

การเสริมสร้างความเห็นอกเห็นใจของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลาย

โดยใช้กิจกรรมแนะแนว*

THE ENHANCEMENT OF EMPATHY AMONG UPPER PRIMARY SCHOOL

STUDENTS THROUGH GUIDANCE ACTIVITIES

พรพิมล เจริญอักษรกุล*, มณฑิรา จารุเพ็ง, พัชรภรณ์ ศรีสวัสดิ์

Pornpimon Charoenaksornkul*, Monthira Charupheng, Patcharaporn Srisawat

คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ กรุงเทพมหานคร ประเทศไทย

Faculty of Education, Srinakharinwirot University, Bangkok, Thailand

*Corresponding author E-mail: monthira@g.swu.ac.th

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) เปรียบเทียบความเห็นอกเห็นใจของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลาย ก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนว และ 2) เปรียบเทียบความเห็นอกเห็นใจของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลายระหว่างกลุ่มทดลองที่เข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวและกลุ่มควบคุม การวิจัยนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง โดยกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2567 ของโรงเรียนเอกชนแห่งหนึ่ง ซึ่งได้มาจากการเลือกแบบเฉพาะเจาะจง เกณฑ์ในการคัดเลือก คือ นักเรียนมีคะแนนความเห็นอกเห็นใจตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 50 ลงมา นักเรียนมีความสมัครใจเข้าร่วมการทดลองและนักเรียนได้รับความยินยอมจากผู้ปกครอง มีจำนวนทั้งสิ้น 20 คน จากนั้นใช้วิธีสุ่มอย่างง่ายเพื่อเป็นกลุ่มทดลอง จำนวน 10 คน และกลุ่มควบคุม จำนวน 10 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบวัดความเห็นอกเห็นใจของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลาย มีค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับเท่ากับ .90 และกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความเห็นอกเห็นใจของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลาย มีค่าคุณภาพของเครื่องมือเท่ากับ 1.00 สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ประกอบด้วย ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการทดสอบค่าทีแบบกลุ่มตัวอย่างที่ไม่เป็นอิสระต่อกันและเป็นอิสระต่อกัน ผลการวิจัยพบว่า 1) นักเรียนกลุ่มทดลองหลังการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนว มีค่าเฉลี่ยความเห็นอกเห็นใจสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 และ 2) นักเรียนกลุ่มทดลองที่เข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความเห็นอกเห็นใจมีค่าเฉลี่ยความเห็นอกเห็นใจสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

คำสำคัญ: ความเห็นอกเห็นใจ, กิจกรรมแนะแนว, นักเรียนประถมศึกษาตอนปลาย

Abstract

This research aimed to 1) Compare the empathy levels of upper primary school students before and after participating in guidance activities and 2) Compare the empathy levels of upper primary school students between an experimental group participating in the guidance activities and a control group. The study employed a quasi-experimental design, with a research sample of Grade 6 students from a private school during the first semester of the 2024 academic year.

* Received December 21, 2024; Revised January 4, 2025; Accepted January 11, 2025

The selection criteria were: students must have empathy scores at or below the 50th percentile, students must voluntarily agree to participate in the experiment, and students must have obtained parental consent. Twenty students were selected and randomly assigned into two groups: 10 for the experimental group and 10 for the control group. The research instruments included an empathy measurement scale for upper primary students, with a reliability coefficient of .90 and a set of guidance activities designed to enhance empathy, with an instrument quality value of 1.00. Statistical analyses utilize mean scores, standard deviations, and t-tests for dependent and independent samples. The findings revealed that 1) The students' post-test empathy scores significantly increased at the .05 level after participating in the guidance activities, and 2) The experimental group demonstrated significantly higher empathy scores than the control group at the .05 level.

Keywords: Empathy, Guidance Activities, Upper Primary School Students

บทนำ

ความเห็นอกเห็นใจ (Empathy) เป็นความสามารถในการเข้าใจและแบ่งปันความรู้สึกของผู้อื่น ถือเป็นลักษณะพื้นฐานของปฏิสัมพันธ์ของมนุษย์ และมักถือเป็นรากฐานสำคัญของการพัฒนาคุณธรรมและความสามัคคีในสังคม เนื่องจากโลกของเราเชื่อมต่อถึงกันและมีความหลากหลายมากขึ้น องค์การอนามัยโลก (WHO) จัดให้ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นเป็นหนึ่งในทักษะชีวิต (Life Skills) ของเด็กและวัยรุ่น ซึ่งเป็นทักษะที่จำเป็นในชีวิตประจำวัน เนื่องจากเป็นพื้นฐานในการสร้างสัมพันธ์ภาพและการปรับตัวเข้ากับผู้อื่นอย่างเหมาะสมทำให้อยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข (World Health Organization, 1997) สอดคล้องกับแนวคิดทักษะแห่งศตวรรษที่ 21 ในด้านความเข้าใจข้ามวัฒนธรรม (Cross-cultural Understanding) ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นจะทำให้บุคคลนั้นมีความรู้สึกเชิงบวก เข้าใจความแตกต่างและเห็นคุณค่าระหว่างกัน ซึ่งจะทำให้สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นภายใต้บริบทสังคมที่เป็นพหุวัฒนธรรมได้อย่างสันติสุข (วิจารณ์ พานิช, 2556) อย่างไรก็ตาม จากการสำรวจเกี่ยวกับความเห็นอกเห็นใจในสภาวะปัจจุบัน พบว่า การขาดความเห็นอกเห็นใจอาจเกิดจากหลายปัจจัย เช่น การเลี้ยงดูในครอบครัวที่ไม่สนับสนุนการแสดงออกทางอารมณ์ การใช้สื่อสังคมออนไลน์ที่ทำให้ผู้คนรู้สึกห่างเหินจากกัน หรือแม้กระทั่งวัฒนธรรมที่เน้นการแข่งขันมากกว่าความร่วมมือ ซึ่งทั้งหมดนี้สามารถทำให้ผู้คนมีแนวโน้มที่จะมองข้ามความรู้สึกของผู้อื่น

ทศวรรษที่ผ่านมาการศึกษาเชิงวิทยาศาสตร์เกี่ยวกับความเห็นอกเห็นใจได้เพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว ความสนใจเกี่ยวกับความเห็นอกเห็นใจที่เพิ่มขึ้นนี้มีปัจจัยหลายประการ สาเหตุหนึ่งเป็นผลมาจากปัญหาการใช้ความรุนแรงในโรงเรียนที่มีแนวโน้มสูงขึ้น ตลอดจนปัญหาการกลั่นแกล้งระหว่างนักเรียนในโรงเรียน เหตุการณ์เหล่านี้เน้นย้ำถึงการขาดความเห็นอกเห็นใจในเยาวชน (Hikmat, R. et al., 2024) สอดคล้องกับข้อมูลจากกรมสนับสนุนบริการสุขภาพโดยกองสุขศึกษาซึ่งทำการสำรวจในปี 2566 พบว่า ร้อยละ 44.2 ของเด็กและเยาวชนเคยตกเป็นเหยื่อการกลั่นแกล้ง โดยส่วนใหญ่เกิดขึ้นในโรงเรียนถึงร้อยละ 86.9 ข้อมูลนี้เชื่อมโยงกับการเพิ่มขึ้นของการก่ออาชญากรรมในอนาคต โดยเฉพาะในเด็กที่เคยถูกกลั่นแกล้งที่มีแนวโน้มคิดแค้นมากกว่าร้อยละ 42.8 (กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ, 2566) นอกจากนี้ปัญหาดังกล่าวแล้ว ผู้วิจัยมีความสนใจเกี่ยวกับการพัฒนาศาสตร์ทางด้านจิตวิทยาที่นำไปสู่การเกิดขึ้นของจิตวิทยาเชิงบวก (Seligman, M. E. & Csikszentmihalyi, M., 2000) และการพัฒนาเยาวชนเชิงบวก (Damon, W., 2004) ที่ได้เน้นย้ำถึงความสำคัญของความเห็นอกเห็นใจในการส่งเสริมความเป็นอยู่ที่ดีและความหย่อนตัว ซึ่งได้ส่งผลให้เกิดการยอมรับอย่างกว้างขวางมากขึ้นว่าความเห็นอกเห็นใจเป็นส่วนประกอบสำคัญของการพัฒนาของมนุษย์ เมื่อผู้วิจัยทำการศึกษาค้นคว้าเกี่ยวกับการให้ความสำคัญในการเสริมสร้างความเห็นอกเห็นใจ



