตอนนั้นอย่างไรคะ
- อาทิตย์ ก็ฟ้องอาจารย์เลยครับ
- ผู้นำกลุ่ม ฟ้องแล้วหายโกรธเลยหรอคะ
- อาทิตย์ ไม่...จัดการเพื่อนด้วย เดินไปตบมันเลยครับ
- หวาน แต่ของหนูนะ หนูจะเจ็บไว้คะ แต่ก็รู้สึกไม่ชอบนะ และไม่มีความสุขด้วยคะ
- ผู้นำกลุ่ม แล้วคนอื่น ๆ ละคะ มีใครมีอารมณ์คล้ายเพื่อนอีกไหมคะ
- มิว ของผมสนุกที่ได้อยู่กับเพื่อนๆ ครับ
- ผู้นำกลุ่ม ใช่.....เมื่อกี้ครูได้ยินว่ามีหลายคนที่พูดถึงความสนุกกัน
- พีว ใช่...สนุกที่ได้เล่นกับเพื่อนๆ ครับ
- ผู้นำกลุ่ม แล้วมีใครสนุกที่ได้เล่นกับเพื่อนๆ อีก
- สมาชิกทุกคนผมครับ หนูคะ
- ผู้นำกลุ่ม แสดงว่าเพื่อนมีความสำคัญกับพวกหนูใช่ไหมคะ
- สมาชิกทุกคนครับ/คะ
- ผู้นำกลุ่ม เมื่อกี้ครูเห็นว่ามีคนบอกว่า เสียใจเพราะด้วยใช่ไหมคะ
- สมาชิก ครับ/คะ
- ผู้ให้การศึกษา นักเรียนได้สำรวจอารมณ์ของตนเองไปแล้ว แล้วนักเรียนเคยสังเกตอารมณ์  
ความรู้สึกของคนอื่นบ้างไหมคะ เช่น อาจจะเป็นคุณพ่อ คุณแม่ เพื่อน ๆ หรือคนที่  
รอบข้าง ลองเล่าให้กลุ่มฟังหน่อย ใครจะเริ่มก่อน
- อาทิตย์ เคยเห็นเพื่อนเสียใจครับ
- ผู้นำกลุ่ม แล้วหนูทำอย่างไรกับความเสียใจของเพื่อน ณ เวลานั้นคะ
- อาทิตย์ ก็ไม่ได้ทำอะไรนะครับ เพราะคิดว่ายิ่งเราไปปลอบใจเขา ก็ยิ่งทำให้เพื่อนเศร้าขึ้น

- แย่งกันกว่าเดิมเยอะ
- ผู้นำกลุ่ม เพราะอะไรถึงคิดแบบนั้นล่ะคะ
- อาทิตย์ เพราะว่าเพื่อนเขากำลังเสียใจมาก ก็คงไม่อยากให้ใครเข้ามายุ่ง
- ผู้นำกลุ่ม สิ่งที่อาทิตย์กำลังจะบอกกับกลุ่ม คือ เมื่อเพื่อนเสียใจมาก ๆ ก็อยากให้เพื่อนอยู่หนึ่ง ๆ เจียบๆคนเดียวก่อนใช้ใหม่คะ
- อาทิตย์ ครับ ก็กลัวเขาจะระเบิดอารมณ์นะครับ ก็เลยต้องให้เขาอยู่คนเดียวไปก่อนครับ
- ผู้นำกลุ่ม แล้วคนอื่นล่ะคะ
- มิว ของผม เพื่อนเศร้า เพราะเขาได้คะแนนน้อยครับ ก็บอกเขาไปว่าไม่เป็นไร คราวหน้าเอาใหม่ นะ
- ผู้นำกลุ่ม แล้วเขารู้สึกอย่างไร
- มิว อืม...ก็...ก็ดีขึ้นนะครับ
- ผู้นำกลุ่ม เขากลับมาเหมือนเดิมไหมคะ
- มิว ก็...ดีขึ้นครับ แต่ไม่เต็ม 100 หรือครับ
- พิว ของผมเพื่อนของเบื้ออาจารย์ฝรั่งคนหนึ่งบ่นครับ
- ผู้นำกลุ่ม แล้วหนูทำอย่างไรล่ะคะ
- พิว ก็ไม่ได้ทำอย่างไรครับ แค่บอกว่า “ก็เบื้อเหมือนกัน”
- ผู้นำกลุ่ม แล้วเป็นอย่างไงต่อเมื่อหนูบอกกับเพื่อนว่าก็เบื้อเหมือนกัน
- พิว เพื่อนมันก็เม้าท์ (นินทา) อาจารย์เขาต่อเลย เป็นอันว่าก็ทำให้สบายใจขึ้นนะครับที่ได้ แอบบ่นอาจารย์บ้าง
- ผู้นำกลุ่ม มีคนอื่นที่จะแบ่งปันอีกไหมคะ
- ปลาย เพื่อนหนูคะ เวลาที่เข้า ๆ มักชอบอารมณ์ไม่ดี เขาชอบทะเลาะกับน้อง เวลาที่เขา มาโรงเรียน เขาจะอารมณ์ไม่ดี หนูจะไปคุยกับเขา แต่หนูก็รู้ว่าเขาอารมณ์ไม่ดี หนูเลย ออกมาก่อน ก็เข้าใจนะคะ แต่พอตอนเที่ยงเขาก็จะดีขึ้นคะ
- ผู้นำกลุ่ม มีใครจะนำเสนออีกไหมคะ
- เพลิน ก็เวลาเห็นเพื่อนทำหน้าที่เศร้าก็ชอบเข้าไปหาเขา และถามว่าเป็นอะไร
- ผู้นำกลุ่ม แล้วเขารู้สึกอย่างไรที่หนูไปถามเขา
- เพลิน เขาก็จะระบายให้หนูฟังถึงสิ่งที่ทำให้เขาทุกข์ใจคะ
- ผู้นำกลุ่ม คนอื่นล่ะคะ มีใครที่จะเล่าสู่กันฟัง หนูอาจจะไม่เอ่ยชื่อเพื่อนคนนั้นก็ได้ ถ้าหนูไม่ อยากเอ่ยชื่อเขา
- หวาน เหมือนกันคะ



