

การศึกษาและพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของนักเรียนวัยรุ่น

ปริญญาานิพนธ์

ของ

กวรรณิการ์ พันทอง

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา

ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว

พฤษภาคม 2550

การศึกษาและพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของนักเรียนวัยรุ่น

ปริญญาานิพนธ์

ของ

กวรรณิการ์ พันทอง

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา

ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว

พฤษภาคม 2550

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ประกาศคุณูปการ

ปริญญาานิพนธ์ฉบับนี้ สำเร็จลุล่วงได้ด้วยดี เนื่องจากได้รับความกรุณาช่วยเหลืออย่างดียิ่งจาก ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นันทา ผู้รักษา ประธานควบคุมปริญญาานิพนธ์ และผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.องอาจ นัยพัฒน์ กรรมการควบคุมปริญญาานิพนธ์ ที่ได้สละเวลาอันมีค่า เพื่อให้คำปรึกษาชี้แนะแนวทางในการทำวิจัยครั้งนี้ พร้อมทั้งให้ข้อคิดเห็นตลอดจนแนวทางในการแก้ไขและปรับปรุงข้อบกพร่องต่าง ๆ ด้วยความเอาใจใส่เป็นอย่างยิ่ง นอกจากนี้ ผู้วิจัยได้รับความกรุณาจาก รองศาสตราจารย์ ชูชีพ อ่อนโคกสูง และอาจารย์อนุสรณ์ อรรถศิริ ซึ่งเป็นกรรมการสอบปริญญาานิพนธ์ ที่ได้ให้ข้อเสนอแนะเพิ่มเติม เพื่อให้ปริญญาานิพนธ์ฉบับนี้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูง

ขอขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นันทนา วงษ์อินทร์ ดร.พาสนา จุฬรัตน์ และอาจารย์ อนุสรณ์ อรรถศิริ ที่ให้ความอนุเคราะห์ สละเวลาเพื่อตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือวิจัย ตลอดจนให้ข้อเสนอแนะ และแนวทางแก้ไขข้อบกพร่องของเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยในครั้งนี้ ซึ่งทำให้ได้เครื่องมือที่มีความเที่ยงตรงในการวัดยิ่งขึ้น

ขอขอบพระคุณ ผู้บริหาร คณาจารย์ และนักเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ที่ให้ความร่วมมืออย่างดียิ่งในการเก็บรวบรวมข้อมูลสำหรับการทำวิจัยในครั้งนี้ และขอขอบคุณ คุณอนุ เจริญวงศ์ระยับ คุณเกศราพร บำรุงชาติ ที่ให้คำแนะนำในเรื่องการวิเคราะห์สถิติ การใช้โปรแกรม LISREL ในการวิเคราะห์ข้อมูล รวมทั้งเพื่อน ๆ เอกจิตวิทยาการแนะแนว เอกวิจัยและสถิติการศึกษา ที่ให้คำปรึกษาคอยให้ความช่วยเหลือ และเป็นกำลังใจให้ด้วยดีเสมอมา

ขอกราบขอบพระคุณ คุณพ่อสอน คุณแม่พินดา พันทอง ที่คอยให้กำลังใจ ให้คำปรึกษาห่วงใยทั้งเรื่องสุขภาพ ให้ความช่วยเหลือในด้านต่าง ๆ พร้อมทั้งสนับสนุนส่งเสริมการศึกษาของผู้วิจัยอย่างดียิ่งตลอดมา จนทำให้การวิจัยครั้งนี้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี รวมทั้งเพื่อนสนิทที่คอยห่วงใยกันนี่ยามท้อแท้และทุกข์ใจ

ท้ายนี้ คุณค่าและประโยชน์อันพึงบังเกิดขึ้นจากปริญญาานิพนธ์ฉบับนี้ ขออุทิศให้แก่ คุณพ่อสอน พันทอง

กวรรณิการ์ พันทอง

สารบัญ

| บทที่ | หน้า |
|--|------|
| 1 บทนำ..... | 1 |
| ภูมิหลัง | 1 |
| ความมุ่งหมายของการวิจัย..... | 3 |
| ความสำคัญของการวิจัย..... | 4 |
| ขอบเขตของการวิจัย..... | 4 |
| ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย..... | 4 |
| ตัวแปรที่ศึกษา..... | 5 |
| นิยามศัพท์เฉพาะ..... | 5 |
| กรอบแนวคิดในการวิจัย..... | 7 |
| สมมติฐานในการวิจัย..... | 7 |
| 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง..... | 8 |
| เอกสารที่เกี่ยวข้องกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น..... | 9 |
| ความหมายของความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น..... | 9 |
| ความสำคัญของความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น..... | 10 |
| แนวคิด ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น..... | 12 |
| ปัจจัยที่มีผลต่อการเกิดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น..... | 18 |
| องค์ประกอบของความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น..... | 19 |
| แนวทางการเสริมสร้าง พัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น..... | 21 |
| งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น..... | 23 |
| เอกสารที่เกี่ยวข้องกับวัยรุ่นกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น..... | 25 |
| ความหมายของวัยรุ่น..... | 25 |
| พัฒนาการของวัยรุ่น..... | 26 |
| วัยรุ่นกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น..... | 28 |

สารบัญ (ต่อ)

| บทที่ | หน้า |
|---|-----------|
| 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง (ต่อ) | |
| เอกสารที่เกี่ยวข้องกับความเที่ยงตรง..... | 31 |
| ความหมายของความเที่ยงตรง | 31 |
| ประเภทของความเที่ยงตรง..... | 31 |
| ความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้าง..... | 32 |
| การประเมินความสอดคล้องของโมเดล..... | 34 |
| งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความเที่ยงตรง..... | 36 |
| เอกสารที่เกี่ยวข้องกับโปรแกรมการช่วยเหลือตนเอง..... | 38 |
| ความหมายของการช่วยเหลือตนเอง | 38 |
| วิธีการบำบัดโดยคู่มือการช่วยเหลือตนเอง..... | 39 |
| ประโยชน์ของคู่มือการช่วยเหลือตนเอง..... | 41 |
| งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับโปรแกรมการช่วยเหลือตนเอง..... | 42 |
| 3 วิธีดำเนินการวิจัย..... | 45 |
| การกำหนดประชากรและกลุ่มตัวอย่าง..... | 45 |
| การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย..... | 46 |
| การเก็บรวบรวมข้อมูล..... | 52 |
| การจัดกระทำและการวิเคราะห์ข้อมูล..... | 54 |
| 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล..... | 59 |
| สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล..... | 59 |
| ผลการวิเคราะห์ข้อมูล..... | 59 |
| 5 สรุปผล อภิปราย และข้อเสนอแนะ..... | 71 |
| ความมุ่งหมายของการวิจัย..... | 71 |
| วิธีการดำเนินงานวิจัย..... | 71 |
| เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย..... | 72 |
| การเก็บรวบรวมข้อมูล..... | 73 |

สารบัญ (ต่อ)

| บทที่ | หน้า |
|---|------|
| 5 สรุปผล อภิปราย และข้อเสนอแนะ (ต่อ)..... | 74 |
| การดำเนินการทดลอง..... | 74 |
| การวิเคราะห์ข้อมูล | 75 |
| สรุปผลการวิจัย | 75 |
| อภิปรายผล | 76 |
| ข้อเสนอแนะ..... | 80 |
| | |
| บรรณานุกรม..... | 82 |
| | |
| ภาคผนวก..... | 88 |
| ภาคผนวก ก..... | 89 |
| ภาคผนวก ข..... | 94 |
| ภาคผนวก ค..... | 158 |
| | |
| ประวัติย่อผู้วิจัย..... | 176 |

บัญชีตาราง

| ตาราง | หน้า |
|--|------|
| 1 ผลการประมาณค่าการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันของแบบวัด..... | 61 |
| 2 เกณฑ์ปกติ (Norm) โดยรวมของแบบวัดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของนักเรียนวัยรุ่น..... | 63 |
| 3 เกณฑ์ปกติ (Norm) รายองค์ประกอบของแบบวัดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของ นักเรียนวัยรุ่น..... | 64 |
| 4 ระดับของความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของนักเรียนวัยรุ่น..... | 65 |
| 5 ค่าสถิติพื้นฐานความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นทั้ง 3 ด้าน ของกลุ่มตัวอย่างจำแนก จำแนกตามเพศ ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อทดสอบสมมติฐาน..... | 66 |
| 6 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียว (One-way ANOVA) ของคะแนน ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของนักเรียนวัยรุ่นที่มีระดับชั้นเรียนต่างกัน..... | 67 |
| 7 ผลการทดสอบภายหลัง เพื่อเปรียบเทียบพหุคูณของความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น เป็นรายคู่..... | 68 |
| 8 เปรียบเทียบความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของนักเรียนวัยรุ่นกลุ่มทดลองก่อนและหลัง การเข้าร่วมโปรแกรมการช่วยเหลือตนเองเพื่อพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น..... | 69 |
| 9 เปรียบเทียบความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของนักเรียนวัยรุ่นกลุ่มทดลองหลังและ ระยะติดตามการเข้าร่วมโปรแกรมการช่วยเหลือตนเองเพื่อพัฒนาความเห็นอก เห็นใจผู้อื่น..... | 69 |
| 10 ค่าความเที่ยงตรง (IOC) ของแบบสอบถามวัดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น..... | 159 |

บัญชีภาพประกอบ

| ภาพประกอบ | หน้า |
|--|------|
| 1 โมเดลเชิงโครงสร้างของความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นตามภาวะสันนิษฐานของผู้วิจัย..... | 48 |
| 2 ผลการประมาณค่าสัมประสิทธิ์องค์ประกอบและความสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบ คะแนนมาตรฐานโมเดลการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันอันดับสองที่องค์ประกอบ อันดับสองมี 3 องค์ประกอบ..... | 60 |

การศึกษาและพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของนักเรียนวัยรุ่น

บทคัดย่อ

ของ

กรรณิการ์ พันทอง

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา

ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว

พฤษภาคม 2550

กรณีการ พันทอง. (2550). การศึกษาและพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของนักเรียนวัยรุ่น.

ปริญญาโท กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. คณะกรรมการควบคุม : ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นันทา สุรักษา, ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.องอาจ นัยพัฒน์.

การวิจัยครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาและพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของนักเรียนวัยรุ่นกลุ่มตัวอย่างในการศึกษาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นเป็นนักเรียนที่มีอายุตั้งแต่ 14 – 16 ปีบริบูรณ์และกำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 และชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ปีการศึกษา 2549 โรงเรียนท่าม่วงราษฎร์บำรุง จังหวัดกาญจนบุรี จำนวนทั้งหมด 743 คน จำแนกเป็นนักเรียนชาย 307 คน นักเรียนหญิง 436 คน และกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาการพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น เป็นนักเรียนที่มีคะแนนระดับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ที่ 25 ลงมา แล้วสอบถามความสมัครใจในการเข้าร่วมทดลอง จำนวน 24 คน และสุ่มอย่างง่ายนักเรียนที่สมัครใจเข้าร่วมทดลองมาจำนวน 12 คน แบบแผนการทดลองเป็นแบบ One Group Pretest – Posttest เครื่องมือที่ใช้ในการทดลองครั้งนี้คือ แบบวัดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น และโปรแกรมการช่วยเหลือตนเองเพื่อพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล คือ การวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน (Confirmatory Factor Analysis), วิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียว (One – Way ANOVA) , t – Test แบบ Independent Samples และ t – Test แบบ Dependent Samples

ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

1. ผลการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน พบว่า ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นมี 3 องค์ประกอบ คือ ความสามารถในการอ่านอารมณ์และคาดเดาความรู้สึกของผู้อื่น , ความสามารถในการเข้าใจผู้อื่นตามสถานการณ์ในสังคม และความต้องการที่จะเอื้อเพื่อช่วยเหลือผู้อื่น ซึ่งมีค่าน้ำหนักองค์ประกอบอยู่ในเกณฑ์สูงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สามารถวัดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของนักเรียนวัยรุ่นได้

2. นักเรียนชายและนักเรียนหญิง มีระดับความเห็นอกเห็นใจแตกต่างกัน โดยนักเรียนหญิงมีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นสูงกว่านักเรียนชาย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งพิจารณาจากความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นทั้งโดยรวมและด้านความสามารถในการอ่านอารมณ์และคาดเดาความรู้สึกของผู้อื่น ด้านความสามารถในการเข้าใจผู้อื่นตามสถานการณ์ในสังคม ด้านการเอื้อเพื่อช่วยเหลือผู้อื่น

3. นักเรียนที่เรียนในระดับชั้นที่แตกต่างกัน มีระดับความเห็นอกเห็นใจแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 มีค่าความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น สูงกว่านักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 และมัธยมศึกษาปีที่ 2 ตามลำดับ ซึ่งพิจารณาจากความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นทั้งโดยรวมและจำแนกเป็นรายด้าน

4. นักเรียนกลุ่มทดลองหลังเข้าร่วมโปรแกรมการช่วยเหลือตนเองเพื่อพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น มีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งพิจารณาจากความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นทั้งโดยรวมและจำแนกเป็นรายด้าน

5. ระยะเวลาติดตามผลการทดลองใน 1 เดือน พบว่า ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของนักเรียนด้านความสามารถในการอ่านอารมณ์และคาดเดาความรู้สึกของผู้อื่น และด้านความสามารถในการเข้าใจผู้อื่นตามสถานการณ์ในสังคมไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จากภายหลังการทดลอง ส่วนด้านการเอื้อเฟื้อ ช่วยเหลือผู้อื่น พบว่า ลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

A STUDY AND DEVELOPMENT OF SOCIAL EMPATHY OF ADOLESCENT STUDENTS

AN ABSTRACT

BY

KANNIKA PHANTONG

Presented in Partial Fulfillment of the Requirements for the
Master of Education Degree in Guidance and Counseling Psychology
at Srinakharinwirot University

May 2007

Kannika Phantong. (2007). *A Study and Development of Social Empathy of Adolescents Students*. Master Thesis, M.Ed. (Guidance and Counseling Psychology).
Bangkok : Graduate School, Srinakharinwirot University. Advisor Committee:
Assist.Prof.Dr. Nanta Sooraksa, and Assist.Prof.Dr. Ong-art Naiyapatana.

The purposes of this research were to study and develop social empathy among adolescent students. The subjects included 743 students, comprising 307 males and 436 females. All of them, aged between 14-16 years old, were students in Matayom two, three, and four in the 2006 academic year at Thamuang Rachbamrung School in Kanchanaburi. Meanwhile, the subjects for developing social empathy were students whose empathy scores were lower than the 25th percentile. Of these, twelve students voluntarily in the empathy development study. The quality of test were examined by discriminating power with t – test, construct validity by confirmatory factor analysis and normalized T – score were used to construct test norms. The statistical analysis were One – way ANOVA, independent sample t-test and dependent sample t-test.

The result were as follows:

1. The result of the confirmatory factor analysis showed that there were 3 factors that involved social empathy; the ability understand the feeling and emotion of others, the ability to understand others according to social situations, and the ability to offer help to others.
2. The social empathy of females students were significantly higher than male student at the .01 level.
3. There was significant difference of social empathy for overall aspects by educational level. The social empathy, score of the student in Mathyom four were higher than Matayom three and Matayom two respectively at the .05 level.
4. The subjects who participated in self-help program were significantly higher than before at .01 level.

5. There was no significant difference at .05 level of social empathy for the aspect of the ability understand the feeling and emotion of others and the ability to understand others according to social situations between follow up and after experiment.

There was significant difference at .05 level between follow up and after experiment in the aspect of the ability to offer help to others.

บทที่ 1

บทนำ

ภูมิหลัง

ในสภาพปัจจุบันการดำเนินชีวิตของมนุษย์มีความเปลี่ยนแปลงไปตามกระแสของสังคมยุคโลกาภิวัตน์ มีเทคโนโลยีและนวัตกรรมสมัยใหม่ที่เกิดขึ้นอย่างรวดเร็วและหลากหลาย ส่งผลกระทบทั้งทางตรงและทางอ้อมต่อพฤติกรรมของมนุษย์ที่ปรับเปลี่ยนตามยุคสมัย รวมทั้งการดำรงชีวิตของคนในสังคมที่มีลักษณะต่างคนต่างอยู่ เร่งรีบ ดังจะเห็นได้จากบิดา มารดาเร่งทำงานหาเงินเพื่อส่งบุตรให้เล่าเรียนหนังสือ สิ่งที่บิดา มารดาต้องการก็คือการให้บุตรของตนเรียนหนังสือให้เก่ง ดีที่สุด บางครั้งทำให้เกิดความกดดันกับเด็กทำให้ต้องแข่งกันเรียน เห็นแก่ประโยชน์ส่วนตัวมากกว่าส่วนรวม ไม่ช่วยเหลือเกื้อกูลกัน ดังที่ เท็ดคักดี เดชคง (2545 : 26) กล่าวว่า ในสังคมของเรามีคนอยู่ประเภทหนึ่งที่ขาดความเห็นอกเห็นใจต่อเพื่อนมนุษย์ พวกเขาอาจทำในสิ่งที่เลวร้ายเพียงเพื่อตอบสนองต่อความต้องการของตนเอง โดยที่ไม่ได้สนใจว่าเพื่อนมนุษย์จะเป็นเช่นไร เมื่อวิเคราะห์ให้ดีถึงสิ่งเหล่านี้ จะเห็นได้ว่าเกิดจากความไม่เข้าใจความรู้สึกและความต้องการของผู้อื่นจึงส่งผลทำให้ไม่เห็นอกเห็นใจผู้อื่นถือว่าเป็นปัญหาสังคมหนึ่งที่ถูกละเลยไปทั้งๆที่มีความสำคัญอย่างยิ่ง สอดคล้องกับที่ฟรอยด์ (O'Hara. 1997 : 299 ; citing Freud. 1995 : 110) กล่าวว่า ความเห็นอกเห็นใจถือว่าเป็นกุญแจที่สำคัญในการที่จะพัฒนาคุณภาพของคนให้อยู่ร่วมกับบุคคลอื่นได้อย่างเป็นสุขและประสบความสำเร็จ สามารถปรับตัวได้ดีเมื่อพบกับสถานการณ์ต่างๆ

ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นเป็นลักษณะของการเอาใจเขามาใส่ใจเรา สามารถเข้าใจความต้องการ ความรู้สึกของผู้อื่นที่กำลังประสบเหตุการณ์ต่างๆรวมถึงการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น มีการอยู่ร่วมกันเป็นกลุ่ม ทำกิจกรรมร่วมกันทั้งที่โรงเรียน ชุมชน และสังคมดังที่ นันทนา วงษ์อินทร์ (2543 : 143) กล่าวว่า ความเห็นอกเห็นใจเป็นทักษะทางสังคมซึ่งจำเป็นอย่างยิ่งในการดำรงชีวิตอยู่ทั้งในครอบครัว ในงานอาชีพ ในสังคมทั่วไปเพราะเราต้องพบปะกับผู้คนอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ ดังนั้นบุคคลจำเป็นต้องเข้าใจผู้อื่นที่อยู่รอบๆข้างของตนเองโดยเริ่มจากการเข้าใจธรรมชาติของมนุษย์ ซึ่งวิลลาสลักษณะน์ ชั้ววลลี (2543 : 171-175) กล่าวว่า การเข้าใจธรรมชาติมนุษย์นั้นบุคคลต้องมีสมาธิในการฟัง สังเกตลักษณะท่าทางต่างๆของผู้อื่น รวมถึงสามารถเข้าใจความคิด อารมณ์ ความรู้สึก ความต้องการ มีความสามารถในการสื่อสารและถ่ายทอดความรู้สึกของผู้อื่นได้ ซึ่งการเข้าใจธรรมชาติของผู้อื่นนั้น จะทำให้สามารถปฏิบัติกับบุคคลรอบข้างได้อย่างเหมาะสม ซึ่งสอดคล้องกับสโลเวย์ และเมเยอร์ (จอม ชุ่มชวย. 2540 : 60 ; อ้างอิงจาก Salovey and Mayer. 1990) กล่าวว่า การที่เรารับรู้อารมณ์ของผู้อื่นนั้นจะทำให้เราเข้าใจผู้อื่นและเป็นที่ยอมรับของสังคมใน

ที่สุด ดังนั้นการพัฒนาคุณภาพของเยาวชนควรจะพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น เพื่อให้เยาวชนเกิดความเข้าใจผู้อื่นและสามารถแสดงพฤติกรรมออกมาได้อย่างเหมาะสมทั้งการช่วยเหลือ แบ่งปัน จุนเจือบุคคลที่อยู่รอบข้างตน ดังที่ โกลแมน (Goleman. 1998 : 137-138) กล่าวว่า ความเห็นอกเห็นใจนั้นเป็นการสร้างและรักษาความสัมพันธ์อันดีกับบุคคลอื่น เข้าใจผู้อื่นและสามารถตอบสนองผู้อื่นได้อย่างเหมาะสม และยังช่วยให้บุคคลนั้นมีความเอื้อเฟื้อต่อผู้อื่นด้วย

การมีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นนั้นจำเป็นอย่างยิ่งโดยเฉพาะเป็นวัยรุ่น ซึ่งเป็นวัยที่เข้าสู่การเปลี่ยนแปลงในทุกด้านเป็นวัยที่ต้องการการเป็นที่ยอมรับในสังคม ดังที่พรพิมล เจียมนาครินทร์ (2539 : 11) กล่าวว่า วัยรุ่นเป็นวัยที่เชื่อมระหว่างการเป็นผู้ใหญ่อันเป็นระยะที่ต้องปรับพฤติกรรมวัยเด็กไปสู่พฤติกรรมแบบผู้ใหญ่ที่สังคมยอมรับ เด็กวัยรุ่นจึงไม่ใช่เพียงการเจริญเติบโตทางด้านร่างกายแต่หมายถึงการเจริญเติบโตทางสังคมซึ่งอยู่ในกรอบของวัฒนธรรมของแต่ละที่ การเปลี่ยนแปลงทุกด้านที่กล่าวมานั้น เป็นการเปลี่ยนแปลงทั้งด้านร่างกาย สติปัญญา อารมณ์และสังคม จึงทำให้คนทั่วไปเห็นว่าเด็กในวัยนี้จะมีปัญหาเกี่ยวกับการปรับตัวมากกว่าช่วงวัยอื่น วัยรุ่นมักจะไม่เข้าใจตัวเองและบุคคลรอบข้าง ทั้งที่เป็นวัยเดียวกันและต่างวัยกัน ทั้งๆที่เป็นความต้องการของวัยรุ่น ซึ่งสอดคล้องกับ ยุวดี เทียรประสิทธิ์ (อภิรัฐ จันทร์เทพ. 2546 : 8 ; อ้างอิงจากยุวดี เทียรประสิทธิ์. 2536) กล่าวว่าหนึ่งของการความต้องการของวัยรุ่นนั้นก็คือ ความต้องการความเข้าใจตนเองและผู้อื่น (Interception) หมายถึง ความต้องการวิเคราะห์แรงจูงใจและความรู้สึกของตนเอง ชอบสังเกตผู้อื่น พยายามดูว่าผู้อื่นรู้สึกอย่างไรเมื่อพบปัญหา มักเอาใจเขามาใส่ใจเรา มักวิเคราะห์เหตุผลของคนอื่นว่าเหตุใดเขาจึงทำอย่างนั้นมากกว่าที่จะดูเพียงสิ่งที่เขาทำ ต้องการวิเคราะห์แรงจูงใจของผู้อื่น และชอบทำนายว่าผู้อื่นจะปฏิบัติอย่างไรในเหตุการณ์หนึ่งๆ และความต้องการนี้จะส่งผลต่อความต้องการที่อยากจะช่วยเหลือผู้อื่น เช่น ช่วยเหลือเพื่อนเวลาเพื่อนเดือดร้อน ชอบทำอะไรเล็กๆ น้อยๆ ให้ผู้อื่น มีน้ำใจและเห็นใจเวลาผู้อื่นได้รับอันตรายหรือเจ็บป่วย ซึ่งสอดคล้องกับ แบทสัน (ประภาพร มั่นเจริญ. 2544 : 3 ; อ้างอิงจาก Batson. 1991) ได้กล่าวว่า ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น เป็นหัวใจสำคัญที่ก่อให้เกิดความเอื้อเฟื้อและการช่วยเหลือเพื่อนมนุษย์ จากข้อมูลดังกล่าวความเห็นอกเห็นใจเป็นการเข้าใจธรรมชาติของมนุษย์ และยังส่งผลให้เกิดความเอื้อเฟื้อต่อเพื่อนมนุษย์ ซึ่งเป็นคุณลักษณะที่พึงประสงค์ต่อสังคมและเป็นพฤติกรรมที่ช่วยเสริมสร้างสังคมของเราให้น่าอยู่ขึ้น (สุรางค์ โค้วตระกูล. 2541 : 383) จากที่กล่าวมาจะเห็นได้ว่า ความเห็นอกเห็นใจเป็นสิ่งที่สำคัญโดยเฉพาะกับเด็กและเยาวชนที่อยู่ในช่วงวัยรุ่นที่เรียนอยู่ในระดับมัธยมศึกษาที่จะเป็นพื้นฐานที่สำคัญต่อไปในอนาคต โดยบุคคลก็มีความเห็นอกเห็นใจมากเท่าไรหรือจะยิ่งให้เกิดความเข้าใจในเพื่อนมนุษย์มากเท่านั้นและยังส่งผลให้เกิดความมีน้ำใจ เอื้อเฟื้อเพื่อนมนุษย์ตามมาอีกด้วย

ปีเตอร์ ลาสเตอร์ (Peter Lauster : 1978) ได้นำเสนอการพัฒนาบุคลิกภาพและได้กล่าวถึงความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น (Empathy) ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของบุคลิกภาพ โดยใช้แบบประเมินตนเองและนำเสนอวิธีการพัฒนาตนเองให้เป็นผู้มีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นไว้อย่างสั้นๆ จึงเป็นสาเหตุให้ผู้วิจัยสนใจที่จะศึกษาค้นคว้าและพัฒนาความเห็นอกเห็นใจของนักเรียนวัยรุ่นไทย โดยพัฒนาการประเมินความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นจากแนวคิดของปีเตอร์ ลาสเตอร์ (Peter Lauster : 1978) และนอกจากจะทำการศึกษาเรื่องความเห็นอกเห็นใจของนักเรียนวัยรุ่นไทยในระดับอายุ 14-16 ปีแล้วผู้วิจัยยังทำการศึกษาแนวทางเพื่อพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นโดยการใช้โปรแกรมการช่วยเหลือตนเอง (Self-help program)

โปรแกรมการช่วยเหลือตนเอง (Self-help program) เป็นคู่มือที่สามารถใช้ช่วยเหลือบุคคลในการแก้ไขเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมด้วยตนเอง (ประเทือง ภูมิภักทราคม. 2540 : 338) หรือที่รู้จักกันในชื่อของการบำบัดโดยหนังสือ การบำบัดโดยหนังสือนั้น แคชดิน (สมโภชน์ เขียมสุภาษิต. 2543 : 349 ; อ้างอิงจาก Kazdin. 1989) กล่าวว่า เป็นวิธีการที่ผู้เข้ารับการบำบัดสามารถเป็นตัวของเขาเองมากที่สุด และสามารถนำวิธีการดังกล่าวนี้ไปใช้ได้ทุกครั้งที่มีความปัญหาของตนเอง ซึ่งสอดคล้องกับ ทัคเคอร์ แลด์ด์ (ศุภวรรณ ศรีประภา. 2548 : 3 ; อ้างอิงจาก Tucker-Ladd. 2004) ที่กล่าวว่าโปรแกรมการช่วยเหลือตนเอง (Self-help program) เป็นการจัดการกับปัญหา จัดการกับสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดปัญหาโดยบุคคลจะฝึกฝนตนเอง ควบคุมตนเองให้มีสติ เพื่อทำให้ผลของสถานการณ์นั้นดีขึ้น บางครั้งเกี่ยวข้องกับการเปลี่ยนสิ่งอื่นหรือเปลี่ยนสิ่งแวดล้อมเพื่อให้สภาพการณ์หรือความรู้สึกของตนเองดีขึ้น

ดังนั้นในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยจึงเลือกวิธีการใช้โปรแกรมการช่วยเหลือตนเอง (Self-help program) มาใช้ในการพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของนักเรียนวัยรุ่นไทย เพื่อที่จะให้นักเรียนวัยรุ่นไทยได้ฝึกพัฒนาตนเองด้วยตัวของเขาเองและก่อให้เกิดความเห็นอกเห็นใจ เกิดความเข้าใจผู้อื่นมากขึ้น ส่งผลให้เกิดความเอื้อเฟื้อตามมา นอกจากนั้นวิธีการใช้โปรแกรมการช่วยเหลือตนเอง (Self-help program) ยังสามารถใช้ได้กับทุกเพศ ทุกเวลา และยังเหมาะสมกับการแนะนำในยุคปัจจุบันที่บางครั้งขาดแคลนนักจิตวิทยาถ้าได้รับโปรแกรมการช่วยเหลือตนเองที่มีคุณค่าก็จะเป็นการเสริมสร้างการเรียนรู้ให้เกิดประสิทธิภาพมากขึ้นซึ่งจะเป็นประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิตของนักเรียนวัยรุ่นไทยและสังคมต่อไป

ความมุ่งหมายของการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ตั้งความมุ่งหมายไว้ ดังนี้

1. เพื่อวิเคราะห์องค์ประกอบของความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของนักเรียนวัยรุ่น

2. เพื่อศึกษาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของนักเรียนวัยรุ่นโดยจำแนกตามตัวแปรเพศและระดับชั้นเรียน

3. เพื่อเปรียบเทียบความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของนักเรียนวัยรุ่นก่อน หลัง และระยะติดตามผลของการได้รับโปรแกรมการช่วยเหลือตนเอง (Self-help program)

ความสำคัญของการวิจัย

ผลการศึกษาครั้งนี้ทำให้ทราบถึงความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของนักเรียนวัยรุ่นโดยจำแนกตามตัวแปรเพศและระดับชั้นเรียนรวมถึงการศึกษาและพัฒนาโปรแกรมการช่วยเหลือตนเองที่มีผลต่อการพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของนักเรียนวัยรุ่น เพื่อให้ผู้ที่เกี่ยวข้องกับนักเรียนวัยรุ่นสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการพัฒนานักเรียนวัยรุ่นเพื่อก่อให้เกิดประโยชน์แก่นักเรียนวัยรุ่นไทยซึ่งจะเป็นกำลังที่สำคัญของประเทศชาติต่อไป

ขอบเขตของการวิจัย

ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในวิจัย มีดังนี้

1. ประชากร ได้แก่ นักเรียนที่มีอายุตั้งแต่ 14 – 16 ปีบริบูรณ์และกำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 และชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ปีการศึกษา 2549 โรงเรียนท่าม่วงราษฎร์บำรุง จังหวัดกาญจนบุรี มีจำนวนนักเรียนทั้งหมด 743 คน จำแนกเป็นนักเรียนชาย 307 คน นักเรียนหญิง 436 คน

2. กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่

2.1 กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของนักเรียนวัยรุ่น ได้แก่ นักเรียนที่มีอายุตั้งแต่ 14 – 16 ปีบริบูรณ์และกำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 และชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ปีการศึกษา 2549 โรงเรียนท่าม่วงราษฎร์บำรุง จังหวัดกาญจนบุรี มีจำนวนนักเรียนทั้งหมด 743 คน จำแนกเป็นนักเรียนชาย 307 คน นักเรียนหญิง 436 คน

2.2 กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของนักเรียนวัยรุ่น ได้แก่ นักเรียนที่มีอายุตั้งแต่ 14 – 16 ปีบริบูรณ์และกำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 และชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ปีการศึกษา 2549 โรงเรียนท่าม่วงราษฎร์บำรุง จังหวัดกาญจนบุรี โดยผู้วิจัยคัดเลือกระดับชั้นที่มีคะแนนเฉลี่ยความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นต่ำสุดมาหนึ่งระดับชั้น จากการวิจัยครั้งนี้พบว่า เป็นนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ซึ่งได้จากการประเมินโดยใช้แบบวัดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น และผู้วิจัยคัดเลือกนักเรียนที่มีคะแนนระดับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

ตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ที่ 25 ลงมา แล้วสอบถามความสมัครใจในการเข้าร่วมทดลอง จำนวน 24 คน และสุ่มอย่างง่ายนักเรียนที่สมัครใจเข้าร่วมทดลองมาจำนวน 12 คน

ตัวแปรที่ศึกษา

1. ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของนักเรียนวัยรุ่น มีดังนี้
 - 1.1 ตัวแปรอิสระ ได้แก่
 - 1.1.1 เพศ
 - 1.1.2 ระดับชั้นเรียน
 - 1.2 ตัวแปรตาม ได้แก่ ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของนักเรียนวัยรุ่น
2. ตัวแปรที่ใช้ในการพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของนักเรียนวัยรุ่น มีดังนี้
 - 2.1 ตัวแปรอิสระ ได้แก่ โปรแกรมการช่วยเหลือตนเอง
 - 2.2 ตัวแปรตาม ได้แก่ ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของนักเรียนวัยรุ่น

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. **ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของนักเรียนวัยรุ่น** หมายถึง การเข้าใจความรู้สึกนึกคิดของผู้อื่น สามารถรับรู้อารมณ์และทราบความต้องการของผู้อื่นที่กำลังประสบกับเหตุการณ์ต่างๆ และมีความสามารถคาดเดาความรู้สึกของผู้อื่นจากการสังเกตภาษากาย และลักษณะการพูดได้อย่างถูกต้อง รวมทั้งต้องการที่จะเอื้อเพื่อ ช่วยเหลือผู้อื่นอย่างเหมาะสมกับวัยของนักเรียนวัยรุ่น ซึ่งผู้ที่มีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นจะประกอบด้วย

1.1 ความสามารถในการอ่านอารมณ์และคาดเดาความรู้สึกของผู้อื่นจากการสังเกตภาษากายทั้งแววตา สีหน้า และน้ำเสียงว่าผู้อื่นรู้สึกอย่างไร ตระหนักรู้ถึงสิ่งที่ผู้อื่นกำลังรู้สึกโดยไม่จำเป็นต้องมาบอกให้ทราบ สามารถวัดได้ด้วยแบบวัดที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยผู้ที่มีคะแนนความสามารถในการอ่านอารมณ์และคาดเดาความรู้สึกของผู้อื่นสูง หมายถึง ผู้ที่มีความสามารถมองเห็นหรือตัดสินใจคนจากลักษณะท่าทางได้ดีสามารถดูจากพฤติกรรมและลักษณะที่ปรากฏภายนอก ทั้งแววตา สีหน้า และน้ำเสียงแล้วสรุปออกมาได้ และผู้ที่มีคะแนนความสามารถในการอ่านอารมณ์และคาดเดาความรู้สึกของผู้อื่นต่ำ หมายถึง ผู้ที่มีจุดอ่อนในการประเมินคนจากการดูลักษณะภายนอกต่างๆ ควรพยายามพัฒนาตนเองให้ดูคนให้ออก โดยการเฝ้าสังเกตและพยายามศึกษาลักษณะท่าทางของผู้อื่น