ผู้อื่นของนักเรียนในบริบทของการศึกษาไทย พบว่า ในแผนการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2560 - 2579 มีการตั้งเป้าหมายด้านผู้เรียน (Learner Aspirations) โดยพัฒนาผู้เรียนทุกคนให้มีคุณลักษณะและทักษะความมีเมตตา กรุณา มีวินัย คุณธรรม จริยธรรม (กระทรวงศึกษาธิการ, 2560) ซึ่งความเห็นอกเห็นใจเป็นองค์ประกอบหนึ่งของพัฒนาการด้านจริยธรรมของมนุษย์ ดังนั้น ทักษะความเห็นอกเห็นใจของเด็กในบริบทสังคมไทยในปัจจุบันจะต้องได้รับการส่งเสริมและพัฒนาเพื่อให้เยาวชนไทยเป็นประชากรโลกที่มีศักยภาพ

สำหรับบทบาทในด้านงานแนะแนวด้วยการเป็นผู้เอื้ออำนวยกระบวนการเรียนรู้แก่ผู้เรียน เพื่อให้ผู้เรียนมีความเจริญงอกงามและเป็นสมาชิกที่มีคุณภาพของสังคม (สมาคมแนะแนวแห่งประเทศไทย, 2559) กิจกรรมแนะแนวจึงเป็นตัวแปรสำคัญที่สามารถนำไปใช้ในการเสริมสร้างความเห็นอกเห็นใจของผู้เรียน ดังที่ (กฤตวรรณ คำสม, 2559) ระบุว่า บริการแนะแนว นับว่าเป็นบริการที่มีความสำคัญและความจำเป็นที่จะต้องจัดขึ้นเพื่อให้ผู้เรียนมีความรู้ความเข้าใจรวมทั้งการช่วยเหลือทุก ๆ ด้านแก่บุคคลโดยไม่จำกัดเพศและวัย การจัดบริการแนะแนวอาจจะทำเป็นรายบุคคลหรือเป็นกลุ่มตามความเหมาะสม ครูสามารถพัฒนานักเรียนด้วยการจัดการเรียนการสอนบูรณาการทักษะต่าง ๆ กับการเรียนรู้ด้วยการแสดงบทบาทสมมติและสามารถพัฒนาโดยการสอนทักษะโดยตรงที่เป็นอิสระจากเนื้อหาวิชา (วิจารณ์ พานิช, 2556) และเพื่อให้กิจกรรมแนะแนวได้เสริมสร้างความเห็นอกเห็นใจให้เกิดประโยชน์สูงสุดต่อผู้เรียน ผู้วิจัยได้วางแผนกระบวนการจัดกิจกรรมตลอดจนออกแบบกิจกรรมแนะแนวโดยใช้เทคนิคเพื่อส่งเสริมการเรียนรู้ ซึ่งสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน ได้กล่าวถึงเทคนิคที่นิยมนำมาใช้เพื่อจัดกิจกรรมแนะแนวไม่ว่าจะเป็นการบรรยาย การระดมสมอง การลงมือปฏิบัติ การแสดงบทบาทสมมติ และเกม (สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน, 2559) ดังนั้น เทคนิคข้างต้นจึงถูกนำมาใช้ในการวิจัยครั้งนี้ นอกจากนี้ การเสริมแรงเชิงบวกก็เป็นส่วนหนึ่งที่สำคัญต่อผู้เรียน สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา ได้เสนอแนวทางการแก้ปัญหาความรุนแรงในสถานศึกษาว่า การร่วมมือระหว่างครูแนะแนวกับผู้ปกครองในการเลี้ยงดูเด็กในวัยเรียนเป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่ง เนื่องจากมีผลดีต่อการเติบโตและพัฒนาการของเด็ก นอกจากการเน้นให้เรียนรู้และพัฒนาทักษะทางการศึกษาแล้ว การสร้างสภาพแวดล้อมที่เต็มไปด้วยความรักและการเข้าใจช่วยให้เด็ก ๆ มีความมั่นคงและมั่นใจในตนเอง การส่งเสริมให้เป็นเด็กดีเป็นการให้ความสำคัญกับคุณธรรมและจริยธรรมที่ดีต่อสังคมเช่นกัน (สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา, 2556)

เมื่อผู้วิจัยศึกษาพัฒนาการตามช่วงวัย พบว่า ในช่วงวัยประถมศึกษาตอนปลายเป็นช่วงวัยที่สำคัญและเหมาะสมอย่างยิ่งต่อการเสริมสร้างความเห็นอกเห็นใจของนักเรียน เนื่องจากเป็นช่วงวัยที่มีการพัฒนาด้านความเข้าใจต่อความรู้สึกทั้งเชิงบวกและเชิงลบที่เกิดขึ้นในขณะเดียวกัน เข้าใจถึงสาเหตุที่มีผลต่อความรู้สึกนั้น ๆ และมีความสามารถในการทำความเข้าใจความทุกข์ใจของผู้อื่นและเห็นอกเห็นใจผู้อื่นด้วย (Oberle, E. & Schonert-Reichl, K. A., 2017) ยิ่งไปกว่านั้นวัยประถมศึกษาตอนปลายยังเป็นช่วงวัยเปลี่ยนผ่านจากวัยเด็กเข้าสู่วัยรุ่น ที่นักเรียนจะต้องปรับตัวจากการเรียนและสังคมในระดับประถมศึกษาสู่ระดับมัธยมศึกษา ดังนั้น หากนักเรียนในช่วงวัยประถมศึกษาตอนปลายได้รับการเสริมสร้างความเห็นอกเห็นใจด้วยกิจกรรมแนะแนวอย่างเหมาะสม ผู้เรียนก็จะสามารถพัฒนาความเห็นอกเห็นใจอย่างต่อเนื่องให้เป็นคุณสมบัติติดตัวไปจนกระทั่งเข้าสู่ผู้ใหญ่ต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อเปรียบเทียบความเห็นอกเห็นใจของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลายก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนว
2. เพื่อเปรียบเทียบความเห็นอกเห็นใจของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลายระหว่างกลุ่มทดลองที่เข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวและกลุ่มควบคุม