- ผู้นำกลุ่ม เหมือนกันอย่างไรคะ
- หวาน เห็นเพื่อน ไปสบายใจเลย ไปคุยกับเขาคะ
- ผู้นำกลุ่ม จากที่นักเรียนเล่าให้กลุ่มฟัง ครูอยากให้ลองเล่าสิว่าแล้วนักเรียนรู้สึกอะไรถึงได้เข้าไปคุยกับเขา
- แคร์ ก็...รู้สึกสงสารเขาเนอะคะ
- ปลาย ของหนูนะ สงสัยคะ ก็ปกติเคยคุยกัน แต่มาวันนี้กลับนิ่งไปอะคะ ก็สงสัยเลยไปถามคะ แต่ถ้าเขาจะวิน (พาล)ใส่ ก็ไม่เป็นไร เดี่ยวตอนพัก หรือตอนเที่ยงก็ค่อยเข้าไปคุยใหม่
- ผู้นำกลุ่ม แล้วโกรธเขาไหมที่เขาวินใส่
- ปลาย โกรธนะคะ และหลัง ๆ ก็เริ่มเข้าใจว่าเขาคงมีเหตุผลคะ
- เรย์ สำหรับหนู หนูอยากให้เพื่อนได้ระบายสิ่งที่อยู่ใจกับหนูคะ
- นิต แต่หนูรู้สึกห่วงเขาคะ หนูก็จะเดินเข้าไปปลอบเขาเลย
- ผู้นำกลุ่ม อ้อเนอะคะ
- อ้อน หนูไม่มี ตอนนี้อยู่คิดไม่ออกคะ
- ผู้นำกลุ่ม ครูคิดว่านักเรียนเองต่างก็เคยได้มีโอกาสสังเกตอารมณ์ความรู้สึกเพื่อนบ้างแล้ว ทีนี้นักเรียนลองคิดว่า ถ้าคนเรารู้จักสังเกตความรู้สึกอารมณ์ของผู้อื่นไม่ว่าจะด้านบวก หรือด้านลบ นักเรียนคิดว่ามันจะเกิดอะไรขึ้นกับพวกเราบ้าง
- แคร์ หนูคิดว่ามันจะทำให้เราสามารถปรับตัวเข้ากับเพื่อนได้ เข้าใจเขามากขึ้นคะ
- ฟิว จะได้ปรับอารมณ์เพื่อนได้ครับ
- หวาน เข้าใจเขา และช่วยเขาได้ เพราะเขาอาจจะต้องการความช่วยเหลือเนอะคะ
- อาทิตย์ คิดว่ามันน่าจะทำให้เราเข้าใจว่าเขาเป็นสภาพเป็นอย่างไร
- ผู้นำกลุ่ม ถ้าเข้าใจว่าเขาเป็นสภาพเป็นอย่างไรแล้วมันจะเกิดอะไรขึ้นต่อไปคะ
- อาทิตย์ ก็สงสารครับ ก็ปลอบใจเขาเนอะครับ
- ผู้นำกลุ่ม นั่นก็คือการช่วยเหลือเขานั่นเองใช่ไหมคะ
- อาทิตย์ ครับแต่ก็เท่าที่จะช่วยได้นะครับ
- อ้อน เราก็จะสามารถเข้ากับเขาได้อย่างถูกสถานการณ์นะหนูว่า
- ผู้นำกลุ่ม พวกเรามาสรุปกัน
- อาทิตย์ ผมว่าเราได้เรียนรู้อารมณ์ของเราและของเพื่อนเป็นอย่างไรบ้าง
- ฟิว รู้จักอารมณ์เพื่อน
- เพลิน มันทำให้เราเข้าใจเพื่อนได้มากขึ้น เราก็จะปรับตัวเข้ากับเพื่อนได้ดี และช่วยเหลือเขาได้

ผู้นำกลุ่ม      มีให้อายากบอกระไรกับกลุ่มอีกไหมคะ ถ้าไม่กรุณาขอสรุปอีกครั้งนะคะว่า การที่เรา  
เข้าใจอารมณ์ความรู้สึกผู้อื่น มันจะช่วยให้เราเข้าใจ ยอมรับในความแตกต่างที่  
เกิดขึ้นได้ ซึ่งเมื่อเราเข้าใจเราก็จะสามารถและยินดีที่จะให้ความช่วยเหลือเพื่อน  
ของเรา กรุณาขอปิดกลุ่ม และขอนัดหมาย เราจะพบกันอีกครั้งในวันที่ 5 สิงหาคมนะคะ  
ขอบคุณค่ะ

หมายเหตุ:

1. หลังจากนั้นสมาชิกกลุ่มเขียนใบบันทึกประสบการณ์หลังการเข้ากลุ่ม
2. ขอสงวนนามของบุคคลที่เป็นสมาชิก โดยใช้นามสมมติแทน และขอสงวนนาม  
ของบุคคลถูกพูดถึง หรืออ้างอิงในการบันทึกเทปทุกครั้ง