1.2 ความสามารถในการเข้าใจผู้อื่นตามสถานการณ์ในสังคมแสดงถึงความเข้าใจในเรื่องอารมณ์ การเอาใจเขามาใส่ใจเรา เป็นความสามารถในการรวบรวมประสบการณ์และความรู้สึกของตนเองเปรียบเหมือนว่าตนเองเข้าไปอยู่ในสถานการณ์นั้นๆ และมีความเข้าใจสภาพอารมณ์ของ

บุคคลในสถานการณ์นั้นๆ สามารถวัดได้ด้วยแบบวัดที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยผู้ที่มีคะแนนความสามารถในการเข้าใจผู้อื่นสูง หมายถึง ผู้ที่มีความสามารถในการพาตนเองเข้าไปมีส่วนร่วมในสถานการณ์นั้นๆ ได้ดี เปรียบเหมือนตนเองเป็นบุคคลนั้นๆ มักจะประเมินสถานการณ์ได้ถูกต้อง ผู้ที่มีคะแนนความสามารถในการเข้าใจผู้อื่นต่ำ หมายถึง ผู้ที่ขาดความสามารถในการเห็นใจผู้อื่น ไม่สามารถประเมินความรู้สึกและสถานการณ์ของผู้อื่นได้ถูกต้อง

1.3 ความต้องการที่จะเอื้อเพื่อ ช่วยเหลือผู้อื่น เป็นความคิดเห็นที่แสดงถึงความต้องการในการช่วยเหลือ แบ่งปันและใส่ใจผู้ที่ได้รับความลำบากโดยไม่หวังผลตอบแทนสามารถวัดด้วยแบบวัดความต้องการที่จะเอื้อเพื่อ ช่วยเหลือผู้อื่นที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยผู้ที่มีคะแนนความต้องการที่จะเอื้อเพื่อ ช่วยเหลือผู้อื่นสูง หมายถึง ผู้ที่มีความเอื้อเพื่อเผื่อแผ่ที่จะช่วยเหลือผู้อื่น มีความเห็นอกเห็นใจพร้อมที่จะเสียสละและเต็มใจบริการผู้อื่น ผู้ที่มีคะแนนความต้องการที่จะเอื้อเพื่อ ช่วยเหลือผู้อื่นต่ำ หมายถึง ผู้ที่มีแนวโน้มเห็นแก่ตัวมาก เห็นความสำคัญในเรื่องผลประโยชน์ของตนเองมากกว่าของผู้อื่น

2. การพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของนักเรียนวัยรุ่น หมายถึง การจัดประสบการณ์ให้แก่นักเรียนเพื่อพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของนักเรียน โดยใช้โปรแกรมการช่วยเหลือตนเอง ซึ่งเป็นวิธีการที่ให้นักเรียนใช้คู่มือช่วยเหลือตนเองที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเพื่อให้นักเรียนอ่านและฝึกปฏิบัติด้วยตนเอง ในแต่ละครั้งของการใช้คู่มือมีลำดับขั้นตอน ดังนี้

2.1 ผู้วิจัยกล่าวทักทายนักเรียน

2.2 ผู้วิจัยให้นักเรียนทบทวนถึงการใช้คู่มือในครั้งที่ผ่านๆ มา และให้นักเรียนนำแบบรายงานผลการฝึกจากการใช้คู่มือมาส่ง

2.3 ผู้วิจัยให้นักเรียนแต่ละคนอภิปรายความรู้สึกนึกคิด อารมณ์ และพฤติกรรม ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของตนเองว่าเปลี่ยนแปลงไปในทางที่พึงประสงค์หรือไม่

2.4 ผู้วิจัยมอบหมายให้นักเรียนทุกคนศึกษาคู่มือพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นด้วยตนเอง โดยในแต่ละครั้งจะศึกษาครั้งละ 1 เรื่อง

2.5 ผู้วิจัยให้นักเรียนฝึกปฏิบัติจากคู่มือพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นด้วยตนเอง

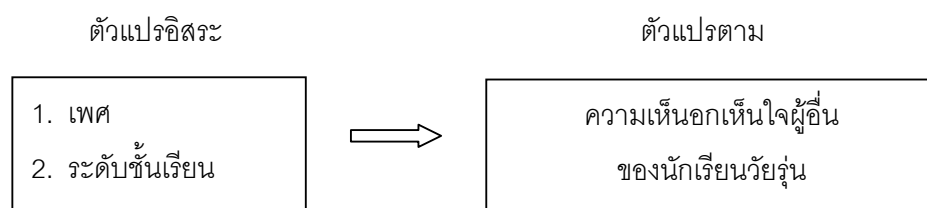
2.6 ผู้วิจัยพูดคุยถามข้อสงสัยและอธิบายเพิ่มเติมก่อนนักเรียนนำไปปฏิบัติจริง

3. **นักเรียนวัยรุ่น** หมายถึง นักเรียนที่มีอายุตั้งแต่ 14 – 16 ปีบริบูรณ์ และกำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 และชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ปีการศึกษา 2549 โรงเรียนท่าม่วงราษฎร์บำรุง จังหวัดกาญจนบุรี

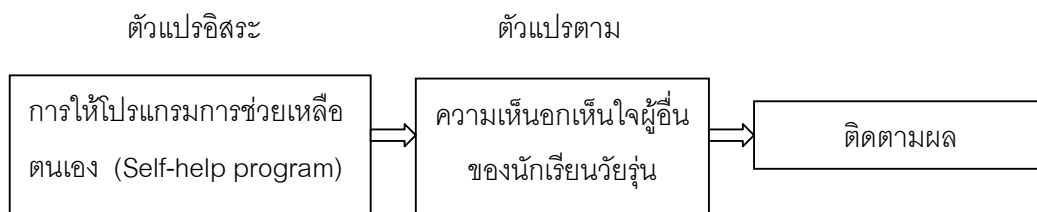
กรอบแนวคิดในการวิจัย

ผู้วิจัยได้วางกรอบแนวคิดในการวิจัยไว้ ดังนี้

ตอนที่ 1 การศึกษาความเห็นอกเห็นใจของนักเรียนวัยรุ่น



ตอนที่ 2 การพัฒนาความเห็นอกเห็นใจของนักเรียนวัยรุ่นโดยการให้โปรแกรมการช่วยเหลือตนเอง (Self-help program) โดยมีแบบแผนการวิจัย ดังนี้



สมมติฐานในการวิจัย

1. นักเรียนวัยรุ่นหญิงมีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นแตกต่างกับนักเรียนวัยรุ่นเพศชาย
2. นักเรียนวัยรุ่นที่อยู่ในระดับชั้นเรียนแตกต่างกันมีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นแตกต่างกัน
3. นักเรียนวัยรุ่นหลังจากได้รับโปรแกรมการช่วยเหลือตนเอง (Self-help program) เป็นผู้ที่มีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นมากขึ้น

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และได้นำเสนอตามหัวข้อดังต่อไปนี้

1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น
 - 1.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น
 - 1.1.1 ความหมายของความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น
 - 1.1.2 ความสำคัญของความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น
 - 1.1.3 แนวคิด ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น
 - 1.1.4 ปัจจัยที่มีผลต่อการเกิดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น
 - 1.1.5 องค์ประกอบของความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น
 - 1.1.6 แนวทางการเสริมสร้าง พัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น
 - 1.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น
2. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับวัยรุ่นกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น
 - 2.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับวัยรุ่น
 - 2.1.1 ความหมายของวัยรุ่น
 - 2.1.2 พัฒนาการของวัยรุ่น
 - 2.1.3 วัยรุ่นกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น
3. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความเที่ยงตรง
 - 3.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับความเที่ยงตรง
 - 3.1.1 ความหมายของความเที่ยงตรง
 - 3.1.2 ประเภทของความเที่ยงตรง
 - 3.1.3 ความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้าง
 - 3.1.4 การประเมินความสอดคล้องของโมเดล
 - 3.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความเที่ยงตรง

4. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับโปรแกรมการช่วยเหลือตนเอง

4.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับโปรแกรมการช่วยเหลือตนเอง

4.1.1 ความหมายของการช่วยเหลือตนเอง

4.1.2 วิธีการบำบัดโดยคู่มือการช่วยเหลือตนเอง

4.1.3 ประโยชน์ของคู่มือการช่วยเหลือตนเอง

4.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับโปรแกรมการช่วยเหลือตนเอง

1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

1.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

ทัวร์เนย์ (Ludeman. 1968 : 278 ; citing Tournier. 1957) กล่าวถึง ความเห็นอกเห็นใจว่า เป็นสิ่งสำคัญอันดับแรกในการเปิดใจที่จะรู้จักโลกของบุคคลอื่น และอะรอนฟรีด (Aronfreed. 1970 : 111) ได้กล่าวว่า ความเห็นอกเห็นใจ (Empathy) เป็นเงื่อนไขเบื้องต้นที่จำเป็นอย่างยิ่งสำหรับพฤติกรรมเอื้อเฟื้อต่อผู้อื่น ดังนั้น ความเห็นอกเห็นใจเป็นสิ่งสำคัญที่จะทำให้อยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้

1.1.1 ความหมายของความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

คำว่าความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นมีความหมายหลากหลาย ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยเน้นที่จะศึกษาในเรื่องของความเห็นอกเห็นใจที่มีต่อผู้อื่น โดยเฉพาะอย่างยิ่งความเห็นอกเห็นใจที่เกี่ยวกับการเข้าใจถึงความรู้สึกและความต้องการของผู้อื่น ได้มีผู้ที่ได้ให้ความหมายความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นไว้ดังนี้

คาลิซซ์ (Kalish. 1973 : 1548-1552) ให้ความหมายว่า เป็นความสามารถในการเข้าถึงชีวิตของบุคคลอื่น การรับรู้ถึงความรู้สึกและอารมณ์ของบุคคลอื่นอย่างถูกต้องเที่ยงตรง

ลาสเตอร์ (Lauster. 1978 : 114) ให้ความหมายว่า ความเห็นอกเห็นใจ คือ ความสามารถรับรู้ถึงความรู้สึกนึกคิดอารมณ์ของผู้อื่น โดยอาศัยประสบการณ์ที่เหมือนกันของตนเอง มาคาดคะเนอารมณ์พฤติกรรมของผู้อื่น

อีแกน (Egan. 1986 : 95) ให้ความหมายว่า ความเห็นอกเห็นใจเป็นความสามารถที่เข้าถึงและเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น และมีส่วนร่วมในความรู้สึกนั้น ผลของความรู้สึกสามารถแสดงให้เห็นได้โดยพฤติกรรมที่แสดงออกด้วยภาษาถ้อยคำและภาษาท่าทาง

โกลแมน (Goleman. 1998 : 135) ได้ให้ความหมายความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นว่าเป็นการตระหนักรู้ถึงความรู้สึกความต้องการและความหวังโยของผู้อื่น

วิญญาณ พูลศรี (2531 : 86) ให้ความหมายว่า เป็นความเข้าใจหรือความเห็นอกเห็นใจความรู้สึกและเรื่องราวต่างๆของผู้อื่น ยิ่งมีความเห็นอกเห็นใจมากเท่าไรก็จะยิ่งเกิดความเข้าใจผู้อื่นมากขึ้น

มนัส บุญประกอบ (2543 : 217) ได้ให้ความหมายความเห็นอกเห็นใจว่าเป็นความสามารถที่เอาใจเขามาใส่ใจเรา ตระหนักรู้ถึงสิ่งที่คนอื่นกำลังรู้สึกโดยไม่จำเป็นต้องมาบอกให้ทราบซึ่งคนส่วนมากไม่เคยบอกเราให้ทราบถึงสิ่งที่เขารู้สึกในคำพูด นอกจากนี้น้ำเสียง ภาษาท่าทาง และการแสดงออกทางสีหน้า ปัจจัยส่วนนี้ถูกสร้างขึ้นมาจากความตระหนักรู้ตนเองที่กำลังทำให้เหมาะกับอารมณ์ของตนเองซึ่งทำให้ง่ายต่อการที่จะอ่านและเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่นได้

วิลาสลักษณ์ ชิววลี (2543 : 74) ได้ให้ความหมายความเห็นอกเห็นใจว่าเป็นการตอบสนองทางอารมณ์ที่เนื่องมาจากการตระหนักรู้ถึงสภาพอารมณ์หรือสถานการณ์ของอีกคนหนึ่งที่คล้ายหรือเหมือนกับที่บุคคลนั้นรับรู้ว่าเขาเคยมีประสบการณ์มาก่อน รวมถึงการคำนึงถึงผู้อื่นและต้องการที่จะเอื้อเฟื้อ แบ่งปันผู้อื่น

เทอดศักดิ์ เดชคง (2545 : 100) ให้ความหมายว่า เป็นการเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่นที่กำลังประสบกับเหตุการณ์ต่างๆ เช่น เห็นคนนั่งรอรถเมล์ด้วยอาการเบื่อเซ็งก็เห็นใจและเข้าใจว่าเขารออยู่นานจนเบื่อไปแล้ว

จากความหมายดังกล่าวผู้วิจัย สรุปได้ว่า ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น หมายถึง การเข้าใจความรู้สึกนึกคิดของผู้อื่น สามารถรับรู้อารมณ์และทราบความต้องการของผู้อื่นที่กำลังประสบกับเหตุการณ์ต่างๆ และมีความสามารถคาดเดาความรู้สึกของผู้อื่นจากการสังเกตภาษากาย และลักษณะการพูดได้อย่างถูกต้อง

1.1.2 ความสำคัญของความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นมีความสำคัญมากในการดำรงชีวิตในสังคมเพราะเราจะต้องมีปฏิสัมพันธ์ร่วมกับบุคคลอื่นและจำเป็นต้องพบปะกับผู้คนอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้จึงได้มีผู้กล่าวถึงความสำคัญของความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นไว้ดังนี้

ลาสเตอร์ (Lauster. 1978 : 116) ได้กล่าวว่า การเห็นอกเห็นใจผู้อื่นสำคัญมากในการติดต่อกับผู้อื่น ความเข้าใจผิด การโต้แย้งจะไม่เกิดขึ้นหากเข้าใจผู้อื่นมากขึ้น หากเห็นแก่ตัว มีอคติ และพอใจกับสิ่งเดิมๆก็ยากที่จะเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

อีแกน (วลัยรัตน์ ประจักษ์วิกรานต์ 2535 : 35 ; อ้างอิงจาก Egan. 1990) ได้สรุปความสำคัญของความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น ดังนี้

1. ใช้ในการสร้างสัมพันธภาพ ทั้งนี้เนื่องจากว่าความเห็นอกเห็นใจเป็นเครื่องมือที่ดีที่สุดในการสื่อสารระหว่างบุคคลโดยจะเป็นแรงผลักดันให้เข้าไปสัมผัสโลกทัศน์ของบุคคลอื่น ทำให้เกิดความเข้าใจในบุคคลนั้น

2. เป็นการปรับประคับประคองทางจิตใจเพราะความเห็นอกเห็นใจเป็นวิธีการหนึ่งที่สามารถเข้าไปสัมผัสความรู้สึก พฤติกรรม และสิ่งที่บุคคลนั้นๆ กำลังประสบอยู่

3. ช่วยให้การสื่อสารราบรื่นเพราะมีการสื่อสารที่ชัดเจนและเกิดความเข้าใจซึ่งกันและกัน นอกจากนี้ยังเป็นการให้กำลังใจต่อกันอีกด้วย

4. เป็นการฝึกความสนใจ เอาใจใส่และตั้งใจรับฟังเรื่องราวต่างๆ

5. เป็นแนวทางให้ความช่วยเหลือที่จะนำไปสู่การแก้ปัญหาอย่างมีประสิทธิภาพ

สโลเวย์ และเมเยอร์ (จอม ชุ่มชวย. 2540 : 60 ; อ้างอิงจาก Salovey and Mayer. 1990) กล่าวว่า การรับรู้อารมณ์ของผู้อื่น รู้ความต้องการของผู้อื่น ทักษะนี้จะทำให้คนนั้นเข้าใจคนอื่น และเป็นที่ยอมรับของสังคมในที่สุด

สมิท (วลัยรัตน์ วรรณโพธิ์. 2545 : 8 ; อ้างอิงจาก Smith, N.d. : 2002) กล่าวว่า Empathy จัดเป็นทักษะทางสังคมในการที่สร้างและรักษาความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน มีการเอาใจเขามาใส่ใจเรา เข้าใจความรู้สึกและความต้องการของคนอื่น รวมถึงความสามารถในการทำนายว่าแต่ละคนคิด รู้สึก พูดเกี่ยวกับตัวเองหรือผู้อื่นอย่างไรเปรียบเหมือนสัมผัสที่ 6 ที่มีแนวโน้มจะรับรู้และคาดการณ์ถึงความรู้สึกตนเองและมีความเข้าใจจิตใจผู้อื่น 2 ประการ คือ 1. ความเข้าอกเข้าใจเป็นทักษะและสามารถเรียนรู้ได้ และ 2. เป็นส่วนจำเป็นต่อการสร้างสัมพันธภาพในการช่วยเหลือซึ่งกันและกัน

แบทสัน (ประภาพร มั่นเจริญ. 2544 : 3 ; อ้างอิงจาก Batson. 1991) กล่าวว่าความเห็นอกเห็นใจนั้นเป็นหัวใจสำคัญที่ก่อให้เกิดความเอื้อเฟื้อและการช่วยเหลือผู้อื่น ซึ่งเป็นแหล่งพลังทำให้เกิดการกระทำที่เป็นประโยชน์

ไอเซนเบิร์ก (เทอดศักดิ์ เดชคง. 2545 : 101 อ้างอิงจาก Eisenberg. 1996) ได้กล่าวว่า เด็กที่เห็นอกเห็นใจผู้อื่นนั้นมักมีความสามารถในการควบคุมตนเองได้ดี มีสังคมกับเพื่อนฝูงได้ดีกว่า ซึ่งสามารถอธิบายได้ว่าเด็กที่เห็นใจ เข้าใจผู้อื่นก็จะทำในสิ่งที่คำนึงถึงผู้อื่นด้วย

เทิดศักดิ์ เดชคง (2545 : 41) ได้กล่าวว่า การที่เราจะเห็นใจและเข้าใจเพื่อนมนุษย์นั้น นอกจากจะใช้วัจนภาษาในการสื่อสารแล้ว ยังมีอวัจนภาษาในการสื่อสารด้วย มันถูกใช้เพื่อประเมินความ “น่าเชื่อถือ” ของข่าวสารด้วย เมื่อใดก็ตามที่ข่าวสารทางคำพูดได้ขัดแย้งกับท่าทางที่แสดงออก ก็ค่อนข้างเชื่อได้เลยว่าคำพูดนั้นต้องฟังหูไว้หู เพราะภาษาท่าทางแสดงออกมาโดยอัตโนมัติไม่อาจเสแสร้งได้ และคนที่เข้าใจผู้อื่นโดยผ่านการรับรู้ภาษาท่าทาง ย่อมตอบสนองต่อคนรอบๆข้างอย่างถูกต้อง

จากความสำคัญของความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นดังกล่าว จะเห็นได้ว่า ความเห็นอกเห็นใจเป็นสิ่งที่จำเป็นในการดำรงชีวิตประจำวันเพราะทำให้สามารถเข้าใจ รับรู้ความรู้สึก อารมณ์และความต้องการของผู้อื่น จึงทำให้เกิดความเข้าใจซึ่งกันและกัน และสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข

1.1.3 แนวคิด ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

จากการศึกษาค้นคว้าแนวคิด ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นพบว่า มีทฤษฎีที่กล่าวถึงความเห็นอกเห็นใจ (Empathy) ดังนี้

1.1.3.1 แนวคิดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของปีเตอร์ ลาสเตอร์ (Peter Lauster)

ปีเตอร์ ลาสเตอร์ (1978 : 115) ได้กล่าวถึง แนวคิดเกี่ยวกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นว่า คำพูดในลักษณะ “ฉันเสียใจจริงๆ” “ฉันเข้าใจดี” หรือ “ฉันก็เคยเหมือนกัน” แสดงถึงความรู้สึกร่วมกับผู้อื่น ทุกคนมีระดับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นในระดับใดระดับหนึ่ง ความสามารถนี้ไม่ได้มีมาแต่กำเนิด แต่พัฒนามาจากประสบการณ์ตอนเด็ก การศึกษาและประสบการณ์ สำหรับนักจิตวิทยาแล้ว ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น คือ ความสามารถรับรู้ถึงความรู้สึกนึกคิดอารมณ์ของผู้อื่น โดยอาศัยประสบการณ์ที่เหมือนกันของตนเอง มาคาดคะเนอารมณ์พฤติกรรมของผู้อื่น โดยที่จะต้องพาตัวเองเข้าไปอยู่ในสถานการณ์นั้นๆ เพื่อให้รับรู้อารมณ์ ความรู้สึก วิตกกังวล และสังเกต คาดเดาว่าเขาน่าจะแสดงออกอย่างไร สีหน้า ท่าทาง หน้าแดง หรือสั่น เมื่ออยู่ในเหตุการณ์นั้นๆ คงอาจจะต้องหาคนที่แสดงท่าทางเช่นนั้นด้วย คิดว่าผู้อื่นกำลังวิตกกังวลเช่นเราหรือไม่ จะทำให้เรานั้นสามารถหาข้อสรุปได้ถูกต้อง ซึ่งคนเราสามารถพัฒนาความสามารถตัดสินคนจากลักษณะท่าทาง โดยเรียนรู้จากประสบการณ์ที่ผ่านมาสะสมเพิ่มอย่างต่อเนื่อง ดังนั้นหากจะพัฒนาความสามารถนี้ คุณต้องพบปะผู้คนให้มากและสังเกตพวกเขาอย่างใกล้ชิด ดูการแสดงสีหน้า ท่าทาง ลักษณะการพูดจา ลักษณะทางกายภาพของเขา เปิดหูเปิดตารับรู้ถึงสัญญาณที่เขาแสดงออกมาให้เห็น แล้วคุณจะทำอย่างไรพัฒนาประสาทรับรู้ให้แม่นยำ แยกแยะความแตกต่างแม้เล็กน้อยได้ ลองศึกษาคนที่ให้สัมภาษณ์ทางโทรทัศน์ว่าเขาแสดงออกอย่างไรให้ดูดี แล้วผลที่ได้เป็นแง่ดีหรือกลางๆ สังเกตเห็นความกังวลใจ ความไม่มั่นใจ บ้างไหม เช่น การเคลื่อนไหวมือโดยไม่จำเป็น เกาศีรษะ ลูบคาง เคาะนิ้ว การใช้คำ เป็นต้น สิ่งเหล่านี้จะช่วยให้คุณสรุปภาพออกมาว่าคุณควรเชื่อหรือทำเช่นไร การมองคนจากลักษณะท่าทางนี้มีหลุมพรางที่ก่อให้เกิดความผิดพลาดอยู่มาก เช่น ความชอบหรือไม่ชอบ ใครอยู่ก่อนแล้ว ก่อให้เกิดอคติได้ ลักษณะทางกายภาพก็เช่นกัน ก็ก่อให้เกิดอคติ เช่น มักคิดว่าผู้หญิงสวยมักจะโง่ หน้าผากสูงจะฉลาด เป็นต้น สิ่งเหล่านี้ก็นำไปสู่ข้อสรุปที่ผิดพลาดได้

ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นถือว่าเป็นความไม่เห็นแก่ตัวโดยสมบูรณ์ ซึ่งการกระทำสิ่งเหล่านี้จะทำให้เราเกิดความเห็นใจ เข้าใจ ร่วมรู้สึกกับบุคคลนั้นๆ และพยายามอยากจะทำเพื่อช่วยเหลือให้ผู้อื่นพ้นทุกข์อีกด้วย ซึ่งก่อให้เกิดพฤติกรรมเอื้อเฟื้อตามมา ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น ไม่ค่อยเกี่ยวข้องกับความสำเร็จมากนัก จะเห็นได้ว่า คนฉลาดมากๆ บางครั้งก็ไม่ค่อยเห็นใจผู้อื่น เพราะคิดหาเหตุผลตรรกะต่างๆ ไม่ค่อยรับรู้อารมณ์ ความรู้สึก แม้ของตนและของผู้อื่น ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นสำคัญอย่างยิ่งในการสนทนา หากเราพูดคุยกับคนที่เกิดมีความเห็นไม่เหมือนกับเรา เราก็จะคิดว่าทำไมไม่เป็นเช่นนั้นประสบการณ์หรือเหตุการณ์อะไรทำให้คุณสนทนาของเราคิดเช่นนั้น คนที่มองตัวเองเป็นหลักไม่มีใครจะเข้าใจผู้อื่น ทำตัวเข้าทำนอง “สะเพร่า ชุ่มช้ามไม่เข้าเรื่อง” ไม่คิดว่าหากเป็นตนเองแล้วจะเป็นอย่างไร พยายามที่จะไม่เข้าใจความคิด ความรู้สึกของผู้อื่นที่แตกต่างจากตัวเองที่ ทำตัวก้าวร้าว

1.1.3.2 แนวคิดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของอะรอนฟรีด (Aronfreed)

อะรอนฟรีด (1970 : 111) ได้อธิบายว่า ความเห็นอกเห็นใจที่เป็นการให้รางวัลตนเอง (Self – rewarded empathy) ต้องผ่านเงื่อนไขของความเห็นอกเห็นใจ คือ ความรู้สึกที่ดีของผู้ช่วยเหลือเป็นเงื่อนไขจากการตอบสนองความเห็นอกเห็นใจต่อปฏิกริยาที่ดีของผู้ที่ได้รับการช่วยเหลือ ซึ่งจะนำไปสู่พฤติกรรมเอื้อเฟื้อ ดังนั้นพฤติกรรมจะเป็นตัวกำกับด้วยผลของการกระทำในตัวเอง โดยเงื่อนไขของความเห็นอกเห็นใจถูกสร้างขึ้นเป็น 2 ระยะ คือ

1. ระยะแรก เด็กสามารถเกิดประสบการณ์ความเห็นอกเห็นใจได้ต้องสอดคล้องควบคู่ไปกับการเปลี่ยนแปลงในด้านอารมณ์ความรู้สึกต่อตัวชี้แนะทางสังคมโดยถ่ายทอดข้อมูลเกี่ยวกับประสบการณ์อื่นๆ ผลของความต่อเนื่องกันก็คือ ตัวชี้แนะที่ถ่ายทอดประสบการณ์อื่นๆ จะได้รับคุณค่าอิสระในตัวเองเพื่อนำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในด้านอารมณ์ความรู้สึกของเด็กภายใต้เงื่อนไขที่ว่าเมื่อเด็กเกิดการรับรู้ตัวชี้แนะต่างๆ ได้ไม่นานสัญลักษณ์ของเหตุการณ์ต่างๆ จะกลายเป็นประสบการณ์โดยตรงที่เกิดขึ้นในตัวเด็ก

2. ระยะที่สอง เงื่อนไขความเห็นอกเห็นใจเป็นสื่อช่วยให้คุณค่าต่อการสร้างพฤติกรรมภายนอก เมื่อเด็กได้ค้นพบผลลัพธ์ที่มีคุณค่าหลายครั้งของพฤติกรรมเอื้อเฟื้อ หรือความเห็นอกเห็นใจจากประสบการณ์ความรู้สึก อันเป็นผลจากการแสดงออกของผู้อื่น ผลการเสริมแรงความเห็นอกเห็นใจของความเอื้อเฟื้อ หรือพฤติกรรมความเห็นอกเห็นใจ อาจจะมีเกิดมาจากรูปแบบของ ตัวชี้แนะทางสังคม ซึ่งสามารถสังเกตผลได้โดยตรงจากการกระทำ หรือผลอาจจะมีถ่ายทอดคุณค่าแม้ว่าไม่สามารถสังเกตได้ ก็จะไปสู่สัญลักษณ์การรู้คิดที่เกิดขึ้นในตัวเด็ก

1.1.3.3 แนวคิดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของแบทสัน (Batson)

C. Daniel Batson และคณะ (ประภาพร มั่นเจริญ. 2544 : 18 ; อ้างอิงจาก Schroeder ; et al. 1995 : 74 - 77) ได้เสนอแนวคิดของรูปแบบความเห็นอกเห็นใจในการเอื้อเฟื้อต่อ การให้ความช่วยเหลือ (The Empathy-Altruism Model) โดยรับรู้ว่าการให้ความช่วยเหลือส่วนมาก แล้วจะถูกจงใจเพื่อตนเอง แต่ Batson ได้แย้งว่าการเอื้อเฟื้อ โดยแท้จริงยังคงมีอยู่และให้นิยาม การเอื้อเฟื้อในสภาพแรงจูงใจโดยมีเป้าหมายสูงสุด เพื่อเพิ่มความสุขให้กับผู้อื่น Batson เสนอว่า กลไก เบื้องต้นของรูปแบบความเห็นอกเห็นใจ (Empathy) คือ การมีปฏิกริยาทางอารมณ์ต่อปัญหาของ บุคคลอื่น ทั้งความเสียใจ หรือความทุกข์ใจ ในบางสถานการณ์ เผยให้เห็นความแตกต่างของอารมณ์ ความเห็นอกเห็นใจ (empathy) หรือความห่วงใยเอื้ออาทร (empathic concern) คือการตอบสนอง ทางอารมณ์โดยคำนึงถึงบุคคลอื่น อย่างไรก็ตาม ความเสียใจ ความทุกข์ใจ ทำให้เกิดความต้องการ ส่วนตัวที่จะลดความทุกข์นั้นด้วยตัวของตัวเอง Batson เสนอแนะว่าความห่วงใยเอื้ออาทรก่อให้เกิด แรงจูงใจในการเอื้อเฟื้อที่จะลดความทุกข์ของผู้อื่น

1.1.3.4 ทฤษฎีพัฒนาการความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของ ฮอฟแมน (Hoffman)

ทฤษฎีพัฒนาการความเห็นอกเห็นใจของ Hoffman (ประภาพร แซ่เตียว. 2541 : 11 ; อ้างอิงจาก Schroeder ; et al. 1995 : 115) ได้อธิบายพัฒนาการของการรับรู้ความรู้สึก ตลอดจน ความเห็นอกเห็นใจไว้ดังนี้

ขั้นที่ 1 Global empathy เป็นพัฒนาการความเห็นอกเห็นใจในขั้นแรก ซึ่งเกิด ช่วงวัยทารก ระยะเวลาที่เด็กจะแสดงพฤติกรรมความเห็นอกเห็นใจจากการที่เห็นบุคคลอื่น ไม่ว่าจะ บุคคลนั้นจะเป็นใคร ดังนั้นเด็กในระยะนี้จะแสดงความรู้สึกเหมือนกับเหตุการณ์นั้นเกิดขึ้นกับตนจริง เช่น เด็กหญิงอายุ 11 เดือน เห็นเด็กคนหนึ่งหกล้มร้องไห้ เด็กจะแสดงเหมือนกับว่าจะร้องไห้เสียเอง โดยกระทำหน้าเศร้าเอานิ้วหัวแม่มือใส่ปาก แล้วเอานิ้วชุกกับตัวของแม่ เหมือนกับตัวของเด็กหกล้ม เจ็บเอง ดังนั้นในระยะนี้จะแสดงความเห็นอกเห็นใจกับคนอื่นได้เหมือนเหตุการณ์นั้นเกิดขึ้นกับตัวเด็ก เอง ทั้งที่เป็นเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นกับบุคคลอื่น

ขั้นที่ 2 Egocentric empathy เป็นระยะที่สามารถรับรู้ความรู้สึกกับผู้อื่นได้ แต่ ยังยึดตนเป็นจุดศูนย์กลางอยู่ เกิดในเด็กอายุมากกว่า 1 ปี ระยะเวลานี้เป็นระยะที่ Piaget เชื่อว่าเด็กมี ความสามารถเข้าใจความคงที่ของวัตถุ (Object Permanence) ซึ่งจะทำให้เด็กตระหนักว่า เด็กเป็น บุคคลหนึ่งที่แยกจากบุคคลอื่น ทั้งทางด้านร่างกายและภาพพจน์ของตนเอง และภาพพจน์ของคนอื่น เด็กระยะนี้จะเริ่มรู้สึกว่าคนอื่นรู้สึกเจ็บไม่ใช่ตนรู้สึกเจ็บ แต่อย่างไรก็ตาม เด็กระยะนี้ยังสับสนเกี่ยวกับ ความเข้าใจสภาวะภายในของบุคคลอื่นและของตนเองอยู่ โดยเด็กรู้ว่าคนอื่นอยู่ในสภาวะไม่สบายใจ ไม่ใช่ตัวเด็กเองอยู่ในสภาวะไม่สบายใจ แต่เด็กยังไม่รู้สภาวะภายในของบุคคล เด็กยังคงคิดว่า

ความรู้สึกที่เกิดขึ้นกับคนอื่นเหมือนของตนเอง เช่น เด็กชายอายุ 18 เดือนแลดูเศร้าหมอง เมื่อเขาเห็นเพื่อนของตนกำลังเริ่มร้องไห้ และเด็กชายคนนี้พยายามนำมารดาของเขา เข้าไปปลอบเด็กที่กำลังร้องไห้ ทั้งๆที่แม่ของเด็กที่กำลังร้องไห้ก็อยู่ที่นั่น พฤติกรรมนี้ชี้ให้เห็นว่า เด็กยังสับสนเกี่ยวกับสภาวะภายในของบุคคลอื่นและแสดงให้เห็นว่าเด็กในระยะนี้ไม่ได้ยึดตนเองเป็นจุดศูนย์กลางสมมุติที่เดียว เพราะเด็กยังสามารถแสดงการเห็นอกเห็นใจผู้อื่นได้

ขั้นที่ 3 Empathy for another's feeling ระยะนี้อยู่ในช่วงอายุ 2 – 3 ปี เป็นระยะที่เด็กเริ่มมีความสามารถในการสวมบทบาท (Role – taking ability) เด็กระยะนี้เริ่มตระหนักว่าความรู้สึกของบุคคลอื่น จะแตกต่างจากความรู้สึกของตน ซึ่งอยู่บนพื้นฐานของความต้องการและแปลเหตุการณ์ต่างๆในแต่ละบุคคล อันเป็นผลทำให้เด็กแต่ละคนมีการตอบสนองต่ออารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่นแตกต่างกัน โดยบางคนมีความรู้สึกเศร้ามากเมื่อมีผู้ร้องไห้มาก แต่บางคนมีความรู้สึกในเหตุการณ์เดียวกันน้อย และเมื่อเด็กมีพัฒนาการทางพุทธิปัญญาและภาษามากขึ้น เด็กวัยนี้มีความสามารถในความรู้สึกที่ซับซ้อนมากขึ้น เช่น ความเศร้าจากการสูญเสีย ความผิดหวังจากการกระทำ ความรู้สึกที่ตนเองไม่ได้รับความเอาใจใส่ เมื่อต้องการความช่วยเหลือ การสูญเสียความภูมิใจในตัวของตัวเอง ในตอนปลายของระยะนี้เด็กสามารถถูกกระตุ้นให้เกิดการเห็นอกเห็นใจได้ จากการได้ยินข้อมูลเกี่ยวกับความรู้สึกของผู้อื่น แม้ว่าบุคคลนั้นจะไม่ปรากฏตัวอยู่ในที่นั้น