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยเรื่องนี้เป็นการศึกษาวิจัยกึ่งทดลอง โดยมีตัวแปรที่ศึกษาตัวแปรต้น คือ กิจกรรมแนะแนว ตัวแปรตาม คือ ความเห็นอกเห็นใจ ประกอบไปด้วย 3 ด้าน ได้แก่ ด้านอารมณ์โดยการบอกความรู้สึกของตนเองและผู้อื่นได้ ด้านกระบวนการคิดเพื่อทำความเข้าใจความรู้สึกและมุมมองของผู้อื่น และด้านการสื่อสารด้วยภาษา และอวัจนภาษาเพื่อตอบสนองเชิงบวกต่อความรู้สึกผู้อื่น (Cotton, K., 1992) โดยใช้ประชากรในการวิจัยเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2567 ของโรงเรียนเอกชนแห่งหนึ่ง จำนวน 60 คน กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการเสริมสร้างความเห็นอกเห็นใจของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลาย เป็นนักเรียนที่ได้มาจากการเลือกแบบเฉพาะเจาะจง (Purposive Sampling) โดยมีเกณฑ์ในการคัดเลือก คือ เป็นนักเรียนที่มีคะแนนความเห็นอกเห็นใจตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 50 ลงมา มีความสนใจในการเข้าร่วมการทดลองและผู้ปกครองยินยอมให้นักเรียนเข้าร่วมการทดลอง มีจำนวนทั้งสิ้น 20 คน จากนั้นใช้วิธีสุ่มอย่างง่าย (Simple Sampling) เพื่อเป็นกลุ่มทดลอง จำนวน 10 คน และกลุ่มควบคุม จำนวน 10 คน มีการวัดผลก่อนและหลังการทดลอง (Randomized Control-Group, Pretest-Posttest Design) (Lohr, S. L., 2019)

เครื่องมือที่ผู้วิจัยใช้ในการวิจัยเรื่อง การเสริมสร้างความเห็นอกเห็นใจของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลาย โดยใช้กิจกรรมแนะแนว ประกอบด้วย 1) แบบวัดความเห็นอกเห็นใจของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลาย มีค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับเท่ากับ .90 และ 2) กิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความเห็นอกเห็นใจของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลาย มีค่าคุณภาพของเครื่องมือเท่ากับ 1.00

1. แบบวัดความเห็นอกเห็นใจของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลาย

1.1 ผู้วิจัยทำการศึกษาความเห็นอกเห็นใจตามแนวคิดของ Cotton, K. โดยความเห็นอกเห็นใจประกอบไปด้วย 1) ด้านอารมณ์โดยการบอกความรู้สึกของตนเองและผู้อื่นได้ 2) ด้านกระบวนการคิดเพื่อทำความเข้าใจความรู้สึกและมุมมองของผู้อื่น และ 3) ด้านการสื่อสารด้วยวัจนภาษาและอวัจนภาษาเพื่อตอบสนองเชิงบวกต่อความรู้สึกผู้อื่น (Cotton, K., 1992)

1.2 ผู้วิจัยกำหนดข้อความ ทั้ง 3 ด้าน ด้านละ 5 ข้อ รวมเป็นแบบวัดความเห็นอกเห็นใจของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลาย 1 ฉบับ มีทั้งหมด 15 ข้อ

1.3 แบบวัดความเห็นอกเห็นใจเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับ ของลิเคิร์ท (Likert, R., 1967) ให้ผู้ตอบเลือกตอบเพียงระดับใดระดับหนึ่งใน 5 ระดับ คือ จริงมากที่สุด จริงมาก จริงปานกลาง จริงน้อย จริงน้อยที่สุด

เกณฑ์การประเมิน 5 ระดับของข้อความที่มีความหมายทางบวกจำนวน 10 ข้อ คือ ข้อที่ 1, 3, 6, 7, 8, 9, 10, 13, 14, และข้อที่ 15 โดยจริงมากที่สุด หมายถึง มีความเห็นอกเห็นใจอยู่ในระดับมากที่สุด จริงมาก หมายถึง มีความเห็นอกเห็นใจอยู่ในระดับมาก จริงปานกลาง หมายถึง มีความเห็นอกเห็นใจอยู่ในระดับปานกลาง จริงน้อย หมายถึง มีความเห็นอกเห็นใจอยู่ในระดับน้อย จริงน้อยที่สุด หมายถึง มีความเห็นอกเห็นใจอยู่ในระดับน้อยที่สุด

เกณฑ์การประเมิน 5 ระดับของข้อความที่มีความหมายด้านลบจำนวน 4 ข้อ คือ ข้อที่ 2, 4, 5, และข้อที่ 12 เป็นการแปลผลที่ตรงกันข้าม

1.4 การแปลผลการวัดความเห็นอกเห็นใจของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลาย เป็นไปตามเกณฑ์คะแนนเฉลี่ย 4.50 - 5.00 หมายถึง มีความเห็นอกเห็นใจอยู่ในระดับมากที่สุด 3.50 - 4.49 หมายถึง มีความเห็นอกเห็นใจอยู่ในระดับมาก 2.50 - 3.49 หมายถึง มีความเห็นอกเห็นใจอยู่ในระดับปานกลาง 1.50 - 2.49 หมายถึง มีความเห็นอกเห็นใจอยู่ในระดับน้อย 1.00 - 1.49 หมายถึง มีความเห็นอกเห็นใจอยู่ในระดับน้อยที่สุด (วิเชียร เกตุสิงห์, 2538)



1.5 ผู้วิจัยขอความกรุณาให้ผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ท่าน เป็นผู้ตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงประจักษ์ (Face Validity) จากนั้นได้คำนวณหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index of Consistency: IOC) โดยมีค่าดัชนีความสอดคล้องเท่ากับ .89

1.6 ผู้วิจัยนำแบบวัดความเห็นอกเห็นใจของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลายไปทดลองใช้ (Try Out) จากนั้นนำแบบวัดมาวิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่น โดยการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบัค (Cronbach's Alpha Coefficient) ได้ค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับเท่ากับ .90

2. กิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความเห็นอกเห็นใจของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลาย

2.1 ผู้วิจัยวางแผนกระบวนการตามหลักการแนะแนว ประกอบไปด้วย ขั้นการเริ่ม ขั้นการจัดกิจกรรม และขั้นการสรุป

2.2 ผู้วิจัยกำหนดการจัดกิจกรรมทั้งหมด 7 ครั้ง ครั้งละ 40 นาที และจัดกิจกรรม 2 ครั้งต่อสัปดาห์

2.3 ผู้วิจัยกำหนดวัตถุประสงค์การจัดกิจกรรมในครั้งที่ 1 เป็นการปฐมนิเทศ เพื่อเป็นการสร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้วิจัยและกลุ่มตัวอย่าง เนื่องจากกลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนที่ไม่เคยพบกับผู้วิจัย เป็นการสร้างสภาพแวดล้อมเชิงบวกในการทดลอง และเป็นการละลายพฤติกรรมระหว่างนักเรียนในกลุ่มตัวอย่างด้วย นอกจากนี้ ยังมีวัตถุประสงค์เพื่อเป็นการให้ความรู้และความเข้าใจเกี่ยวกับความเห็นอกเห็นใจอีกด้วย

2.4 กระบวนการในขั้นการจัดกิจกรรมครั้งที่ 2 - 6 ผู้วิจัยกำหนดวัตถุประสงค์เพื่อเสริมสร้างความเห็นอกเห็นใจของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลายตามองค์ประกอบ ทั้ง 3 ด้าน

การจัดกิจกรรมแนะแนวครั้งที่ 2 มีวัตถุประสงค์เพื่อเสริมสร้างความเห็นอกเห็นใจตามด้านที่ 1 ความสามารถทางด้านอารมณ์โดยการบอกความรู้สึกของตนเองและผู้อื่นได้ ผู้วิจัยจัดกิจกรรมแนะแนวโดยให้นักเรียนได้เรียนรู้ผ่านการสำรวจความรู้สึกของตนเองเพื่อเป็นการระบุความรู้สึกของแต่ละบุคคล เช่น ดีใจ เสียใจ โกรธ ตื่นเต้น จากนั้นนักเรียนเรียนรู้ความรู้สึกของผู้อื่นผ่านการใช้เทคนิคการสังเกตโดยมีเกมทายความรู้สึกจากการจับสลากสถานการณ์และแสดงบทบาทสมมติโดยใช้สีหน้าท่าทาง