**ตัวอย่างการให้การปรึกษา**  
**โปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มตามแนวร่วมรู้สึก ครั้งที่ 6**

เรื่อง เคียงข้างไปด้วย

เวลา 90 นาที

สถานที่ ห้องประชุม อาคารประถม โรงเรียนสาธิต “พิบูลบำเพ็ญ” มหาวิทยาลัยบูรพา

**แนวคิดสำคัญ**

การเข้าใจและการรับรู้ประสบการณ์ผู้อื่นและทำให้เป็นประสบการณ์ของตนเองนั้นเป็นกระบวนการร่วมทางอารมณ์กับผู้อื่นอย่างหนึ่งซึ่งสามารถทำให้เกิดเข้าใจความรู้สึก และอารมณ์ของผู้อื่น ได้ลึกซึ้ง และสามารถถ่ายทอดอารมณ์และความรู้สึกเหล่านั้น โดยเน้นการมีประสบการณ์ร่วมกับผู้อื่น

**วัตถุประสงค์**

1. เพื่อสมาชิกกลุ่มเข้าใจและมีประสบการณ์ร่วมกับผู้อื่นได้
2. เพื่อสมาชิกกลุ่มสามารถรับรู้ความรู้สึก และอารมณ์ของผู้อื่นในสถานการณ์ต่าง ๆ ได้ดังกับเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นกับตนเอง
3. เพื่อสมาชิกสามารถเข้าถึงประสบการณ์ของผู้อื่นอย่างถ่องแท้ และในขณะที่เดียวกันสมาชิกต้องเรียนรู้ว่าประสบการณ์เหล่านั้น ไม่ได้เกิดขึ้นกับตนเอง เพื่อนำไปสู่ความเอื้ออาทรผู้อื่นได้อย่างแท้จริง

ผู้ให้การปรึกษา ครั้งนี้เป็นครั้งที่ 6 วัตถุประสงค์ในครั้งนี้ก็ต้องการให้เราได้มาเรียนรู้และเข้าใจเกี่ยวกับการมีประสบการณ์ของความรู้สึกร่วมกับผู้อื่น ไม่ใช่เพียงแต่คนใกล้ชิดเราเท่านั้น แต่เราจะมาเปรียบเทียบประสบการณ์ร่วมกันในกลุ่มเราด้วย ตอนนี้ขอให้นักเรียนทุกคนช่วยกันทบทวนสิ่งที่เราได้เข้ากลุ่มครั้งที่แล้วร่วมกัน

ปลาย ก็...ดินน้ำมันคะ เพื่อเราจะได้เรียนรู้ที่จะเข้าใจเพื่อนแต่ละคน

เพลิน ก็มีทั้งคนที่มีเรื่องเล่าดินน้ำมันที่ชอบเหมือนกัน แต่ก็มีคนที่ต่างกัน และพวกเราก็คุยปัญหาที่เกี่ยวกับเพื่อนในห้องของพวกเขาด้วย

สมาชิกร่วมกันกันสรุปว่า “วันนี้ได้เรียนรู้ที่เข้าใจ และสัมผัสถึงความรู้สึกที่แตกต่างของเพื่อนแต่ละคน บางคนเป็นรูปเดียวแต่มีความรู้สึกที่แตกต่างกัน จากสิ่งเหล่านี้ทำให้รู้ว่าเพื่อนชอบอะไร ไม่ชอบ แตกต่างจากเราหรือเหมือนกับเรา”

ผู้นำกลุ่ม วันนี่ก็จะคล้ายๆกัน โดยครูอยากให้นักเรียนลองนึกถึงคนที่ใกล้ชิดกับนักเรียน ที่นักเรียนเคยสัมผัส เคยฟังเรื่องราวของเขา ให้นักเรียนหลับตาและคิดตามที่ครูจะพูด ตอนนี้ให้ทุกคนหลับตาม ทำจิตใจของทุกคนให้สงบ ให้นักเรียนนึกถึงบุคคล ใกล้ชิดกับนักเรียน จะเป็นเพื่อน พ่อ แม่ ใครก็ตามในขณะที่เวลาพวกเขากำลังรู้สึก เศร้า เสียใจ เหงา หรือ มีความสุขสนุกสนานได้เล่าให้กลุ่มฟัง โดยนึกว่า ถ้าสมาชิก เป็นพวกเขาสมาชิกรู้สึกอย่างไร และ สมาชิกจะทำอย่างไร และอยากพูดอะไร กับบุคคลเหล่านั้น

ผู้นำกลุ่มขอให้สมาชิกทุกคนลืมนตา และให้สมาชิกทุกคนแบ่งปันประสบการณ์ความรู้สึกระหว่าง ที่หลับตาว่า “เมื่อสมาชิกได้มีโอกาสรับรู้ เห็นใจ หรือ สัมผัสอารมณ์ ความรู้สึก คนที่สมาชิกคิดถึง สมาชิกรู้สึกอย่างไร แล้วสมาชิกจะช่วยเหลือ หรือแสดงออกต่อคนๆนั้นได้อย่างไร” ให้เพื่อน สมาชิกกลุ่มฟัง ดังนี้

พิว เพื่อนคนหนึ่ง เขากำลังมีความสุขเพราะเขาสอบได้ที่ 1 เขาดีใจ แล้วเล่าให้ให้เพื่อน ทุกคนฟัง ผมก็รู้สึกดีใจไปกับเขาด้วย แครู้สึกดีใจครับ