ขั้นที่ 4 Empathy for another's life condition ระยะนี้จะเริ่มเกิดขึ้นในช่วงวัยเด็กตอนปลายเป็นต้นไป เป็นการเกิดการเห็นอกเห็นใจในเงื่อนไขของชีวิตของบุคคล เนื่องจากเด็กวัยนี้จะเริ่มเกิดความคิดรวบยอดเกี่ยวกับตนเอง และบุคคลอื่นว่ามีความแตกต่างกัน เพราะทุกคนได้รับประสบการณ์ที่แตกต่างกัน เด็กเริ่มรู้ว่าแต่ละบุคคลมีความรู้สึกต่างๆ เช่น ความเศร้า ความไม่ภูมิใจตนเอง ไม่ได้มาจากสภาวะอารมณ์ที่เกิดขึ้นในปัจจุบันเท่านั้น แต่เป็นเพราะสิ่งที่บุคคลได้พบหรือผ่านมาในอดีตด้วย เด็กจะมีการรับรู้ความรู้สึกหรือการเห็นอกเห็นใจบุคคลอื่นมาก ถ้าพบว่าบุคคลนั้นมีประวัติหรือประสบการณ์ที่น่าสงสารมาตั้งแต่อดีต ไม่ใช่เกิดขึ้นเพียงปัจจุบัน ดังนั้นความรู้สึกของเด็กระยะนี้ จะเกิดขึ้นมาน้อยเพียงใดขึ้นกับการรับรู้ ว่า เด็กจะมีความคิดรวบยอดเกี่ยวกับสังคมมากขึ้น เด็กจะเริ่มเข้าใจกลุ่มสังคม เช่น กลุ่มด้อยโอกาสหรือชนชั้นต่างๆ ซึ่งความรู้สึกของการเห็นอกเห็นใจจะเป็นแรงจูงใจพื้นฐานที่ทำให้เด็กเริ่มจะเสียสละบางอย่างของตน

การเห็นอกเห็นใจนี้เป็นเสมือนแรงจูงใจทางจริยธรรม เมื่อรวมกับความคิดถึงหลักแห่งความเป็นธรรม (Justice – principle thinking) แล้ว จะก่อให้เกิดบรรทัดฐานของการคิดคำนึง (Hot cognition) และบรรทัดฐานของการคิดคำนึงนี้ เป็นเสมือนการสำนึกหรือการเตือนภายใน ความคิดของบุคคลเอง ให้ระลึกการกระทำของตนเองต่อบุคคลอื่น ซึ่ง Hoffman เชื่อว่าอารมณ์ความเห็นอกเห็นใจและบรรทัดฐานของการคิดคำนึงนี้ จะเป็นตัวผลักดันที่ทำให้บุคคลมีความร่วมรู้สึก

ในความทุกข์ (Sympathetic distress) ของบุคคลอื่น และพยายามดับทุกข์ให้กับผู้อื่น ซึ่งลักษณะเช่นนี้จะทำให้บุคคลเกิดพฤติกรรมเอื้อเฟื้อต่อผู้อื่นนั่นเอง

1.1.3.5 ทฤษฎีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของ ไอเซนเบิร์ก (Eisenberg)

ไอเซนเบิร์ก (วลัยรัตน์ วรธนโพธิ์, 2545 : 13 ; Eisenberg, 1997 : 121 - 124)

ได้กล่าวถึงความเห็นอกเห็นใจ (Empathy) ไว้ในเรื่องของการให้เหตุผลเชิงจริยธรรม โดยแบ่งเป็นระดับต่างๆ ดังนี้

ระดับ 1 : เหตุผล 2 ประเภทที่ไม่ถูกต้อง (Two Uncorrelated Type)

1.1 ความสุขสบาย เกี่ยวกับคนอื่น กล่าวคือมักเห็นกับประโยชน์ของตัวเองมากกว่าที่จะเห็นใจคนอื่น พฤติกรรมที่ถูกต้องจึงเป็นวิธีการที่สามารถสนองความพอใจหรือความต้องการของตนเอง จะนำมาเป็นเหตุผลหลักในการที่จะช่วยหรือไม่ช่วยเหลือบุคคลอื่น รวมถึงในการตัดสินใจนั้นต้องเป็นผลประโยชน์ของตนเองโดยตรง

1.2 การเข้าใจความต้องการของผู้อื่น กล่าวคือ การแสดงความคิดเห็นโดยการคำนึงถึงความต้องการด้านร่างกายตามข้อเท็จจริง และความต้องการของคนอื่น สามารถคิดได้ว่าความต้องการของคนอื่นแตกต่างกับความต้องการของตนเอง เป็นการเรียนรู้ง่าย ๆ โดยไม่ผ่านการสวมบทบาท คำพูดที่แสดงถึงความเห็นใจหรือการอ้างถึงเหตุผลในการที่จะโกรธ

ระดับ 2 : การเห็นด้วยและเข้าใจความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลหรือลักษณะบุคลิกภาพ (Approval and Interpersonal)

เข้าใจลักษณะบุคลิกภาพของบุคคลว่ามีทั้งดีและไม่ดี พฤติกรรม ยอมรับผู้อื่นโดยสามารถให้เหตุผลที่แสดงถึงการเอื้อสังคมหรือกับพฤติกรรมที่ไม่ให้การช่วยเหลือ เช่น ช่วยเหลือผู้อื่นเพราะการช่วยเป็นสิ่งที่ดี หรือ เพราะเขาจะชอบถ้าฉันช่วยเขา

ระดับ 3 : ความเห็นอกเห็นใจ แบ่งเป็น

3.1 การเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น (Empathic Orientation)

การตัดสินใจของบุคคลในการตอบสนองด้วยความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น เรียนรู้ด้วยการเข้าใจคนอื่น และรับรู้ความรู้สึกโกรธ หรือความรู้สึกทางบวกโดยสัมพันธ์กับพฤติกรรมของผู้อื่น เช่น รู้ว่าเขารู้สึกอย่างไร รู้สึกแย่มากถ้าไม่ช่วยเขาเพราะเขาเจ็บหนัก

3.2 ระดับการเปลี่ยนแปลง (Transitional Stage)

การตัดสินใจว่าจะช่วยหรือไม่ช่วย รวมถึงการตีค่าภายในตัวของบุคคล บรรทัดฐาน หน้าที่ หรือความสามารถในการตอบสนอง การอ้างถึงความสำเร็จในการปกป้องสิ่งที่ถูกต้องและการทำให้เป็นเกียรติต่อผู้อื่น การอ้างถึงภายในตัวบุคคลด้วยการเคารพความรู้สึก และการประเมินค่าที่มีอยู่ในตนเองเป็นการตัดสินใจที่เห็นในระดับนี้

ระดับ 4 : ระดับที่ซึมซาบภายใน (Strongly Internalized Stage)

การตัดสินใจว่าจะช่วยเหลือหรือไม่ช่วยอยู่ในพื้นฐานของการประเมินค่าในตัวบุคคล บรรทัดฐานหรือความสามารถในการตอบสนอง ความต้องการของบุคคลและโครงสร้างของสังคม ความเชื่อในความมีเกียรติ ความถูกต้องและความเสมอภาคของบุคคล ความรู้สึกที่มีทั้งทางด้านบวกและลบ จะมีความสัมพันธ์กับการเคารพ และประเมินค่าที่มีอยู่ในตนเอง และยอมรับมาตรฐานที่ตนเองได้ตั้งไว้ เช่น ฉันรู้สึกว่าคุณสามารถช่วยบุคคลอื่นเมื่อเขาต้องการ หรือฉันจะรู้สึกแย่ถ้าไม่ได้ช่วย เพราะฉันจะรู้สึกว่าฉันไม่มีค่า

1.1.3.6 ทฤษฎีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของ เฟลชบาต (Empathy's Feshbach)

เฟรสบาร์ช (วัลย์รัตน์ วรรณโพธิ์. 2545 : 14 ; อ้างอิงจาก Feshbach. 2000 : 1) ได้กล่าวถึงความเห็นอกเห็นใจ (Empathy) ว่าเป็นการตอบสนองการรู้สึกร่วมในอารมณ์ด้วยประสบการณ์ของเด็กตามลักษณะอารมณ์ของผู้อื่น

รูปแบบของความเห็นอกเห็นใจ (Model of Empathy) แบ่งออกเป็น 3 ด้าน

ด้านที่ 1 : ระดับสติปัญญาด้านพื้นฐาน (Primary Cognitive Level)

เป็นความสามารถในการบรรยายและอธิบายระดับความรู้สึกของบุคคลอื่น เช่น มีความสุข หรือเศร้าได้

ด้านที่ 2 : ระดับสติปัญญา

มีการสะท้อนหรือความเข้าใจสังคม หมายถึง ความสามารถที่สมมติว่าเป็นคนอื่น และสวมบทบาทเป็นคนอื่น เป็นความคิดที่ได้จากการสังเกตสถานการณ์ที่เหมือนกัน เป็นประสบการณ์ตรงจากสถานการณ์นั้น

ด้านที่ 3 : การตอบสนองตามอารมณ์ (Emotion Responsiveness)

เป็นการสังเกตของเด็กที่ได้พบประสบการณ์ทางอารมณ์ทั้งทางบวก และทางลบ เช่น สังเกตสีหน้า ท่าทางหรือพฤติกรรมต่างๆของบุคคลและสามารถเข้าร่วมในอารมณ์นั้นๆของผู้อื่นได้

จากทฤษฎีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นที่กล่าวมา จะเห็นว่านักจิตวิทยาแต่ละท่านได้อธิบายการเกิดและพัฒนาการความเห็นอกเห็นใจตามแนวคิดของตนไว้ ซึ่งได้กล่าวถึงความเห็นอกเห็นใจในลักษณะที่ว่าทำให้เข้าใจมนุษย์ดีขึ้นและต้องการที่จะเอื้อเฟื้อ ช่วยเหลือเพื่อนมนุษย์และในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยจะยึดแนวคิดของปีเตอร์ ลาสเตอร์ร่วมด้วย ซึ่งแนวคิดนี้เชื่อว่าทุกคนมีระดับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นในระดับใดระดับหนึ่ง ความสามารถนี้ไม่ได้มีมาแต่กำเนิดแต่พัฒนามาจากประสบการณ์ตอนเด็ก การศึกษาและประสบการณ์

1.1.4 ปัจจัยที่มีผลต่อการเกิดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

ความสามารถในการสร้างความเห็นอกเห็นใจในแต่ละบุคคลนั้นต่างกันและระยะเวลาในการเกิดความเห็นอกเห็นใจก็แตกต่างกัน เนื่องจากคนมีพื้นฐานทางด้านจิตใจ อารมณ์ สังคมแตกต่างกัน นอกจากนี้ยังขึ้นอยู่กับความแตกต่างระหว่างอายุ เพศ ประสบการณ์และ อคติโนทัศน์ของผู้ที่สร้างความเห็นอกเห็นใจ (Empathizer) ด้วย ปัจจัยที่มีผลต่อการพัฒนาการเกิดความเห็นอกเห็นใจ มีดังนี้

1. เพศ เป็นตัวกำหนดบทบาททางสังคมระหว่างบุคคล เมื่อพิจารณาถึงความแตกต่างระหว่างบทบาททางสังคมระหว่างผู้ชายกับผู้หญิงแล้วจะเห็นว่าวัฒนธรรมและสังคมเป็นฝ่ายกำหนดความแตกต่างกัน เช่น ผู้ชายไม่คิดเล็กน้อยในเรื่องหุยมหิมแบบเพศหญิง และผู้หญิงจะไม่คิดจริงจังเกินไปนักในเรื่องบางเรื่อง ดังนั้นการที่จะเอาตัวเองเข้าไปอยู่ในโลกของบุคคลอื่นย่อมแตกต่างกัน (อำพัน จารุทัสนางกูร. 2541 : 38 ; อ้างอิงจาก Macdonald. 1977 : 998)

2. อายุ เป็นปัจจัยประการหนึ่งที่ยกถึงวุฒิภาวะบุคคล เช่น ด้านความคิด อารมณ์ สังคม เป็นต้น ซึ่งซีเดราด (อำพัน จารุทัสนางกูร. 2541 : 38 ; อ้างอิงจาก Zederad. 1969 : 661) กล่าวว่ายังมีประสบการณ์เกี่ยวกับความรู้สึกมาก จะทำให้มีวุฒิภาวะสูงขึ้นและมองชีวิตกว้างไกล ครอบคลุม และลึกซึ้ง ซึ่งจะมีส่วนช่วยในการเสริมสร้างความเห็นอกเห็นใจ

3. ประสบการณ์ บุคคลที่มีประสบการณ์การทำงานกับคนหลายประเภทจะทำให้มองชีวิตได้อย่างกว้างไกล ลึกซึ้งและมีวุฒิภาวะเพิ่มมากขึ้น ประสบการณ์ในการทำงานจึงเป็นปัจจัยหนึ่งที่จะช่วยพัฒนาการเกิดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

4. อคติโนทัศน์ เป็นตัวกำหนดพฤติกรรมและทำให้บุคคลเข้าใจตนเองดีขึ้น เป็นกระบวนการที่เกิดขึ้นได้ทั้งในขณะรู้ตัว และไม่รู้ตัว จึงเป็นรายละเอียดของเนื้อหาที่บุคคลใช้เพื่อชี้บอกรวมชาติของตนเองและใช้ในการเปรียบเทียบกับผู้อื่น โดยอาศัยประสบการณ์ของการปะทะสัมพันธ์ทางสังคมกับบุคคลรอบๆ ข้างว่าตนเองสามารถทำอะไรได้บ้างอคติโนทัศน์ จึงเป็นเรื่องของความคิดต่างๆ เกี่ยวกับลักษณะของตนเอง ซึ่งอาจไม่ตรงกับความเป็นจริง แต่เป็นเสมือนข้อสันนิษฐานเกี่ยวกับตนเองที่จะเป็นไปได้ (อำพัน จารุทัสนางกูร. 2541 : 39 ; อ้างอิงจาก Rogers. 1959 : 200)

สกุ และคณะ (Skoe ; et al. 2002 : Online) กล่าวว่า ความสัมพันธ์ระหว่างบทบาททางเพศกับความคิดทางด้านจริยธรรม ศีลธรรมและบุคลิกภาพทางสังคมด้านการเอาใจใส่ ด้านความยุติธรรมนั้นเพศหญิงจะมีคะแนนความเอาใจใส่สูงกว่าเพศชาย ในขณะที่เพศชายจะมีคะแนนความยุติธรรมมากกว่าเพศหญิง ดังนั้นเพศหญิงเป็นเพศที่มีการแสดงออกถึงความเห็นอกเห็นใจ ความเอาใจ

ใสมากกว่าเพศชาย ส่วนบุคคลที่มีความเป็นเพศชายจะมีความต้องการที่จะเห็นใจ ต้องการช่วยเหลือผู้อื่นต่ำ

ฮอล (Daniel ; et al. 1998 : Online ; citing Hall. 1978) กล่าวว่า เพศหญิงมีสัญชาตญาณของความเป็นแม่จึงทำให้ไวต่อความรู้สึก การรับรู้ภาษาท่าทางต่าง ๆ ที่นอกเหนือจากคำพูดได้ดีกว่าเพศชาย

บัค (Daniel ; et al. 1998 : Online ; citing Buck. 1982) กล่าวว่า การทำงานของระบบในสมองมีผลทำให้เพศหญิงมีความสามารถในการคาดเดาอารมณ์ ความรู้สึกได้ดีกว่าเพศชาย เนื่องจากเพศหญิงมีสัญชาตญาณในการคาดเดากระบวนการของอารมณ์ได้ดีกว่าเพศชาย ซึ่งเป็นการสั่งการของสมองซีกขวา ดังที่ กมลพรรณ ชีวพันธุ์ศรี (2550 : Online) กล่าวว่า สมองซีกขวาจะทำหน้าที่วิเคราะห์เกี่ยวกับลักษณะภาษาท่าทาง และทัศนคติที่ผู้อื่นแสดงออกมา

จะเห็นได้ว่า เพศ อายุและประสบการณ์มีผลต่อการสร้างความเห็นอกเห็นใจ ดังนั้นผู้ที่มีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นมากน้อยเพียงใด ก็ควรจะขึ้นอยู่กับปัจจัยที่ส่งผลการเกิดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นเหล่านี้ด้วย และผู้วิจัยได้ศึกษาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของนักเรียนวัยรุ่นโดยใช้เพศและระดับชั้นเป็นเป็นตัวแปรในการศึกษาครั้งนี้

1.1.5 องค์ประกอบของความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

คูเปอร์ และสวาฟ (วีระวัฒน์ บัณฑิตามย์. 2542 : 30 ; อ้างอิงจาก Cooper ; & Sawaf : 1997) ได้เสนอโครงสร้างของความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น ซึ่งประกอบด้วย

1. ตระหนักรู้ในอารมณ์ (Awareness)
2. การรับผลย้อนกลับของอารมณ์ (Feedback)
3. การแสดงออกด้านการหยั่งรู้
4. ความสามารถคิดใคร่ครวญ
5. การเล็งเห็นโอกาส

โกลแมน (Goleman. 1998 : 27) ได้ให้แนวคิดเกี่ยวกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น ซึ่งโกลแมนใช้คำว่า Empathy ซึ่งประกอบไปด้วยองค์ประกอบต่างๆ ดังต่อไปนี้

1. การเข้าใจผู้อื่น (Understanding others) คือ การเข้าใจถึงความรู้สึกมุมมองและข้อวิตกกังวลของผู้อื่น รวมทั้งเป็นการรู้สึกเข้าใจว่าผู้อื่นมีความต้องการอะไร อย่างไร ในสถานการณ์ที่แตกต่างกัน

2. การรู้จักส่งเสริมผู้อื่น (Developing others) คือ การที่เราารู้สึกถึงสิ่งที่ไม่ดี ไม่ถูกต้อง และข้อควรปรับปรุงของผู้อื่น รวมทั้งการมีความรู้สึกต้องการสนับสนุน ส่งเสริมความรู้และความสามารถของผู้อื่นให้พัฒนาสูงขึ้น โดยไม่สนใจถึงข้อบกพร่องต่างๆของบุคคลเหล่านั้น

3. มีจิตใจใฝ่บริการช่วยเหลือ (Service orientation) คือ การที่เราสามารถรับรู้ คาดการณ์ คาดคะเนความต้องการของผู้อื่นได้ว่ามีความต้องการอะไร อย่างไร รวมทั้งเป็นการที่เรา รู้สึกว่าต้องการตอบสนองในความต้องการเหล่านั้น โดยมีความต้องการที่จะทำสิ่งที่บุคคลอื่นต้องการ โดยไม่คาดหวังผลตอบแทนอย่างไร

4. การรู้จักให้ออกาสผู้อื่น (Leveraging diversity) คือ การมีความรู้สึกเห็นอกเห็นใจ ผู้ที่ด้อยโอกาสกว่าเรา และมีความรู้ ความเข้าใจในสิ่งที่เขาเป็นหรือกระทำ โดยเข้าใจว่าเป็นสิ่งที่ทุกคน แตกต่างกันไป รวมทั้งเป็นการที่มีความรู้สึกว่าการให้ออกาสบุคคลที่ด้อยโอกาสได้เป็นหรือกระทำใน สิ่งที่ทัดเทียมผู้อื่นได้

5. การตระหนักรู้ถึงทัศนคติและความคิดเห็นของกลุ่ม (Political awareness) คือ การเข้าใจความคิดเห็นของกลุ่ม อารมณ์ของกลุ่ม ในสถานการณ์ต่างๆ รวมทั้งเป็นการเข้าใจและทราบ ถึงความสัมพันธ์ของคนในกลุ่มว่าเป็นอย่างไรในสถานการณ์ที่แตกต่างกัน

วัลย์รัตน์ วรรณโพธิ์ (2545 : 17) ได้สรุปว่าผู้ที่มีความสามารถในความเห็นอกเห็นใจ ผู้อื่นควรมีลักษณะต่างๆ ดังนี้

1. สามารถเข้าใจอารมณ์และความรู้สึก และการแสดงออกของผู้อื่นโดยสามารถเดา ความรู้สึกของผู้อื่นจากการแสดงออกทางสีหน้าได้ว่าผู้อื่นมีสีหน้าอย่างไร พยายามแปล ความหมายทั้งสีหน้า ท่าทางของคนรอบข้าง

2. มีความสามารถเอาใจเขามาใส่ใจเรา และสามารถคาดเดาความรู้สึกของผู้อื่น โดยสมมติว่าเราอยู่ในสถานการณ์นั้นด้วย เพื่อเข้าใจและรับรู้และสามารถตอบสนองได้อย่างถูกต้อง เป็นความพยายามรวบรวมประสบการณ์และความรู้สึกของตนเองในขณะที่เข้าไปอยู่ในสถานการณ์ ของคนอื่น

3. สามารถตอบสนองได้สอดคล้องกับสถานการณ์ พฤติกรรมหรือการกระทำของ ผู้อื่น โดยใช้ภาษาท่าทาง และภาษาพูดที่เป็นไปในทิศทางที่เอื้ออำนวย บ่งบอกถึงความเข้าใจ และ เห็นใจผู้อื่นได้ถูกต้อง

จากองค์ประกอบของความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น ผู้วิจัยสรุปได้ว่า องค์ประกอบของ ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น คือ การเข้าใจ ตระหนักรู้ถึงอารมณ์ของผู้อื่น สามารถคาดเดาหรือคาดคะเน ความต้องการของผู้อื่นในสถานการณ์ต่างๆ รวมถึงมีจิตใจใฝ่บริการช่วยเหลือผู้อื่นด้วย

1.1.6 แนวทางการเสริมสร้าง พัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

ปีเตอร์ ลาสเตอร์ (1978 : 116) กล่าวถึง 10 กลวิธีช่วยพัฒนาความเห็นอกเห็นใจ
ดังนี้

1. ควรตื่นตัวรับรู้อารมณ์ ความต้องการ ความปรารถนาของตนอยู่เสมอและรับรู้ของ
ผู้อื่นด้วย
 2. รับฟังสิ่งที่ผู้อื่นพูดให้จบ ถ้าไม่เข้าใจก็ถาม ก่อนจะตัดสินใจ
 3. ลองสังเกตผู้คนบนถนน ในร้านอาหาร บนรถบัสว่าเขามีสภาวะอารมณ์อย่างไร
และแสดงออกอย่างไร
 4. อย่าประเมินผู้อื่น โดยพิจารณาจากภายนอก คุณต้องเข้าไปพูดคุยซักถามเพื่อรับรู้
สิ่งที่อยู่ภายนอกของบุคคล ที่สำคัญมากกว่า
 5. เมื่อชมภาพยนตร์ หรือดูทีวี ลองปิดเสียงแล้วเดาว่าเขากำลังคุยอะไรกันอยู่จาก
การดูท่าทาง
 6. ระวังที่คุยกับคนอื่น แล้วพบว่าเขามีความเห็นไม่ตรงกับคุณลองพิจารณาว่า
ทำไมเขาจึงคิดเช่นนั้น
 7. ถามตัวเองว่า ในสถานการณ์หนึ่งๆทำไมคุณทำอย่างนี้และไม่ทำอย่างนั้น อะไร
เป็นเบื้องหลังให้คุณทำอย่างนั้น เมื่อคุณทราบเช่นนั้นมันก็ง่ายที่จะเข้าใจผู้อื่น เมื่ออยู่ในสถานการณ์
เดียวกัน
 8. หาก你不ชอบใครพยายามหาเหตุผลให้ได้
 9. ก่อนตัดสินผู้อื่น มองหาข้อมูลให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้รู้สาเหตุบอกให้ได้ว่าทำไม
เขาทำอย่างนั้น การกระทำเช่นนี้จะช่วยให้คุณตัดสินคนได้ถูกต้องมากขึ้น และคุณก็จะประพติดต่อเขา
ได้เหมาะสมขึ้น
 10. โปรดจำไว้ว่า พฤติกรรมของคนเราขึ้นกับอารมณ์ความรู้สึก
- เทอดศักดิ์ เดชคง (2545 : 101) กล่าวว่าเราสามารถแบ่งวิธีการเรียนรู้เพื่อสร้าง
ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นได้ 2 วิธี คือ
1. การฝึกกระตุ้นระบบประสาทพอนคลาย (Vagus Tone) เพราะมีงานวิจัยที่พบว่า
เด็กซึ่งเข้าใจผู้อื่น มักมีระบบประสาทแบบอัตโนมัติแบบพอนคลาย การฝึกหายใจเข้าท้องพอง หายใจ
ออกท้องยุบ การฝึกโยคะ ชีกง การฝึกร้องเพลงต่างๆก็สามารถกระตุ้นระบบประสาทพอนคลายได้
ทั้งนั้นจึงสามารถนำมาใช้ในการฝึกความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นได้ด้วย
 2. การเรียนรู้พฤติกรรมและเหตุผล โดยเน้นพฤติกรรมที่เกี่ยวกับการช่วยเหลือ
(helping) แบ่งปัน (sharing) และใส่ใจ (caring)

นั่นก็คือกิจกรรมใดๆ ก็ตามที่สอนและทำให้เด็กซึมซับความอยากช่วยเหลือ ใส่ใจและแบ่งปันผู้อื่นก็จะกระตุ้นความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นได้ด้วย ตัวอย่างของกิจกรรมเหล่านี้ เช่น

- การช่วยเหลือเพื่อนทำรายงาน ช่วยเหลือพ่อแม่ล้างจาน ช่วยเหลือคนแก่ข้ามถนน
- การแบ่งปัน เช่น การทำบุญ การบริจาคต่างๆ การให้เพื่อนหยิบยืมหนังสือ
- การใส่ใจ ได้แก่ การสนใจความรู้สึกของผู้อื่น การอ่านสีหน้าเพื่อนแล้วแปล

ความหมาย การเล่นเกมบัดดี้

ประสงค์ สังขะไชย (2545 : 56) กล่าวว่า การฝึกฝนทักษะความเห็นอกเห็นใจนั้นประกอบด้วยขั้นตอนที่สำคัญ 3 ขั้นตอน ดังนี้

1. การอ่านอารมณ์และความรู้สึก คือ การรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่น โดยรับรู้จากการสังเกตจากอารมณ์ และความรู้สึกที่แสดงออกมาทางสีหน้าท่าทาง หรือการใช้น้ำเสียงในการพูด

2. การฝึกเอาใจเขามาใส่ใจเรา คือ การคาดเดาความรู้สึกของผู้อื่น โดยการลงมติว่าทำแล้วอยู่ในสถานการณ์นั้นด้วย เช่น เราสังเกตเห็นว่าสีหน้าเพื่อนไม่ค่อยสบายใจ เมื่อสอบถามทราบว่าเพื่อนมีปัญหาถูกเจ้านายตำหนิว่าไม่มีความรับผิดชอบ ทำให้งานเกิดความเสียหายมาก ตรงจุดนี้เราอ่านความรู้สึกจากทางสีหน้า และลองคิดว่าถ้าเป็นเราถูกเจ้านายตำหนิแบบนี้เราจะมีความรู้สึกอย่างไร

3. การฝึกตอบสนองที่สอดคล้อง คือ การแสดงออกของเราที่เข้าใจอารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่น ซึ่งการแสดงออกถึงความเข้าใจและเห็นใจนั้นอาจจะออกมาในรูปของคำพูดที่แสดงถึงความเห็นใจและให้กำลังใจ

ยุทธนา ไชยจุฑา (2545 : 181) กล่าวว่า การฝึกบุคคลให้เป็นผู้ที่สามารถแยกแยะและเข้าใจถึงอารมณ์ของผู้อื่น โดยการสังเกตจากสีหน้าและแววตาเป็นสิ่งที่เป็ประโยชน์มาก ถ้าหากเราสามารถอ่านกิริยาท่าทาง ใบหน้า สีหน้า และแววตาของเขาได้ถูกต้องเพียงใดก็จะยิ่งดีต่อตัวเรามากขึ้นเท่านั้น ซึ่งการเสริมสร้างความเข้าใจ เห็นใจมนุษย์จะต้องประกอบด้วย

1. การตระหนักถึงความจริงที่ว่ามนุษย์จะสื่อความหมายออกมา ทางสีหน้าและแววตาเป็นส่วนใหญ่ โดยในขณะที่พูดคุยกับบุคคลอื่น ควรพิจารณาดูว่าอารมณ์ที่เขากำลังแสดงออกมาทางสีหน้าของเขาในขณะนั้นเป็นอย่างไร โดยดูจากสีหน้าว่า สีหน้าของเขาที่แสดงออกมานั้นสอดคล้องกับคำพูดของเขาหรือไม่ มีการเปลี่ยนสีหน้าในขณะที่พูดบ้างหรือไม่

2. เมื่อมีโอกาสเข้าไปอยู่ในสถานที่สาธารณะ เช่น ร้านอาหารหรือห้างสรรพสินค้า ลองสังเกตสีหน้าของผู้คนรอบข้าง โดยยืนอยู่ให้ห่างออกมาพอสมควร และพยายามสังเกตสีหน้าซึ่งเป็นเครื่องบอกถึงอารมณ์ของเขา แล้วลองดูว่าเขาอยู่ในอารมณ์เช่นไร

3. แหล่งที่สามารถเรียนรู้การแสดงออกจากใบหน้าของคนได้ก็คือ การเรียนรู้จากเครื่องรับโทรทัศน์ เพราะนักแสดงอาชีพจะถูกฝึกฝนมาให้รู้จักการสื่อความหมายทางอารมณ์โดยผ่านออกมาทางสีหน้าและแววตา ให้พยายามอ่านอารมณ์ของตัวละครว่า ตัวละครแต่ละตัวแสดงอารมณ์เป็นแบบไหน เมื่อดูได้สักระยะหนึ่งให้เปิดเสียงแล้วดูว่าอารมณ์ที่ได้คาดการณ์ไว้ก่อนหน้านั้นตรงกับเนื้อเรื่องของละครจริงหรือไม่

4. ขณะที่กำลังสนทนากับผู้อื่น ให้ลองสังเกตดูสีหน้าของคุณสนทนาว่า คุณสนทนาได้แสดงออกถึงอารมณ์ที่ตรงกับคำพูดของเขาหรือไม่

5. ขณะที่กำลังสนทนากับผู้อื่น ให้ลองสังเกตและสอบถามดูว่าคุณที่สนทนาอยู่ด้วยรู้สึกอย่างไร และตรงกับที่เราเข้าใจหรือต้องการจะสื่อออกไปหรือไม่

กล่าวโดยสรุป ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น เป็นสิ่งที่สามารถฝึกฝน พัฒนาได้ โดยที่ผู้วิจัยยึดแนวทางการส่งเสริม พัฒนาของปีเตอร์ ลาสเตอร์เป็นหลัก ซึ่งนักจิตวิทยา นักการศึกษาแต่ละคนจะมีวิธีการเสริมสร้างความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นที่คล้ายกัน คือ การฝึกการเข้าใจ รับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นในสถานการณ์ที่ผู้อื่นกำลังเผชิญอยู่ และการอ่านอารมณ์ ความรู้สึกโดยผ่านทางสีหน้า แววตาของผู้อื่น

1.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

1.2.1 งานวิจัยในต่างประเทศ

แมคโดนัลด์ (อำพัน จารุทัศนางกูร. 2541 : 38 ; อ้างอิงจาก Macdonald. 1977 :998) ได้ศึกษาเปรียบเทียบระดับความเห็นอกเห็นใจ (Level of Empathy) ระหว่างนักศึกษาพยาบาลชายและนักศึกษาหญิงโดยใช้แบบสำรวจความเห็นอกเห็นใจด้วยตนเองของ ฮอร์แกน (Hogan's Self – report Empathy Scale) ผลปรากฏว่า ระดับความเห็นอกเห็นใจนักศึกษาพยาบาลหญิงสูงกว่าชายเล็กน้อย

บรัน (Brunt. 1985 : 69 – 76) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความเห็นอกเห็นใจของพยาบาลกับการใช้เทคโนโลยี กลุ่มตัวอย่างเป็นพยาบาลที่ทำงานในหออภิบาลผู้ป่วยโรคหลอดเลือดเลี้ยงหัวใจทางอายุรกรรม (Medical Coronary Care Unit) หออภิบาลผู้ป่วยหลังผ่าตัดโรคหัวใจและทรวงอก (Cardiothoracic Surgical Intensive Care Unit) หอฟื้นฟูผู้ป่วยโรคหัวใจทางอายุรกรรม (Cardiac Medical Rehabilitation Unit) และหอฟื้นฟูผู้ป่วยโรคหัวใจทางศัลยกรรม (Cardiac Surgery Rehabilitation Unit) โดยนับว่าพยาบาลที่ทำงานในหออภิบาลผู้ป่วยโรคหลอดเลือดเลี้ยงหัวใจทางอายุรกรรมและหออภิบาลผู้ป่วยหลังผ่าตัดโรคหัวใจและทรวงอกเป็นพยาบาลที่ทำงานกับผู้ป่วยอาการหนักต้องดูแลใกล้ชิดและอาศัยเทคโนโลยีอย่างมาก ส่วนพยาบาลที่ทำงานกับผู้ป่วยในหอผู้ป่วยโรคหัวใจทางอายุรกรรมและหอฟื้นฟูผู้ป่วยโรคหัวใจทางศัลยกรรมนั้นใช้เทคโนโลยี

น้อยกว่าเครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาได้แก่ เครื่องมือวัดระดับความเห็นอกเห็นใจของฮอแกน (Hogan Empathy Scale) และเครื่องมือวัดระดับการรับรู้เกี่ยวกับเทคโนโลยี (Perceived Technology Scale) ใช้เวลาในการศึกษา 7 สัปดาห์ ผลการศึกษาพบว่า ความเห็นอกเห็นใจของบุคคลกับเทคโนโลยีมีความสัมพันธ์เชิงลบ นอกจากนี้ยังพบว่า ระยะเวลาในการทำงานของพยาบาลในหน่วยงานเหล่านี้ ถ้ายิ่งทำงานนานก็ยิ่งทำให้ความเห็นอกเห็นใจบุคคลอื่นลดลง

กรีนเนอร์ (วิลาสลักษณ์ ชิววัลลี. 2543 : 69 ; อ้างอิงจาก Greener. 1989) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่าง ลักษณะและความสามารถทางอารมณ์กับพฤติกรรมเอื้อสังคมของเด็กอายุ 8 – 12 ปี โดยในเบื้องต้นผู้วิจัยแบ่งเด็กออกเป็น 3 กลุ่ม คือ กลุ่มที่มีพฤติกรรมเอื้อสังคมสูง ปานกลาง และต่ำ โดยใช้เกณฑ์ที่ได้จากเด็ก ๆ กำหนดขึ้นเอง ผลการวิจัยปรากฏว่า เด็กที่มีพฤติกรรมเอื้อสังคมสูง จะมีคะแนนการเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น (empathy จากการรายงานของเด็กเอง) สูงกว่า มีอารมณ์ทางบวกสูงกว่า มีความแม่นยำในการตีความการแสดงอารมณ์ทางสีหน้าได้แม่นยำกว่า และมีการจัดการกับอารมณ์ได้ดีกว่าเด็กที่มีการเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่นต่ำกว่า นอกจากนี้เด็กที่มีพฤติกรรมเอื้อสังคมสูงจะได้รับการยอมรับจากเพื่อนมากกว่าด้วย และพบว่าเด็กหญิงได้คะแนนความสามารถทางอารมณ์ และพฤติกรรมเอื้อสังคมสูงกว่าเด็กชาย