การจัดกิจกรรมแนะแนวครั้งที่ 3 และ 4 มีวัตถุประสงค์เพื่อเสริมสร้างความเห็นอกเห็นใจด้านที่ 2 ความสามารถทางด้านกระบวนการคิดเพื่อทำความเข้าใจความรู้สึกและมุมมองของผู้อื่น ผู้วิจัยจัดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้สื่อวิดีโอเพื่อให้นักเรียนสังเกตพฤติกรรมและคำพูดของตัวละคร จากนั้นให้นักเรียนร่วมกันวิเคราะห์ความคิดของตัวละครจากเรื่องเป็นรายบุคคล และนักเรียนฝึกใช้เทคนิคการฟังอย่างตั้งใจระหว่างการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นในกลุ่ม นอกจากนี้ นักเรียนฝึกทักษะการคิดตามมุมมองผู้อื่นในขณะที่เพื่อนในกลุ่มร่วมกันอภิปราย

การจัดกิจกรรมแนะแนวครั้งที่ 5 และ 6 มีวัตถุประสงค์เพื่อเสริมสร้างความเห็นอกเห็นใจด้านที่ 3 ความสามารถในการสื่อสารเพื่อแสดงความเห็นอกเห็นใจต่อผู้อื่นด้วยวาจา และอวัจนภาษา ผู้วิจัยจัดกิจกรรมแนะแนวผ่านการใช้เทคนิคการแสดงบทบาทสมมติโดยนักเรียนฝึกพูดประโยคเชิงบวกและประโยคเชิงลบตลอดจนการแสดงออกทางสีหน้า แววตา และท่าทาง เพื่อให้นักเรียนได้เรียนรู้การสื่อสารที่สามารถช่วยเหลือผู้อื่นได้อย่างมีประสิทธิภาพ อีกทั้ง ยังเป็นการฝึกสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่น

ในการจัดกิจกรรมแนะแนวครั้งที่ 7 ผู้วิจัยกำหนดวัตถุประสงค์ให้เป็นการปัจฉิมนิเทศเพื่อเปิดโอกาสให้นักเรียนที่เข้าร่วมการทดลองได้แสดงความคิดเห็น ถ่ายทอดความรู้สึก ตลอดจนแบ่งปันองค์ความรู้หรือทักษะที่ได้จากการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนว

2.5 ผู้วิจัยขอความกรุณาให้ผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ท่าน เป็นผู้ตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงประจักษ์ (Face Validity) โดยพิจารณาข้อความเพื่อตรวจสอบความเหมาะสมของเนื้อหาภาษาที่ใช้ จากนั้นคำนวณหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index of Consistency: IOC) โดยมีค่าดัชนีความสอดคล้องเท่ากับ 1.00

อย่างไรก็ตาม หลังจากการทดลองเสร็จสิ้น ผู้วิจัยได้ตระหนักถึงความเท่าเทียมทางการศึกษาของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมตามหลักจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ ผู้วิจัยจึงรวบรวมสาระสำคัญ เอกสาร และสื่อการเรียนรู้ที่ใช้ในการจัดกิจกรรมแนะแนว จากนั้นจัดทำเป็นเอกสารการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างความเห็นอกเห็นใจและมอบให้กับนักเรียนในกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้เข้าร่วมกิจกรรมแนะแนว

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลเป็นสถิติพื้นฐานของแบบวัดความเห็นอกเห็นใจของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลาย โดยการคำนวณค่าเฉลี่ย (Mean) การคำนวณส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) การวิเคราะห์ผลการเสริมสร้างความเห็นอกเห็นใจของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลายโดยใช้กิจกรรมแนะแนวแบบ Independent และ Dependent Samples t-Test

ผลการวิจัย

การศึกษาวิจัยเรื่อง การเสริมสร้างความเห็นอกเห็นใจของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลายโดยใช้กิจกรรมแนะแนว มีผลการวิจัย ดังนี้

1. ผลการเปรียบเทียบความเห็นอกเห็นใจของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลายก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนว โดยก่อนศึกษาผลการวิจัย ผู้วิจัยได้นำคะแนนมาทำการตรวจสอบข้อตกลงเบื้องต้นด้วยการวิเคราะห์การแจกแจงแบบโค้งปกติ (Normality Test) โดยการใช้สถิติ Shapiro-Wilk Test ได้ค่า p อยู่ระหว่าง .15 - .95 แสดงให้เห็นว่า ค่าเฉลี่ยของความเห็นอกเห็นใจของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลายก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวมีการแจกแจงแบบโค้งปกติ จากนั้นผู้วิจัยจึงทำการวิเคราะห์ค่าสถิติแบบไม่เป็นอิสระต่อกัน Dependent Samples t-Test ดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความเห็นอกเห็นใจของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลายในระยะก่อนและหลังการทดลอง (n = 10)

ความเห็นอกเห็นใจ	กลุ่มทดลอง							
	ก่อนทดลอง			หลังทดลอง				
	M	S.D.	ระดับ	M	S.D.	ระดับ	t	p
ด้านการบอกความรู้สึกของตนเองและผู้อื่น	2.98	.39	ปานกลาง	3.76	.39	มาก	-6.09*	.05
ด้านการทำความเข้าใจความรู้สึกและมุมมองผู้อื่น	3.35	.36	ปานกลาง	4.48	.43	มาก	-6.40*	.05
ด้านการสื่อสารเพื่อแสดงความเห็นอกเห็นใจต่อผู้อื่น	3.12	.36	ปานกลาง	3.94	.40	มาก	-7.49*	.05
ความเห็นอกเห็นใจโดยรวม	3.14	.10	ปานกลาง	4.03	.27	มาก	-9.79*	.05

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตารางที่ 1 พบว่า ความเห็นอกเห็นใจของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลายในระยะก่อนและหลังการทดลองมีค่าเฉลี่ยที่แตกต่างกันทั้งค่าเฉลี่ยโดยรวมและค่าเฉลี่ยรายด้าน โดยหลังการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความเห็นอกเห็นใจ มีค่าเฉลี่ยมากขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 1 ผู้วิจัยสามารถเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยก่อนการทดลอง ความเห็นอกเห็นใจโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง ($M = 3.14$, $S.D. = .10$) หลังการทดลอง ความเห็นอกเห็นใจโดยรวมอยู่ในระดับมาก ($M = 4.03$, $S.D. = .27$) เมื่อพิจารณารายด้าน ก่อนการทดลอง ด้านการบอกความรู้สึกของตนเองและผู้อื่นมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($M = 2.98$, $S.D. = .39$) ด้านการทำความเข้าใจความรู้สึกและมุมมองผู้อื่นมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง



($M = 3.35$, $S.D. = .36$) และด้านการสื่อสารเพื่อแสดงความเห็นอกเห็นใจต่อผู้อื่นมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($M = 3.12$, $S.D. = .36$) หลังการทดลอง ด้านการบอกความรู้สึกของตนเองและผู้อื่นมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ($M = 3.76$, $S.D. = .39$) ด้านการทำความเข้าใจความรู้สึกและมุมมองผู้อื่นมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ($M = 4.48$, $S.D. = .43$) และด้านการสื่อสารเพื่อแสดงความเห็นอกเห็นใจต่อผู้อื่นมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ($M = 3.94$, $S.D. = .40$)

2. ผลการเปรียบเทียบความเห็นอกเห็นใจของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลายระหว่างกลุ่มทดลองที่เข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวและกลุ่มควบคุม โดยก่อนศึกษาผลการวิจัย ผู้วิจัยได้นำคะแนนมาทำการตรวจสอบข้อตกลงเบื้องต้นด้วยการวิเคราะห์การแจกแจงแบบโค้งปกติ (Normality Test) โดยการใช้สถิติ Shapiro-Wilk Test ได้ค่า p อยู่ระหว่าง .16 - .34 แสดงให้เห็นว่า ค่าเฉลี่ยของความเห็นอกเห็นใจของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลายก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวมีการแจกแจงแบบโค้งปกติ จากนั้นผู้วิจัยเปรียบเทียบด้วยการใช้ค่าสถิติ T-test แบบเป็นอิสระต่อกัน ตามตารางที่ 2