แคร่ เพื่อนสนิทคนหนึ่ง ชื่อ ก ละกัน ไปแอบชอบคนหนึ่งสมมุติว่า ชื่อ ข ตั้งแต่ตอน ป.4 แต่รู้สึกลังเลจนคนที่ชอบไปชอบคนชื่อ ค ก ก็เลยมาเล่าให้หนูฟังทั้งหมด ก รู้สึกไม่ดี โกรธ และเสียใจที่ ข เปลี่ยนใจทั้งที่ ก กับค เป็นเพื่อนสนิทกัน ตัวหนุเอง ก็โกรธไปกับ กด้วยคะ ประมาณว่ามาทำแบบนี้กับเพื่อนเราได้ไง

มิว เพื่อนสนิทผมสอบตกครับ ผมเลยบอกเขาวาก็ลองเลิกลอกการบ้านเพื่อน ทำการบ้านด้วยตัวเอง แล้วทบทวนบทเรียนก่อนสอบดู

ผู้นำกลุ่ม เอ...ถ้าหนูเป็นเขา หนูจะรู้สึกอย่างไรคะ

มิว ก็...คงรู้สึกเสียใจนะครับอาจารย์ เราไม่นำเล่น ไม่นำไม่สนใจเรียนเลย และไม่ทบทวนบทเรียน

ผู้นำกลุ่ม คนต่อไปละคะ

อาทิศย์ ญาติผมเขาได้เกรด 4 ทุกวิชา และญาติผมก็ได้ I-Phone เป็นของขวัญ

ผู้นำกลุ่ม แล้วตอนนั้นหนูรู้สึกอย่างไร

อาทิศย์ ก็ดีใจกับเขานะ ถ้าเป็นเขาก็ต้องดีใจสิได้ตั้ง I-Phone นะครับ

ผู้นำกลุ่ม หนูเลยตื่นเต้นไปกับเขาซะไหมคะ

อาทิศย์ ใช่สิครับ อิงฉาเขาด้วยนิดๆครับ

ผู้นำกลุ่ม ใครจะนำเสนอต่อไป

เพลิน เพื่อนในกลุ่มหนุเอง เขาเสียใจที่ อีก 4 คนในกลุ่มไม่สนใจเขาจะ

ผู้นำกลุ่ม หนูรู้สึกอย่างไรคะ

- เพลิน หนูก็รู้สึกเสียใจไปกับเขา นะคะ
- ผู้นำกลุ่ม เสียใจของหนู คือ เสรีฯ เหวงใจไปกับเขา ไซ้ไหมคะ
- เพลิน คะ
- ปลาย ของหนูเป็นเพื่อนสนิทคะ เขามีน้องเล็ก เวลาที่น้องทำอะไรผิด หรือมีปัญหา ก็จะไปบ๊ายไปที่เขาคะ ประมาณห้องแม่ เพื่อนหนูเขารู้สึกว่าไม่ได้รับความยุติธรรมก็เลยโกรธทั้งแม่และน้อง พอมาโรงเรียนเขาก็เหมือนไม่มีสมาธิ ไม่ตั้งใจเรียน อารมณ์ไม่ดี ถ้าเป็นหนู หนูก็โกรธนะคะ
- ผู้นำกลุ่ม ใครเคยมีประสบการณ์แบบนี้บ้างคะ
- แคร้ ของหนูนะ แม่เขาซื้อวิตามินซีให้น้อง หนูก็ขออนุญาตกิน น้องบอกว่าแม่ให้กินวันละครึ่ง แต่หนูกินบ่อย น้องก็เลยยกให้เลย แล้วน้องก็มาขอ แม่ก็บอกว่าให้น้องก่อน เพราะหนูเป็นพี่ ทำไมต้องเอาคำว่าพี่มาอ้างด้วย ตกลงพี่ต้องเคารพน้อง หรือน้องต้องเคารพกันแน่
- อาทิศย์ ผมขอเสนอความคิดเห็นนะครับ ผมว่าน้องเยอะอะ ถ้าน้องกับพี่มีเรื่องกัน พี่ตบหัวน้อง จะโทษพี่คนเดียวไม่ได้ ต้องโดนทั้งคู่
- ปลาย แต่ในความคิดนะ พ่อแม่เขาอาจจะคิดว่าน้องเป็นเด็กเล็กอาจจะไม่รู้เรื่องอะไร แม่อาจจะคิดว่าเราเป็นผู้ใหญ่กว่าน้อง เราก็ต้องสอนน้องที่แม่ตีเราเพราะว่าเราไม่ได้สอนน้องในสิ่งที่ถูก
- ผู้นำกลุ่ม คือหนูอยากบอกกับกลุ่มว่า จริงๆแล้วแม่เขารู้สึกว่าเราที่เป็นพี่น่าจะดูแลน้อง บอกน้อง คุยกับน้องได้ สอนน้องได้ว่าอะไรควรทำไม่ควรทำไซ้ไหมคะ
- ปลาย คะ
- แคร้ คะ ก็อาจจะเป็นอย่างนั้น เพราะแม่ก็บอกกับหนูแบบนั้นคะ
- มิว ผมไม่มีน้อง แต่เห็นน้องข้างบ้าน ก็มีเหตุการณ์แบบนี้เหมือนกัน แต่เวลาที่เราสอนน้อง น้องก็ไม่ฟัง แล้วก็ไปบอกพ่อแม่ว่าพี่แกล้ง เราก็แค่จะสอน ไม่มีเจตนาจะแกล้งนะ
- พิว บ้านผม ผมกับพี่สาว โดนทั้งคู่ นะ แม่บอกวาก็เล่นด้วยกัน
- เพลิน เราว่านะ พี่สาวอาจจะไม่ค่อยอะไรมาหรอก
- หวาน ก็พูดไม่ถูกนะ แต่รู้สึกว่ามันไม่ใช่ มันไม่ยุติธรรม มันไม่แฟร์เลย ที่เราจะ โดนค่าคนเดียว แล้วน้องไม่โดนว่าเลย
- ผู้นำกลุ่ม หนูอยากบอกว่ามันน่าเบื่อมากกับคำว่า “น้องยังเล็ก”
- หวาน ไซ้คะ