วอร์เนอร์ (Warner. 1992 : 718) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความเห็นอกเห็นใจของพยาบาลกับความพึงพอใจของผู้ป่วยที่มีต่อการให้บริการพยาบาลของพยาบาลที่ได้รับ โดยใช้มาตรประเมินค่าความเห็นอกเห็นใจผู้ป่วย (Empathy Construct Rating Scale) เป็นเครื่องมือในการวัดความเห็นอกเห็นใจ ซึ่งประกอบด้วยข้อคำถามที่ให้พยาบาลให้คะแนนความเห็นอกเห็นใจของตนเองและใช้แบบสำรวจความพึงพอใจของผู้ป่วยที่มีต่อการให้บริการของพยาบาลของลาโมนิกา (Lamonica Observe Patient Satisfaction Scale) ซึ่งประกอบด้วยข้อคำถามที่ให้ผู้ป่วยให้คะแนนตนเองในเรื่องของความพึงพอใจที่มีต่อบริการที่ได้รับ ผลการศึกษาพบว่า ความสัมพันธ์ระหว่างความเห็นอกเห็นใจผู้ป่วยของพยาบาลกับความพึงพอใจของผู้ป่วยที่มีต่อการให้บริการของพยาบาลไม่มีความสัมพันธ์กัน

ไอเซนเบิร์ก (เทอดศักดิ์ เดชคง. 2545 : 101 อ้างอิงจาก Eisenberg. 1996) ได้พบว่าเด็กที่เห็นอกเห็นใจผู้อื่นนั้นมักมีความสามารถในการควบคุมตนเองได้ดี มีสังคมกับเพื่อนฝูงได้ดี ซึ่งสามารถอธิบายได้ว่าเด็กที่เห็นใจ เข้าใจผู้อื่นก็จะทำในสิ่งที่คำนึงถึงผู้อื่นด้วย

1.2.2 งานวิจัยในประเทศ

วันเพ็ญ เกื้อหนุน (2531 : 38 – 41) ศึกษาผลของบทบาทสมมติที่มีต่อความเห็นอกเห็นใจผู้ป่วย กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาคั้งนี้เป็นนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 2 วิทยาลัยพยาบาล

สภาภาษาชาวไทย กรุงเทพมหานคร ที่มีความเห็นอกเห็นใจผู้ป่วยในระดับต่ำจำนวน 24 คน สุ่มอย่างง่ายแยกกลุ่มเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมกลุ่มละ 12 คน กลุ่มทดลองได้รับการสอนโดยใช้บทบาทสมมติ เรื่องความเห็นอกเห็นใจผู้ป่วย และกลุ่มควบคุมได้รับการสอนแบบปกติ เรื่องความเห็นอกเห็นใจผู้ป่วย เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล คือ แบบสังเกตพฤติกรรมซึ่งประกอบด้วยพฤติกรรมด้านภาษากายคำ และภาษาท่าทาง วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้การทดสอบค่ายู ผลการวิจัยปรากฏว่าภายหลังทดลอง นักศึกษาที่ได้รับการสอนโดยใช้บทบาทสมมติมีความเห็นอกเห็นใจผู้ป่วยสูงกว่านักศึกษาที่ได้รับการสอนแบบปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

นาถสินี ศิวาว์ซพรพล (2539 : 40 – 43) ศึกษาผลการใช้สถานการณ์จำลองที่มีต่อความเห็นอกเห็นใจผู้ป่วย กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาพยาบาลปีที่ 2 ที่มีความเห็นอกเห็นใจผู้ป่วยต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ที่ 25 ลงมา จำนวน 12 คน ซึ่งได้มาจากการสุ่มตัวอย่างอย่างง่ายจากประชากร และได้รับการพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้ป่วยโดยใช้สถานการณ์จำลอง เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลคือ แบบประเมินความเห็นอกเห็นใจผู้ป่วยของนักศึกษาพยาบาลและแบบบันทึกความเห็นอกเห็นใจผู้ป่วย พบว่านักศึกษาพยาบาลมีความเห็นอกเห็นใจผู้ป่วยเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 หลังจากได้รับการใช้สถานการณ์จำลอง

เศรษฐกร มงคลจตุรงค์ (2546 : 66 - 72) ศึกษาผลของการฝึกการแสดงออกที่เหมาะสมเพื่อพัฒนาความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์ด้านความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนสตรีวิทยา 2 กรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนที่มีคะแนนความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์ด้านความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นตั้งแต่ T45 ลงมา จำนวน 28 คน แล้วสุ่มอย่างง่ายเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 14 คน โดยให้กลุ่มทดลองได้เข้าร่วมการฝึกการแสดงออกที่เหมาะสมเพื่อพัฒนาความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์ด้านความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นจำนวน 16 ครั้ง พบว่า นักเรียนมีความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์ด้านความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นสูงขึ้นหลังจากได้เข้าร่วมการฝึกการแสดงออกที่เหมาะสมเพื่อพัฒนาความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์ด้านความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

2. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับวัยรุ่นกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

2.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับวัยรุ่น

2.1.1 ความหมายของวัยรุ่น

วัยรุ่นตรงกับคำว่า Adolescence ในภาษาอังกฤษ ซึ่งตรงกับรากศัพท์ในภาษาละตินว่า Adolescere หมายความว่า “To Grow into Maturity” แปลว่า การเจริญเติบโตสู่วุฒิภาวะหรือเป็น

วัยที่พัฒนามาจากสภาวะความเป็นเด็กไปสู่ความเป็นผู้ใหญ่ (กลอยใจ ทองลิ้ม. 2544 : 39 ; อ้างอิงจากHurlock. 1974 : 391)

สแตนเบิร์ก (Steinberg. 1996 : 3 – 4) ได้ให้ความหมายของวัยรุ่นว่า หมายถึง การเจริญเข้าสู่ความเป็นผู้ใหญ่ (To grow into Adulthood) ซึ่งช่วงอายุของวัยรุ่นอยู่ระหว่าง 10 – 20 ปี โดยเด็กแต่ละคนจะย่างเข้าสู่วัยรุ่นต่างกัน ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับแบบแผนการเจริญเติบโตของแต่ละบุคคล

พรพิมล เจียมนาครินทร์ (2539 : 11) กล่าวว่า วัยรุ่น หมายถึง วัยที่เชื่อมระหว่าง การเป็นผู้ใหญ่อันเป็นระยะที่ต้องปรับพฤติกรรมวัยเด็กไปสู่พฤติกรรมแบบผู้ใหญ่ที่สังคมยอมรับ เด็กวัยรุ่นจึงไม่ใช่เพียงการเจริญเติบโตทางด้านร่างกาย แต่หมายถึงการเจริญเติบโตทางสังคมซึ่งอยู่ใน กรอบของวัฒนธรรมของแต่ละที่

จากความหมายของ วัยรุ่น ผู้วิจัยสรุปได้ว่า วัยรุ่น หมายถึง วัยแห่งการเปลี่ยนแปลง จากวัยเด็กไปสู่วัยผู้ใหญ่ ซึ่งเป็นการเปลี่ยนแปลงทั้งทางร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญาเข้าสู่ วุฒิภาวะทางเพศโดยสมบูรณ์ เป็นวัยแห่งการปรับตัวและก่อให้เกิดปัญหาต่างๆตามมาได้ง่าย

2.1.2 พัฒนาการของวัยรุ่น

1. การแบ่งช่วงอายุของวัยรุ่น

พรพิมล เจียมนาครินทร์ (2539 : 22) ได้กล่าวถึงการแบ่งช่วงอายุของวัยรุ่น แบ่งเป็น 3 ช่วง ดังนี้

1.1 วัยรุ่นตอนต้น (Early Adolescence)

เด็กหญิงจะเริ่มเข้าสู่วัยรุ่นก่อนเด็กชาย โดยจะเข้าสู่ช่วงอายุวัยรุ่นตอนต้น 13 – 15 ปี และเด็กชายจะอยู่ในช่วงระหว่าง 15 – 17 ปี เป็นช่วงที่ร่างกายของทั้งเด็กหญิงและเด็กชาย มีการเจริญเติบโตและพัฒนาการที่สมบูรณ์ขึ้นมา

1.2 วัยรุ่นตอนกลาง (Middle Adolescence)

เด็กหญิงจะมีอายุระหว่าง 15 – 18 ปี และเด็กชายจะมีอายุระหว่าง 17 – 19 ปี มีการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกายลดน้อยลง แต่จะเพิ่มทางด้านเจตคติและความรู้สึกนึกคิดในลักษณะ ที่ค่อยเป็นค่อยไป มีลักษณะบุคลิกภาพภายนอกที่ดึงดูดความสนใจเพศตรงข้ามมากขึ้น เช่น ใบหน้า อิมเอิบ ดวงตาเป็นประกาย ผมดำนุ่มสลวย มีลักษณะของความเป็นหญิงและความเป็นชายที่เด่นชัด

1.3 วัยรุ่นตอนปลาย (Late Adolescence)

เด็กหญิงจะมีอายุระหว่าง 18 – 20 ปี และเด็กชายจะมีอายุระหว่าง 19 – 21 ปี เป็นระยะที่พัฒนาการด้านต่างๆ เข้าสู่วุฒิภาวะอย่างสมบูรณ์แบบพัฒนาการด้านอารมณ์ และ ความรู้สึกนึกคิดและสติปัญญาจะเจริญเติบโตอย่างเต็มที่ เด็กวัยนี้มีความพยายามที่จะปรับตัวให้เข้า

กับสังคม พยายามหัดคิดและตัดสินใจในเรื่องต่างๆ ด้วยตนเอง แก้ปัญหาด้วยตนเอง มีความกระตือรือร้นที่จะแสดงให้เห็นว่าไม่ใช่เด็กอีกต่อไป มีความต้องการในการสร้างความประทับใจ เรื่องต่างๆ และพิสูจน์ให้เห็นความสามารถว่าตนทำได้ และต้องการสิทธิเท่าเทียมผู้ใหญ่

2. พัฒนาการทั่วไป

พัฒนาการของวัยรุ่นเป็นเรื่องสำคัญเรื่องหนึ่ง ซึ่งผู้ทำการศึกษาเกี่ยวกับวัยรุ่น จำเป็นต้องทำความเข้าใจ เพื่อให้สามารถอธิบายพฤติกรรมต่างๆ ของวัยรุ่นได้ดีขึ้น โดยทั่วไปแล้ว พัฒนาการในระยะวัยรุ่นแบ่งออกเป็น 4 ด้าน ด้วยกันคือ

2.1 พัฒนาการทางร่างกาย

พัฒนาการทางร่างกายนี้นับว่าสำคัญมาก เพราะเป็นช่วงเปลี่ยนจากลักษณะของเด็กสู่ลักษณะของผู้ใหญ่ ซึ่งในระยะต้นของวัยรุ่นจะเป็นระยะที่มีพัฒนาการทางด้านอื่นๆ ตามมา โดยเฉพาะพฤติกรรมต่างๆ ที่วัยรุ่นแสดงออกมา โดยทั่วไปการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายเมื่อเข้าสู่วัยรุ่นแยกเป็น 2 ส่วน คือ การเปลี่ยนแปลงภายนอกในร่างกาย และการเปลี่ยนแปลงภายในร่างกาย

2.2 พัฒนาการทางด้านอารมณ์ (Emotional development)

วัยรุ่นมักมีอารมณ์รุนแรงและอ่อนไหวได้ง่าย แสดงความรู้สึกรูปแบบเปิดเผย และตรงเกินไป มีความเชื่อมั่นในตัวเอง แต่บางครั้งก็รู้สึกหดหู่ มีความสงสัยอยู่ตลอดเวลา ต้องการให้ผู้อื่นยอมรับในความเป็นชายหญิงของตน จึงมักเอาใจใส่กับรูปร่างของตนมากขึ้น สาเหตุหลักที่ทำให้วัยรุ่นมีอารมณ์เปลี่ยนแปลงง่ายและรุนแรง จะเป็นการปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมใหม่ๆ

2.3 พัฒนาการทางด้านสังคม (Social Development)

วัยรุ่นชอบปลีกตัวออกจากบุคคลในครอบครัว แต่ชอบอยู่ในหมู่เพื่อน และมีความเห็นว่าหมู่คณะเป็นสิ่งสำคัญ ระยะนี้การปรับตัวกับกลุ่มเพื่อนเป็นช่วงที่สำคัญมาก มีการศึกษาพบว่า วัยรุ่นเป็นวัยที่ต้องการเพื่อน และได้รับอิทธิพลจากกลุ่มเพื่อนมากที่สุด เริ่มมีความคิดเป็นของตนเอง อยากเป็นตัวของตัวเอง ชอบอิสระ ไม่ค่อยเชื่อฟังใคร ยกเว้นเพื่อนในกลุ่มเดียวกัน มีค่านิยม ความเชื่อ และความคิด คล้ายคลึงกันในกลุ่ม พฤติกรรมวัยรุ่นจึงมักเป็นการทำตามเพื่อนและต้องการการยอมรับในกลุ่ม ดังนั้น จึงมีปัญหาของวัยรุ่นเกี่ยวกับการปรับตัวให้เข้ากับผู้อื่นในสังคม อย่างไรก็ตาม การที่วัยรุ่นจะปรับตัวให้สอดคล้องกับมาตรฐานของกลุ่มได้ดีหรือไม่ ขึ้นอยู่กับการเข้าใจทัศนคติ การเข้าใจบทบาทและเป็นไปตามความคาดหวังของสังคม

2.4 พัฒนาการทางด้านสติปัญญา (Intellectual Development)

วัยรุ่นสามารถเข้าใจเรื่องราวต่างๆ ที่สำคัญได้เป็นบางเรื่อง จะมีการพัฒนาประสิทธิภาพทางสติปัญญาสูงสุด เริ่มมีปรัชญาชีวิต เพียงแต่ยังขาดประสบการณ์ อย่างไรก็ตาม ความคิดยังเป็นไปเพื่อค้นหาตัวเอง เริ่มรู้จักใช้ความคิดอย่างลึกซึ้ง สามารถเข้าใจคำจำกัดความที่เป็น

นามธรรมได้ และสามารถมองเห็นความสัมพันธ์ของสิ่งต่างๆ ได้ มากขึ้น กล่าวโดยทั่วไป พัฒนาการทางสติปัญญาของวัยรุ่นพอสรุปได้ดังนี้

2.4.1. วัยรุ่นเป็นวัยแห่งความอยากรู้อยากเห็น เพื่อทำความเข้าใจปรากฏการณ์ทางวิทยาศาสตร์ สังคม ศาสนา วรรณคดี และจิตวิทยา

2.4.2 วัยรุ่นเป็นวัยแห่งการเรียนรู้ ทั้งจากสถาบันการศึกษาและสิ่งแวดล้อมจากการสังเกตพฤติกรรมของบุคคลในสังคม พัฒนาการทางด้านสติปัญญากว้างขวางขึ้นด้วยการเรียนรู้จากวิธีการลองถูกลองผิด

2.4.3 วัยรุ่นเป็นวัยที่สามารถเรียนรู้ทักษะต่างๆ ได้ดี เช่น การใช้เครื่องมือ การทำฝีมือ การประดิษฐ์สิ่งต่างๆ เล่นดนตรี ขับรถยนต์ เล่นกีฬา ตลอดจนการทดลองต่างๆ วัยรุ่นเป็นวัยที่เหมาะสมที่สุดในการศึกษาพัฒนาการทุกด้าน กำลังเจริญเติบโตอย่างเต็มที่ ความสามารถทางสมองมีพัฒนาการขึ้น มีประสบการณ์ในชีวิตมากขึ้น รู้จักคิดหาเหตุผล สามารถเรียนรู้สิ่งที่ยากๆ ได้ ความสามารถขึ้นอยู่กับเซาว์ปัญญาของแต่ละคน

2.4.4 วัยรุ่นเป็นวัยแห่งการคิดอย่างมีเหตุผล รู้จักวิจารณ์สิ่งต่างๆ ที่ตนรู้เห็นเป็นไปตามที่ตนคิดว่ามีเหตุผลพอสมควรแล้ว การศึกษาในสถาบันการศึกษาและการอบรมจะช่วยให้การค้นหาเหตุผลชัดเจนยิ่งขึ้น

2.4.5 วัยรุ่นเป็นวัยแห่งการสร้างทัศนคติอันดีงาม เช่น ทัศนคติประชาธิปไตย ทัศนคติเกี่ยวกับคุณค่าทางสังคม เป็นต้น

2.4.6 วัยรุ่นเป็นวัยที่เริ่มคิดถึงการประกอบอาชีพ ต้องการเป็นอิสระทางด้านการใช้เงิน และอื่นๆ ทำให้อยากเป็นตัวของตัวเอง เริ่มคิดหาเงินด้วยตนเอง และนี่ถึงอาชีพต่างๆ ที่ช่วยให้ได้เงิน ตลอดจนรู้จักสำรวจตนเองว่าเหมาะสมกับอาชีพใด มีวิธีการคิดตัดสินใจว่าจะเลือกคบเพื่อน เข้าสังคม และการเลือกคู่ครองที่เหมาะสม

สรุปได้ว่า พัฒนาการของวัยรุ่นทางด้านร่างกาย ด้านอารมณ์ ด้านสังคมและด้านสติปัญญา ส่งผลให้วัยรุ่นมีความเปลี่ยนแปลงในทุกๆ ด้านอย่างเห็นได้ชัด เป็นวัยที่สามารถเรียนรู้ทักษะต่างๆ รู้จักวิจารณ์สิ่งต่างๆ ที่ตนรู้เห็นเป็นไปตามที่ตนคิดว่ามีเหตุผล ซึ่งจะเห็นได้ว่าวัยที่เหมาะสมในการศึกษาพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

2.1.3 วัยรุ่นกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

เท็ดคักต์ เดชคง (2545 : 26) กล่าวว่า ในสังคมของเรามีคนอยู่ประเภทหนึ่งที่ขาดความเห็นอกเห็นใจต่อเพื่อนมนุษย์ พวกเขาอาจทำในสิ่งที่เลวร้ายเพียงเพื่อตอบสนองต่อความต้องการของตนเอง โดยที่ไม่ได้สนใจว่าเพื่อนมนุษย์จะเป็นเช่นไร เมื่อวิเคราะห์ให้ดีถึงสิ่งเหล่านี้จะเห็นได้ว่าเกิด

จากความไม่เข้าใจความรู้สึกและความต้องการของผู้อื่นจึงส่งผลทำให้ไม่เห็นอกเห็นใจผู้อื่นถือว่าเป็นปัญหาสังคมหนึ่งที่ถูกละเลยไปทั้งๆที่มีความสำคัญอย่างยิ่ง ดังเช่น ปัจจุบันเราจะได้ยินข่าวการยกพวกตีกันของเหล่านักเรียนวัยรุ่น มีการยกพลถล่มกันถึงโรงเรียน และหัวใจของกลุ่มก็มีข่าวว่าสารเสพติดประเภทยาบ้าอีกด้วย การกระทำเหล่านี้เป็นสิ่งที่เลวร้ายที่กระทำไปเพียงเพื่อตอบสนองต่อความต้องการของตนเองเท่านั้น ภาพที่เราจะเห็นตามมาก็คือ พ่อแม่ที่ต้องไปประกันตัวลูกถึงห้องขังหลายต่อหลายครอบครัวต่างร้องไห้ปลอบใจกันเอง ดังนั้นเรื่องของความเห็นอกเห็นใจเป็นสิ่งสำคัญที่จะสามารถนำมาประยุกต์ใช้เพื่อแก้ปัญหาความรุนแรงเหล่านี้ได้ไม่มากนักน้อย

ดังที่พรพิมล เจียมนาครินทร์ (2539 : 11) วัยรุ่นเป็นวัยที่เชื่อมระหว่างการเป็นผู้ใหญ่อันเป็นระยะที่ต้องปรับพฤติกรรมวัยเด็กไปสู่พฤติกรรมแบบผู้ใหญ่ที่สังคมยอมรับ เด็กวัยรุ่นจึงไม่ใช่เพียงการเจริญเติบโตทางด้านร่างกายแต่หมายถึงการเจริญเติบโตทางสังคมซึ่งอยู่ในกรอบของวัฒนธรรมของแต่ละที่การเปลี่ยนแปลงทุกด้าน ที่กล่าวมานั้น เป็นการเปลี่ยนแปลงทั้งด้านร่างกายสติปัญญา อารมณ์และสังคม จึงทำให้คนทั่วไปเห็นว่าเด็กในวัยนี้จะมีปัญหาเกี่ยวกับการปรับตัวมากกว่าช่วงวัยอื่น วัยรุ่นมักจะไม่เข้าใจตัวเองและบุคคลรอบข้าง ทั้งที่เป็นวัยเดียวกันและต่างวัยกัน ทั้งๆที่เป็นความต้องการของวัยรุ่น ซึ่งสอดคล้องกับ ยุวดี เทียรประสิทธิ์ (อภิรัฐ จันทร์เทพ. 2546 : 8 ; อ้างอิงจากยุวดี เทียรประสิทธิ์. 2536) กล่าวถึงความต้องการของวัยรุ่น มีดังนี้

1. ความต้องการความเข้าใจตนเองและผู้อื่น (Interception) หมายถึง ความต้องการวิเคราะห์แรงจูงใจและความรู้สึกของตนเอง ชอบสังเกตผู้อื่น พยายามดูว่าผู้อื่นรู้สึกอย่างไรเมื่อพบปัญหา มักเอาใจเขามาใส่ใจเรา มักวิเคราะห์เหตุผลของคนอื่นว่าเหตุใดเขาจึงทำอย่างนั้นมากกว่าที่จะดูเพียงสิ่งที่เขาทำ ต้องการวิเคราะห์แรงจูงใจของผู้อื่น และชอบทำนายว่าผู้อื่นจะปฏิบัติอย่างไรในเหตุการณ์หนึ่งๆ และความต้องการนี้จะส่งผลต่อความต้องการที่อยากจะช่วยเหลือผู้อื่น เช่น ช่วยเหลือเพื่อนเวลาเพื่อนเดือดร้อน ชอบทำอะไรเล็กๆ น้อยๆ ให้ผู้อื่น มีน้ำใจและเห็นใจเวลาผู้อื่นได้รับอันตรายหรือเจ็บป่วย

2. ความต้องการช่วยเหลือผู้อื่น (Nurturance) หมายถึง ความช่วยเหลือเพื่อนเวลาเพื่อนเดือดร้อน มักยกโทษให้แก่เพื่อนๆ ชอบทำอะไรเล็กๆ น้อยๆ ให้ผู้อื่น ชอบมีน้ำใจต่อผู้อื่น ชอบเห็นใจเวลาผู้อื่นได้รับอันตรายหรือเจ็บป่วย ชอบแสดงความรักใคร่ชอบพอต่อผู้อื่น และชอบให้ผู้อื่นเล่าเรื่องปัญหาส่วนตัวให้ฟัง

3. ความต้องการไม่ตรีสัมพันธ (Affiliation) หมายถึง ความต้องการช่วยเหลือเพื่อนและซื่อสัตย์ต่อเพื่อนๆ ชอบทำสิ่งต่างๆ ให้เพื่อน ชอบรู้จักคนแปลกหน้า ชอบมีเพื่อนให้มากที่สุด ชอบแบ่งปันสิ่งของกับเพื่อนๆ ชอบทำงานกับเพื่อนมากกว่าทำงานตามลำพัง ชอบสร้างความสัมพันธ์กับเพื่อนๆ

4. ความต้องการการแสดงผล (Exhibition) หมายถึง ความต้องการกล่าวถึงสิ่งที่ผู้อื่นเห็นว่าหลักแหลม ชอบเล่าเรื่องตลกและเรื่องที่น่าสนใจ ชอบเล่าเรื่องผจญภัยและประสบการณ์ของตนเอง อยากให้ผู้อื่นสังเกตและกล่าวถึงรูปร่างหน้าตาของตน ชอบพูดเพื่อจะดูว่าจะมีผลอย่างไรกับผู้อื่น ชอบพูดถึงความสำเร็จของตนเอง ชอบเป็นจุดสนใจ ชอบใช้คำพูดที่ผู้อื่นไม่ค่อยเข้าใจ และชอบการตั้งคำถามที่ผู้อื่นตอบไม่ได้

ความต้องการเหล่านี้เป็นความต้องการของวัยรุ่นที่เกี่ยวกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น โดยที่วัยรุ่นต้องการที่จะเข้าใจตนเองและผู้อื่น เช่น เป็นความต้องการวิเคราะห์แรงจูงใจและความรู้สึกของตนเอง ชอบสังเกตผู้อื่น พยายามว่าผู้อื่นรู้สึกอย่างไรเมื่อพบปัญหา มักเอาใจเขามาใส่ใจเรา มักวิเคราะห์เหตุผลของคนอื่นว่าเหตุใดเขาจึงทำอย่างนั้นมากกว่าที่จะดูเพียงสิ่งที่เขาทำ และชอบทำนายว่าผู้อื่นจะปฏิบัติอย่างไรในเหตุการณ์หนึ่งๆ นอกจากนั้นวัยรุ่นยังต้องการที่อยากจะช่วยเหลือผู้อื่น เป็นการช่วยเหลือเพื่อนเวลาเพื่อนเดือดร้อน มักยกโทษให้แก่เพื่อนๆ ชอบทำอะไรเล็กๆ น้อยๆ ให้ผู้อื่น ชอบมีน้ำใจต่อผู้อื่น ชอบเห็นใจเวลาผู้อื่นได้รับอันตรายหรือเจ็บป่วย

นอกจากนั้น วัยรุ่นยังมีความสนใจที่เกี่ยวกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นอีกด้วย ดังที่ พรพิมล เจียมนาครินทร์ (อภิรัฐ จันทรเทพ. 2546 : 10 ; อ้างอิงจาก พรพิมล เจียมนาครินทร์. : 2539) ได้กล่าวว่า วัยรุ่นจะสนใจลักษณะต่างๆ ของตนเองที่จะทำให้ตนได้รับความสำเร็จ และการยอมรับจากผู้อื่น โดยที่วัยรุ่นจะสนใจบุคลิกภาพความสะอาดเรียบร้อย การแสดงออกทางหน้าตา รวมทั้งการวางท่าทางต่างๆ และคุณลักษณะอื่นๆ ที่จำเป็นในการเข้าสังคม และนอกจากนั้น ศรีเรือน แก้วกังวาล (2540 : 361 – 362) ได้กล่าวถึงความสนใจของวัยรุ่นว่า วัยรุ่นสนใจที่จะช่วยเหลือบุคคลอื่น มักสนใจช่วยเหลือบุคคลที่เขาเห็นว่าได้รับความลำบากและไม่ได้รับความยุติธรรม เพราะบ่อยครั้งรู้สึกว่าตนเองก็อยู่ในฐานะเช่นนั้น และเคยสะเทือนอารมณ์เพียงไรจึงสามารถเข้าถึงอารมณ์แบบเดียวกันของบุคคลอื่นได้ง่าย ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญในการอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคม

จากข้างต้นสรุปได้ว่า วัยรุ่นเป็นวัยที่มีความต้องการและมีความสนใจที่จะเห็นอกเห็นใจผู้อื่น เพื่อให้ตนเป็นที่ยอมรับของบุคคลในสังคม และอยู่ร่วมกับบุคคลในสังคมได้อย่างปกติสุข แต่ในบางครั้งเขาอาจกระทำสิ่งที่เลวร้ายเพื่อเพียงเพื่อตอบสนองต่อความต้องการของตนเอง ดังนั้นจึงจำเป็นอย่างยิ่งที่ผู้วิจัยจะพัฒนาความเห็นอกเห็นใจของนักเรียนวัยรุ่น เพราะคนที่มีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นนั้นมักมีความสามารถในการควบคุมตนเองได้ดี มีสังคมเพื่อนฝูงได้ดีกว่า และนอกจากนั้นยังมีความเห็นอกเห็นใจมากเท่าไรก็จะยิ่งให้เกิดความเข้าใจในเพื่อนมนุษย์มากเท่านั้นและยังส่งผลให้เกิดความมีน้ำใจ เอื้อเฟื้อเพื่อนมนุษย์ตามมาอีกด้วย ซึ่งเป็นพื้นฐานที่สำคัญต่อไปในอนาคต

3. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความเที่ยงตรง (Validity)

3.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับความเที่ยงตรง

3.1.1 ความหมายของความเที่ยงตรง

สแตนเลย์ และฮอบกินส์ (Stanley and Hopkins. 1972 : 101) กล่าวว่า ความเที่ยงตรงของการวัด หมายถึง การวัดนั้นตรงตามหน้าที่ที่วัดได้ดีเพียงใดหรือระดับของการวัดที่สามารถบรรลุจุดมุ่งหมายบางอย่าง

เดวีส์ และฮัตตัน (Davies and Houghton. 1995 : 255) กล่าวว่า ความเที่ยงตรง คือ แบบทดสอบที่สร้างขึ้นให้วัดได้ตามจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้

วิญญาณ วิศาลาภรณ์ (2540 : 146) กล่าวว่า ความเที่ยงตรง คือ ความถูกต้องที่เครื่องมือวัดในสิ่งที่ต้องการวัดหรือความถูกต้องแม่นยำที่เครื่องมือวัดตามจุดประสงค์ที่วางไว้

ล้วน สายยศ ; และอังคณา สายยศ (2542 : 318) ได้ให้ความหมายของความเที่ยงตรงในทางวัดผลไว้ว่า เที่ยงตรงในทางวัดผล หมายถึง คุณภาพของเครื่องมือที่สามารถวัดได้ในสิ่งที่ต้องการวัดได้ นั่นคือ วัดได้อย่างยุติธรรม ซอบด้วยเหตุผลนั่นเอง

จากความหมายข้างต้นจะเห็นได้ว่า ความเที่ยงตรง หมายถึง คุณภาพของแบบวัดใดๆ ที่สามารถวัดได้ตรงตามลักษณะหรือจุดประสงค์ที่ต้องการจะวัดอย่างถูกต้อง

3.1.2 ประเภทของความเที่ยงตรง

ความเที่ยงตรงของเครื่องมือมีความแตกต่างกันไปตามลักษณะของแบบทดสอบและจุดมุ่งหมายของการสอบแต่ละครั้ง ได้มีผู้แบ่งประเภทของความเที่ยงตรงไว้ ดังนี้

ล้วน สายยศ ; และอังคณา สายยศ (2542 : 318 – 330) แบ่งประเภทของความเที่ยงตรงไว้ 3 ประเภท ดังนี้

1. ความเที่ยงตรงตามเนื้อหา (Content Validity)
2. ความเที่ยงตรงตามเกณฑ์สัมพัทธ์ (Criterion – Related Validity)
3. ความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้าง (Construct Validity)

1. ความเที่ยงตรงตามเนื้อหา หมายถึง เครื่องมือที่สามารถวัดได้ตามเนื้อหาที่ต้องการจะวัด การพิจารณาความเที่ยงตรงชนิดนี้จะใช้การวิเคราะห์อย่างมีเหตุผล (rational analysis) ความเที่ยงตรงตามเนื้อหาจำแนกเป็น 2 ชนิด ดังนี้

1.1 ความเที่ยงตรงเชิงเหตุผล (Logical Validity) หรือบางครั้งเรียกว่าความเที่ยงตรงเชิงการสุ่ม (Sampling Validity) เป็นความเที่ยงตรงที่ให้ผู้เชี่ยวชาญพิจารณาว่าข้อสอบแต่ละข้อวัดได้ตรงตามตารางวิเคราะห์รายละเอียด (Table of Specifications) หรือไม่

1.2 ความเที่ยงตรงเชิงพินิจ (Face Validity) เป็นคุณภาพของแบบทดสอบที่พิจารณาว่าข้อสอบแต่ละข้อวัดได้ตรงตามคุณลักษณะที่นิยามไว้หรือไม่ ซึ่งเป็นความเที่ยงตรงที่เหมาะสมสำหรับแบบทดสอบวัดด้านความรู้สึก (Affective domain)

2. ความเที่ยงตรงตามเกณฑ์สัมพัทธ์ หมายถึง คุณภาพของเครื่องมือที่เอาผลการวัดของแบบทดสอบไปหาความสัมพันธ์กับเกณฑ์ที่ต้องการ จำแนกออกเป็น 2 ชนิด คือ

2.1 ความเที่ยงตรงเชิงสภาพ (Concurrent Validity) หมายถึง ความเที่ยงตรงที่เอาผลการวัดของแบบทดสอบที่สร้างขึ้น ไปหาความสัมพันธ์กับเกณฑ์ในสภาพปัจจุบัน เช่น คะแนนของแบบทดสอบที่วัดความรู้เกี่ยวกับการว่ายน้ำไปหาความสัมพันธ์กับคะแนนการว่ายน้ำในเชิงปฏิบัติในปัจจุบัน ถ้าผลปรากฏว่ามีความสัมพันธ์กันสูง ก็แสดงว่า แบบทดสอบวัดความรู้เกี่ยวกับว่ายน้ำมีความเที่ยงตรงเชิงสภาพสูง กล่าวคือคนที่ว่ายน้ำเป็นจะทำแบบทดสอบวัดความรู้ได้ และคนที่ว่ายน้ำไม่เป็น จะทำแบบทดสอบวัดความรู้ไม่ค่อยได้หรือไม่ได้ เป็นต้น

2.2 ความเที่ยงตรงเชิงพยากรณ์ (Predictive Validity) หมายถึง ความเที่ยงตรงที่ได้มาจากการเอาผลการวัดของแบบทดสอบที่สร้างขึ้น ไปคำนวณหาความสัมพันธ์กับเกณฑ์ในอนาคต เพื่อที่จะเอาผลการสอบไปพยากรณ์ผลความสำเร็จในอนาคต เช่น คะแนนเกรดเฉลี่ย (G.P.A) ที่จบการศึกษาไปแล้ว ถ้าความสัมพันธ์มีค่าสูง แสดงว่าแบบทดสอบคัดเลือกมีความเที่ยงตรงเชิงพยากรณ์สามารถนำแบบทดสอบไปสอบคัดเลือกได้

3. ความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้าง หมายถึง คุณภาพของเครื่องมือที่สามารถวัดได้ตรงตามลักษณะหรือตามทฤษฎีของโครงสร้างนั้นหรือวัดได้ครอบคลุมตามลักษณะของโครงสร้างของแบบทดสอบมาตรฐาน

3.1.3 ความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้าง

ความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้าง หมายถึง คุณภาพของแบบทดสอบที่สามารถวัดได้ตรงตามลักษณะหรือทฤษฎีของโครงสร้างนั้นหรือวัดได้ครอบคลุมตามลักษณะโครงสร้างของแบบทดสอบมาตรฐาน (ล้วน สายยศ ; และอังคณา สายยศ. 2539 : 259) ซึ่งในการคำนวณหาค่าความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้าง สามารถจำแนกได้เป็น 4 วิธี ดังนี้

1. คำนวณจากค่าความสัมพันธ์ เป็นการคำนวณความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้างของแบบทดสอบ โดยนำคะแนนที่ได้จากการทดสอบกับคะแนนที่ได้จากการทดสอบจากแบบทดสอบมาตรฐานที่วัดลักษณะเดียวกัน คำนวณค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ จากสูตรสหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (r_{xy})

นอกจากนี้ความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้างที่คำนวณจากค่าสหสัมพันธ์ยังหาได้โดยคำนวณค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของแบบทดสอบแต่ละส่วน (Parts) หรือแต่ละจุดประสงค์เชิงพฤติกรรมกับคะแนนรวมของแบบทดสอบ แล้วคำนวณค่าเฉลี่ยจากค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ในแต่ละส่วนกับคะแนนรวมเป็นค่าความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้าง