ตารางที่ 2 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความเห็นอกเห็นใจของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลายระหว่างกลุ่มทดลองที่เข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวและกลุ่มควบคุม ($n = 20$)

ความเห็นอกเห็นใจ	หลังการทดลอง							
	กลุ่มทดลอง ($n = 10$)			กลุ่มควบคุม ($n = 10$)				
	M	S.D.	ระดับ	M	S.D.	ระดับ	t	P
ด้านการบอกความรู้สึกของตนเองและผู้อื่น	33.76	.39	มาก	33.02	.36	ปานกลาง	4.40*	.05
ด้านการทำความเข้าใจความรู้สึกและมุมมองผู้อื่น	4.48	.43	มาก	3.13	.40	ปานกลาง	.29*	.05
ด้านการสื่อสารเพื่อแสดงความเห็นอกเห็นใจต่อผู้อื่น	3.94	.40	มาก	3.32	.44	ปานกลาง	.28*	.05
ความเห็นอกเห็นใจโดยรวม	4.03	.27	มาก	3.16	.10	ปานกลาง	.65*	.05

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตารางที่ 2 ผลการทดลอง พบว่า ความเห็นอกเห็นใจของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลายระหว่างกลุ่มทดลองที่เข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวและกลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยที่แตกต่างกันทั้งค่าเฉลี่ยความเห็นอกเห็นใจโดยรวมและค่าเฉลี่ยรายด้าน โดยกลุ่มทดลองที่เข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความเห็นอกเห็นใจ มีค่าเฉลี่ยมากกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 2 ผู้วิจัยสามารถเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยโดยนักเรียนประถมศึกษาตอนปลายในกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยความเห็นอกเห็นใจโดยรวมอยู่ในระดับมาก ($M = 4.03$, $S.D. = .27$) นักเรียนประถมศึกษาตอนปลายในกลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยความเห็นอกเห็นใจโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง ($M = 3.16$, $S.D. = .10$) เมื่อพิจารณารายด้าน นักเรียนประถมศึกษาตอนปลายในกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยด้านการบอกความรู้สึกของตนเองและผู้อื่นอยู่ในระดับมาก ($M = 3.76$, $S.D. = .39$) ด้านการทำความเข้าใจความรู้สึกและมุมมองผู้อื่นมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ($M = 4.48$, $S.D. = .43$) และด้านการสื่อสารเพื่อแสดงความเห็นอกเห็นใจต่อผู้อื่นมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ($M = 3.94$, $S.D. = .40$) นักเรียนประถมศึกษาตอนปลายในกลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยด้านการบอกความรู้สึกของตนเองและผู้อื่นอยู่ในระดับปานกลาง ($M = 3.02$, $S.D. = .36$) ด้านการทำความเข้าใจความรู้สึกและมุมมองผู้อื่นมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($M = 3.13$, $S.D. = .40$) และด้านการสื่อสารเพื่อแสดงความเห็นอกเห็นใจต่อผู้อื่นมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($M = 3.32$, $S.D. = .44$)

อภิปรายผล

การศึกษาวิจัยเรื่อง การเสริมสร้างความเห็นอกเห็นใจของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลายโดยใช้กิจกรรมแนะแนว อภิปรายผลการวิจัยได้ ดังนี้

1. ผลการเปรียบเทียบความเห็นอกเห็นใจของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลายก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนว แสดงให้เห็นว่า นักเรียนประถมศึกษาตอนปลายที่เข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความเห็นอกเห็นใจมีค่าเฉลี่ยความเห็นอกเห็นใจเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยมีค่าเฉลี่ยของความเห็นอกเห็นใจโดยรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อเปรียบเทียบผลการเสริมสร้างความเห็นอกเห็นใจเป็นรายด้านพบว่า ด้านการทำความเข้าใจความรู้สึกและมุมมองผู้อื่นมีค่าเฉลี่ยสูงสุด ด้านการบอกความรู้สึกของตนเองและผู้อื่นมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก และด้านการสื่อสารเพื่อแสดงความเห็นอกเห็นใจมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก

ผลการเปรียบเทียบความเห็นอกเห็นใจของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลายก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนว เป็นการยืนยันถึงผลทางบวกของกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความเห็นอกเห็นใจที่ออกแบบมา ผลการวิจัยนี้สอดคล้องกับแนวคิดของ Goleman, D. ที่ชี้ให้เห็นว่า ความฉลาดทางอารมณ์สามารถพัฒนาได้ผ่านกิจกรรมที่เน้นการสร้างความรู้สึกระหว่างกันและการเข้าใจผู้อื่น การที่นักเรียนมีค่าเฉลี่ยความเห็นอกเห็นใจในระดับสูงอาจเป็นผลจากกิจกรรมที่ส่งเสริมให้พวกเขาได้ฝึกฝนการรับรู้และเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น ซึ่งเป็นองค์ประกอบสำคัญของความเห็นอกเห็นใจ (Goleman, D., 2020)

จากการศึกษาผลการวิจัยเป็นรายด้าน พบว่า ด้านการบอกความรู้สึกของตนเองและผู้อื่นมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ซึ่งบ่งบอกว่านักเรียนสามารถสื่อสารและแสดงความรู้สึกได้ดีขึ้นอย่างชัดเจน การพัฒนานี้ไม่เพียงแต่แสดงให้เห็นถึงความสามารถในการแสดงออกทางอารมณ์ แต่ยังสะท้อนถึงการเข้าใจและรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยการที่นักเรียนสามารถบอกเล่าและสื่อสารความรู้สึกของตนเองและผู้อื่นได้ดีขึ้นนั้นเป็นพื้นฐานสำคัญในการสร้างความสัมพันธ์ที่ดีในสังคม ซึ่งสนับสนุนทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมที่ชี้ให้เห็นว่าการสื่อสารและการแสดงออกเป็นทักษะที่พัฒนาได้ผ่านการสังเกตและมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคม (Bandura, A., 1986) นอกจากนี้ การที่นักเรียนมีความสามารถในการสื่อสารอารมณ์ได้ดีขึ้นยังช่วยส่งเสริมให้เกิดการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นและความรู้สึกระหว่างเพื่อนร่วมชั้นเรียน ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญในการสร้างบรรยากาศการเรียนรู้ที่เอื้ออาทรและเปิดกว้าง การพัฒนาทักษะเหล่านี้จึงไม่เพียงแต่มีผลต่อความเห็นอกเห็นใจในระดับบุคคล แต่ยังส่งผลต่อสังคมในวงกว้างโดยการสร้างนักเรียนที่มีทักษะทางสังคมที่แข็งแกร่ง และสามารถเข้ากับผู้อื่นได้อย่างมีประสิทธิภาพในอนาคต ยิ่งไปกว่านั้น การเสริมสร้างความเห็นอกเห็นใจยังสามารถนำไปสู่การลดปัญหาความขัดแย้งในกลุ่มเพื่อน และส่งเสริมให้เกิดการทำงานร่วมกันอย่างมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้นในสถานการณ์ต่าง ๆ ทั้งในโรงเรียนและชีวิตประจำวัน