- นิค ของหนู หนูยอมโดนดุไปก่อนคะ แต่ครั้งหน้าก็ไม่ยุ่งกับน้องแล้ว แต่ถ้าน้องมาเล่นด้วยก็เล่นด้วยเหมือนเดิมคะ ก็จริง ๆ ก็ไม่ได้โกรธอะไรมากมายคะ ก็พี่น้องกัน
- ผู้นำกลุ่ม มีใครอยากบอกอะไรกับกลุ่มใหม่คะ
- หวาน หนูมีเรื่องอยากเล่าคะ หนูมีเพื่อนคนหนึ่ง กำลังเรียนในคาบภาษาอังกฤษคะ เพื่อนกลุ่มหนึ่งเขาเกิดร้องเพลงเสียงดัง อาจารย์ก็บอกให้เงียบ แต่เพื่อนนี้อยู่ในกลุ่มนี้ และก็ยังเสียงดัง อาจารย์ก็เลยดี เพื่อนคนนี้ก็บอกอาจารย์ว่ามันไม่ใช่หนูคนเดียว ทำไมอาจารย์ดีหนูคนเดียวอะ แล้วก็ร้องให้วิ่งวิ่งออกไปนอกห้องไปอยู่ในห้องน้ำ พอดีหนูไปห้องน้ำก็เลยถามเขาว่า “เฮ้ยเป็นอะไร” เขาก็จุกหนูเข้าไปในห้องเกี่ยวกับเขาด้วย
- ปลาย อ้อ ๆ ๆ หนูก็อยู่ในเหตุการณ์นั้นด้วย หนูกับเพื่อนอีกคนไปป็นห้องน้ำ เพราะคิดว่าเขาร้องให้ เขาถามหนูว่าอาจารย์ไปยังไม่ ส่วนอาจารย์ก็ถามหนูว่ามันจะออกมาได้ ยัง หนูก็เลยบอกอาจารย์ไปว่าเขาต้องเสีย อาจารย์ก็เลยกลับห้อง ส่วนหนูกับเพื่อนก็เลยตัดสินใจอยู่ต่อ
- ผู้นำกลุ่ม แล้วเพื่อนเขาจะบายอะไรให้หนูฟังละ
- หวาน เขาบอกว่ามันไม่ยุติธรรม คือทุกคนก็ร้องเพลงเสียงดัง แต่เขาโดนคนเดียวคนเดียว
- ผู้นำกลุ่ม แล้วหนูฟังแล้วรู้สึกอย่างไร
- หวาน ก็รู้สึกเหมือนเพื่อนนะคะว่ามันไม่ยุติธรรม แบบว่า โดนคนเดียวเลยอะ
- ผู้นำกลุ่ม แล้วหนูทำอย่างไรต่อไปละ พูคะไรกับเพื่อนบ้าง
- หวาน หนูก็บอก ว่า “ไม่เป็นไร ๆ อาจารย์ก็เป็นอาจารย์อย่าไปว่าอาจารย์เขาเลย” พักหนึ่งเขาก็ดีขึ้น และยิ้มได้ แล้วชวนหนูเล่นคอบแคะกับเขาคะ
- ปลาย ส่วนหนูให้ข้อคิดกับว่า “เขาเสียงดังที่สุดอาจารย์เขาอาจจะเห็นว่า เสียงดังที่สุดเลข โคนศิริเปล่า” หนูคิดว่าแบบนั้น หนูอยู่ในห้องแล้วได้ยิน เขาร้องกรี๊ด คนแรก ส่วนคนอื่น ๆ ร้องเพลง
- ผู้นำกลุ่ม คืออันนี้เป็นความคิดของหนู แล้วหนูเข้าใจในความรู้สึกของเพื่อนไหม
- ปลาย ก็เข้าใจนะคะ ถ้าเป็นหนูก็คงรู้สึกเหมือนกัน เพราะไม่ได้ทำคนเดียวอะเพื่อนอื่นก็ทำด้วย แต่ว่าโดนคนเดียว เพื่อนหนูโดนคนเดียวจริง ๆ นะคะ อาจารย์ดีเต็ม ๆ เลย เป็นหนู หนูก็โกรธคะ
- เพลิน ใช้คะหนูก็โกรธ
- ปลาย ใช้ทำไมต้องเป็นเราคนเดียว