2. คำนวณจากหลายลักษณะหลายวิธี (The Multitrait – Multimethod Matrix) เป็นวิธีหาความเที่ยงตรงแบบหลากลักษณะหลายวิธี ซึ่งแคมเบลล์และฟิสค์ (ลัวิน สายยศ ; และอังคณา สายยศ. 2539 : 261 ; อ้างอิงจาก Campbell and fiske. 1959) ได้กล่าวถึงการวัดความเที่ยงตรงแบบหลายลักษณะหลายวิธีว่าประกอบด้วยลักษณะวัดที่มีสองลักษณะหรือมากกว่าสองลักษณะ และมีวิธีการวัดสองวิธีหรือมากกว่าสองวิธี คำนวณได้ดังนี้

2.1 ความเที่ยงตรงเชิงเหมือน (Convergent Validity) เป็นความเที่ยงตรงที่เกิดจากความสัมพันธ์ระหว่างผลการวัดลักษณะเดียวกันด้วยวิธีวัดเดียวกันหรือวัดลักษณะเดียวกันแต่ต่างวิธีกัน จะมีค่าความสัมพันธ์สูง

2.2 ความเที่ยงตรงเชิงจำแนก (Discriminant Validity) เป็นความเที่ยงตรงที่เกิดจากความสัมพันธ์ระหว่างผลการวัดที่ต่างลักษณะกันด้วยวิธีวัดเดียวกันหรือต่างลักษณะกัน จะมีค่าความสัมพันธ์กันต่ำและมีค่าต่ำกว่าความเที่ยงตรงเชิงเหมือน

3. คำนวณจากการวิเคราะห์องค์ประกอบ (Factor Analysis) การวิเคราะห์เป็นการพิสูจน์ว่า ข้อสอบแต่ละข้อเมื่อสอบแล้วมีตัวเลขยืนยันได้ว่า วัดคุณลักษณะใดวัดคุณลักษณะเดียวกันหรือวัดก็ลักษณะ เป็นไปตามการจัดคุณลักษณะเมื่อเขียนข้อสอบตั้งแต่แรกหรือไม่ นั่นคือการพิสูจน์โครงสร้างของข้อสอบว่าเป็นแบบใดเป็นไปตามโครงสร้างหรือทฤษฎีที่ตั้งไว้หรือไม่นั่นเอง (ลัวิน สายยศ ; และอังคณา สายยศ. 2542 : 325)

การวิเคราะห์องค์ประกอบมักทำใน 2 ลักษณะ คือ การวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงสำรวจ (Exploratory) และการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน (Confirmatory) ซึ่งในการวิเคราะห์องค์ประกอบมีรายละเอียดสรุปได้ดังนี้ (นงลักษณ์ วิรัชชัย. 2542 : 128 – 169)

1. การวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงสำรวจ (Exploratory Factor Analysis) คือ การวิเคราะห์เพื่อสำรวจ และระบุงค์ประกอบร่วมที่สามารถอธิบายความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรได้

2. การวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน (Confirmatory Factor Analysis) วัดอุปสงค์ในการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน คือ เพื่อตรวจสอบทฤษฎีที่ใช้เป็นพื้นฐานในการวิเคราะห์องค์ประกอบเพื่อสำรวจและระบุงค์ประกอบ และยังใช้เป็นเครื่องมือในการสร้างตัวแปรใหม่

3.1.4 การประเมินความสอดคล้องของโมเดล (Evaluating the Data – Model Fit) (เสรี ชัดเข้ม. 2547 : 28 – 30)

การประเมินความสอดคล้องของโมเดลองค์ประกอบ โดยการพิจารณาค่าสถิติต่างๆ ในการวิเคราะห์ข้อมูล ค่าสถิติเหล่านี้ใช้เป็นหลักฐานสนับสนุนว่าโมเดลสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์หรือไม่ หรือแนะนำโมเดลไม่สอดคล้องกับข้อมูลอย่างไร ซึ่งในกรณีโมเดลไม่สอดคล้องกับข้อมูลต้องปฏิเสธโมเดลองค์ประกอบตามสมมติฐาน หรืออาจใช้ค่าสถิติให้มากกว่าผลการวิเคราะห์ ประกอบการตัดสินใจกำหนดข้อมูลจำเพาะของโมเดลหรือปรับโมเดลใหม่

ขั้นแรกของการประเมินความสอดคล้องของโมเดล ควรตรวจสอบว่าค่าพารามิเตอร์ที่เหมาะสมได้สมเหตุสมผลหรือไม่ เป็นไปตามทฤษฎีที่คาดหวังหรือไม่ แต่ถ้าพบกรณีต่อไปนี้อาจเกิดจากข้อกำหนดจำเพาะของโมเดลประกอบไม่ถูกต้อง

1. ค่าพารามิเตอร์มีค่ากลับกัน (เช่น ค่าน้ำหนักองค์ประกอบเป็นบวก ทั้งๆที่ในตามทฤษฎีต้องมีค่าเป็นลบ เป็นต้น)
2. ค่าพารามิเตอร์น้อยเกินไป มากเกินไป หรือไม่เหมาะสม (เช่น ค่าความแปรปรวนขององค์ประกอบมีค่าติดลบ ค่าสหสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบมีค่ามากกว่า 1.00 เป็นต้น)
3. ค่าความคลาดเคลื่อนในรูปคะแนนมาตรฐานมากกว่าปกติ (มีค่าเกินกว่า 2.00)
4. ค่าประมาณความเชื่อมั่นของตัวแปรสังเกตได้เป็นลบ หรือใกล้ๆ 0 หรือมากกว่า 1.00

นอกจากนั้นจำเป็นต้องตรวจสอบค่าสถิติวัดความสอดคล้องของโมเดลหลายตัว เพราะโมเดลองค์ประกอบที่มีค่าพารามิเตอร์สมเหตุสมผล อาจสอดคล้องกับข้อมูลไม่ดีก็ได้

การทดสอบ Fit Statistics (ฉัตรศิริ ปิยะพิมลสิทธิ์. 2541 : 29 – 30) เป็นการทดสอบ Fit Statistics ที่ใช้ในการเปรียบเทียบรูปแบบ (model) จะมีอยู่ด้วยกันหลายตัว เช่น อัตราส่วนของ $\bar{\chi} / df$, ดัชนี CFI (Bentler comparative fit index), อัตราส่วนความละเอียด ถี่ถ้วน (The parsimony ratio), GFI (The goodness of fit index) เป็นต้น ในที่นี้จะอธิบายถึงสถิติเพียง 2 ตัว ดังนี้

1. อัตราส่วน ไค – สแควร์สัมพัทธ์ (Relative chi – square : $\bar{\chi} / df$)

การทดสอบไค – สแควร์ เป็นการทดสอบสมมติฐานความสอดคล้องของรูปแบบความแปรปรวนร่วมระหว่างตัวแปรที่สังเกตได้ สถิติไค – สแควร์ จะมีความไวต่อขนาดกลุ่มตัวอย่าง ดังนั้นความไม่แน่นอนของค่าไค – สแควร์ จะนำไปสู่การพัฒนาสถิติตัวอื่นๆ เพื่อใช้ในการประเมินความเหมาะสมของรูปแบบ (model)

2. ดัชนีวัดระดับความกลมกลืน (Goodness of fit index : GFI)

ดัชนีวัดระดับความกลมกลืน (GFI) คือ การวัดความสัมพันธ์ระหว่างความแปรปรวนและความแปรปรวนร่วมพร้อมกัน ในการอธิบายรูปแบบ (model) ดัชนีความคล้ายคลึงกับ Multiple R square ในการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ ค่า GFI สูงสุดไม่เกิน 1.00 และถ้าค่า GFI คำนวณได้เท่ากับ 1.00 จะบ่งบอกถึงความเหมาะสมของรูปแบบ (model) กับข้อมูลว่ามีความเหมาะสมมากที่สุด และควรมีค่าตั้งแต่ .90 ขึ้นไป

การทดสอบความสอดคล้องของโมเดล (ฉัตรศิริ ปิยะพิมลสิทธิ์, 2541 : 34 – 35) ได้กล่าวไว้ว่าผลลัพธ์ที่ได้จากการทดสอบความสอดคล้องของโมเดลมีดังนี้

1. ดัชนีวัดระดับความกลมกลืน (Goodness of fit index : GFI) มีค่าอยู่ระหว่าง 0 – 1 ถ้าค่าดัชนี GFI มีค่ามากกว่า .90 แสดงว่า รูปแบบตามทฤษฎีสอดคล้องกับรูปแบบเชิงประจักษ์

2. ดัชนีวัดระดับความกลมกลืนที่ปรับแก้แล้ว (Adjusted Goodness of fit index : AGFI) เป็นการนำดัชนี GFI มาปรับแก้มีลักษณะเหมือนกับ GFI มีค่าอยู่ระหว่าง 0 – 1 ถ้าค่าดัชนี AGFI มีค่ามากกว่า .90 แสดงว่า รูปแบบตามทฤษฎีสอดคล้องกับรูปแบบเชิงประจักษ์

3. ดัชนีรากกำลังสองเฉลี่ยของเศษเหลือ (Root mean square Residual : RMR) เป็นการเปรียบเทียบระดับความกลมกลืนของรูปแบบเชิงประจักษ์กับรูปแบบตามทฤษฎีดัชนี RMR มีค่าอยู่ระหว่าง 0 – 1 ถ้าค่า RMR มีค่าต่ำกว่า .06 แสดงว่า รูปแบบตามทฤษฎียิ่งมีความกลมกลืนกับรูปแบบเชิงประจักษ์

4. นันเซ็นทรัลไค – สแควร์ (Non – centrality parameter : NCP) เป็นสถิติที่ใช้ทดสอบความเที่ยงตรงของรูปแบบหรือความกลมกลืนมีค่าเป็นศูนย์ ถ้าค่า NCP มีค่ามากจนปฏิเสธสมมติฐาน แสดงว่า รูปแบบตามทฤษฎีไม่สอดคล้องกับรูปแบบเชิงประจักษ์ ถ้าค่าน้อยจนยอมรับสมมติฐาน แสดงว่า รูปแบบมีความเที่ยงตรง

5. ฟังก์ชันความแตกต่างจากประชากร (Population discrepancy function : FO) เป็นการประมาณค่าความคลาดเคลื่อนที่เกิดจากการที่โมเดลนั้นไม่สอดคล้องกับกลุ่มประชากร ถ้ามีค่ามากจนกระทั่งปฏิเสธสมมติฐาน แสดงว่า รูปแบบตามทฤษฎีไม่สอดคล้องกับรูปแบบเชิงประจักษ์

6. ค่ารากกำลังสองเฉลี่ยของค่าความแตกต่างโดยประมาณ (Root mean square error of approximation : RMSEA) เป็นสูตรที่พัฒนามาจากปัญหาที่ว่าเมื่อพารามิเตอร์อิสระทำให้ค่าสถิติมีค่าลดลงเพราะค่าสถิติขึ้นอยู่กับ df ถ้ามีค่ามากจนกระทั่งปฏิเสธสมมติฐาน แสดงว่า

รูปแบบตามทฤษฎีไม่สอดคล้องกับรูปแบบเชิงประจักษ์ ถ้าค่า RMR มีค่าต่ำกว่า .08 แสดงว่า รูปแบบตามทฤษฎียังมีความกลมกลืนกับรูปแบบเชิงประจักษ์

7. ดัชนี NFI, NNFI, CFI, FFI และ RFI มีค่าระหว่าง 0 – 1 ใช้เปรียบเทียบรูปแบบตามทฤษฎีว่ามีความสอดคล้องกับรูปแบบเชิงประจักษ์มากน้อยเพียงใด ค่ายิ่งเข้าใกล้ 1 โมเดลยิ่งสอดคล้องกันมาก

โดยหลักการทั่วไปแล้ว ค่าสถิติวัดระดับความสอดคล้องที่ใช้กันมาก ได้แก่ ค่าสถิติไค – สแควร์ และค่าดัชนี GFI, AGFI, Standardized RMR, RMSEA สำหรับดัชนี NFI, NNFI, CFI, FFI และ RFI ไม่ค่อยนำมาใช้ในรายงานการวิจัย (เสรี ชัดแท้. 2546 : 10 – 11)

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยศึกษาความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้าง (Construct Validity) โดยการวิเคราะห์องค์ประกอบแบบยืนยัน (Confirmatory Factor Analysis) เพื่อเป็นการพิสูจน์ว่าแบบวัดเป็นไปตามการจัดคุณลักษณะเมื่อเขียนข้อสอบตั้งแต่แรก และแบบวัดนี้เป็นไปตามโครงสร้าง ทฤษฎีที่ตั้งไว้

3.1 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความเที่ยงตรง

3.2.1 งานวิจัยในต่างประเทศ

แวนเดวอลเล (Vandewalle. 1997 : 1012 – 1013) ศึกษาความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้างเพื่อวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันเกี่ยวกับลักษณะของการกำหนดเป้าหมายหลักในการทำงาน โดยศึกษากับกลุ่มตัวอย่างที่จบปริญญาตรีแล้วด้านสาขาการจัดการและบัญชีจากวิทยาลัยในเครือข่ายของมหาวิทยาลัยโปรเตสแตนต์ในภาคใต้ จำนวน 503 คน จากการศึกษาพบว่า ลักษณะของการกำหนดเป้าหมายแบ่งได้เป็น 3 แบบ คือ การกำหนดเป้าหมายโดยการเรียนรู้ (Learning goal orientation) กล่าวถึง การพัฒนาตนเอง โดยความต้องการทักษะใหม่ การเรียนรู้จากสถานการณ์ใหม่ และการปรับปรุงความสามารถของตนเอง ด้านต่อมา คือ การแสดงให้เห็นการปฏิบัติโดยการกำหนดเป้าหมาย (Prove (performance) Goal Orientation) กล่าวถึง การแสดงความสามารถของตนเอง และแสดงให้เห็นถึงความสามารถในสิ่งที่ตนชอบและด้านที่สาม การกำหนดเป้าหมายการหลีกเลี่ยงการปฏิบัติ (Avoid (performance) Goal Orientation) กล่าวถึง การหลีกเลี่ยงการแสดงความสามารถของตนเองและหลีกเลี่ยงสิ่งที่พิจารณาว่าไม่ดี

ลิโคเนน และเลสกินเนน (Liukkonen ; & Leskinen. 1999 : 651 – 664) ได้ศึกษาความเชื่อมั่นและความเที่ยงตรงของแบบสอบถามการรับรู้ความสำเร็จของเด็ก (The Children's version of the Perception of Success Questionnaire : POSQ – CH) คุณลักษณะที่วัด คือ การโน้มเอียงในการทำงาน และความเชื่อในตนเอง โดยศึกษากับกลุ่มตัวอย่างที่มีอายุ 14 ปี จำนวน 557

คน จากผลการศึกษาพบว่า ค่าความเชื่อมั่นด้านการโน้มเอียงในการทำงาน มีค่าอยู่ระหว่าง 0.36 ถึง 0.59 ค่าความเชื่อมั่นด้านความเชื่อในตนเอง มีค่าอยู่ระหว่าง 0.34 ถึง 0.60 และสำหรับค่าความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้างที่วิเคราะห์ด้วยวิธีวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน พบว่า ด้านการโน้มเอียงในการทำงานมีค่าอยู่ระหว่าง 0.58 ถึง 0.70 และด้านความเชื่อในตนเองมีค่าอยู่ระหว่าง 0.58 ถึง 0.80

จากชินสกีและดูดา (Jagacinski ; & Duda. 2001 : 1013 – 1039) ได้ศึกษาเปรียบเทียบความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้างของมาตรการวัดร่วมสมัยในการวัดการกำหนดเป้าหมายความสำเร็จ จากมาตรการวัด 3 รูปแบบ ได้แก่ แบบสำรวจรูปแบบของการปรับตัวในการเรียนรู้ (Patterns of Adaptive Learning Survey : PALS) พัฒนาโดยมิดเดิลีย์และคณะ (Midgley ; et al. 1996) มาตรการวัดการกำหนดลักษณะแรงจูงใจ (Motivational Orientation Scale : MOS) นำมาจากมาตรการวัดของดูดาและนิคอลล (Duda & Nicholls. 1992) และมาตรการวัดการกำหนดเป้าหมายด้านการเรียนรู้โดยทั่วไปและการปฏิบัติ (General Learning and Performance Goal Orientations Scale) พัฒนามาจากมาตรการวัดของบัตตันและคณะ (Button et al. 1996) ด้วยวิธีการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันในการเปรียบเทียบองค์ประกอบของลักษณะการกำหนดเป้าหมาย ในขั้นสุดท้ายก็นำไปหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์กับ มาตรการวัดการกำหนดเป้าหมายความสำเร็จของแจ๊คสัน (Jackson Achievement Orientation Scale) กับองค์ประกอบที่เป็นตัวนำความสำเร็จในโรงเรียน ได้แก่ สิ่งที่ทำให้เกิดความสนใจหรือพอใจ และความเบื่อหน่ายในการศึกษา จากผลการเปรียบเทียบพบว่า มาตรการวัดที่มีความเหมาะสมทั้งในด้านความเที่ยงตรงและองค์ประกอบ ในการวัดการกำหนดเป้าหมายความสำเร็จ คือ แบบสำรวจรูปแบบของการปรับตัวในการเรียน (Patterns of Adaptive Learning Survey : PALS)

3.2.2 งานวิจัยในประเทศ

ดวงใจ บุญยะภาส (2543 : 45) ศึกษาความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้างของแบบทดสอบวัดบุคลิกภาพตามแนวทฤษฎีบุคลิกภาพของไอแซกส์ สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ในจังหวัดราชบุรี ซึ่งมีจำนวนกลุ่มตัวอย่าง 2,214 คน ผลการศึกษาพบว่า จากการวิเคราะห์องค์ประกอบแบบทดสอบวัดบุคลิกภาพมีจำนวนองค์ประกอบ 3 องค์ประกอบ คือ ด้านการแสดงตัว ด้านอารมณ์แปรปรวน และด้านพฤติกรรมทางจิต สอดคล้องกับแนวคิดของไอแซกส์และทุกด้านวัดในแนวคิดร่วมกัน ส่วนค่าความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้างที่วัดด้วยวิธีวิเคราะห์หลายลักษณะหลายวิธี พบว่า ค่าความเที่ยงตรงเชิงเหมือน มีค่าสหสัมพันธ์กันสูงคือมีค่าอยู่ระหว่าง 0.564 ถึง 0.632 ส่วนค่าความเที่ยงตรงเชิงจำแนก มีค่าสหสัมพันธ์กันต่ำคือมีค่าอยู่ระหว่าง -0.016 ถึง 0.381 ซึ่งมีค่าต่ำกว่าความเที่ยงตรงเชิงเหมือน แสดงว่า แบบทดสอบที่สร้างขึ้นมีความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้าง

อรอุมา สงวนญาติ (2544 : 71 - 73) ได้ศึกษาความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้างของแบบทดสอบวัดความภาคภูมิใจในตนเองที่มีรูปแบบการตอบและวิธีวิเคราะห์ที่ต่างกัน กลุ่มตัวอย่างที่ใช้เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 กลุ่มที่ 3 ของโรงเรียนมัธยมศึกษาในสังกัดกรมสามัญศึกษาในกรุงเทพมหานคร จำนวน 1,064 คน เครื่องมือใช้ในการศึกษาเป็นแบบทดสอบวัดความภาคภูมิใจในตนเองที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น 2 ฉบับ เป็นฉบับแบบข้อความ และแบบสถานการณ์ จากผลการศึกษาพบว่าความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้างของแบบทดสอบที่วิเคราะห์ด้วยวิธีหลายลักษณะหลายวิธี มีค่าสหสัมพันธ์เชิงเหมือน ตั้งแต่ 0.639 ถึง 0.758 ซึ่งมีค่าสูงกว่า 0.50 และค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เชิงจำแนกมีค่าตั้งแต่ -0.003 ถึง 0.449 ซึ่งมีค่าต่ำกว่าค่าความเที่ยงตรงเชิงเหมือน ค่าความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้างของแบบทดสอบชนิดข้อความและสถานการณ์ ที่วิเคราะห์ค่าความสอดคล้องภายในด้วยค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของแบบทดสอบทั้งฉบับมีค่าเท่ากับ 0.939 และ 0.886 ตามลำดับ และค่าความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้างที่วิเคราะห์ด้วยวิธีวิเคราะห์องค์ประกอบแบบค้นหา พบว่า แบบทดสอบทั้ง 2 ชนิด มีเพียง 3 องค์ประกอบ ซึ่งสอดคล้องกัน อันประกอบด้วย ด้านการยอมรับนับถือตนเอง ด้านการได้รับการยอมรับจากครอบครัว และด้านการได้รับการยอมรับจากบุคคลในโรงเรียน

4. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการช่วยเหลือตนเอง

4.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการช่วยเหลือตนเอง

4.1.1 ความหมายของการช่วยเหลือตนเอง

ประเทือง ภูมิภัทราคม (2540 : 338) กล่าวว่า การจัดทำคู่มือปฏิบัติตน คือ การจัดทำคู่มือในการปฏิบัติเพื่อแก้ไขเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมด้วยตนเอง ซึ่งเทคนิคนี้เรียกอีกอย่างว่า “บรรณบำบัด” (Bibliotherapy) ทั้งนี้เพราะเทคนิคนี้ได้เขียนเป็นคู่มือในการปฏิบัติไว้ ซึ่งบุคคลสามารถนำไปใช้ได้เลย โดยปกติคู่มือดังกล่าวจะจัดวางจำหน่ายตามร้านหนังสือหรือไม่ก็จำหน่ายตามคลินิกต่างๆ พฤติกรรมที่เป็นปัญหาที่นิยมนำมาจัดทำคู่มือการปฏิบัติตนเพื่อแก้ปัญหา นั้นมักได้แก่ คู่มือการลดความกลัว คู่มือการลดความอ้วน คู่มือการอดบุหรี่ คู่มือการสร้างทักษะทางสังคม คู่มือการลดสุรา คู่มือการแก้ปัญหาทางเพศ เป็นต้น ในคู่มือเหล่านี้จะอธิบายขั้นตอนในการปฏิบัติเพื่อแก้ปัญหาพฤติกรรมด้วยตนเองไว้อย่างชัดเจนแต่ละชั้น

สมโภชน์ เขียมสุภาสิต (2543 : 347-349) กล่าวว่า คู่มือช่วยเหลือตนเอง (Self-Help Manual) หรือที่รู้จักกันในชื่อของการบำบัดโดยหนังสือ (Bibliotherapy) จัดได้ว่าเป็นวิธีการควบคุมตนเองอีกวิธีการหนึ่ง ซึ่งวิธีการบำบัดโดยหนังสือนั้นช่วยให้บุคคลสามารถแก้ปัญหาทางอารมณ์ของตนเองได้ โดยการอ่านหนังสือที่เกี่ยวข้องกับเรื่องราวของปัญหาทางอารมณ์นั้น เรื่องราวในหนังสือ

สามารถนำไปสู่การอภิปราย และทางออกที่เป็นไปได้ของปัญหาที่เผชิญอยู่นั้น ผู้บำบัดก็เตรียมการแนะนำแก้ปัญหาให้แก่บุคคลโดยการให้ไปอ่านหนังสือ และจัดกิจกรรมบางอย่างหลังจากนั้น

แคชดิน (สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต.2543 : 349 ; อ้างอิงจาก Kazadin. 1989) กล่าวว่า การบำบัดโดยหนังสือ นั้น เป็นวิธีการที่ผู้เข้ารับการบำบัดสามารถเป็นตัวของเขาเองมากที่สุด และสามารถนำวิธีดำเนินการดังกล่าวนี้ไปใช้ได้ในทุกครั้งที่มามีปัญหาของตนเอง ซึ่งผู้ที่จะนำวิธีการดังกล่าวนี้ไปใช้ก็ควรจะได้มีการวิเคราะห์หนังสือที่มีอยู่ในห้องตลาดเสียก่อนว่า เล่มใดเหมาะแก่การใช้ควรวีในปัญหาใด กับเพศใดและอายุเท่าใด เป็นต้น

ทักเคอร์ แลคด์ (ศุภวรรณ ศรีประภา. 2548 : 3 ; อ้างอิงจาก Tucker-Ladd. 2003 : Online) กล่าวว่า การช่วยเหลือตนเองเป็นการจัดการกับสถานการณ์ที่สร้างปัญหาแก่ตนเองโดยมีเจตนาในการควบคุมสถานการณ์อย่างมีสติ เพื่อให้ผลของสถานการณ์นั้นดีขึ้น เป็นการตระหนักถึงจุดด้อยของตนเองและพยายามแก้ไขเพื่อพัฒนาตนเอง แม้บางครั้งการช่วยเหลือตนเองยังรวมถึงการเปลี่ยนแปลงบุคคลอื่น หรือสิ่งแวดล้อม เพื่อให้สภาวะหรือความรู้สึกของตนเองดีขึ้น แต่จุดมุ่งเน้นสำคัญของการช่วยเหลือตนเองจะอยู่ที่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ความรู้สึก ทักษะ การรับรู้ (ความคิด) หรือกระบวนการไร้สำนึกต่างๆเป็นลำดับแรก การช่วยเหลือตนเองเป็นกระบวนการของ “ตัวตน” ของบุคคลในส่วนที่คิดหาเหตุผลอย่างรู้สำนึก อันมีผลเปลี่ยนแปลงส่วนอื่นๆในตัวตน การกระทำ และสถานการณ์ของบุคคล หรือกล่าวได้ว่า การช่วยเหลือตนเองคือการพัฒนาตนเองด้วยตัวบุคคลเอง

จากความหมายดังกล่าว สรุปได้ว่า การช่วยเหลือตนเอง หรือที่รู้จักกันในชื่อของการบำบัดโดยหนังสือ ซึ่งเป็นคู่มือช่วยเหลือตนเองที่สามารถนำไปใช้ได้กับตนเอง เป็นการจัดการกับปัญหา จัดการกับสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดปัญหา หรือเปลี่ยนสิ่งแวดล้อมเพื่อทำให้สภาพการณ์หรือความรู้สึกของตนเองดีขึ้น มันเป็นการปรับปรุงตนเองด้วยตัวของบุคคลเอง โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อให้ผู้รับโปรแกรมการช่วยเหลือได้รับรู้และเข้าใจเพื่อใช้ในการพัฒนาตนเองได้

4.1.2 วิธีการบำบัดโดยคู่มือการช่วยเหลือตนเอง

สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต (2543 : 348-349) กล่าวถึงวิธีการบำบัดโดยคู่มือการช่วยเหลือตนเอง ดังนี้

1. พิจารณาตามปัญหาของผู้เข้ารับการบำบัด ซึ่งอาจทำได้โดยการสัมภาษณ์ สังเกต หรือการเขียนบันทึกประจำวัน

2. เลือกหนังสือที่เหมาะสมกับปัญหาของผู้เข้ารับการบำบัด อย่างเช่น หนังสือที่เกี่ยวข้องกับการหย่าร้าง การตายของสมาชิกในครอบครัว หรืออื่นๆ ที่พบว่าเกี่ยวข้องกับปัญหาของผู้เข้ารับการบำบัด แต่จะต้องระลึกไว้เสมอว่า

2.1 หนังสือนั้นจะต้องเหมาะสมกับระดับความสามารถในการอ่านของผู้เข้ารับการบำบัด

2.2 เรื่องราวในหนังสือควรจะอยู่ในระดับความสนใจของผู้เข้ารับการบำบัด นั่นคือ ถ้าผู้เข้ารับการบำบัดเป็นเด็ก ตัวละครในหนังสือก็ควรจะเป็นเด็กด้วยเช่นกัน

2.3 ลักษณะหรือเนื้อหาควรจะสอดคล้องกับปัญหาของผู้รับการบำบัด

2.4 ลักษณะของตัวละครควรมีความเป็นไปได้ในชีวิตจริง

2.5 การดำเนินเรื่องควรจะสมจริงสมจังและเกี่ยวข้องกับการแก้ปัญหาที่สร้างสรรค์

3. กำหนดเวลาและสถานที่ที่จะดำเนินการ

4. เลือกกิจกรรมที่ใช้หลังจากการอ่านแล้ว (เช่น อภิปราย การเขียนรายงาน วาดรูป หรือแสดงละคร เป็นต้น)

5. จัดช่วงให้มีการอ่านหรือเป็นคนอื่นอ่าน

6. หยุดพักสักสองถึงสามนาที เพื่อให้ผู้เข้ารับการบำบัดได้มีโอกาสแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับเนื้อหานั้น

7. ดำเนินกิจกรรมหลังจากการอ่านที่ได้เลือกไว้แล้ว

8. ช่วยผู้เข้ารับการบำบัดในการอภิปราย ทำรายการแก้ปัญหาที่เป็นไปได้ หรือทำกิจกรรมอื่นๆ

การดำเนินการบำบัดโดยคู่มือ ควรกระทำเป็นขั้นตอน (สุริชนี เปี่ยมญาติ. 2535 : 22-23 ; อ้างอิงจาก Association of Hospital and Institution Libraries. 1971 : 22-25) ดังนี้

1. การคัดเลือกหนังสือ ควรพิจารณาจากทะเบียนประวัติของผู้รับการบำบัด เพื่อให้เหมาะสมกับปัญหาและความสนใจของแต่ละคน นำหนังสือที่คัดเลือกแล้วไปทำบรรณนิทัศน์ หมายถึง การกล่าวถึงสาระ คุณค่า และเรื่องราวโดยย่อของหนังสือ เอกสารสิ่งพิมพ์ เพื่อเชิญชวนให้อ่านหนังสือเล่มที่ถูกลำมาบรรณนิทัศน์

2. นำหนังสือที่คัดเลือกแล้วไปให้ผู้รับการบำบัดอ่านทั้งนี้ผู้บำบัดจะต้องพยายามช่วยให้เขาเกิดความสนใจในการอ่านโดยไม่รู้สึกรู้สึกว่าถูกบังคับ ซึ่งอาจใช้วิธีการต่างๆ เช่น จัดให้มีการอ่านออกเสียง ตลอดจนนำเรื่องจากหนังสือให้ฟังบางส่วน เป็นต้น

3. จัดให้มีอภิปรายกลุ่ม เพื่อให้ได้มีโอกาสแสดงความคิดเห็นและระบายความรู้สึกที่ได้รับจากการอ่าน

4. การควบคุมและประเมินผล หลังจากการอภิปรายกลุ่ม ควรนำมาประเมินผลว่าสมควรจะให้กำกับการบำบัดด้วยหนังสือต่อไป หรือควรจะเปลี่ยนวิธีการบำบัดแบบอื่น

4.1.3 ประโยชน์ของคู่มือการช่วยเหลือตนเอง

ทักเคอร์ แลด์ (Tucker-Ladd, 2005 : Online) กล่าวว่า คู่มือการช่วยเหลือตนเองต้องมีเนื้อหาครอบคลุมทุกแง่มุมของการช่วยเหลือตนเอง โดยเสนอระบบสำหรับวิเคราะห์ปัญหาต่างๆ ในส่วนที่สามารถจัดการได้และวางแผนเปลี่ยนแปลงตนเอง เป็นหนังสือที่ทำให้บุคคลพิจารณาอย่างรอบคอบถึงสิ่งที่บุคคลนั้นให้ความสำคัญและต้องการบรรลุสำเร็จในชีวิต และการมีสรุปรวมคำอธิบายทางวิทยาศาสตร์ที่ดีที่สุดสำหรับปัญหาส่วนใหญ่ที่เกิดขึ้นกับมนุษย์ นอกจากนี้ในหนังสือควรมีการแจกแจงให้เห็นวิธีการที่มีประสิทธิภาพที่สุดสำหรับการจัดการกับพฤติกรรมและอารมณ์ทั้งหลายที่ไม่พึงปรารถนา และอธิบายโดยละเอียดถึงการนำวิธีช่วยเหลือตนเองกว่า 100 วิธีไปใช้ กล่าวโดยสรุปก็คือในหนังสือควรมอบคลังความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมที่เชื่อถือได้และมีการวิจัยสนับสนุน ซึ่งเมื่อรวมสิ่งนี้เข้ากับประสบการณ์ในการรับมือกับปัญหาของตัวเองแล้ว ก็จะสามารถสังเคราะห์ความรู้ทั่วไปที่จะช่วยให้เข้าใจตนเองและควบคุมชีวิตตนเองได้ดีขึ้น จากสิ่งที่ได้รับจากหนังสือ ส่วนการซึมซับและการประยุกต์ใช้ความรู้ดังกล่าวนี้เป็นหน้าที่ของแต่ละบุคคล

การใช้หนังสือช่วยเหลือตนเอง ช่วยให้บุคคลทั่วไปดำเนินชีวิตได้ดีขึ้น แต่ประเด็นที่พิเศษกว่านั้นคือ ผู้อ่านควรมีความหวังว่าจะได้อะไรมากกว่าหนังสือคู่มือช่วยเหลือตนเองที่มีเนื้อหาครอบคลุม เข้าใจง่าย และมีประสิทธิภาพ จากประสบการณ์ที่ศึกษากับนักศึกษากว่า 3,000 คนตามที่ทักเคอร์ได้กล่าวไว้ เชื่อได้ว่าสิ่งที่กล่าวมานี้ควรเกิดขึ้นหลังจากได้อ่านหนังสืออย่างตั้งใจและลองฝึกคิดค้นและดำเนินแผนการช่วยเหลือตนเอง (ทั้งที่กระทำต่อชีวิตตัวเองและคนอื่น เช่น เพื่อน ครอบครัว หรือกลุ่มสนับสนุน) คุณควรจะสามารถ

1. วิเคราะห์ปัญหาใดๆในส่วนที่สำคัญได้อย่างรวดเร็ว เพื่อให้เกิดความเข้าใจที่ดีขึ้น
2. เลือก ควบคุม และดำเนินการตามวิธีการบำบัดด้วยการช่วยเหลือตนเองอย่างเหมาะสม
3. ประเมินความก้าวหน้าและปรับปรุงแผนที่สร้างขึ้น หากยังนำมาใช้ไม่ได้ผล

ท้ายที่สุดหนังสือเบื้องต้นที่แนะนำเกี่ยวกับการช่วยเหลือตนเอง ควรจะได้รับการปรับปรุงทุกๆ 3-5 ปี เพื่อให้ครอบคลุมงานวิจัยและเทคนิคใหม่ๆในการพัฒนาตนเอง และควรมี

เนื้อหาเกี่ยวกับวิธีการช่วยเหลือตนเองอย่างหลากหลาย เนื่องจากวิธีที่บุคคลหนึ่งใช้ในการช่วยเหลือตนเอง อาจใช้ไม่ได้เลยกับอีกบุคคลที่เผชิญปัญหาเดียวกัน ทุกคนต่างมีวิธีที่เหมาะสมกับแต่ละคน

จากเอกสารดังกล่าวข้างต้น ผู้วิจัยสรุปได้ว่า ประโยชน์ของคู่มือการช่วยเหลือตนเอง เป็นวิธีเบื้องต้นในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม และการพัฒนาตนเอง มีการอธิบายถึงรายละเอียดที่ใช้ในการช่วยเหลือตนเองหลายวิธี เป็นการเพิ่มประสบการณ์ในการรับมือด้วยตนเอง และช่วยให้สามารถควบคุมชีวิตของตัวเองได้ดีมากขึ้น

4.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับโปรแกรมการช่วยเหลือตนเอง