ด้านการทำความเข้าใจความรู้สึกและมุมมองผู้อื่นมีค่าเฉลี่ยสูงสุด แสดงถึงความสามารถในการเข้าใจผู้อื่นอย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งอาจเกิดจากกิจกรรมที่ออกแบบมาเพื่อกระตุ้นการคิดเชิงมุมมองและการใส่ใจในความรู้สึกของผู้อื่น (Davis, M. H., 1983) สอดคล้องกับงานวิจัยของ Scott, K. E. & Graham, J. A. ที่ศึกษาเรื่อง ความเห็นอกเห็นใจโดยเจาะลึกผลของการจัดโปรแกรมการเรียนรู้ในเด็กก่อนวัยรุ่น ข้อค้นพบจากการทดสอบทำให้เห็นการเปลี่ยนแปลงเชิงบวกทั้งในด้านความเห็นอกเห็นใจและการมีส่วนร่วมของชุมชนเมื่อเวลาผ่านไป และยังคงพบว่านักเรียนในระดับประถมศึกษาตอนปลายมีความสามารถทางการรับรู้มุมมองของผู้อื่นเพิ่มขึ้นเป็นพิเศษ (Scott, K. E. & Graham, J. A., 2015)

ด้านการสื่อสารเพื่อแสดงความเห็นอกเห็นใจมีค่าเฉลี่ยสูง สะท้อนให้เห็นว่านักเรียนมีความสามารถในการแสดงออกถึงความเห็นอกเห็นใจผ่านการสื่อสาร ซึ่งเป็นทักษะสำคัญในการสร้างสัมพันธภาพเชิงบวกกับผู้อื่น ผลการวิจัยนี้สอดคล้องการศึกษาของ Eisenberg, N. ที่ได้กล่าวถึงความสำคัญของการตอบสนองที่เกี่ยวข้องกับความเห็นอกเห็นใจซึ่งส่งผลต่อพฤติกรรมช่วยเหลือผู้อื่นในสังคม การพัฒนาความเห็นอกเห็นใจไม่เพียงแต่ช่วยให้



นักเรียนสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับเพื่อนร่วมชั้น แต่ยังส่งผลดีต่อสุขภาพจิตและความเป็นอยู่ที่ดีในระยะยาว (Eisenberg, N., 2006)

2. ผลการเปรียบเทียบความเห็นอกเห็นใจของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลายระหว่างกลุ่มทดลองที่เข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวและกลุ่มควบคุม พบว่า นักเรียนประถมศึกษาตอนปลายกลุ่มทดลองที่เข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความเห็นอกเห็นใจมีค่าเฉลี่ยความเห็นอกเห็นใจสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อเปรียบเทียบผลการเสริมสร้างความเห็นอกเห็นใจตามองค์ประกอบที่นิยามในการทดลองครั้งนี้เป็นรายด้าน พบว่า ด้านการทำความเข้าใจความรู้สึกและมุมมองผู้อื่นมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมากกว่าด้านอื่น ๆ ค่าเฉลี่ยความเห็นอกเห็นใจด้านการสื่อสารเพื่อแสดงความเห็นอกเห็นใจต่อผู้อื่นมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมากรองลงมา และค่าเฉลี่ยด้านการบอกความรู้สึกของตนเองและผู้อื่นอยู่ในระดับมาก

ผลการเปรียบเทียบความเห็นอกเห็นใจของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลายระหว่างกลุ่มทดลองที่เข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวและกลุ่มควบคุม เป็นการแสดงถึงประสิทธิภาพของกิจกรรมแนะแนวในการพัฒนาความเห็นอกเห็นใจ โดยนักเรียนกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยความเห็นอกเห็นใจโดยรวมอยู่ในระดับมาก ตามที่ Cotton, K. กล่าวสรุปจากการศึกษาวิจัยเป็นจำนวนมาก โดยระบุว่า การแนะแนวและการฝึกอบรมให้เด็กรู้จักการเอาใจใส่ผู้อื่นช่วยเพิ่มความสามารถทางอารมณ์และการรับรู้ในการเห็นอกเห็นใจผู้อื่นทั้งในเด็กและผู้ใหญ่ และยังนำไปสู่พฤติกรรมทางสังคมที่ดีขึ้น การควบคุมความก้าวร้าวและพฤติกรรมต่อต้านสังคมอื่น ๆ (Cotton, K., 1992) ซึ่งสอดคล้องกับที่ Erikson, E. H., Greenberg, M. T. et al. ที่กล่าวว่ากิจกรรมแนะแนวมีส่วนช่วยในการพัฒนาส่วนบุคคล โดยส่งเสริมการตระหนักรู้ในตนเอง ความฉลาดทางอารมณ์ และความหย่อนตัว ซึ่งผลการวิจัยแสดงให้เห็นถึงประสิทธิภาพของกิจกรรมแนะแนวที่ออกแบบมาเพื่อเสริมสร้างความเห็นอกเห็นใจของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลาย (Erikson, E. H., 1959); (Greenberg, M. T. et al., 2003)

นอกจากนี้ เมื่อพิจารณาในส่วนของเทคนิคที่นำมาใช้ในการจัดกิจกรรมแนะแนว ผู้วิจัยพบว่า การจัดกระบวนการเรียนรู้ที่ฝึกเทคนิคการสังเกตความรู้สึกผู้อื่น มีส่วนช่วยเสริมสร้างความเห็นอกเห็นใจด้านการบอกความรู้สึกตัวเองและผู้อื่นให้สูงขึ้น ทั้งนี้ อาจเป็นเพราะว่าช่วงวัยประถมศึกษาตอนปลายเป็นช่วงที่เด็กให้ความสนใจกับสังคมมากขึ้นแต่ยังต้องการปรับตัวจากการสนใจตนเองไปสู่บุคคลรอบข้าง อีกทั้งเป็นช่วงที่กำลังจะเปลี่ยนผ่านเข้าสู่ช่วงวัยรุ่น สอดคล้องกับที่ อาตัม นิละไพจิตร กล่าวถึงวัยเด็กตอนปลาย ซึ่งเป็นช่วงวัยแห่งการเตรียมตัวเพื่อก้าวไปสู่ช่วงวัยรุ่นและพัฒนาต่อไปยังวัยผู้ใหญ่ ในช่วงวัยนี้สังคมของเด็กจะขยายออกเป็นสังคมนอกบ้านไปสู่โรงเรียน เด็กเริ่มมองเห็นตนเองตามที่เห็นและเห็นถึงความแตกต่างระหว่างบุคคล ดังนั้น การฝึกสังเกตความรู้สึกผู้อื่นจะช่วยให้เด็กนักเรียนประถมศึกษาตอนปลายสร้างสัมพันธภาพและปรับตัวได้ดีขึ้น (อาตัม นิละไพจิตร, 2557)