- แคร์ ของหนูก็เรื่องคล้ายกันนะ อาจารย์นิสิตคะ คืออาจารย์เขาเป็นตุ๊ด เขาชอบลำเอียง  
ไปทางผู้ชาย มีเพื่อนผู้ชายคนหนึ่งชอบถามอาจารย์ตรงว่าเป็นตุ๊ดรีเปล่า แต่อาจารย์  
ไม่เคยโกรธ อาจารย์เล่นด้วย แต่กับผู้หญิงเป็นคำถามที่ไม่รู้จริง ๆ เสนาะคะ
- ผู้นำกลุ่ม ยกตัวอย่างหน่อยได้ไหมคะ
- แคร์ เป็นเรื่องของหนูเองเลย หนูคุณหนูมิ แต่วันนั้นสมเย็น และคุณหนูมิที่ได้มันเป็น  
30 องศา หนูก็เลยถามอาจารย์เขาว่า “อาจารย์คะ ทำไมของหนูมันได้ 30 องศาละ  
คะ” อาจารย์เขาตอบว่า “แล้วเธอจะเอาเท่าไรละ ก็มันได้เท่านั้น” คือถ้าเป็นผู้ชาย  
ถามอาจารย์จะพูคติ ๆ แต่ถ้าผู้หญิงถามก็จะตอบแบบนี้ คือมีผู้หญิงคนหนึ่งไม่เอา  
แบบฝึกหัดมา คืออาจารย์จะว่าผู้หญิงแรงมากคะ แต่ถ้าเพื่อนผู้ชายไม่เอามาที่จะ  
บอกว่า “ไม่เป็นไรลูกชาย”
- ผู้นำกลุ่ม หนูเลยคิดว่ามันไม่แฟร์
- แคร์ คะ ลำเอียงเยอะเลย
- เรย์ ของหนูนะ วันนั้นหนูทำแบบฝึกหัดผิคนิดหน่อยเอง ก็มาค่าหนู หนูก็ทำหน้าง  
แล้วอาจารย์ก็ค่าหนูคะ
- ผู้นำกลุ่ม คือหนูอยากให้อาจารย์เขาอธิบายวิธีใหม่คะว่าหนูผิดตรงไหน แล้วจะแก้ไข  
อย่างไร
- เรย์ ไซ้คะ
- พีว อาจารย์คนเดียวกันครับ เขาค่าผู้หญิงแล้วเข้าข้างผู้ชาย เพราะว่าเพื่อนผู้ชาย  
ไปแกล้งเพื่อนผู้หญิง เพื่อนผู้หญิงก็พูดเสียงดังว่า “อย่ามายุ่งกับเขาอะ” ไอ้เพื่อน  
ผู้ชายผมมันก็ยังแกล้งอยู่ เพื่อนผู้หญิงก็เลยตะโกน และ โกรธ อาจารย์เขาก็เลยค่า  
เพื่อนผู้หญิงแรงมากเลยครับ
- ผู้นำกลุ่ม คำว่าอะไรหรอคะ
- พีว เป็นผู้หญิงทำไมต้องมาทำแบบนี้กับผู้ชาย
- ผู้นำกลุ่ม แล้วถ้าหนูเป็นเพื่อนผู้หญิงคนนั้นหนูรู้สึกอย่างไร
- พีว โกรธเพื่อนผู้ชาย ไม่โกรธอาจารย์ เพราะอาจารย์เห็นตอนที่เพื่อนผู้หญิงเขาค่า  
เพื่อนผู้ชายอย่างเดียว แต่ไม่ได้เห็นตอนแกล้งเพื่อนผู้หญิง
- เพลิน อันนี้อาจารย์คนละคนนะคะ คือเหมือนผู้หญิงเขาแกล้งเพื่อนผู้ชายคนคนหนึ่งเล่น  
เฉย ๆ เพื่อนผู้ชายคนนี้เขาก็ผลึกไม่ได้จริงจังอะไรมาก แล้วอยู่ๆมีเพื่อนอีกคนมา  
ถ่ายคลิปไปให้อาจารย์ที่ปรึกษาไปดู ฟ้องอาจารย์เขา วันต่อมาอาจารย์เขามาตำหนิ  
เพื่อน ว่า “ผู้หญิงทำไมต้องไปแกล้ง” อาจารย์ก็บอกว่าอาจารย์ไม่ชอบเรื่องชู้สาว  
ผู้หญิงไม่ใช่เพศผู้จ้า

- ผู้นำกลุ่ม หนูรู้สึกอย่างไรกับคำพูดนี้
- หวาน หนูว่าแรงคะ
- เพลิน ใช้คะ ไม่ได้ทำอะไรผิดเลย พวกเราแค่เล่นกันเฉย ๆ
- ปลาย หนูคิดว่า คลิปมันก็ไม่มีอะไร เพื่อนผู้ชายคนนั้นเขานั่งบนเก้าอี้ ผู้ชายอีกคนจับแขนเขา หนูนั่งข้างล่าง คือเพื่อนผู้ชายคนนั้นเขานั่งบนเก้าอี้ หนูนั่งที่พื้น คนอื่นนั่งบนโต๊ะและถือไม้บรรทัดเฉย ๆ แต่คนที่ถ่ายคลิปเป็นคนชอบแกล้งเพื่อน
- เพลิน ก็แค่เล่น ๆ เฉย ๆ ไม่เชื่ออาจารย์ถามมิวได้เลย (เพื่อนผู้ชายคนนั้น คือ มิว)
- ปลาย หนูไม่ได้คิดอะไร พอเข้ามาอาจารย์เขาคำและเลขคะ “ผู้หญิงไม่ใช่เพศผู้ล่านะ อย่างมาทำชู้สาว” อะไรแบบนี้
- หวาน หนูว่ามันแรงไป
- ผู้นำกลุ่ม ว่าผู้หญิงทุกคนเลยหรอ
- ปลาย เฉพาะที่อยู่ในคลิป
- หวาน หนูว่าอาจารย์เขาแรงเกินไปคะ คือเราก็ออกเพื่อนเล่นเฉย ๆ มันไม่ได้มีอะไรมาก
- ปลาย หลังจากคำเสร็จ เพื่อนผู้หญิงคนหนึ่งไปส่งงานคะ เพื่อนคนนี้เป็นคนนั่งบนโต๊ะถือไม้บรรทัด ตามที่เขาไปส่งงาน เขาทำงานถูกทุกข้อ แต่อาจารย์เขาว่า “เดี๋ยวนี้ไม่มีสติสตาจค์อะไรแล้วใช่ไหม” ส่วนคนถ่ายคลิปฟ้องอาจารย์มันนั่งขี้ม
- เพลิน อาจารย์เขาก็บอกว่าเสียการเรียน
- ปลาย ใช่
- เพลิน คือเพื่อนคนนั้นผิดข้อเดียว แล้วเขาก็ไม่ค่อยทำผิดด้วย
- ปลาย เพื่อนคนนั้นเป็นคนที่ทำงานเรียบร้อยมากที่สุดของห้อง เขาผิดแค่ข้อเดียว
- ผู้นำกลุ่ม แต่โดนตำหนิแรงมากในความรู้สึกของหนู หนูกำลังจะบอกว่าอาจารย์เข้าใจผิดมากมายใช่ไหม
- เพลิน คะ คนฟ้องก็คือ Over Acting
- ปลาย มีการปล้ำกัน ออกหักกัน อะไรแบบนี้
- มิว จากวันนั้นอาจารย์เขาก็ไม่ขึ้นห้องตอนกลางวันอีก ไปไหนก็ได้ เดินเล่น ทำงาน
- ผู้นำกลุ่ม ตรงจุดนี้ครูขอให้นักเรียนคิดหนึ่งนะคะ จริงแล้วในความรู้สึกอาจารย์เขาคงเป็นห่วงนักเรียนนะ เพราะว่ามันเริ่มโหดเป็นหนุ่มเป็นสาวกันแล้วการที่จะเล่นกันระหว่างผู้หญิงกับผู้ชายต้องระมัดระวังนิดหนึ่ง เดี่ยวหนูจะไปเจอคำเตือนที่ค่อนข้างละเอียดมากกว่านี้เมื่ออยู่มัธยม ตอนนี้พวกเราเริ่มโต การวางตัวเป็นสิ่งสำคัญ ครูอยากสอนนิดหนึ่ง เป็นข้อคิดว่าการเล่นกันต้องระวัง เพราะเราไม่ใช่