4.2.1 งานวิจัยในต่างประเทศ

โรเซน (ประเทือง ภูมิภัทราคม. 2540 : 343 ; อ้างอิงจาก Rozen; et al. 1984 : 210) ได้ทดลองใช้คู่มือการปฏิบัติตนโดยใช้เทคนิคการลดความรู้สึกลอยอย่างเป็นระบบกับคนไข้ที่กลัวงู ในคู่มือจะเขียนวิธีการลดความรู้สึกลอยอย่างเป็นระบบ ทำอย่างไรเป็นขั้นตอนตั้งแต่การฝึกผ่อนคลาย วิธีการสร้างเรื่องเพื่อจินตนาการ และวิธีการฝึกจินตนาการ ผลปรากฏว่า การฝึกให้คนไข้ใช้คู่มือการใช้เทคนิคการลดความรู้สึกลอยอย่างเป็นระบบด้วยตนเอง สามารถลดความกลัวงูได้ดี เช่นเดียวกับการใช้เทคนิคการลดความรู้สึกลอยอย่างเป็นระบบโดยบุคคลอื่น

อนาสตาเซียตัส อะทาลลา (ศุภวรรณ ศรีประภา. 2548 : 41 ; อ้างอิงจาก Anastasiadis Atallah. 2004 : Online) ได้ทำการศึกษาผู้หญิงและการอ่านหนังสือคู่มือช่วยเหลือตนเองโดยการสำรวจประสบการณ์ของผู้หญิงจำนวน 10 คน ที่อ่านหนังสือคู่มือช่วยเหลือตนเอง โดยมีการสัมภาษณ์แบบปลายเปิดกับผู้หญิงกลุ่มนี้ในช่วงเดือนมกราคมถึงเดือนกันยายน ปี 2001 การศึกษานี้ได้ให้ความสนใจกับทั้งจุดยืนของ แนวคิดสตรีนิยมและทฤษฎีเกี่ยวกับสตรีนิยมของแนวความคิดหลังสมัยใหม่ จากการวิจัยพบว่า ผู้หญิงที่อยู่ในการศึกษาคั้งนี้ใช้หนังสือคู่มือการช่วยเหลือตนเองอย่างมีระบบและมุ่งผลในการพัฒนาตนเอง ความคิดใหญ่ที่ได้จากการสัมภาษณ์ ได้แก่ แนวคิดเรื่องการพัฒนาตนเองและการที่กลุ่มผู้หญิงที่ถูกสัมภาษณ์มีลักษณะของการมีบทบาทเป็นผู้นำในระดับสูงผลกระทบหลักที่ผู้หญิงเหล่านี้กล่าวว่าได้รับจากการอ่านหนังสือคู่มือช่วยเหลือตนเอง ได้แก่ ความสามารถในการระบุและเข้าใจปัญหาต่างๆที่พวกตนประสบ ผลการวิจัยที่ได้นี้ค้ำกับงานวิจัยแนวสตรีนิยมบางชิ้นที่เสนอว่าหนังสือคู่มือการช่วยเหลือตนเองส่งผลร้ายต่อผู้หญิง เนื่องจากเป็นสิ่งที่สร้างทุกซีให้การดำเนินชีวิตของพวกเธอ ผู้เข้ารับการสัมภาษณ์ยังคงกล่าวว่าตนได้รับอิทธิพลจากบริบทที่สร้างบรรทัดฐานว่าการแก้ปัญหาต่างๆที่ประสบไว้กับตัวเป็นเรื่องจำเป็น การอ่านหนังสือคู่มือช่วยเหลือตนเองช่วยให้พวกเธอคัดค้านความเห็นนี้ได้ อันส่งผลให้พวกเธอมีความเข้าใจในปัญหาที่ตนประสบ เช่น ความเก้บกด การใช้ยาเสพติด และความสัมพันธ์แบบรุนแรง

ประการสุดท้ายการวิจัยนี้ได้ศึกษาว่าบริบททั้งหลายที่สร้างบรรทัดฐานนั้นสามารถปรากฏในหนังสือคู่มือช่วยเหลือตนเองได้อย่างไรและเหตุใดผู้หญิงที่อ่านหนังสือเหล่านี้จึงสามารถทั้งปฏิบัติตามและต่อต้านข้อความต่างๆที่กล่าวถึงลักษณะหรือการกระทำที่พึงปรารถนาของผู้หญิงที่สมบูรณ์

4.2.1 งานวิจัยในประเทศ

มาลี กาบมาลา (2532 : 55) ได้ศึกษาการใช้หนังสือบำบัดความวิตกกังวลของเด็กป่วยเรื้อรังในโรงพยาบาลเด็ก โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นเด็กที่ป่วยเรื้อรังที่มีอายุ 10-11 ปีจำนวน 24 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองที่ 1 ได้รับความบำบัดด้วยหนังสือที่ได้รับการคัดเลือก จำนวน 8 คน กลุ่มทดลองที่ 2 ได้รับความบำบัดด้วยหนังสือทั่วไป จำนวน 8 คน และกลุ่มสำรอง เป็นกลุ่มที่สำรองไว้ จำนวน 8 คน ผลปรากฏว่า 1.เด็กป่วยเรื้อรังหลังการบำบัดด้วยหนังสือที่ได้รับการคัดเลือกแล้วมีความวิตกกังวลน้อยกว่าก่อนการทดลอง 2.เด็กป่วยเรื้อรังหลังการบำบัดด้วยหนังสือทั่วไปมีความวิตกกังวลน้อยกว่าก่อนการทดลอง 3.เด็กป่วยเรื้อรังที่ได้รับการบำบัดด้วยหนังสือที่ได้รับการคัดเลือกและเด็กป่วยที่ได้รับการบำบัดด้วยหนังสือทั่วไป มีความวิตกกังวลแตกต่างกัน

สุรชนี เปี่ยมญาติ (2535 : 51) ได้ศึกษาการใช้หนังสือบำบัดความก้าวร้าวของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนวัดพระชะเออธรรม สังกัดกรุงเทพมหานคร โดยทดลองกับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 จำนวน 36 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองที่ 1 ได้รับความบำบัดด้วยหนังสือที่ได้รับการคัดเลือกกับการอภิปรายกลุ่ม จำนวน 12 คน พบว่า 1.นักเรียนที่มีความก้าวร้าวสูงหลังการบำบัดด้วยหนังสือแต่เพียงอย่างเดียว มีความก้าวร้าวน้อยกว่าก่อนการทดลอง 2.นักเรียนที่มีความก้าวร้าวสูงหลังการบำบัดด้วยหนังสือโดยมีการอภิปรายกลุ่ม มีความก้าวร้าวน้อยกว่าก่อนการทดลอง 3.เด็กป่วยเรื้อรังที่ได้รับการบำบัดด้วยหนังสือที่ได้รับการคัดเลือกและเด็กป่วยที่ได้รับการบำบัดด้วยหนังสือทั่วไป มีความวิตกกังวลแตกต่างกัน

ศุภวรรณ ศรีประภา (2548 : 63) ได้ศึกษาการเปรียบเทียบผลของการวางเงื่อนไขกลุ่มกับโปรแกรมการช่วยเหลือตนเองเพื่อลดพฤติกรรมการใช้ความรุนแรงของนักเรียน พบว่า 1.นักเรียนมีพฤติกรรมการใช้ความรุนแรงลดลง ภายหลังได้รับการวางเงื่อนไขกลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 2.นักเรียนมีพฤติกรรมการใช้ความรุนแรงลดลงภายหลังการใช้โปรแกรมการช่วยเหลือตนเอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และ 3.นักเรียนที่ได้รับการวางเงื่อนไขกลุ่มและนักเรียนที่ใช้โปรแกรมการช่วยเหลือตนเอง มีพฤติกรรมการใช้ความรุนแรงลดลงแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งนักเรียนกลุ่มที่ได้รับการวางเงื่อนไขกลุ่มมีค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมการใช้ความรุนแรงต่ำกว่านักเรียนที่ใช้โปรแกรมการช่วยเหลือตนเอง

จากงานวิจัยข้างต้น จะเห็นได้ว่า การใช้คู่มือช่วยเหลือตนเองมีประโยชน์ในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม และเกิดการพัฒนาตนเองด้วยตนเองได้ ทำให้ผู้วิจัยสนใจที่จะนำคู่มือช่วยเหลือตนเองมาเป็นอีกวิธีหนึ่งที่น่ามาใช้ในการพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของนักเรียนวัยรุ่น

จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นทั้งหมด ผู้วิจัยสรุปได้ว่า การที่บุคคลจะเกิดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นนั้น จะต้องมีการเอาใจเขามาใส่ใจเรา สามารถคาดเดาความรู้สึกของผู้อื่นโดยสมมติว่าเราอยู่ในสถานการณ์นั้นด้วย เพื่อให้เกิดความเข้าใจและรับรู้สถานการณ์นั้นๆ และต้องสามารถเข้าใจอารมณ์ ความรู้สึกโดยสามารถคาดเดาความรู้สึกของผู้อื่นจากการแสดงออกทางสีหน้า แววตา และน้ำเสียงว่าเขารู้สึกอย่างไร พยายามแปลความหมายของคนรอบข้าง รวมทั้งต้องมีท่าทีแสดงความเอื้อเฟื้อ พร้อมทั้งจะช่วยเหลือให้สอดคล้องกับสถานการณ์ต่างๆ ได้อย่างเหมาะสม โดยควรเริ่มพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นในวัยรุ่น เพราะเป็นวัยที่อารมณ์ต่างๆ เริ่มจะเปลี่ยนแปลง ต้องการการเป็นที่ยอมรับของสังคม พร้อมทั้งจะพัฒนาให้เป็นผู้ใหญ่ที่ดีในอนาคต ดังนั้นเทคนิคที่จะนำมาใช้เพื่อพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นนั้นจะต้องจัดให้วัยรุ่นเกิดประสบการณ์ การเรียนรู้ด้วยตนเองเพื่อให้เกิดความเข้าใจ เห็นใจในตัวบุคคลอื่น ผู้วิจัยจึงเลือกใช้การให้โปรแกรมการช่วยเหลือตนเอง เพราะวิธีดังกล่าวจะเป็นการจัดประสบการณ์ให้กับวัยรุ่นพัฒนาตนเองจากการศึกษาด้วยตนเองและยังเป็นการฝึกให้วัยรุ่นรับรู้ถึงความรู้สึกนึกคิด อารมณ์ และความต้องการของผู้อื่น เพื่อที่จะสามารถตอบสนองตนเองและผู้อื่นได้ตรงกับสถานการณ์นั้นๆ ได้อย่างเหมาะสมและถูกต้อง นอกจากนี้ยังช่วยให้วัยรุ่นที่ได้รับการฝึกเข้าใจ ยอมรับตนเองและผู้อื่นมากขึ้นอีกด้วย

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้มีความมุ่งหมายเพื่อศึกษาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของนักเรียนวัยรุ่น และพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของนักเรียนวัยรุ่น การวิจัยครั้งนี้มีลักษณะเป็นการวิจัยและพัฒนา (Research and Development) โดยผู้วิจัยได้ดำเนินการศึกษาตามขั้นตอน ดังต่อไปนี้

1. การกำหนดประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
3. การเก็บรวบรวมข้อมูล
4. การจัดกระทำและการวิเคราะห์ข้อมูล

การกำหนดประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย

ประชากร ได้แก่ นักเรียนที่มีอายุตั้งแต่ 14 – 16 ปีบริบูรณ์ และกำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 และชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ปีการศึกษา 2549 โรงเรียนท่าม่วงราษฎร์บำรุง จังหวัดกาญจนบุรี มีจำนวนนักเรียนทั้งหมด 743 คน จำแนกเป็นนักเรียนชาย 307 คน นักเรียนหญิง 436 คน

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่

1. กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของนักเรียนวัยรุ่น ได้แก่ นักเรียนที่มีอายุตั้งแต่ 14 – 16 ปีบริบูรณ์และกำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 และชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ปีการศึกษา 2549 โรงเรียนท่าม่วงราษฎร์บำรุง จังหวัดกาญจนบุรี จำนวนทั้งหมด 743 คน จำแนกเป็นนักเรียนชาย 307 คน นักเรียนหญิง 436 คน
2. กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของนักเรียนวัยรุ่น ได้แก่ นักเรียนที่มีอายุตั้งแต่ 14 – 16 ปีบริบูรณ์และกำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 และชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ปีการศึกษา 2549 โรงเรียนท่าม่วงราษฎร์บำรุง จังหวัดกาญจนบุรี โดยผู้วิจัยคัดเลือกระดับชั้นที่มีคะแนนเฉลี่ยความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นต่ำสุดมาหนึ่งระดับชั้น จากการวิจัยครั้งนี้พบว่าเป็นนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ซึ่งได้จากการประเมินโดยใช้แบบวัดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น และผู้วิจัยคัดเลือกนักเรียนที่มีคะแนนระดับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมา แล้วสอบถามความสมัครใจในการเข้าร่วมทดลอง จำนวน 24 คน และสุ่มอย่างง่ายได้นักเรียนที่สมัครใจเข้าร่วมทดลองมาจำนวน 12 คน

การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย มีดังนี้

1. แบบสอบถามข้อมูลส่วนตัว
2. แบบวัดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น ซึ่งประกอบด้วย 3 ด้าน ดังนี้
 - 2.1 ด้านความสามารถในการอ่านอารมณ์และคาดเดาความรู้สึกของผู้อื่นจากการสังเกต แววตา ท่าทาง และน้ำเสียง
 - 2.2 ด้านความสามารถในการเข้าใจผู้อื่นตามสถานการณ์ในสังคม
 - 2.3 ด้านการเอื้อเฟื้อ ช่วยเหลือผู้อื่น
3. โปรแกรมการช่วยเหลือตนเองเพื่อพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

วิธีดำเนินการสร้างเครื่องมือ

1. แบบสอบถามข้อมูลส่วนตัว

ตัวอย่างแบบสอบถามข้อมูลส่วนตัวของนักเรียน

คำชี้แจง ให้นักเรียนทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง () หรือตอบคำถามในช่องว่างให้ตรงกับความเป็นจริงของนักเรียน

1. เพศ () ชาย () หญิง
2. อายุ ปี เดือน
3. ระดับชั้น () ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2/...
() ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3/...
() ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4/...

2. แบบวัดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

แบบวัดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยได้พัฒนามาจากแบบทดสอบบุคลิกภาพของปีเตอร์ ลาสเตอร์ (Peter Lauster : 1978) โดยมีขั้นตอนดังนี้

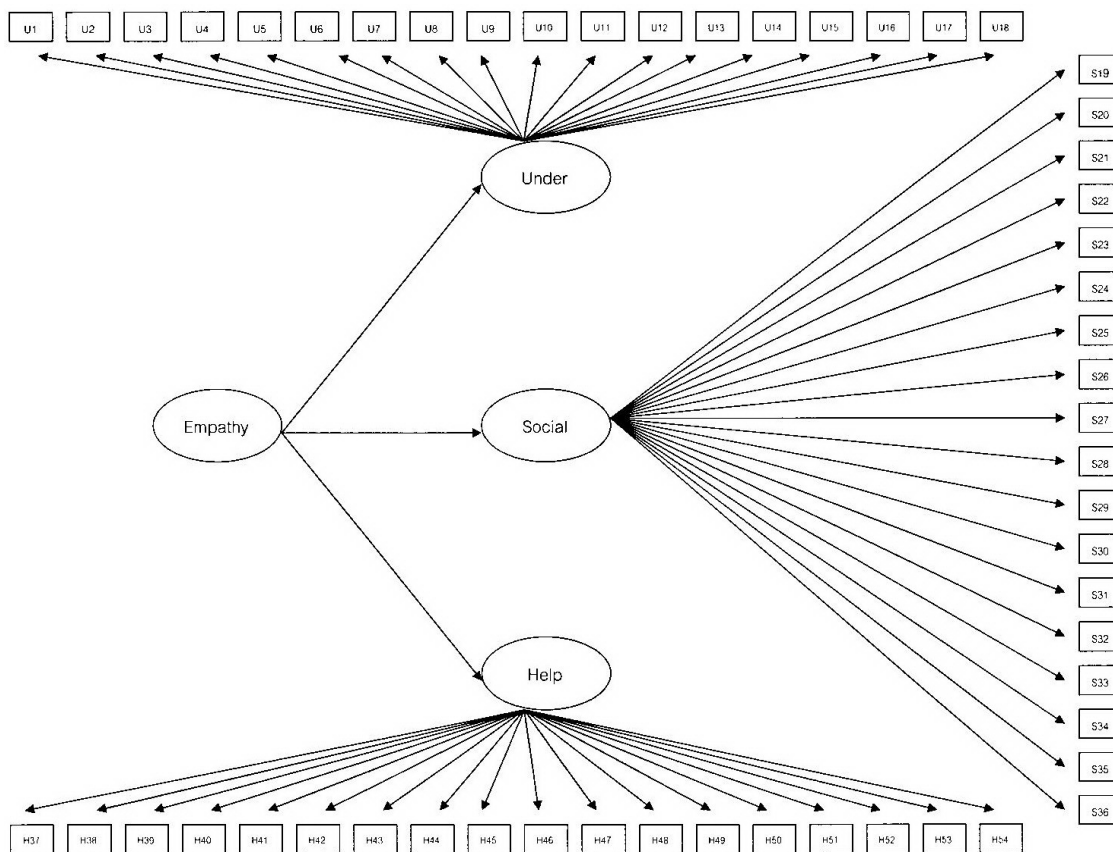
- 2.1 ผู้วิจัยศึกษานิยามศัพท์ เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น นำมาเป็นแนวทางในการสร้างแบบสอบถาม
- 2.2 ผู้วิจัยสร้างแบบวัดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น
- 2.3 ผู้วิจัยนำแบบวัดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น จำนวน 54 ข้อ ไปหาความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) จากผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 3 ท่าน ได้แก่ ผศ.ดร.นันทนา วงษ์อินทร์

อาจารย์อนุสรณ์ อรรถศิริ และอาจารย์พาสณา จุลรัตน์ เพื่อพิจารณาความสอดคล้องระหว่างนิยามศัพท์เฉพาะ จุดมุ่งหมาย เนื้อหา และวิธีดำเนินการ จากนั้นผู้วิจัยนำมาปรับปรุงแก้ไข ตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิ ซึ่งมีค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) อยู่ระหว่าง 0.33 – 1.00

2.4 ผู้วิจัยนำแบบวัดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นที่ปรับปรุงแก้ไขแล้ว จำนวน 54 ข้อ ไปทดลองใช้ (Try out) กับนักเรียนที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างที่มีอายุตั้งแต่ 14 – 16 ปีบริบูรณ์และกำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 และชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ปีการศึกษา 2549 โรงเรียนเทพมงคลรังษี จังหวัดกาญจนบุรี จำนวน 80 คน จำแนกเป็นนักเรียนชาย 33 คน นักเรียนหญิง 47 คน ซึ่งมีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง แล้วนำมาตรวจวิเคราะห์หาค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อโดยใช้สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อคำถามกับคะแนนรวม (Item Total Correlation Coefficient) ซึ่งมีค่าอำนาจจำแนก ทั้งฉบับอยู่ระหว่าง .4901 - .5353

2.5 ผู้วิจัยนำแบบวัดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นที่คัดเลือกไว้ จำนวน 54 ข้อ มาหาค่าความเชื่อมั่นโดยใช้วิธีการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha-Coefficient) โดยใช้สูตรของครอนบาค (Cronbach) ซึ่งมีค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับ เท่ากับ .5124

2.6 ผู้วิจัยนำแบบวัดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น จำนวน 54 ข้อ ไปหาความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้าง (Construct Validity) กับกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ นักเรียนที่มีอายุตั้งแต่ 14 – 16 ปีบริบูรณ์และกำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 และชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ปีการศึกษา 2549 โรงเรียนท่าม่วงราษฎร์บำรุง จังหวัดกาญจนบุรี จำนวน 743 คน จำแนกเป็นนักเรียนชาย 307 คน นักเรียนหญิง 436 คน เพื่อยืนยันองค์ประกอบเชิงโครงสร้าง โดยใช้โปรแกรม LISREL



ภาพประกอบ 1 โมเดลเชิงโครงสร้างของความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นตามภาวะสันนิษฐานของผู้วิจัย

โดยแบบวัดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นมานั้นแบ่งออกเป็น 3 ด้าน ดังนี้ ด้านความสามารถในการอ่านอารมณ์และคาดเดาความรู้สึกของผู้อื่น จำนวน 18 ข้อ ด้านความสามารถในการเข้าใจผู้อื่นตามสถานการณ์ในสังคม จำนวน 18 ข้อ และด้านการเอื้อเพื่อช่วยเหลือผู้อื่น จำนวน 18 ข้อ จำนวนทั้งสิ้น 54 ข้อ

หลังจากนำแบบวัดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นไปวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันแล้วคัดเลือกไว้ จำนวน 30 ข้อ โดยแบบวัดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นมานั้นแบ่งออกเป็น 3 ด้าน ดังนี้ ด้านความสามารถในการอ่านอารมณ์และคาดเดาความรู้สึกของผู้อื่น จำนวน 8 ข้อ ได้แก่ การสังเกตแวตตา สีหน้า และน้ำเสียง ด้านความสามารถในการเข้าใจผู้อื่นตามสถานการณ์ในสังคม จำนวน 11 ข้อ และด้านการเอื้อเพื่อช่วยเหลือผู้อื่น จำนวน 11 ข้อ รวมทั้งสิ้น 30 ข้อ ซึ่งแบบวัดนี้มีความกลมกลืนกับข้อมูลเชิงประจักษ์ โดยค่าไคสแควร์ เท่ากับ 1443.35 GFI เท่ากับ .95 และ AGFI เท่ากับ 0.94 RMR เท่ากับ .07 RMSEA เท่ากับ .060 และสร้างเกณฑ์ปกติ (Norm) ของแบบวัดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของนักเรียนวัยรุ่นที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ระหว่างวันที่ 18 – 29 กันยายน 2549

2.7 ผู้วิจัยนำแบบวัดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น จำนวน 30 ข้อ ที่ได้มาหาค่าอำนาจจำแนก ซึ่งมีค่าอำนาจจำแนก ทั้งฉบับอยู่ระหว่าง .6386 - .6559 และหาค่าความเชื่อมั่น ซึ่งมีค่าความเชื่อมั่น ทั้งฉบับ เท่ากับ .6572 หลังจากนั้นนำแบบวัดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นที่ได้ไปใช้ในการวิจัยต่อไป

ลักษณะของแบบวัดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

แบบวัดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น มีลักษณะเป็นสถานการณ์เพื่อศึกษาว่านักเรียนจะปฏิบัติอย่างไรในสถานการณ์นั้นๆ โดยให้นักเรียนพิจารณาข้อคำถามเป็นข้อๆ ซึ่งแต่ละข้อมีคำตอบให้เลือกตอบ โดยให้นักเรียนตอบเพียงข้อเดียว การวัดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นนั้นในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้นำแบบวัดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นที่พัฒนามาจากแบบวัดบุคลิกภาพความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของ ปีเตอร์ ลาสเตอร์ (Peter Lauster.1978) โดยมีความมุ่งหมายของแบบวัด และโครงสร้างของแบบวัด ดังนี้

1. ความมุ่งหมายของแบบวัด

แบบวัดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นนี้นำไปใช้ทดสอบความเห็นอกเห็นใจสำหรับนักเรียนวัยรุ่นที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 มัธยมศึกษาปีที่ 3 และมัธยมศึกษาปีที่ 4 เพื่อเป็นประโยชน์สำหรับนักเรียนวัยรุ่น บิดา มารดา อาจารย์ ผู้ปกครองและผู้ที่เกี่ยวข้องกับการศึกษา ในการที่จะนำแบบวัดไปใช้ในการทดสอบความเห็นอกเห็นใจของนักเรียนเพื่อให้ทราบว่าเด็กแต่ละคนมีความเห็นอกเห็นใจสูงหรือต่ำมากน้อยเพียงใด ซึ่งจะนำไปสู่การส่งเสริมและปรับปรุงนักเรียนได้อย่างถูกต้อง เพื่อให้เด็กมีพฤติกรรมที่เหมาะสม สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างมีความสุข

2. โครงสร้างของแบบวัด

แบบวัดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นนั้น แบ่งออกเป็น 3 ด้าน

ด้านที่ 1 ด้านความสามารถในการอ่านอารมณ์และคาดเดาความรู้สึกของผู้อื่น จากการสังเกตภาษากายทั้งแววตา สีหน้า และน้ำเสียง เป็นแบบวัดที่จะตรวจสอบความสามารถในการมองคนของตัวนักเรียนจากสถานการณ์ โดยมีรูปภาพ 8 รูป โดยให้นักเรียนทำเครื่องหมายตรงกับคำตอบที่คิดว่าถูกต้องซึ่งเป็นความคิดเห็นของนักเรียน

ด้านที่ 2 ด้านความสามารถในการเข้าใจผู้อื่นตามสถานการณ์ในสังคม เป็นแบบวัดที่จะตรวจสอบความสามารถนำตัวเองเข้าไปร่วมในสถานการณ์ทางสังคม และการสร้างความคิดเห็นที่ถูกต้อง ยังสามารถตั้งข้อสรุปที่ถูกต้องได้มากเพียงใด ก็จะสามารถมีการตัดสินใจที่ถูกต้องเมื่อพบปะผู้อื่น โดยมีสถานการณ์ 11 สถานการณ์ โดยให้นักเรียนทำเครื่องหมายตรงกับคำตอบที่คิดว่าถูกต้อง

ด้านที่ 3 ด้านการเอื้อเฟื้อ ช่วยเหลือผู้อื่น เป็นแบบวัดที่จะตรวจสอบความเอื้อเฟื้อของตัวนักเรียนจากสถานการณ์ เหตุการณ์ต่างๆจากรูปภาพที่นักจิตวิทยาสังคมได้สร้างขึ้น

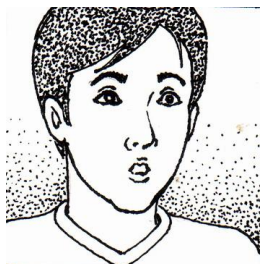
โดยมีรูปภาพ 11 รูป โดยให้นักเรียนทำเครื่องหมายตรงกับคำตอบที่คิดว่าถูกต้องซึ่งเป็นความคิดเห็น
ของนักเรียน

ตัวอย่างแบบวัดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

ด้านที่ 1 ด้านความสามารถในการอ่านอารมณ์และคาดเดาความรู้สึกของผู้อื่นจากการ
สังเกตภาษากายทั้งแววตา สีหน้า และน้ำเสียง

คำชี้แจง แบบวัดนี้จะวัดความสามารถในการมองคนของตัวนักเรียนจากสถานการณ์
เหตุการณ์ต่างๆ จากรูปภาพโดยการศึกษารูปภาพทั้ง 8 ภาพต่อไปนี้อย่างระมัดระวัง แล้วทำ
เครื่องหมายที่คำตอบที่ตรงกับความคิดเห็นของนักเรียน

ข้อ 0 ลักษณะใดต่อไปนี้เข้ากับหน้าตาในรูปที่สุด



- ก. ความปลานปล้มอย่างมาก
- ข. ความวิตกกังวล
- ค. ความประหลาดใจ

ข้อ 00 ลักษณะใดต่อไปนี้เข้ากับหน้าตาในรูปที่สุด



- ก. ความยอมจำนนต่อสถานการณ์
- ข. การยอมเชื่อฟัง/ยอมปฏิบัติตาม
- ค. ความประหลาดใจ

ด้านที่ 2 ความสามารถในการเข้าใจผู้อื่นตามสถานการณ์ในสังคม

คำชี้แจง แบบวัดนี้จะวัดความสามารถในการนำตนเองเข้าไปร่วมในสถานการณ์ในสังคม และการสร้างความคิดเห็นที่ถูกต้อง ยิ่งนักเรียนสามารถตั้งข้อสรุปที่ถูกต้องได้มากเพียงใด นักเรียนจะยิ่งสามารถมีการตัดสินใจที่ถูกต้องเมื่อพบปะผู้อื่น สถานการณ์ 11 สถานการณ์ต่อไปนี้ให้นักเรียนเลือกคำตอบของนักเรียน โดยทำเครื่องหมายหน้าคำตอบที่นักเรียนคิดว่าถูกต้อง

ข้อ 0 คนกลุ่มหนึ่งกำลังเตรียมตัวเข้าไปเจอกับบางสิ่งที่น่ากลัว ในขณะที่พวกเขาต้องนั่งรอ นักเรียนคิดว่าคนกลุ่มนี้จะมีพฤติกรรมเช่นไร

- ก. พวกเขาต้องการไปนั่งคอยอยู่ห้องข้างๆคนเดียวจนกว่าจะเริ่มเข้าไปเจอกับบางสิ่ง
- ข. พวกเขาต้องการนั่งคอยอยู่กับคนในกลุ่มที่ต้องเข้าไปด้วยกันดีกว่า
- ค. พวกเขาต้องการนั่งคอยกับคนอื่นที่ไม่ใช่คนในกลุ่มนี้จะได้ไม่ตื่นเต้น

ข้อ 00 คนที่ต้องอยู่ภายใต้การปกครองแบบเผด็จการกับภายใต้การปกครองแบบประชาธิปไตย การปกครองแบบใดจะได้รับการคัดค้านมากกว่า

- ก. การปกครองแบบเผด็จการจะได้รับการคัดค้านมากกว่า
- ข. การปกครองแบบประชาธิปไตยจะได้รับการคัดค้านมากกว่า
- ค. ไม่แน่ใจ

ด้านที่ 3 ด้านการเอื้อเฟื้อช่วยเหลือผู้อื่น

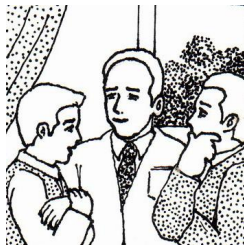
คำชี้แจง แบบวัดนี้จะวัดความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ของนักเรียนจากสถานการณ์ เหตุการณ์ต่างๆจากรูปภาพโดยการศึกษารูปภาพทั้ง 11 ภาพต่อไปนี้โดยทำเครื่องหมายหน้าคำตอบที่เป็นความคิดเห็นของนักเรียน

ข้อ 0 ผู้ชายคนนี้กำลังคิดอะไรอยู่



- ก. กำลังคิดถึงปัญหาการเงินของตนว่าทำอย่างไรให้ดีขึ้น
- ข. กำลังคิดว่าจะช่วยเพื่อนแก้ปัญหาอย่างไรดี
- ค. ขณะที่กำลังจะออกจากที่ทำงาน มีโทรศัพท์ขอให้อยู่ก่อน มีงานบางอย่างให้ช่วยเขากำลังคิดว่า จำเป็นต้องอยู่หรือไม่

ข้อ 00 นักธุรกิจกลุ่มนี้กำลังถกเถียง พูดคุยอะไรกันอยู่



ก. วันหยุดพักผ่อน

ข. การเลิกจ้างเพื่อนร่วมงานคนหนึ่ง

ค. ของขวัญสำหรับเพื่อนร่วมงานที่ทำงานกับบริษัทมานานแล้ว

3. โปรแกรมการช่วยเหลือตนเองเพื่อพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

3.1 ผู้วิจัยศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการช่วยเหลือตนเอง และการพัฒนาความเห็นอกเห็นใจ เพื่อเป็นแนวทางในการสร้างโปรแกรม

3.2 ผู้วิจัยสร้างโปรแกรมการช่วยเหลือตนเอง ให้สอดคล้องกับจุดมุ่งหมายของการวิจัย โดยที่ผู้วิจัยนำแนวคิดการพัฒนาบุคลิกภาพความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของ ปีเตอร์ ลาสเตอร์ (Peter Lauster.1978) เป็นหลักในการสร้างโปรแกรม

3.3 ผู้วิจัยนำโปรแกรมการช่วยเหลือตนเอง ไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 3 ท่าน ได้แก่ ผศ.ดร.นันทนา วงษ์อินทร์ อาจารย์อนุสรณ์ อรรถศิริ และอาจารย์พาสณา จุลรัตน์ พิจารณาความสอดคล้องระหว่างนิยามศัพท์เฉพาะ จุดมุ่งหมาย เนื้อหา และวิธีดำเนินการ จากนั้นผู้วิจัยนำมาปรับปรุงแก้ไข ตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิ

3.4 ผู้วิจัยนำโปรแกรมการช่วยเหลือ ที่ได้ปรับปรุงแก้ไขเรียบร้อยแล้ว นำไปทดลองใช้ (Try out) กับนักเรียนที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 15 คน ซึ่งมีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง เพื่อตรวจสอบความเหมาะสมของนิยามศัพท์เฉพาะ จุดมุ่งหมาย และวิธีดำเนินการ แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไขก่อนที่จะนำมาใช้กับกลุ่มทดลอง ผู้วิจัยดำเนินการทดลองโดยใช้เวลาในการทดลอง 4 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 3 ครั้ง รวมทั้งสิ้น 12 ครั้ง

การเก็บรวบรวมข้อมูล

แบบแผนการทดลอง

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง (Experimental Research) โดยใช้แบบแผนการทดลอง โดยการดำเนินการวิจัยแบบ One Group Pretest – Posttest (พวงรัตน์ ทวีรัตน์ 2543 : 65) มีแบบแผนทดลอง ดังแสดงในตาราง

ตาราง แบบแผนการทดลองแบบ One Group Pretest – Posttest

| กลุ่ม | ทดสอบก่อน | ทดลอง | ทดสอบหลัง |
|-------|----------------|-------|----------------|
| E | T ₁ | X | T ₂ |

ความหมายของสัญลักษณ์

| | | |
|----------------|-----|---|
| E | แทน | กลุ่มทดลอง |
| T ₁ | แทน | การทดสอบก่อนการทดลองของกลุ่มทดลอง |
| T ₂ | แทน | การทดสอบหลังการทดลองของกลุ่มทดลอง |
| X | แทน | การใช้โปรแกรมการช่วยเหลือตนเองเพื่อพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น |

วิธีการดำเนินการทดลอง

1. ก่อนการทดลอง ผู้วิจัยให้นักเรียนในกลุ่มทดลอง จำนวน 12 คน ทำแบบวัดความความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น และเก็บไว้เป็นคะแนนก่อนการทดลอง (Pretest)

2. การดำเนินการทดลอง ผู้วิจัยดำเนินการทดลองด้วยตนเอง โดยที่กลุ่มทดลองจะได้รับโปรแกรมการช่วยเหลือตนเอง (self – help program) เพื่อพัฒนาความความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น ผู้วิจัยดำเนินการทดลองโดยใช้เวลาในการทดลอง 4 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 3 ครั้ง รวมทั้งสิ้น 12 ครั้ง ระหว่างวันที่ 20 พฤศจิกายน 2549 ถึง วันที่ 26 ธันวาคม 2549

3. หลังการทดลอง ผู้วิจัยให้นักเรียนกลุ่มทดลอง จำนวน 12 คน ทำแบบวัดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นอีกครั้งและเก็บไว้เป็นคะแนนหลังทดลอง (Posttest) เมื่อวันที่ 8 มกราคม 2550

4. นำผลที่ได้จากข้อ 2.1 และ 2.3 ไปวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติ

5. หลังจากการทดลอง 1 เดือน ผู้วิจัยได้ให้นักเรียนกลุ่มทดลองเดิม จำนวน 12 คน ทำแบบวัดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นอีกครั้งเพื่อเป็นการติดตามผล เมื่อวันที่ 30 มกราคม 2550

6. นำผลที่ได้จากข้อ 2.4 และ 2.5 ไปวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติอีกครั้ง

การจัดกระทำและการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. วิเคราะห์องค์ประกอบแบบยั่งยืนของแบบวัดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น
2. เปรียบเทียบความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของนักเรียนวัยรุ่นนัจำแนกตามเพศ และระดับชั้น
3. เปรียบเทียบความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของนักเรียนวัยรุ่นนัจำก่อนหลัง และระยะติดตามผลการได้รับโปรแกรมการช่วยเหลือตนเองเพื่อพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

1. สถิติพื้นฐาน ได้แก่

- 1.1 ค่าเฉลี่ย (Mean) (ชูศรี วงศ์รัตน์. 2534 : 40) โดยใช้สูตร ดังนี้

$$\bar{X} = \frac{\sum X}{n}$$

| | | | |
|-------|-----------|-----|---------------------------------------|
| เมื่อ | \bar{X} | แทน | ค่าคะแนนเฉลี่ย |
| | $\sum X$ | แทน | ความถี่ที่ต้องการแปลงให้เป็นค่าร้อยละ |
| | N | แทน | จำนวนคนในกลุ่มตัวอย่าง |

- 1.2 ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) (ชูศรี วงศ์รัตน์. 2534 : 40) โดยใช้สูตร ดังนี้

$$S = \sqrt{\frac{n\sum X^2 - (\sum X)^2}{n(n-1)}}$$

| | | | |
|-------|--------------|-----|---------------------------------|
| เมื่อ | S | แทน | ความเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนน |
| | $\sum X^2$ | แทน | ผลรวมของคะแนนแต่ละตัวยกกำลังสอง |
| | $(\sum X)^2$ | แทน | ผลรวมของคะแนนทั้งหมดยกกำลังสอง |
| | n | แทน | จำนวนคนในกลุ่มตัวอย่าง |

2. สถิติสำหรับวิเคราะห์คุณภาพเครื่องมือ ได้แก่

2.1 ค่าความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) ของแบบวัดในการหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index of Congruence : IOC) (ล้วน สายยศ ; และอังคณา สายยศ. 2539 : 248 – 249 ; อ้างอิงจาก Rowinelli and Hambleton. 1977) โดยใช้สูตร ดังนี้

$$IOC = \frac{\sum R}{N}$$

| | | | |
|-------|----------|-----|-----------------------------------|
| เมื่อ | IOC | แทน | ดัชนีความสอดคล้อง |
| | $\sum R$ | แทน | ผลรวมของการพิจารณาของผู้เชี่ยวชาญ |
| | N | แทน | จำนวนผู้เชี่ยวชาญ |

2.2 ค่าอำนาจจำแนกของแบบสอบถามเป็นรายข้อโดยใช้สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อคำถามกับคะแนนรวม (Item Total Correlation Coefficient) (ล้วน สายยศ ; และอังคณา สายยศ. 2539 : 210) โดยใช้สูตร ดังนี้

$$r = \frac{N\sum XY - \sum X \sum Y}{\sqrt{[N\sum X^2 - (\sum X)^2][N\sum Y^2 - (\sum Y)^2]}}$$

| | | | |
|-------|------------|-----|------------------------------------|
| เมื่อ | r | แทน | สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ |
| | $\sum X$ | แทน | ผลรวมของคะแนนชุด X |
| | $\sum Y$ | แทน | ผลรวมของคะแนนชุด Y |
| | $\sum X^2$ | แทน | ผลรวมของคะแนน X แต่ละตัวยกกำลังสอง |
| | $\sum Y^2$ | แทน | ผลรวมของคะแนน Y แต่ละตัวยกกำลังสอง |
| | $\sum XY$ | แทน | ผลรวมของผลคูณระหว่าง X กับ Y |
| | N | แทน | จำนวนคน |

2.3 ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามโดยใช้วิธีการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha-Coefficient) โดยใช้สูตรของครอนบาค (Cronbach) (ล้วน สายยศ ; และอังคณา สายยศ. 2538 : 200) โดยใช้สูตร ดังนี้

$$\alpha = \frac{n}{n-1} \left[1 - \frac{\sum s_i^2}{s^2} \right]$$

| | | | |
|-------|--------------|-----|-------------------------------------|
| เมื่อ | α | แทน | สัมประสิทธิ์ของความเชื่อมั่น |
| | n | แทน | จำนวนข้อของแบบสอบถามทั้งหมด |
| | $\sum s_i^2$ | แทน | ผลรวมของคะแนนความแปรปรวนแต่ละข้อ |
| | s^2 | แทน | คะแนนความแปรปรวนของแบบสอบถามทั้งหมด |

2.4 ค่าความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้าง (Construct Validity) โดยการวิเคราะห์องค์ประกอบแบบยืนยัน (Confirmatory Factor Analysis) โดยใช้โปรแกรม LISREL

2.5 เกณฑ์ปกติ (Norm) ของแบบวัด

โดยหาคะแนนที่ปกติจากการหาตำแหน่งเปอร์เซ็นต์ไทล์ (Percentile T-Scores) แล้วนำค่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ได้ไปเปิดตารางสำหรับเปลี่ยนเป็นคะแนนที่ปกติ (Normalized T-Scores) (ล้วน สายยศ ; และอังคณา สายยศ. 2539 : 152 - 157)

$$PR = \{cf - 1/2f\} \times \frac{100}{N}$$

| | | | |
|-------|----|-----|--------------------------|
| เมื่อ | PR | แทน | ตำแหน่งเปอร์เซ็นต์ไทล์ |
| | f | แทน | ความถี่ของแต่ละช่วงคะแนน |
| | cf | แทน | ความถี่สะสม |
| | N | แทน | ขนาดของกลุ่มตัวอย่าง |

3. สถิติสำหรับทดสอบสมมติฐาน

3.2 เปรียบเทียบความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของนักเรียนวัยรุ่นนั้จําแนกตามตัวแปรเพศ โดยใช้สถิติทดสอบค่า t – Test แบบ Independent Samples (ชูศรี วงศ์รัตน์. 2534 : 180) โดยใช้สูตร ดังนี้

$$t = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{\sqrt{\frac{S_1^2}{n_1} + \frac{S_2^2}{n_2}}}$$

| | | | |
|-------|---------|-----|-------------------------------------|
| เมื่อ | t | แทน | สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ |
| | X_1 | แทน | ค่าเฉลี่ยของตัวอย่างกลุ่มที่ 1 |
| | X_2 | แทน | ค่าเฉลี่ยของตัวอย่างกลุ่มที่ 2 |
| | S_1^2 | แทน | ค่าความแปรปรวนของกลุ่มตัวอย่างที่ 1 |
| | S_2^2 | แทน | ค่าความแปรปรวนของกลุ่มตัวอย่างที่ 2 |
| | n_1 | แทน | ขนาดกลุ่มตัวอย่างที่ 1 |
| | n_2 | แทน | ขนาดกลุ่มตัวอย่างที่ 2 |

3.2 เปรียบเทียบความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของนักเรียนวัยรุ่นนั้จําแนกตามตัวแปรระดับชั้น โดยใช้สถิติการวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐาน และการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียว (One - Way ANOVA) (นิคม ตั้งคะพิภพ. 2543 : 121-150)

3.2.1 การวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบตัวแปรอิสระ 1 ตัว (One – factor ANOVA or One – way ANOVA) ค่าเฉลี่ยกำลังสอง (MS) ของแต่ละแหล่งของความแปรปรวนสามารถคำนวณได้จากสูตร ดังนี้

$$MS_b = \frac{SS_b}{df_b}$$

$$MS_w = \frac{SS_w}{df_w}$$

| | | | |
|-----|--------|-----|--------|
| โดย | df_b | แทน | J – 1 |
| | df_w | แทน | nJ – J |

3.2.2 หาค่า F ซึ่งเป็นค่าอัตราส่วนที่เกิดจากอัตราส่วนของค่าไคสแควร์สองจำนวนที่เป็นอิสระจากกัน สามารถคำนวณได้จากสูตร ดังนี้

$$F = \frac{MS_b}{MS_w}$$

3.3 เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของนักเรียนก่อนและหลังทดลองภายในกลุ่ม โดยใช้สถิติทดสอบค่า t – Test แบบ Dependent Samples (ชูศรี วงศ์รัตน์. 2534 : 201) โดยใช้สูตร ดังนี้

$$t = \frac{\sum D}{\sqrt{\frac{n\sum D^2 - (\sum D)^2}{n-1}}}$$

| | | | |
|-------|----|-----|---------------------------------|
| โดยมี | df | แทน | n - 1 |
| เมื่อ | D | แทน | ความแตกต่างระหว่างคะแนนแต่ละคู่ |
| | n | แทน | จำนวนคน |

3.4 เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของนักเรียนหลังทดลอง และระยะติดตาม (Repeated Measure) โดยใช้สถิติทดสอบค่า t – Test แบบ Dependent Samples (ชูศรี วงศ์รัตน์. 2534 : 201) โดยใช้สูตร ดังนี้

$$t = \frac{\sum D}{\sqrt{\frac{n\sum D^2 - (\sum D)^2}{n-1}}}$$

| | | | |
|-------|----|-----|---------------------------------|
| โดยมี | df | แทน | n - 1 |
| เมื่อ | D | แทน | ความแตกต่างระหว่างคะแนนแต่ละคู่ |
| | n | แทน | จำนวนคน |

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลมีดังนี้

| | | |
|-----------|-----|---|
| \bar{X} | แทน | ค่าคะแนนเฉลี่ย |
| S.D. | แทน | ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนน |
| n | แทน | จำนวนกลุ่มตัวอย่าง |
| F | แทน | ค่าสถิติทดสอบเอฟ (F-distribution) |
| t | แทน | ค่าสถิติ t |
| R^2 | แทน | ความสามารถของตัวบ่งชี้ที่ใช้อธิบายความแปรปรวนของตัวแปรแฝง |
| SE | แทน | ค่าความคลาดเคลื่อนในการประมาณค่า |
| GFI | แทน | ดัชนีวัดระดับความสอดคล้อง |
| AGFI | แทน | ดัชนีวัดระดับความสอดคล้องที่ปรับแก้แล้ว |
| RMSEA | แทน | ดัชนีความคลาดเคลื่อนในการประมาณค่าพามีเตอร์ |

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

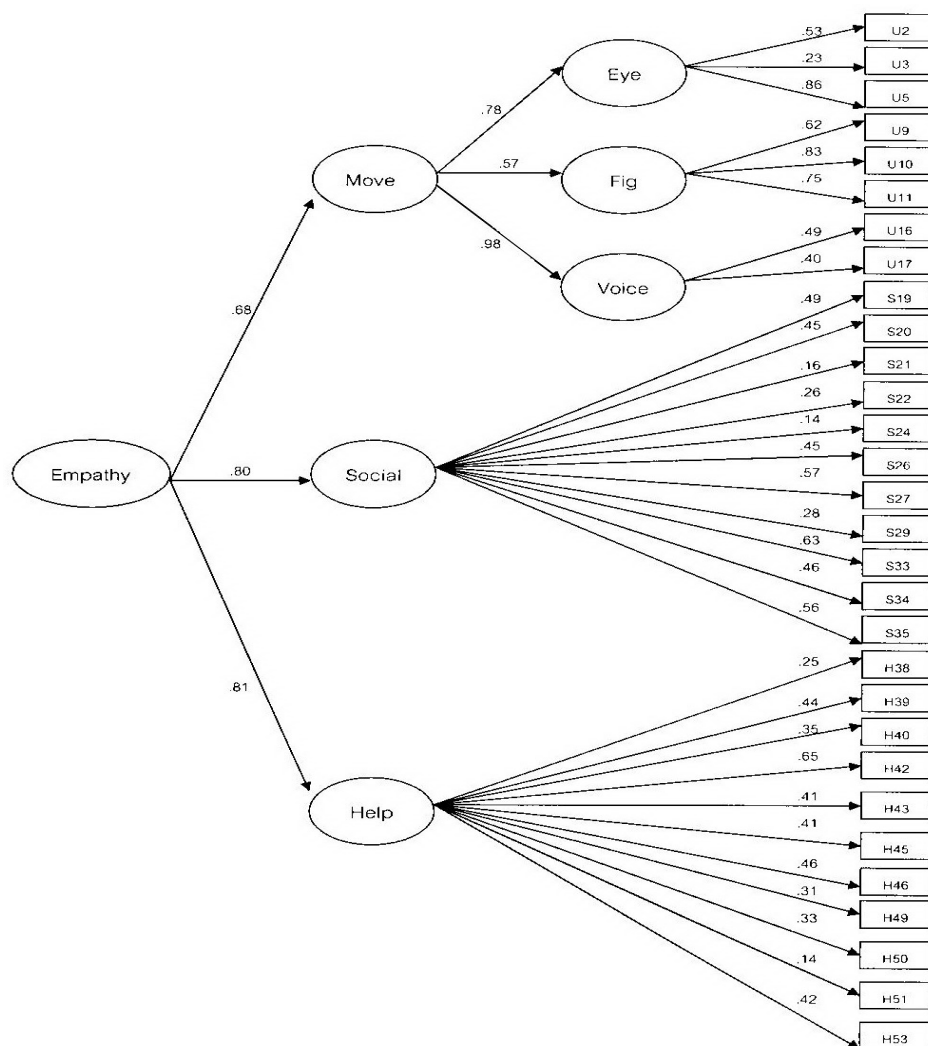
ในการวิจัยในครั้งนี้ ผู้วิจัยได้เสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

1. ความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้างในการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันของแบบวัด
2. การสร้างเกณฑ์ปกติ (Norms) ของคะแนนความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น
3. เปรียบเทียบความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของนักเรียนวัยรุ่นจำแนกตามเพศ และระดับชั้น
4. เปรียบเทียบความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของนักเรียนวัยรุ่นก่อนและระยะติดตามผลการได้รับ

โปรแกรมการช่วยเหลือตนเองเพื่อพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

1. ความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้างในการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันของแบบวัด

การศึกษาความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้าง (Construct Validity) โดยการวิเคราะห์องค์ประกอบแบบยืนยัน (Confirmatory Factor Analysis) นั้น ผู้วิจัยนำคะแนนที่ได้จากการทำแบบวัดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของนักเรียนจำนวน 743 คน จำแนกเป็นนักเรียนชาย 307 คน นักเรียนหญิง 436 คน มาวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันเพื่อตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้าง (Construct Validity) และสะท้อนให้เห็นถึงความน่าเชื่อถือของแบบวัด



ภาพประกอบ 2 ผลการประมาณค่าสัมประสิทธิ์ขององค์ประกอบและความสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบคะแนนมาตรฐานโมเดลการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันอันดับสองที่องค์ประกอบอันดับสองมี 3 องค์ประกอบ

ตาราง 1 ผลการประมาณค่าการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันของแบบวัด

| ตัว บ่งชี้ | องค์ประกอบอันดับหนึ่ง | สัมประสิทธิ์ | SE | t | สัมประสิทธิ์ มาตรฐาน | R^2 |
|---------------|-------------------------|--------------|------|-------|-------------------------|-------|
| U2 | | 1.00 | | | 0.53 | 0.29 |
| U3 | | 0.43 | 0.07 | 6.05 | 0.23 | 0.05 |
| U5 | ด้านความสามารถใน | 1.62 | 0.15 | 10.82 | 0.86 | 0.75 |
| U9 | การอ่านอารมณ์และคาด | 1.00 | | | 0.62 | 0.39 |
| U10 | เดาความรู้สึกของผู้อื่น | 1.32 | 0.09 | 14.66 | 0.83 | 0.68 |
| U11 | | 1.20 | 0.08 | 16.04 | 0.75 | 0.56 |
| U16 | | 1.00 | | | 0.49 | 0.24 |
| U17 | | 0.81 | 0.09 | 8.92 | 0.40 | 0.16 |
| S19 | | 1.00 | | | 0.49 | 0.24 |
| S20 | | 0.91 | 0.08 | 11.84 | 0.45 | 0.20 |
| S21 | | 0.33 | 0.06 | 5.14 | 0.16 | 0.03 |
| S22 | | 0.53 | 0.06 | 8.23 | 0.26 | 0.07 |
| S24 | ด้านความสามารถใน | 0.29 | 0.06 | 4.81 | 0.14 | 0.02 |
| S26 | การเข้าใจผู้อื่นตาม | 0.91 | 0.07 | 12.57 | 0.45 | 0.20 |
| S27 | สถานการณ์ในสังคม | 1.16 | 0.08 | 14.37 | 0.57 | 0.33 |
| S29 | | 0.56 | 0.07 | 8.44 | 0.28 | 0.08 |
| S33 | | 1.27 | 0.08 | 15.69 | 0.63 | 0.39 |
| S34 | | 0.93 | 0.07 | 12.56 | 0.46 | 0.21 |
| S35 | | 1.13 | 0.08 | 14.22 | 0.56 | 0.31 |
| H38 | | 1.00 | | | 0.25 | 0.06 |
| H39 | | 1.77 | 0.23 | 7.77 | 0.44 | 0.20 |
| H40 | ด้านการเอื้อเฟื้อ | 1.39 | 0.20 | 6.96 | 0.35 | 0.12 |
| H42 | ช่วยเหลือผู้อื่น | 2.59 | 0.32 | 7.99 | 0.65 | 0.42 |
| H43 | | 1.65 | 0.21 | 7.69 | 0.41 | 0.17 |
| H45 | | 1.66 | 0.22 | 7.43 | 0.41 | 0.17 |

ตาราง 1 (ต่อ)

| ตัว บ่งชี้ | องค์ประกอบอันดับหนึ่ง | สัมประสิทธิ์ | SE | t | สัมประสิทธิ์ มาตรฐาน | R ² |
|---------------|---|--------------|------|-------|-------------------------|----------------|
| H46 | ด้านการเอื้อเพื่อ ช่วยเหลือผู้อื่น (ต่อ) | 1.82 | 0.23 | 7.99 | 0.46 | 0.21 |
| H49 | | 1.25 | 0.18 | 6.91 | 0.31 | 0.10 |
| H50 | | 1.31 | 0.19 | 6.81 | 0.33 | 0.11 |
| H51 | | 0.56 | 0.15 | 3.77 | 0.14 | 0.02 |
| H53 | | 1.68 | 0.22 | 7.63 | 0.42 | 0.18 |
| ตัว บ่งชี้ | องค์ประกอบอันดับสอง | สัมประสิทธิ์ | SE | t | สัมประสิทธิ์ มาตรฐาน | R ² |
| eye | ด้านความสามารถใน | 0.87 | 0.10 | 8.73 | 0.78 | 0.61 |
| fig | การอ่านอารมณ์และคาด | 0.74 | 0.08 | 9.90 | 0.57 | 0.33 |
| voice | เดาความรู้สึกของผู้อื่น | 1.00 | | | 0.98 | 0.96 |
| ตัว บ่งชี้ | องค์ประกอบอันดับสาม | สัมประสิทธิ์ | SE | t | สัมประสิทธิ์ มาตรฐาน | R ² |
| social | ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น | 0.39 | 0.03 | 15.06 | 0.80 | 0.64 |
| help | | 0.20 | 0.02 | 8.34 | 0.81 | 0.66 |
| move | | 0.33 | 0.03 | 10.84 | 0.68 | 0.47 |

จากตาราง 1 เป็นการแสดงผลการหาค่าความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้างกับนักเรียนจำนวน 743 คน จำแนกเป็นนักเรียนชาย 307 คน นักเรียนหญิง 436 คน โดยการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันของแบบวัดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นที่ผู้วิจัยได้พัฒนามาจากแบบวัดบุคลิกภาพความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของ ปีเตอร์ ลาสเตอร์ (Peter Lauster.1978) ซึ่งแบบวัดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นมา นั้นแบ่งออกเป็น 3 ด้าน ดังนี้ ด้านความสามารถในการอ่านอารมณ์และคาดเดาความรู้สึกของผู้อื่น (move) จำนวน 8 ข้อ ได้แก่ การสังเกตแวตตา (eye) ท่าทาง (fig) และน้ำเสียง (voice) ด้านความสามารถในการเข้าใจผู้อื่นตามสถานการณ์ในสังคม (social) จำนวน 11 ข้อ และด้านการเอื้อเพื่อช่วยเหลือผู้อื่น (help) จำนวน 11 ข้อ รวมทั้งสิ้น 30 ข้อ ซึ่งแบบวัดนี้มีความกลมกลืนกับข้อมูลเชิงประจักษ์ โดยค่าไคสแควร์เท่ากับ 1443.35 GFI เท่ากับ 0.95 และ AGFI เท่ากับ 0.94 RMR เท่ากับ 0.07 RMSEA เท่ากับ 0.060

2. การสร้างเกณฑ์ปกติ (Norms) ของคะแนนความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

ผู้วิจัยนำแบบวัดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น จำนวน 30 ข้อ นำไปสอบถามกับกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งเป็นนักเรียนที่มีอายุตั้งแต่ 14 - 16 ปีบริบูรณ์และกำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 และชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ปีการศึกษา 2549 โรงเรียนท่าม่วงราษฎร์บำรุง จังหวัดกาญจนบุรี มีจำนวนนักเรียนทั้งหมด 743 คน จำแนกเป็นนักเรียนชาย 307 คน นักเรียนหญิง 436 คน มาหาค่าคะแนนเปอร์เซ็นต์ไทล์และสร้างคะแนนมาตรฐานโดยใช้คะแนนที่ปกติ (T - score) ดังตาราง

ตาราง 2 เกณฑ์ปกติ (Norm) โดยรวมของแบบทดสอบวัดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

| คะแนน ดิบ | เปอร์ เซ็นต์ไทล์ | T ปกติ | คะแนน ดิบ | เปอร์ เซ็นต์ไทล์ | T ปกติ | คะแนน ดิบ | เปอร์ เซ็นต์ไทล์ | T ปกติ |
|--------------|---------------------|--------|--------------|---------------------|--------|--------------|---------------------|--------|
| 23 | .18 | 21 | 36 | 16.46 | 40 | 48 | 79.33 | 58 |
| 25 | .44 | 24 | 37 | 20.43 | 42 | 49 | 83.33 | 60 |
| 26 | .67 | 25 | 38 | 24.92 | 43 | 50 | 86.79 | 61 |
| 27 | 1.01 | 27 | 39 | 29.89 | 45 | 51 | 89.73 | 63 |
| 28 | 1.49 | 28 | 40 | 35.27 | 46 | 52 | 92.16 | 64 |
| 29 | 2.16 | 30 | 41 | 40.96 | 48 | 53 | 94.12 | 66 |
| 30 | 3.06 | 31 | 42 | 46.85 | 49 | 54 | 95.68 | 67 |
| 31 | 4.24 | 33 | 43 | 52.81 | 51 | 55 | 96.88 | 69 |
| 32 | 5.78 | 34 | 44 | 58.70 | 52 | 56 | 97.80 | 70 |
| 33 | 7.72 | 36 | 45 | 64.41 | 54 | 57 | 98.47 | 72 |
| 34 | 10.12 | 37 | 46 | 69.81 | 55 | 58 | 98.96 | 73 |
| 35 | 13.02 | 39 | 47 | 74.80 | 57 | | | |

จากตาราง 2 คะแนนเกณฑ์ปกติของแบบวัดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นมีคะแนนอยู่ระหว่าง 23 - 58 คะแนน คะแนนที่ปกติอยู่ระหว่าง $T_{21} - T_{73}$ และตำแหน่งเปอร์เซ็นต์ไทล์อยู่ระหว่าง .18 - 98.96

ตาราง 3 เกณฑ์ปกติ (Norm) รายองค์ประกอบของแบบวัดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

| คะแนน ดิบ | เปอร์ เซ็นต์ไทล์ | T ปกติ | คะแนน ดิบ | เปอร์ เซ็นต์ไทล์ | T ปกติ | คะแนน ดิบ | เปอร์ เซ็นต์ไทล์ | T ปกติ |
|-----------------------------------|---------------------|--------|---|---------------------|--------|--------------|---------------------|--------|
| <u>ด้านความสามารถในการอ่าน</u> | | | | | | | | |
| | | | 11 | 16.88 | 40 | 16 | 64.87 | 54 |
| <u>อารมณ์และคาดเดาความรู้สึก</u> | | | | | | | | |
| | | | 12 | 24.75 | 43 | 17 | 74.85 | 57 |
| <u>ของผู้อื่น</u> | | | | | | | | |
| 4 | .00 | 7 | 13 | 34.25 | 46 | 18 | 83.09 | 60 |
| | | | 14 | 44.86 | 49 | 19 | 89.35 | 62 |
| 6 | .04 | 16 | 15 | 55.86 | 51 | 20 | 93.74 | 65 |
| 7 | .18 | 21 | 16 | 66.42 | 54 | 21 | 96.57 | 68 |
| 8 | .71 | 25 | 17 | 75.82 | 57 | 22 | 98.25 | 71 |
| 9 | 2.30 | 30 | 18 | 83.57 | 60 | | | |
| 10 | 6.17 | 35 | 19 | 89.50 | 63 | | | |
| 11 | 13.87 | 39 | 20 | 93.70 | 65 | | | |
| 12 | 26.38 | 44 | 21 | 96.46 | 68 | | | |
| 13 | 42.98 | 48 | 22 | 98.14 | 71 | | | |
| 14 | 60.94 | 53 | <u>ด้านการเอื้อเฟื้อ ช่วยเหลือผู้อื่น</u> | | | | | |
| 15 | 76.81 | 57 | 4 | .11 | 19 | | | |
| 16 | 88.24 | 62 | 5 | .27 | 22 | | | |
| <u>ด้านความสามารถในการเข้าใจ</u> | | | | | | | | |
| <u>ผู้อื่นตามสถานการณ์ในสังคม</u> | | | | | | | | |
| | | | 6 | .63 | 25 | | | |
| 3 | .08 | 18 | 7 | 1.36 | 28 | | | |
| 4 | .19 | 21 | 8 | 2.74 | 31 | | | |
| 5 | .44 | 24 | 9 | 5.13 | 34 | | | |
| 6 | .96 | 27 | 10 | 8.93 | 37 | | | |
| 7 | 1.95 | 29 | 11 | 14.52 | 39 | | | |
| 8 | 3.68 | 32 | 12 | 22.09 | 42 | | | |
| 9 | 6.53 | 35 | 13 | 31.51 | 45 | | | |
| 10 | 10.83 | 38 | 14 | 42.32 | 48 | | | |
| | | | 15 | 53.75 | 51 | | | |

จากตาราง 3 คะแนนเกณฑ์ปกติรายองค์ประกอบของแบบวัดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น แบ่งเป็น 3 ด้าน ดังนี้

1. ด้านความสามารถในการอ่านอารมณ์และคาดเดาความรู้สึกของผู้อื่นมีคะแนนอยู่ระหว่าง 4 – 16 คะแนน คะแนนที่ปกติอยู่ระหว่าง $T_7 - T_{62}$ และตำแหน่งเปอร์เซ็นต์ไทล์อยู่ระหว่าง .00 – 88.24
2. ด้านความสามารถในการเข้าใจผู้อื่นตามสถานการณ์ในสังคมมีคะแนนอยู่ระหว่าง 3 – 22 คะแนน คะแนนที่ปกติอยู่ระหว่าง $T_{18} - T_{71}$ และตำแหน่งเปอร์เซ็นต์ไทล์อยู่ระหว่าง .08 – 98.14
3. ด้านการเอื้อเฟื้อ ช่วยเหลือผู้อื่นมีคะแนนอยู่ระหว่าง 4 – 22 คะแนน คะแนนที่ปกติอยู่ระหว่าง $T_{19} - T_{71}$ และตำแหน่งเปอร์เซ็นต์ไทล์อยู่ระหว่าง .11 – 98.25

การแปลความหมายของคะแนนโดยเทียบกับเกณฑ์ปกติ ถ้าต้องการทราบระดับของความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของนักเรียนวัยรุ่น ให้นำคะแนนดิบมาเทียบกับคะแนนที่ปกติ และพิจารณาตามเกณฑ์ ดังนี้ (ล้วน สายยศ และอังคณา สายยศ. 2543 : 320)

| | | |
|------------------------|---------|----------------------------------|
| ตั้งแต่ T63 และสูงกว่า | หมายถึง | มีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นมาก |
| T52 - T62 | หมายถึง | มีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นสูง |
| T41 - T51 | หมายถึง | มีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นปานกลาง |
| T30 - T40 | หมายถึง | มีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นต่ำ |
| T29 และต่ำกว่า | หมายถึง | มีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นต่ำมาก |

ตาราง 4 ระดับของความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของนักเรียนวัยรุ่น

| ระดับคะแนน | | | | การแปลความหมาย |
|-------------------------------|------------------------------------|-----------------------------------|-------------------|----------------|
| ด้านความสามารถในการอ่านอารมณ์ | ด้านความสามารถในการเข้าใจผู้อื่น ฯ | ด้านการเอื้อเฟื้อช่วยเหลือผู้อื่น | รวม | |
| ตั้งแต่ 17 ขึ้นไป | ตั้งแต่ 19 ขึ้นไป | ตั้งแต่ 20 ขึ้นไป | ตั้งแต่ 51 ขึ้นไป | มาก |
| 14 - 16 | 16 - 18 | 16 - 19 | 44 - 50 | สูง |
| 12 - 13 | 12 - 15 | 12 - 15 | 37 - 43 | ปานกลาง |
| 9 - 11 | 8 - 11 | 8 - 11 | 29 - 36 | ต่ำ |
| 0 - 8 | 0-7 | 0 - 7 | 0 - 28 | ต่ำมาก |

3. เปรียบเทียบความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของนักเรียนวัยรุ่นนําแนกตามเพศ และระดับชั้น

ตาราง 5 ค่าสถิติพื้นฐานความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นทั้ง 3 ด้าน ของกลุ่มตัวอย่างนําแนกตามเพศที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อทดสอบสมมติฐาน (จำนวน 743 คน นําแนกเป็นชาย 307 คน หญิง 436 คน)

| ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น | เพศ | \bar{X} | S.D. | t |
|------------------------------------|------|-----------|-------|----------|
| ด้านความสามารถในการอ่านอารมณ์ ฯ | ชาย | 12.77 | 2.336 | 6.958** |
| | หญิง | 13.82 | 1.988 | |
| ด้านความสามารถในการเข้าใจผู้อื่น ฯ | ชาย | 13.34 | 3.686 | 7.391** |
| | หญิง | 15.26 | 3.349 | |
| ด้านการเอื้อเฟื้อ ช่วยเหลือผู้อื่น | ชาย | 13.33 | 3.711 | 9.323** |
| | หญิง | 15.62 | 2.957 | |
| รวม | ชาย | 39.44 | 6.762 | 11.436** |
| | หญิง | 44.70 | 5.721 | |

**มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตาราง 5 พบว่า นักเรียนชายและนักเรียนหญิงมีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นโดยรวม และด้านความสามารถในการอ่านอารมณ์และคาดเดาความรู้สึกของผู้อื่น ด้านความสามารถในการเข้าใจผู้อื่นตามสถานการณ์ในสังคม ด้านการเอื้อเฟื้อ ช่วยเหลือผู้อื่นแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยนักเรียนหญิงมีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นทั้งโดยรวม และด้านความสามารถในการอ่านอารมณ์และคาดเดาความรู้สึกของผู้อื่น ด้านความสามารถในการเข้าใจผู้อื่นตามสถานการณ์ในสังคม ด้านการเอื้อเฟื้อ ช่วยเหลือผู้อื่น สูงกว่านักเรียนชาย

ตาราง 6 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียว (Owo-way ANOVA) ของคะแนนความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของนักเรียนวัยรุ่นที่มีระดับชั้นเรียนต่างกัน (จำนวน 743 คน)

| ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น | ม.2 (n=215) | | ม.3 (n=435) | | ม.4 (n=93) | | F |
|-----------------------------------|----------------|-------|----------------|-------|---------------|-------|---------|
| | \bar{X} | S.D. | \bar{X} | S.D. | \bar{X} | S.D. | |
| ด้านความสามารถในการอ่านอารมณ์ฯ | 13.07 | 2.332 | 13.41 | 2.153 | 14.02 | 1.961 | 6.221* |
| ด้านความสามารถในการเข้าใจผู้อื่นฯ | 13.02 | 3.503 | 14.90 | 3.587 | 15.78 | 2.945 | 28.534* |
| ด้านการเอื้อเพื่อช่วยเหลือผู้อื่น | 13.72 | 3.394 | 14.90 | 3.519 | 15.82 | 2.908 | 14.546* |
| รวม | 39.81 | 6.443 | 43.21 | 6.599 | 45.62 | 5.465 | 32.525* |

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 6 พบว่า นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 มัธยมศึกษาปีที่ 3 และมัธยมศึกษาปีที่ 4 มีคะแนนความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นโดยรวม และด้านความสามารถในการอ่านอารมณ์และคาดเดาความรู้สึกของผู้อื่น ด้านความสามารถในการเข้าใจผู้อื่นตามสถานการณ์ในสังคม ด้านการเอื้อเพื่อช่วยเหลือผู้อื่นแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยของความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นโดยรวม และด้านความสามารถในการอ่านอารมณ์และคาดเดาความรู้สึกของผู้อื่น ด้านความสามารถในการเข้าใจผู้อื่นตามสถานการณ์ในสังคม ด้านการเอื้อเพื่อช่วยเหลือผู้อื่น ระหว่างนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 มัธยมศึกษาปีที่ 3 และมัธยมศึกษาปีที่ 4 พบว่า นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 มีคะแนนความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นทั้ง 3 ด้านต่ำกว่านักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 และมัธยมศึกษาปีที่ 4 ซึ่งนักเรียนที่มีระดับชั้นแตกต่างกันมีค่าเฉลี่ยของความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นแตกต่างกันอย่างน้อย 1 คู่ ซึ่งมีการทดสอบภายหลังเพื่อเปรียบเทียบพหุคูณเป็นรายคู่ต่อไป

ตาราง 7 ผลการทดสอบภายหลัง เพื่อเปรียบเทียบพหุคูณของความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นเป็นรายคู่

ผลการทดสอบภายหลัง เพื่อเปรียบเทียบพหุคูณของความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นเป็นรายคู่ของนักเรียนที่มีระดับชั้นแตกต่างกัน โดยใช้สถิติที่ทดสอบของเชฟเฟ (Scheffe' Test)

| ระดับชั้น | | ม.2 | ม.3 | ม.4 |
|--|-----------|-------|-------|-------|
| ด้านความสามารถในการอ่านอารมณ์ฯ | \bar{X} | 13.07 | 13.41 | 14.02 |
| | ม2 | 13.07 | - | - |
| | ม.3 | 13.41 | .34 | - |
| | ม.4 | 14.02 | .95* | .61 |
| ด้านความสามารถในการเข้าใจผู้อื่นฯ | \bar{X} | 13.02 | 14.90 | 15.78 |
| | ม2 | 13.02 | - | - |
| | ม.3 | 14.90 | 1.88* | - |
| | ม.4 | 15.78 | 2.77* | .88 |
| ด้านความต้องการที่จะเอื้อเพื่อช่วยเหลือฯ | \bar{X} | 13.72 | 14.90 | 15.82 |
| | ม2 | 13.72 | - | - |
| | ม.3 | 14.90 | 1.18* | - |
| | ม.4 | 15.82 | 2.10* | .92 |
| รวม | \bar{X} | 39.81 | 43.21 | 45.62 |
| | ม2 | 39.81 | - | - |
| | ม.3 | 43.21 | 3.40* | - |
| | ม.4 | 45.62 | 5.81* | 2.41* |