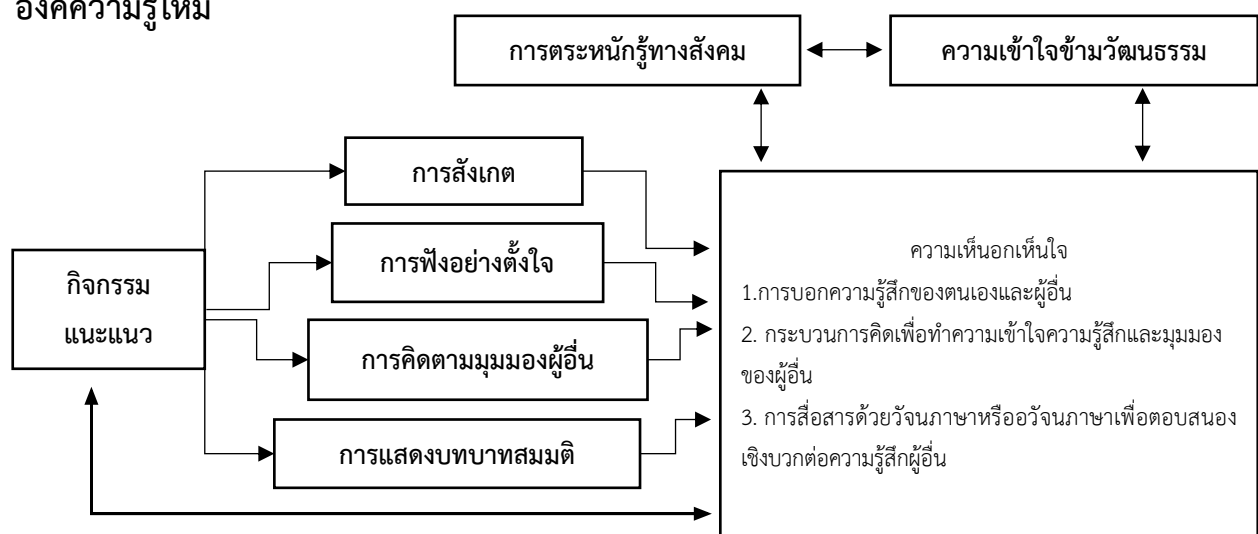
จากผลการวิจัยยังพบว่า ความเห็นอกเห็นใจด้านการทำความเข้าใจความรู้สึกและมุมมองผู้อื่นมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับกว่าด้านอื่น ๆ สอดคล้องกับงานวิจัยของ Scott, K. E. & Graham, J. A. ศึกษาเรื่อง ความเห็นอกเห็นใจ โดยเจาะลึกผลของการจัดกิจกรรมแนะแนวในเด็กก่อนวัยรุ่น แม้ว่านักเรียนทุกเกรดจะได้รับการเสริมสร้างความเห็นอกเห็นใจโดยรวมและการมีส่วนร่วมของชุมชน แต่ความเห็นอกเห็นใจทางการรับรู้เพิ่มขึ้นเป็นพิเศษในกลุ่มนักเรียนประถมศึกษาตอนปลาย (Scott, K. E. & Graham, J. A., 2015) จากปัจจัยสำคัญของงานวิจัยฉบับนี้อาจมีผลมาจากการรับชมวิดีโอเรื่อง Garbage Man (Thai Life Channel., 2014) ที่มีเนื้อเรื่อง ฉาก และตัวละครใกล้เคียงกับช่วงวัยและสภาพแวดล้อมของโรงเรียน ทำให้นักเรียนสามารถเชื่อมโยงและคิดตามมุมมองของผู้อื่นจากสถานการณ์ที่ใกล้เคียงกับชีวิตประจำวัน ซึ่งสอดคล้องกับ Vygotsky, L. S. ที่เน้นย้ำถึงการให้เด็ก ๆ มีส่วนร่วมในการอภิปรายเกี่ยวกับสถานการณ์ในชีวิตจริงเพื่อส่งเสริมความเห็นอกเห็นใจ ความสำคัญของปฏิสัมพันธ์ทางสังคมในการพัฒนากระบวนการคิดและอารมณ์ของเด็ก โดยการที่เด็กมีส่วนร่วมและการมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลที่มีความรู้มากกว่า พวกเขาจะพัฒนาความเข้าใจและทักษะของตนเองให้เกินกว่าระดับการพัฒนาในปัจจุบันได้ ดังนั้น

การทํากิจกรรมอภิปรายเกี่ยวกับสถานการณ์ในชีวิตจริงเพื่อส่งเสริมความเห็นอกเห็นใจด้วยสถานการณ์ในโลกแห่งความเป็นจริง จึงเป็นการเปิดโอกาสให้เด็กได้เชื่อมโยงประสบการณ์เดิมไปสู่การพัฒนาและปรับตัวในการอยู่ร่วมกันในสังคม นอกจากนี้กระบวนการนี้สนับสนุนให้พวกเขาคิดอย่างมีวิจารณญาณ พิจารณามุมมองที่หลากหลาย และพัฒนาความเข้าใจที่ลึกซึ้งยิ่งขึ้นเกี่ยวกับโลกรอบตัวพวกเขา (Vygotsky, L. S., 1978)

เมื่อผู้วิจัยพิจารณาค่าเฉลี่ยความเห็นอกเห็นใจด้านการสื่อสารเพื่อแสดงความเห็นอกเห็นใจต่อผู้อื่นมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมากรองลงมา อย่างไรก็ตามเมื่อนำมาเปรียบเทียบกับกลุ่มควบคุมแล้ว พบว่า มีค่าเฉลี่ยที่มากกว่า จะเห็นได้ว่าการที่นักเรียนได้เรียนรู้และพัฒนาตนเองจากการแสดงบทบาทสมมติที่ได้ทดลองเป็นทั้งผู้ถูกกลั่นแกล้งและผู้ช่วยเหลือผ่านสถานการณ์จำลองนั้น ช่วยส่งเสริมให้นักเรียนสามารถแสดงออกรวมถึงสื่อสารทั้งทางคำพูดและการกระทำได้อย่างมั่นใจมากขึ้น นักเรียนได้เรียนรู้ตัวอย่างของการแสดงออกและคำพูดที่เหมาะสมเพื่อนำไปใช้ในสถานการณ์จริงได้ ซึ่งสอดคล้องกับเทคนิคการแนะแนวโดยตรงที่เกี่ยวข้องกับการตอบสนองต่อพฤติกรรมของเด็กเมื่อผู้สอนใช้การสื่อสารทั้งทางวาจาและไม่ใช้ทางวาจาเพื่อช่วยให้เด็กตระหนักและแก้ไขพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม (Vivvi, 2022) ยิ่งไปกว่านั้นยังเป็นไปตามที่สมาคมแนะแนวแห่งประเทศไทย ได้กล่าวถึง เทคนิคการแสดงบทบาทสมมติโดยให้นักเรียนสวมบทบาทในสถานการณ์จำลองที่เกี่ยวกับความขัดแย้ง เพื่อฝึกความเข้าใจในตนเองและผู้อื่นผ่านการแสดง (สมาคมแนะแนวแห่งประเทศไทย, 2559)

อย่างไรก็ตาม จากผลการทดลองที่นักเรียนกลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยหลังการทดลองอยู่ในระดับปานกลาง ซึ่งเป็นค่าเฉลี่ยที่ใกล้เคียงกับก่อนการทดลอง ผู้วิจัยวิเคราะห์ว่า ระดับความเห็นอกเห็นใจนั้น นอกจากจะมีกิจกรรมแนะแนว และบริบททางสังคมเป็นปัจจัยสำคัญแล้ว ยังมีพื้นฐานทางการเลี้ยงดูเป็นส่วนช่วยเสริมสร้างให้นักเรียนมีค่าเฉลี่ยความเห็นอกเห็นใจอยู่ในระดับปานกลางด้วย ดังที่ Cotton, K. กล่าวว่าในการพัฒนาความเข้าใจและพฤติกรรมที่แสดงออกถึงความเห็นอกเห็นใจในเด็กนั้น มีแนวทางปฏิบัติโดยการเลี้ยงดูเชิงบวก ตอบสนองเด็กโดยการไม่ลงโทษ และไม่เผด็จการ การอธิบายให้เด็กฟังถึงผลกระทบของพฤติกรรมของตนเองที่มีต่อผู้อื่น การชี้ให้เด็ก ๆ เห็นว่าตนเองมีพลังที่จะทำให้อื่นมีความสุขด้วยการมีน้ำใจและเอื้อเฟื้อต่อกัน การเป็นแบบอย่างที่ดีของผู้ปกครองเกี่ยวกับพฤติกรรมการเอาใจใส่และแสดงความเห็นอกเห็นใจ การอธิบายให้เด็กเข้าใจถึงพฤติกรรมที่เป็นอันตราย ทำร้ายหรือทำให้อื่นทุกข์ใจตลอดจนการส่งเสริมให้เด็กวัยเรียนพูดคุยถึงความรู้สึกและปัญหากับผู้ปกครอง (Cotton, K., 1992)