- เด็ก ๆ เหมือน ป.1 ป.2 แล้ว จะเห็นได้ว่าเพื่อนเราบางคนเป็นสาว บางคนสูงใหญ่ เป็นหนุ่ม ครูเข้าใจความรู้สึกของพวกหนูว่าอาจารย์พูดตรงและแรงกับพวกเรา
- มิว เพื่อน ๆ คิดว่าน่าจะมีการถ่ายวิดีโอ และมีคนไปเล่าให้อาจารย์ฟัง ไ้คนเล่ามันก็ Over อยู่แล้ว ตอนอาจารย์ตำหนิเขาก็นั่งอึ้งตลอดเลย
- ปลาย แล้ววันนั้นอาจารย์เขียนบนกระดานแล้วอาจารย์เขียนผิด ถ้ามิวบอกก็โดนดู แต่ถ้าพวกนั้นบอกไม่โดนดูเลย
- ผู้นำกลุ่ม หนูเข้าใจว่าเขาเป็นคน โปรดของอาจารย์
- ปลาย ใช่คะ
- เพลิน แล้วถ้าหนูกับมิวที่ไร โดยอาจารย์ว่าทุกทีเลย ที่คนอื่นไม่เห็น โดน
- ปลาย จริงคะ ไม่ยุติธรรม
- ผู้นำกลุ่ม กลุ่มคะ ครูเชื่อว่านักเรียนเข้าใจในสิ่งที่เพื่อน ๆ เล่ามา ลงเปรียบเทียบถ้าเป็นตัว นักเรียน นักเรียนจะทำอย่างไร
- อาทิศย์ ใช้เหตุผลครับ
- ผู้นำกลุ่ม อย่างไรคะ ลองอธิบาย
- อาทิศย์ เราก้ต้องไปอธิบายความจริงให้อาจารย์ฟัง
- อ้อน ใช้เหตุผลแล้วก็หาพยานสิ
- ปลาย ใช้เหตุผลมีพยาน พยานก็บอกไม่มีอะไร อาจารย์ว่าเวลาเล่นต้องระวัง คื่อจริง ๆ แล้วเรากับมิวอยู่ห่างกันมากนะ
- ผู้นำกลุ่ม หนูคิดว่าอาจจะเป็นมวมกล้องด้วยรีเปล่า
- ปลาย คะ
- เรย์ แต่อาจารย์คนนี้ เช่นกับเพื่อนที่เรียนเก่งเขาจะพูดอย่างอ่อยโยน แต่กับเพื่อนคนที่ ไม่ค่อยเรียนดีจะ โดนดูเยอะเลย
- ผู้นำกลุ่ม ถ้าเขาประสบปัญหาแบบนี้เราจะช่วยเขาอย่างไรดี
- ปลาย แม่หนูเคยสอนว่า ถ้าเราเปลี่ยนคนอื่นไม่ได้ เราต้องเปลี่ยนตัวเราเอง เช่นถ้าเวลาส่งงานเราก้ทำให้ถูกต้อง เราไปเปลี่ยนอาจารย์เขาไม่ได้ ก็ต้องเปลี่ยนที่เรเอง อาจารย์ก็อาจจะคิดว่าเราเป็นแบบคนเรียนเก่งเหมือนห้อง 5 อาจารย์เขาก็จะดูน้อยลงเป็นธรรมชาติอยู่แล้ว
- ผู้นำกลุ่ม หนูจะบอกกลุ่มว่าเราต้องปรับตนเองเพราะเราเปลี่ยนคนอื่นไม่ได้ ให้เราลองปรับที่ตัวเอง ตอนนีเรียนไม่เก่ง เราก้พยายามพัฒนาตนเองให้เก่งขึ้นเพื่อเราจะได้จูนเข้าหาอาจารย์ได้
- ปลาย คะ