องค์ความรู้ใหม่



ภาพที่ 1 ประสิทธิภาพของกิจกรรมแนะแนวที่มีต่อการเสริมสร้างความเห็นอกเห็นใจ



สรุปและข้อเสนอแนะ

ผลการเปรียบเทียบความเห็นอกเห็นใจของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลายก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนว และผลการเปรียบเทียบความเห็นอกเห็นใจของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลายระหว่างกลุ่มทดลองที่เข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวและกลุ่มควบคุม แสดงให้เห็นว่ากิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความเห็นอกเห็นใจของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลาย มีประสิทธิภาพในการเสริมสร้างความเห็นอกเห็นใจ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งบ่งชี้ว่ากิจกรรมแนะแนวสามารถกระตุ้นและเสริมสร้างความเห็นอกเห็นใจซึ่งเป็นทักษะทางสังคมได้อย่างมีประสิทธิภาพ การเสริมสร้างความเห็นอกเห็นใจไม่เพียงแต่ช่วยให้นักเรียนมีสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน แต่ยังเป็นการสร้างสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการเรียนรู้และการพัฒนาทักษะชีวิตที่สำคัญในอนาคต ดังนั้นในการนำผลการวิจัยไปใช้ ผู้นำไปใช้ควรกำหนดให้มีการจัดกิจกรรมแนะแนวอย่างต่อเนื่องและสม่ำเสมอ ผู้นำไปใช้ควรทำการศึกษาในระยะยาว เช่น วางแผนติดตามกลุ่มทดลองโดยติดตามตลอดปีการศึกษา เพื่อให้มั่นใจว่าการเสริมสร้างความเห็นอกเห็นใจเป็นการพัฒนาที่ส่งผลต่อพฤติกรรมในระยะยาว นอกจากนี้ผู้นำไปใช้ควรศึกษารูปแบบการจัดกิจกรรมและเทคนิค ตลอดจนพัฒนาสื่อการเรียนรู้ เพื่อจะได้จัดกิจกรรมที่เหมาะสมกับนักเรียน และปรับเนื้อหาให้เหมาะสมกับบริบทของโรงเรียน ในการวิจัยครั้งต่อไป ผู้วิจัยควรศึกษาเพิ่มเติมในกลุ่มนักเรียนที่หลากหลายขึ้น เช่น นักเรียนจากโรงเรียนที่มีบริบททางเศรษฐกิจและสังคมที่ต่างกัน เพื่อศึกษาหรือเปรียบเทียบผลลัพธ์ของกิจกรรมแนะแนวในแต่ละกลุ่มเป้าหมาย ผู้วิจัยควรศึกษาปัจจัยเสริมที่อาจเพิ่มประสิทธิภาพของกิจกรรม เช่น การมีส่วนร่วมของผู้ปกครองหรือเพื่อนในกระบวนการเสริมสร้างความเห็นอกเห็นใจ และผู้วิจัยควรศึกษาผลกระทบของกิจกรรมแนะแนวในระยะยาว เพื่อให้เห็นถึงความยั่งยืนของการพัฒนาความเห็นอกเห็นใจของนักเรียน

เอกสารอ้างอิง

- กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ. (2566). กรม สบส. เผยผลสำรวจเด็กและเยาวชนเคยถูกบูลลี่ร้อยละ 44.2 ชวนยุว
อสม. แกลนนำนักเรียนร่วมกันเฝ้าระวังการบูลลี่ในระดับพื้นที่. เรียกใช้เมื่อ 3 ธันวาคม 2567 จาก
https://hss.moph.go.th/show_topic.php?id=5747
- กระทรวงศึกษาธิการ. (2560). แผนการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2560 - 2579. กรุงเทพมหานคร: บริษัทพริกหวาน
กราฟฟิค จำกัด.
- กฤตวรรณ คำสม. (2559). บริการแนะแนวในโรงเรียน: ความสำคัญและความจำเป็น. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์
มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- วิจารณ์ พานิช. (2556). การสร้างการเรียนรู้สู่ศตวรรษที่ 21. กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิสยามกัมมาจล.
- วิเชียร เกตุสิงห์. (2538). ค่าเฉลี่ยกับการแปลความหมาย: เรื่องง่าย ๆ ที่บางครั้งก็พลาดได้. วารสารข่าวสารการวิจัย
การศึกษา, 18(3), 8-10.
- สมาคมแนะแนวแห่งประเทศไทย. (2559). เทคนิคการแสดงบทบาทสมมติในกิจกรรมแนะแนว. กรุงเทพมหานคร:
สมาคมแนะแนวแห่งประเทศไทย.
- สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน. (2559). การจัดการเรียนรู้กิจกรรมแนะแนว. กรุงเทพมหานคร:
โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด.
- สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา. (2556). แนวทางการแก้ปัญหาความรุนแรงในสถานศึกษา. กรุงเทพมหานคร:
บริษัทพริกหวานกราฟฟิค จำกัด.
- อาดัม นิละไพจิตร. (2557). การพัฒนาทักษะทางสังคมในวัยเด็กตอนปลาย. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์แห่ง
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. USA: Prentice-Hall.
- Cotton, K. (1992). Developing empathy in children and youth. *School Improvement Research*, 7(1), 25-40.
- Damon, W. (2004). What is positive youth development?. *The ANNALS of The American Academy of Political and Social Science*, 591(1), 13-24.
- Davis, M. H. (1983). Measuring individual differences in empathy: Evidence for a multidimensional approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 44(1), 113-126.
- Eisenberg, N. (2006). Empathy-related responding and prosocial behavior. *Novartis Foundation Symposium*, 278(1), 71-80.
- Erikson, E. H. (1959). *Identity and the Life Cycle*. New York: International Universities Press.
- Goleman, D. (2020). *Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ*. (25th ed.). London: Bloomsbury Publishing Plc.
- Greenberg, M. T. et al. (2003). Enhancing school-based prevention and youth development through coordinated social, emotional, and academic learning. *American Psychologist*, 58(6-7), 466-474.
- Hikmat, R. et al. (2024). Empathy's Crucial Role: Unraveling Impact on Students Bullying Behavior- A Scoping Review. *Journal of Multidisciplinary Healthcare*, 17(1), 3483-3495.
- Likert, R. (1967). *The Method of Constructing and Attitude Scale*, in *Attitude Theory and Measurement*. New York: Wiley & Son.
- Lohr, S. L. (2019). *Sampling: Design and analysis*. (2nd ed.). Boca Raton: CRC Press Taylor & Francis Group.
- Oberle, E. & Schonert-Reichl, K. A. (2017). *Social and emotional learning: recent research and practical strategies for promoting children's social and emotional competence in schools*. New York: Springer International Publishing AG.
- Scott, K. E. & Graham, J. A. (2015). Service-learning: Implications for empathy and community engagement in elementary school children. *Journal of Experiential Education*, 38(4), 354-372.
- Seligman, M. E. & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychological Association*, 55(1), 5-14.
- Thai Life Channel. (2014). Thai life insurance: unsung hero. Retrieved July 30, 2024, from <https://www.youtube.com/watch?v=oujqv98ZsZM>
- Vivvi. (2022). Direct guidance vs. indirect guidance examples. Retrieved November 8, 2024, from <https://vivvi.com/blog/articles/indirect-vs-direct-guidance-examples>
- Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in society: The development of higher psychological processes*. Massachusetts: Harvard University Press.
- World Health Organization. (1997). *Life skills education for children and adolescents in schools*. Retrieved December 15, 2023, from https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/63552/WHO_MNH_PSF_93.7A_Rev.2.pdf?sequence=1&isAllowed=y