- อาทิตย์ บางทีเราอาจจะช่วยติวเขาก็ได้นะ ลดแรงกระทบกับอาจารย์
- เรย์ หนูอยากให้อาจารย์ให้ความเทียบเทียบกัน
- แคร์ เราว่าลองหาเหตุผลคุยกับอาจารย์ดู และเราว่าอะไรที่ผ่านมาแล้วก็ให้ผ่านไปเถอะ
- นิต นั่นสิ อย่าคิดมากเกินไป
- ปลาย ก็จริง เราว่านะในการอยู่ร่วมกันนี้มีทั้งโกรธ ทะเลาะกัน ลำเอียง แต่เราก็ต้องอยู่กับมันให้ได้ เมื่อเราต้องอยู่กับความโกรธ ลำเอียง อิจฉา หรือทะเลาะกัน และไม่เข้าใจคนอื่น แต่ถ้าเราอยู่ไม่ได้ เราก็เข้าสังคมไม่ได้
- ผู้นำกลุ่ม ก็คือพวกเราต้องเรียนรู้ที่จะต้องปรับตัวเองเข้าหากันนั่นเอง โดยเริ่มจากการฟัง และเข้าใจกันและกันจริงๆไหม
- สมาชิกทุกคน ครับ/ค่ะ
- อาทิตย์ ก็ได้รู้เนาะว่าพวกเราได้เจอเหตุการณ์อะไรกันบ้าง เราก็อยากบอกว่า ถ้าสุขก็ขอให้สู้ๆนะ แต่ถ้าเศร้าละก็ พยายามเข้าเนะ เป็นกำลังใจกันและกันเพื่อช่วยเหลือกัน มีอะไรเราก็มารุยกัน
- แคร์ ได้เข้าใจความรู้สึกเพื่อนๆมากขึ้น อยากบอกว่า ถ้ามีอะไรที่อยากเล่า ก็มาปรึกษากันได้
- พีว ก็ยินดีรับฟังเหตุผลของเพื่อนๆครับ
- ผู้นำกลุ่ม ครูขอสรุปนะ ชีวิตคนเรามีความแตกต่าง สิ่งที่เราต้องทำก็คือการพยายามปรับตัวให้เข้ากับเขาให้ได้ พยายามเรียนรู้ที่จะเข้าใจตนเองและคนอื่น เพื่อเราจะได้ช่วยเหลือกันและเป็นกำลังใจให้กันและกัน ครูขอยุติกลุ่มเท่านี้ค่ะ ขอบขอบคุณ

หมายเหตุ:

1. หลังจากนั้นสมาชิกกลุ่มเขียนใบบันทึกประสบการณ์หลังการเข้ากลุ่ม
2. ขอสงวนนามของบุคคลที่เป็นสมาชิกโดยใช้นามสมมุติแทน และขอสงวนนามของบุคคลถูกพูดถึง หรืออ้างอิงในการบันทึกทุกครั้ง

ตารางที่ 14 ค่า IOC ของแบบสำรวจความเชื่ออาทรผู้อื่นของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

ข้อที่	ระดับคะแนน			รวม
	ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 1	ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 2	ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 3	
1.	1	1	1	1
2.	1	1	1	1
3.	1	1	1	1
4.	1	1	1	1
5.	1	1	0	0.6
6.	1	0	1	0.6
7.	1	1	1	1
8.	1	1	0	0.6
9.	1	-1	1	0.3
10.	1	1	1	1
11.	1	1	0	0.6
12.	1	1	1	1
13.	1	1	1	1
14.	1	1	1	1
15.	1	1	1	1
16.	1	1	1	1
17.	1	1	1	1
18.	1	1	1	1
19.	1	1	1	1
20.	1	1	1	1

ตารางที่ 15 ค่าอำนาจจำแนกของแบบสำรวจความเชื่ออาทรผู้อื่นของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

ข้อที่	ค่าอำนาจจำแนก
1.	0.245
2.	0.241
3.	0.466
4.	0.460
5.	0.376
6.	0.442
7.	0.554
8.	0.609
9.	0.430
10.	0.065
11.	0.091
12.	0.320
13.	0.484
14.	0.475
15.	0.226
16.	0.030
17.	0.630
18.	0.112
19.	0.398
20.	0.449

แสดงผลค่าความเชื่อมั่นของแบบสำรวจความเอื้ออาทรผู้อื่นของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

#### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.788	.790	20

#### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Item 1	43.27	87.128	.245	.239	.784
Item 2	42.38	85.936	.241	.160	.785
Item 3	43.47	82.059	.466	.302	.772
Item 4	43.67	82.221	.460	.402	.773
Item 5	44.06	83.140	.376	.346	.777
Item 6	44.15	80.717	.442	.412	.773
Item 7	43.95	78.216	.554	.520	.765
Item 8	43.64	79.629	.609	.518	.764
Item 9	43.39	80.814	.430	.316	.773
Item 10	42.67	88.947	.065	.252	.795
Item 11	42.82	87.229	.091	.177	.799
Item 12	43.59	84.435	.320	.335	.781
Item 13	44.14	80.721	.484	.405	.770
Item 14	43.48	79.854	.475	.389	.770
Item 15	42.65	85.749	.226	.358	.786
Item 16	43.19	89.443	.030	.456	.798
Item 17	43.22	77.308	.630	.563	.760
Item 18	43.53	87.429	.112	.371	.795
Item 19	43.15	82.361	.398	.364	.776
Item 20	42.73	81.813	.449	.384	.773