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 7 เมื่อพิจารณาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นทั้งโดยรวมและและด้านความสามารถในการอ่านอารมณ์และคาดเดาความรู้สึกของผู้อื่น ด้านความสามารถในการเข้าใจผู้อื่นตามสถานการณ์ในสังคม ด้านการเอื้อเพื่อช่วยเหลือผู้อื่น พบว่า นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 มัธยมศึกษาปีที่ 3 และมัธยมศึกษาปีที่ 4 มีค่าความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งพบว่า นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 มีค่าความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นทั้ง 3 ด้านสูงกว่านักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 และมัธยมศึกษาปีที่ 2 ตามลำดับ และนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 มีค่าความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นทั้ง 3 ด้านสูงกว่านักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

4. เปรียบเทียบความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของนักเรียนวัยรุ่นนก่อน หลังและระยะติดตามผลการได้รับโปรแกรมการช่วยเหลือตนเองเพื่อพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

ตาราง 8 เปรียบเทียบความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของนักเรียนวัยรุ่นนกลุ่มทดลองก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมการช่วยเหลือตนเองเพื่อพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น (จำนวน 12 คน)

| ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น | ก่อน | | หลัง | | t |
|------------------------------------|-----------|-------|-----------|-------|----------|
| | \bar{X} | S.D. | \bar{X} | S.D. | |
| ด้านความสามารถในการอ่านอารมณ์ฯ | 9.75 | 1.357 | 15.00 | 1.044 | 9.507** |
| ด้านความสามารถในการเข้าใจผู้อื่นฯ | 9.58 | 2.193 | 20.58 | 1.240 | 17.526** |
| ด้านการเอื้อเพื่อ ช่วยเหลือผู้อื่น | 9.17 | 2.167 | 19.92 | 1.379 | 17.423** |
| รวม | 28.50 | 2.88 | 55.50 | 2.20 | 29.85** |

**มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตาราง 8 พบว่า เมื่อพิจารณาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นทั้งโดยรวมและด้านความสามารถในการอ่านอารมณ์และคาดเดาความรู้สึกของผู้อื่น ด้านความสามารถในการเข้าใจผู้อื่นตามสถานการณ์ในสังคม ด้านการเอื้อเพื่อ ช่วยเหลือผู้อื่น นักเรียนกลุ่มทดลองก่อนและหลังเข้าร่วมโปรแกรมการช่วยเหลือตนเองเพื่อพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงว่านักเรียนที่ได้เข้าร่วมโปรแกรมการช่วยเหลือตนเองเพื่อพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นมีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นเพิ่มมากขึ้นในทุกด้าน

ตาราง 9 เปรียบเทียบความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของนักเรียนวัยรุ่นนกลุ่มทดลองหลังและระยะติดตาม (Repeated Measure) การเข้าร่วมโปรแกรมการช่วยเหลือตนเองเพื่อพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

| ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น | ก่อน | | หลัง | | t |
|------------------------------------|-----------|-------|-----------|-------|--------|
| | \bar{X} | S.D. | \bar{X} | S.D. | |
| ด้านความสามารถในการอ่านอารมณ์ฯ | 15.00 | 1.044 | 14.50 | .674 | 1.483 |
| ด้านความสามารถในการเข้าใจผู้อื่นฯ | 20.58 | 1.240 | 18.17 | 3.486 | 2.031 |
| ด้านการเอื้อเพื่อ ช่วยเหลือผู้อื่น | 19.92 | 1.379 | 17.92 | 2.065 | 2.602* |
| รวม | 55.50 | 2.195 | 50.58 | 3.753 | 3.985* |

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 9 พบว่า เมื่อพิจารณาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นด้านความสามารถในการอ่าน อารมณ์และคาดเดาความรู้สึกของผู้อื่น และด้านความสามารถในการเข้าใจผู้อื่นตามสถานการณ์ในสังคม นักเรียนกลุ่มทดลองหลังและระยะติดตามการเข้าร่วมโปรแกรมการช่วยเหลือตนเองเพื่อพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงว่า หลังจากที่นักเรียนได้เข้าร่วมโปรแกรมการช่วยเหลือตนเองเพื่อพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นเป็นระยะเวลา 1 เดือน นักเรียนกลุ่มทดลองมีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นด้านความสามารถในการอ่านอารมณ์และคาดเดาความรู้สึกของผู้อื่น และด้านความสามารถในการเข้าใจผู้อื่นตามสถานการณ์ในสังคมคงทน

นอกจากนี้เมื่อพิจารณาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นด้านความต้องการที่จะเอื้อเฟื้อ ช่วยเหลือผู้อื่น นักเรียนกลุ่มทดลองหลังและระยะติดตามการเข้าร่วมโปรแกรมการช่วยเหลือตนเองเพื่อพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงว่า หลังจากที่นักเรียนได้เข้าร่วมโปรแกรมการช่วยเหลือตนเองเพื่อพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นเป็นระยะเวลา 1 เดือน นักเรียนกลุ่มทดลองมีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นด้านความต้องการที่จะเอื้อเฟื้อ ช่วยเหลือผู้อื่นลดลง

บทที่ 5

สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

ความมุ่งหมายของการวิจัย

1. เพื่อวิเคราะห์องค์ประกอบของความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของนักเรียนวัยรุ่น
2. เพื่อศึกษาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของนักเรียนวัยรุ่นโดยจำแนกตามตัวแปรเพศและระดับชั้นเรียน
3. เพื่อเปรียบเทียบความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของนักเรียนวัยรุ่นก่อนหลัง และระยะติดตามผลการได้รับโปรแกรมการช่วยเหลือตนเอง (Self-help program)

วิธีการดำเนินงานวิจัย

การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง

ตอนที่ 1 ประชากรที่ใช้ในการศึกษา

1.1 ประชากรที่ใช้ในการศึกษาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของนักเรียนวัยรุ่น ได้แก่ นักเรียนที่มีอายุตั้งแต่ 14 – 16 ปีบริบูรณ์ และกำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 และชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ปีการศึกษา 2549 โรงเรียนท่าม่วงราษฎร์บำรุง จังหวัดกาญจนบุรี

1.2 กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของนักเรียนวัยรุ่น ได้แก่ นักเรียนที่มีอายุตั้งแต่ 14 – 16 ปีบริบูรณ์และกำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 และชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ปีการศึกษา 2549 โรงเรียนท่าม่วงราษฎร์บำรุง จังหวัดกาญจนบุรี มีจำนวนนักเรียนทั้งหมด 743 คน จำแนกเป็นนักเรียนชาย 307 คน นักเรียนหญิง 436 คน

ตอนที่ 2 กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการพัฒนา

2.2 กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของนักเรียนวัยรุ่น ได้แก่ นักเรียนที่มีอายุตั้งแต่ 14 – 16 ปีบริบูรณ์และกำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 และชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ปีการศึกษา 2549 โรงเรียนท่าม่วงราษฎร์บำรุง จังหวัดกาญจนบุรี โดยผู้วิจัยคัดเลือกระดับชั้นที่มีคะแนนเฉลี่ยความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นต่ำสุดมาหนึ่งระดับชั้น จากการวิจัยครั้งนี้พบว่า เป็นนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ซึ่งได้จากการประเมินโดยใช้แบบวัดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น และผู้วิจัยคัดเลือกนักเรียนที่มีคะแนนระดับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมา แล้วสอบถามความสมัครใจในการเข้าร่วมทดลอง จำนวน 24 คน และสุ่มอย่างง่ายได้นักเรียนที่สมัครใจเข้าร่วมทดลองมาจำนวน 12 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ประกอบด้วย

1. แบบสอบถามข้อมูลส่วนตัว
2. แบบวัดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น ซึ่งประกอบด้วย 3 ด้าน ดังนี้
 - 2.1 ด้านความสามารถในการอ่านอารมณ์และคาดเดาความรู้สึกของผู้อื่นจากการสังเกต แววตา สีหน้า และน้ำเสียง
 - 2.2 ด้านความสามารถในการเข้าใจผู้อื่นตามสถานการณ์ในสังคม
 - 2.3 ด้านการเอื้อเฟื้อ ช่วยเหลือผู้อื่น
3. โปรแกรมการช่วยเหลือตนเองเพื่อพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

ขั้นตอนในการสร้างเครื่องมือ

1. แบบสอบถามข้อมูลส่วนตัวและแบบวัดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น มีลำดับขั้นตอนในการสร้าง ดังนี้
 - 1.1 ศึกษาเอกสารที่เกี่ยวข้องกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นเพื่อสร้างแบบวัดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น
 - 1.2 สร้างแบบวัดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นแล้วนำไปให้ประธานและกรรมการควบคุมปริญญาานิพนธ์ตรวจสอบความถูกต้อง
 - 1.3 นำแบบวัดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น จำนวน 54 ข้อ ไปให้ผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่าน ตรวจสอบและหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) ซึ่งมีค่าอยู่ระหว่าง 0.33 – 1.00
 - 1.4 นำแบบวัดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นที่มีค่าดัชนีความสอดคล้องผ่านเกณฑ์ จำนวน 54 ข้อ ไปทดลองใช้ (Try out) กับนักเรียน 80 คน คน จำแนกเป็นนักเรียนชาย 33 คน นักเรียนหญิง 47 คน
 - 1.5 นำแบบวัดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น จำนวน 54 ข้อ ที่นำไปทดลองใช้ (Try out) กับนักเรียน 80 คน มาหาค่าอำนาจจำแนกและค่าความเชื่อมั่น ซึ่งได้ค่าอำนาจจำแนกทั้งฉบับอยู่ระหว่าง .4901 - .5353 และมีค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับ เท่ากับ .5124
 - 1.6 ผู้วิจัยนำแบบวัดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น จำนวน 54 ข้อ ไปหาความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้าง (Construct Validity) กับกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ นักเรียนที่มีอายุตั้งแต่ 14 – 16 ปีบริบูรณ์และกำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 และชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ปีการศึกษา 2549 โรงเรียนท่าม่วงราษฎร์บำรุง จังหวัดกาญจนบุรี จำนวน 743 คน จำแนกเป็นนักเรียนชาย 307 คน นักเรียนหญิง 436 คน เพื่อยืนยันองค์ประกอบเชิงโครงสร้าง โดยใช้โปรแกรม LISREL หลังจากนำแบบวัดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นไปวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันแล้วคัดเลือกไว้ จำนวน 30 ข้อ โดยแบบวัดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นมา นั้นแบ่งออกเป็น 3 ด้าน ดังนี้ ด้านความสามารถในการอ่าน

อารมณ์และคาดเดาความรู้สึกของผู้อื่น จำนวน 8 ข้อ ได้แก่ การสังเกตแววตา สีหน้า และน้ำเสียง ด้านความสามารถในการเข้าใจผู้อื่นตามสถานการณ์ในสังคม จำนวน 11 ข้อ และด้านการเอื้อเฟื้อช่วยเหลือผู้อื่น จำนวน 11 ข้อ รวมทั้งสิ้น 30 ข้อ ซึ่งแบบวัดนี้มีความกลมกลืนกับข้อมูลเชิงประจักษ์ โดยค่าไคสแควร์ เท่ากับ 1443.35 GFI เท่ากับ 0.95 และ AGFI เท่ากับ 0.94 RMR เท่ากับ 0.07 RMSEA เท่ากับ 0.060 และสร้างเกณฑ์ปกติ (Norm) ของแบบวัด ซึ่งแบบวัดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นมีค่าอำนาจจำแนก ทั้งฉบับอยู่ระหว่าง .6386 - .6559 และมีค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับ เท่ากับ .6572 หลังจากนั้นนำแบบวัดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นที่ได้ไปใช้ในการวิจัยต่อไป

2. การสร้างโปรแกรมการช่วยเหลือตนเองเพื่อพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น มีลำดับขั้นตอนในการสร้าง ดังนี้

2.1 ศึกษาเอกสารที่เกี่ยวข้องกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นเพื่อสร้างโปรแกรมการช่วยเหลือตนเองเพื่อพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

2.2 สร้างโปรแกรมการช่วยเหลือตนเองเพื่อพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นแล้วนำไปให้ประธานและกรรมการควบคุมปริญญาบัตรตรวจสอบความถูกต้อง

2.3 นำโปรแกรมการช่วยเหลือตนเองเพื่อพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นไปให้ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 3 ท่าน ตรวจสอบ

2.4 นำโปรแกรมการช่วยเหลือตนเองเพื่อพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นไปทดลองใช้ (Try out) กับนักเรียน 15 คน ที่ได้มาจากการสุ่มอย่างง่ายจากนักเรียนที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 80 คน แล้วนำมาปรับปรุงจึงนำไปใช้จริง

การเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูลสำหรับการวิจัย ดำเนินการเป็นขั้นตอน ดังนี้

1. ติดต่อบัณฑิตวิทยาลัย เพื่อทำหนังสือขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลไปยังผู้อำนวยการโรงเรียนท่าม่วงราษฎร์บำรุง จังหวัดกาญจนบุรี

2. ติดต่อโรงเรียนท่าม่วงราษฎร์บำรุง จังหวัดกาญจนบุรีและกลุ่มตัวอย่าง เพื่อนัดวัน เวลา เก็บรวบรวมข้อมูล

3. เก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่าง ดังนี้

3.1 นำแบบวัดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น จำนวน 54 ข้อ ไปรวบรวมข้อมูลกับนักเรียนที่มีอายุตั้งแต่ 14 – 16 ปีบริบูรณ์และกำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 และชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 มีจำนวนนักเรียนทั้งหมด 743 คน ด้วยตนเอง นำข้อมูลที่ได้มาทำการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน (Confirmatory Factor Analysis)

3.2 นำแบบวัดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นฉบับสมบูรณ์ที่ผ่านการตรวจสอบคุณภาพ จำนวน 30 ข้อ ไปดำเนินการประเมินกลุ่มตัวอย่างที่เป็นวัยรุ่น จำนวน 12 คน

3.3 นำข้อมูลที่ได้มาตรวจสอบความถูกต้องและความสมบูรณ์ก่อนนำไปวิเคราะห์ข้อมูลต่อไป

การดำเนินการทดลอง

มีขั้นตอนในการดำเนินการทดลอง ดังนี้

2.1 ก่อนการทดลอง

ผู้วิจัยหาค่าเฉลี่ยระดับชั้นที่มีค่าความเห็นอกเห็นใจน้อยที่สุด คือ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 และคัดเลือกนักเรียนที่ได้คะแนนจากการตอบแบบวัดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมาแล้วสอบถามความสมัครใจในการเข้าร่วมทดลอง จำนวน 24 คน และสุ่มอย่างง่ายได้นักเรียน ที่สมัครใจเข้าร่วมทดลองมาจำนวน 12 คน เป็นกลุ่มทดลอง โดยเก็บคะแนนนักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมการช่วยเหลือตนเองเพื่อพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นเป็นคะแนนก่อนการทดลอง (Pretest)

2.2 ระยะเวลาทดลอง

ผู้วิจัยจะดำเนินการพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นโดยการให้โปรแกรมการช่วยเหลือตนเองกับนักเรียนครั้งละ 1 เรื่อง โดยผู้วิจัยใช้เวลาในการทดลอง 4 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 3 ครั้ง วันจันทร์ วันพุธ และวันศุกร์ รวมทั้งหมด 12 ครั้ง ครั้งละ 30 นาที

2.3 หลังการทดลอง

ภายหลังการทดลองผู้วิจัยให้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ที่เข้าร่วมโปรแกรมการช่วยเหลือตนเองเพื่อพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น จำนวน 12 คน ตอบแบบวัดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นแล้วนำคะแนนที่ได้จากการทดสอบมาบันทึกไว้เป็นคะแนนหลังการทดลอง (Posttest)

2.4 นำคะแนนก่อนและหลังการทดลองไปวิเคราะห์ข้อมูลตามวิธีทางสถิติ

2.5 ระยะเวลาติดตาม

ภายหลังการทดลองเป็นระยะเวลา 1 เดือน ผู้วิจัยให้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ที่เข้าร่วมโปรแกรมการช่วยเหลือตนเองเพื่อพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น จำนวน 12 คน (กลุ่มทดลองเดิม) ตอบแบบวัดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นอีกครั้งแล้วนำคะแนนที่ได้จากการทดสอบมาบันทึกไว้เป็นคะแนนระยะติดตาม (Repeated Measure)

2.6 นำคะแนนหลังและระยะติดตามไปวิเคราะห์ข้อมูลตามวิธีทางสถิติ

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยได้วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติ ดังนี้

1. การวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน (Confirmatory Factor Analysis) โดยใช้โปรแกรม LISREL
2. เปรียบเทียบความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของนักเรียนวัยรุ่นนัจำแนกตามตัวแปรเพศ โดยใช้สถิติการวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐาน และการทดสอบค่า t -Test แบบ Independent Samples
3. เปรียบเทียบความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของนักเรียนวัยรุ่นนัจำแนกตามตัวแปรระดับชั้น โดยใช้สถิติการวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐาน และการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียว (One - Way ANOVA)
4. เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของนักเรียนก่อนและหลังทดลองภายในกลุ่ม โดยใช้สถิติทดสอบค่า t -Test แบบ Dependent Samples
5. เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของนักเรียนหลังทดลองและระยะติดตาม (Repeated Measure) โดยใช้สถิติทดสอบค่า t -Test แบบ Dependent Samples

สรุปผลการวิจัย

ผลจากการวิเคราะห์ข้อมูลสรุปได้ ดังนี้

1. การวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันของแบบวัดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นแบ่งออกเป็น 3 องค์ประกอบ คือ องค์ประกอบด้านความสามารถในการอ่านอารมณ์และคาดเดาความรู้สึกของผู้อื่น องค์ประกอบด้านความสามารถในการเข้าใจผู้อื่นตามสถานการณ์ในสังคม และองค์ประกอบด้านความต้องการที่จะเอื้อเฟื้อ ช่วยเหลือผู้อื่น รวมทั้งสิ้น 30 ข้อ มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบ ตั้งแต่ .14 - .98 มีความแปรปรวนสหสัมพันธ์ (R^2) ตั้งแต่ .02 - .96 และแบบวัดนี้มีความกลมกลืนกับข้อมูลเชิงประจักษ์ โดยค่าไคสแควร์ เท่ากับ 1443.35 GFI เท่ากับ 0.95 และ AGFI เท่ากับ 0.94 RMR เท่ากับ 0.07 RMSEA เท่ากับ 0.060 แสดงว่า แบบวัดความเห็นอกเห็นใจที่สร้างขึ้นมีโครงสร้างสอดคล้องกับแนวคิดของปีเตอร์ ลาสเตอร์
2. นักเรียนชายและนักเรียนหญิงมีระดับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นแตกต่างกันทั้งโดยรวม และด้านความสามารถในการอ่านอารมณ์และคาดเดาความรู้สึกของผู้อื่น ด้านความสามารถในการเข้าใจผู้อื่นตามสถานการณ์ในสังคม ด้านการเอื้อเฟื้อ ช่วยเหลือผู้อื่นแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 เมื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยของความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นโดยรวม และด้านความสามารถในการอ่านอารมณ์และคาดเดาความรู้สึกของผู้อื่น ด้านความสามารถในการเข้าใจผู้อื่นตามสถานการณ์ในสังคม ด้านการเอื้อเฟื้อ ช่วยเหลือผู้อื่น ระหว่างนักเรียนชายและนักเรียนหญิง พบว่า นักเรียนชายมีคะแนนความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นทั้ง 3 ด้านต่ำกว่านักเรียนหญิง

3. นักเรียนที่เรียนในระดับชั้นที่แตกต่างกัน มีระดับความเห็นอกเห็นใจแตกต่างกัน โดยนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 มัธยมศึกษาปีที่ 3 และมัธยมศึกษาปีที่ 4 มีคะแนนความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นโดยรวม และด้านความสามารถในการอ่านอารมณ์และคาดเดาความรู้สึกของผู้อื่น ด้านความสามารถในการเข้าผู้อื่นตามสถานการณ์ในสังคม ด้านการเอื้อเฟื้อ ช่วยเหลือผู้อื่นแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 มีค่าความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นทั้ง 3 ด้านสูงกว่านักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 และมัธยมศึกษาปีที่ 2 ตามลำดับ และนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 มีค่าความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นทั้ง 3 ด้านสูงกว่านักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

4. นักเรียนกลุ่มทดลองหลังเข้าร่วมโปรแกรมการช่วยเหลือตนเองเพื่อพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น มีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นทั้งโดยรวมและด้านความสามารถในการอ่านอารมณ์และคาดเดาความรู้สึกของผู้อื่น ด้านความสามารถในการเข้าผู้อื่นตามสถานการณ์ในสังคม ด้านการเอื้อเฟื้อ ช่วยเหลือผู้อื่น เพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

5. ระยะเวลาติดตามผลการทดลองใน 1 เดือน พบว่า ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นด้านความสามารถในการอ่านอารมณ์และคาดเดาความรู้สึกของผู้อื่น และด้านความสามารถในการเข้าใจผู้อื่นตามสถานการณ์ในสังคม นักเรียนกลุ่มทดลองหลังและระยะเวลาติดตามการเข้าร่วมโปรแกรมการช่วยเหลือตนเอง เพื่อพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สำหรับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นด้านความต้องการที่จะเอื้อเฟื้อ ช่วยเหลือผู้อื่น นักเรียนกลุ่มทดลองหลังและระยะติดตามการเข้าร่วมโปรแกรมการช่วยเหลือตนเองเพื่อพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

อภิปรายผล

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการศึกษาและพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของนักเรียนวัยรุ่น ดังนี้

1. ความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้างของแบบวัดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นแบบการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันนั้น ผลของการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน พบว่า แบบวัดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นแบ่งออกเป็น 3 องค์ประกอบ คือ องค์ประกอบด้านความสามารถในการอ่านอารมณ์และคาดเดาความรู้สึกของผู้อื่น องค์ประกอบด้านความสามารถในการเข้าใจผู้อื่นตามสถานการณ์ในสังคม และองค์ประกอบด้านความต้องการที่จะเอื้อเฟื้อ ช่วยเหลือผู้อื่น รวมทั้งสิ้น 30 ข้อ มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบตั้งแต่ 0.14 - 0.98 มีค่าความแปรปรวนสหสัมพันธ์ (R^2) ตั้งแต่ 0.02 - 0.96 และแบบวัดนี้มีความกลมกลืนกับข้อมูลเชิงประจักษ์ โดยค่าไคสแควร์ เท่ากับ 1443.35 (เสรี ชัดเข้ม. 2547 : 28 : citing Wang ; & Willson. 1996 : 228 - 247) กล่าวคือ ค่าสถิติไค - สแควร์ ($\text{Chi} - \text{square} : X^2$) ขึ้นอยู่กับขนาดของกลุ่มตัวอย่าง ในกรณีกลุ่มตัวอย่างขนาดใหญ่ (มากกว่า 500 หน่วยตัวอย่างขึ้นไป) จึงไม่ควรใช้สถิติไค -

สแควร์ (Chi – square : X^2) เพียงค่าเดียวในการสรุปความสอดคล้องระหว่างโมเดลกับข้อมูลเชิงประจักษ์ จึงควรพิจารณาค่าดัชนีวัดระดับความกลมกลืน (Goodness of Fit Index : GFI) และค่าดัชนีวัดระดับความกลมกลืนที่ปรับค่าแล้ว (Adjusted Goodness of Fit Index : AGFI) มีค่ามากกว่า 0.90 ค่ารากของค่าเฉลี่ยกำลังสองของเศษเหลือในรูปคะแนนมาตรฐาน (Standardized Root Mean square Residual Standardized RMR) มีค่าต่ำกว่า 0.08 และค่ารากของค่าเฉลี่ยกำลังสองของความคลาดเคลื่อนโดยประมาณ (Root Mean Square Error of Approximation : RMSEA) มีค่าต่ำกว่า 0.06 จากการวิจัยพบว่า GFI เท่ากับ 0.95 และ AGFI เท่ากับ 0.94 RMR เท่ากับ 0.07 RMSEA เท่ากับ 0.060 จากข้อมูลดังกล่าว พบว่า ค่าสถิติที่ใช้พิจารณาความสอดคล้องระหว่างโมเดลกับข้อมูลเชิงประจักษ์เป็นไปตามเกณฑ์ที่กำหนด แสดงว่าโมเดลการวิเคราะห์หองค์ประกอบเชิงยืนยันของผู้วิจัยมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ นั่นคือแบบวัดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นที่สร้างขึ้นมีความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้างตามแนวคิดของปีเตอร์ ลาสเตอร์ ทั้งนี้เนื่องมาจากการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างได้เหมาะสม มีการกำหนดขั้นตอนในการสร้างแบบวัดอย่างรอบคอบ ผ่านกระบวนการตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาผ่านการทดสอบเพื่อแสดงค่าอำนาจจำแนกและแสดงความเชื่อมั่น ก่อนที่จะแสดงความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้างโดยวิธีวิเคราะห์หองค์ประกอบเชิงยืนยัน อีกทั้งวิธีการวิเคราะห์หองค์ประกอบเชิงยืนยันเป็นวิธีที่มีคุณภาพ มีความชัดเจน และเหมาะสมสำหรับการหาความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้าง นั่นคือ แบบวัดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นมีความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้างตามแนวคิดของปีเตอร์ ลาสเตอร์

2. นักเรียนชายและนักเรียนหญิง มีระดับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 เมื่อพิจารณาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นทั้งโดยรวมและด้านความสามารถในการอ่านอารมณ์และคาดเดาความรู้สึกของผู้อื่น ด้านความสามารถในการเข้าใจผู้อื่นตามสถานการณ์ในสังคม ด้านการเอื้อเฟื้อ ช่วยเหลือผู้อื่น ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อ 1 ที่ตั้งไว้ โดยนักเรียนหญิงมีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นทั้งโดยรวม และด้านความสามารถในการอ่านอารมณ์และคาดเดาความรู้สึกของผู้อื่น ด้านความสามารถในการเข้าใจผู้อื่นตามสถานการณ์ในสังคม ด้านการเอื้อเฟื้อ ช่วยเหลือผู้อื่น สูงกว่านักเรียนชาย แสดงให้เห็นว่า ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นด้านความสามารถในการอ่านอารมณ์และคาดเดาความรู้สึกของผู้อื่น ด้านความสามารถในการเข้าใจผู้อื่นตามสถานการณ์ในสังคม ด้านการเอื้อเฟื้อ ช่วยเหลือผู้อื่น และความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นโดยรวมนั้นในแต่ละเพศ มีความแตกต่างกัน เนื่องจากเพศชายและเพศหญิงมีพื้นฐานทางด้านจิตใจ อารมณ์ สังคมแตกต่างกัน ดังที่ แมคโดนัลด์ (อำพัน จารุทัสนางกูร. 2541 : 38 ; อ้างอิงจาก Macdonald. 1977 : 998) ได้กล่าวไว้ว่า เพศ เป็นตัวกำหนดบทบาททางสังคมระหว่างบุคคล เมื่อพิจารณาถึงความแตกต่างระหว่างบทบาททางสังคมระหว่างผู้ชายกับผู้หญิงแล้วจะเห็นว่าวัฒนธรรมและสังคมเป็นฝ่ายกำหนดความแตกต่างกัน เช่น ผู้ชายไม่คิดเล็กน้อยในเรื่องหุยมหิมแบบเพศหญิง และผู้หญิงจะไม่คิดจริงจังเกินไปนักในเรื่องบางเรื่อง ดังนั้นการที่จะเอาตัวเองเข้าไปอยู่ในโลก

ของบุคคลอื่นย่อมแตกต่างกัน ซึ่งสอดคล้องกับ ฮอล (Daniel ; et al. 1998 : Online ; citing Hall. 1978) กล่าวว่า เพศหญิงมีสัญชาตญาณของความเป็นแม่จึงทำให้ไวต่อความรู้สึก การรับรู้ภาษาท่าทางต่าง ๆ ที่นอกเหนือจากคำพูดได้ดีกว่าเพศชาย นอกจากนี้ บัค (Daniel ; et al. 1998 : Online ; citing Buck. 1982) ได้กล่าวว่า การทำงานของระบบในสมองมีผลทำให้เพศหญิงมีความสามารถในการคาดเดาอารมณ์ความรู้สึกได้ดีกว่าเพศชาย เนื่องจากเพศหญิงมี สัญชาตญาณในการคาดเดาระบอบการของอารมณ์ได้ดีกว่าเพศชาย ซึ่งเป็นการสั่งการของสมองซีกขวา ดังที่ กมลพรรณ ชิวพันธุ์ศรี (2550 : Online) กล่าวถึงการทำงานของสมองว่า สมองซีกขวาจะทำหน้าที่วิเคราะห์เกี่ยวกับลักษณะภาษาท่าทาง และทัศนคติที่ผู้อื่นแสดงออกมา

ผลการวิจัยในครั้งนี้สอดคล้องกับงานวิจัยของ แมคโดนัลด์ (อำพัน จารุทัศน์นางกูร. 2541 : 38 ; อ้างอิงจาก Macdonald. 1977 :98) ได้ศึกษาเปรียบเทียบระดับความเห็นอกเห็นใจ (Level of Empathy) ระหว่างนักศึกษาพยาบาลชายและนักศึกษาหญิงโดยใช้แบบสำรวจความเห็นอกเห็นใจด้วยตนเองของ ฮอร์แกน (Hogan's Self – report Empathy Scale) ผลปรากฏว่า ระดับความเห็นอกเห็นใจในนักศึกษาพยาบาลหญิงสูงกว่าชายเล็กน้อย

3. นักเรียนที่เรียนในระดับชั้นที่แตกต่างกัน มีระดับความเห็นอกเห็นใจแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05 เมื่อพิจารณาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นทั้งโดยรวมและด้านความสามารถในการอ่านอารมณ์และคาดเดาความรู้สึกของผู้อื่น ด้านความสามารถในการเข้าผู้อื่นตามสถานการณ์ในสังคม ด้านการเอื้อเฟื้อ ช่วยเหลือผู้อื่น ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อ 1 ที่ตั้งไว้ โดยนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 มีค่าความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นทั้ง 3 ด้านสูงกว่านักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 และมัธยมศึกษาปีที่ 2 ตามลำดับ และนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 มีค่าความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นทั้ง 3 ด้านสูงกว่านักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 แสดงให้เห็นว่า ระดับชั้นที่แตกต่างกันจะมีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นแตกต่างกันด้วย ซึ่งระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 มีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นต่ำที่สุดเนื่องจากวุฒิภาวะทางด้านความคิด อารมณ์ สังคม ประสบการณ์ การดำรงชีวิตน้อยกว่าชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 และ 4 ดังที่ ซีเดราด (อำพัน จารุทัศน์นางกูร. 2541 : 38 ; อ้างอิงจาก Zederad. 1969 : 661) ได้กล่าวไว้ว่า ยังมีประสบการณ์เกี่ยวกับความรู้สึกมาก จะทำให้มีวุฒิภาวะสูงขึ้นและมองชีวิตกว้างไกล ครอบคลุม และลึกซึ้ง ซึ่งจะมีส่วนช่วยในการเสริมสร้างความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น ซึ่งสอดคล้องกับ ปีเตอร์ ลาสเตอร์ (1978 : 115) ได้กล่าวถึง แนวคิดเกี่ยวกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นว่า ทุกคนมีระดับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นในระดับใดระดับหนึ่ง ความสามารถนี้ไม่ได้มีมาแต่กำเนิด แต่พัฒนามาจากประสบการณ์ตอนเด็ก การศึกษาและประสบการณ์ นอกจากนี้เพียเจท์ (กันยา สุวรรณแสง. 2544 : 63 ; อ้างอิงจาก Peaget.) ได้กล่าวถึงพัฒนาการทางสติปัญญาว่า เด็กจะพยายามศึกษาสำรวจโลกของตนเอง ทั้งที่เป็นวัตถุสิ่งของและบุคคล จากการที่เด็กได้มีโอกาสพบปะสัมผัสกับสิ่งแวดล้อมรอบๆตัว ทำให้เด็กเกิดความคิดเกี่ยวกับ

สิ่งต่างๆ ที่เป็นรูปธรรม และจะมีพัฒนาการทางสติปัญญาต่อไปเรื่อยๆ จนในที่สุดสามารถคิดในสิ่งที่ป็นนามธรรมด้วยตนเองได้

4. นักเรียนกลุ่มทดลองหลังเข้าร่วมโปรแกรมการช่วยเหลือตนเองเพื่อพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น มีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 เมื่อพิจารณาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นทั้งโดยรวมและด้านความสามารถในการอ่านอารมณ์และคาดเดาความรู้สึกของผู้อื่น ด้านความสามารถในการเข้าผู้อื่นตามสถานการณ์ในสังคม ด้านการเอื้อเฟื้อ ช่วยเหลือผู้อื่น เป็นไปตามสมมติฐานข้อ 2 ที่ตั้งไว้ แสดงให้เห็นว่า การเห็นอกเห็นใจผู้อื่นสามารถฝึกฝน พัฒนาได้ และยังแสดงให้เห็นว่า การช่วยเหลือตนเอง สามารถนำมาใช้ในการพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นได้ ทั้งนี้เป็นเพราะว่าการช่วยเหลือตนเอง เป็นการจัดทำคู่มือในการปฏิบัติเพื่อแก้ไขพฤติกรรมด้วยตนเอง (ประเทือง ภูมิภทราคม. 2540 : 338) และเป็นหนังสือที่เขียนในแง่ของการจัดการกับสถานการณ์ที่สร้างปัญหาแก่ตนเอง โดยมีเจตนาในการประพฤติปฏิบัติตนในสถานการณ์นั้นอย่างเหมาะสม เพื่อให้ผลของสถานการณ์นั้นดีขึ้น เป็นการตระหนักถึงจุดด้อยของตนเองและพยายามแก้ไขเพื่อพัฒนาตนเอง เพื่อให้สภาวะหรือความรู้สึกของตนเองดีขึ้น โดยจุดเน้นที่สำคัญของการช่วยเหลือตนเองจะอยู่ที่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ความรู้สึก ทักษะ การรับรู้ (ความคิด) ซึ่งผู้วิจัยได้ดำเนินการให้นักเรียนได้รับการช่วยเหลือตนเอง โดยการให้นักเรียนอ่านคู่มือพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นด้วยตนเอง ซึ่งในคู่มือนี้จะมีวิธีในการพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นหลายขั้นตอนในการปฏิบัติเพื่อพัฒนาพฤติกรรมด้วยตนเองไว้อย่างชัดเจนในแต่ละขั้นซึ่งบุคคลสามารถนำไปใช้ได้ในทุกครั้งที่ม่ปัญหา (ประเทือง ภูมิภทราคม. 2540 : 338) โดยผู้วิจัยให้นักเรียนอ่านและฝึกด้วยตนเองในห้องเรียนแล้วหลังจากที่นักเรียนได้อ่านและฝึกวิธีการพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นด้วยวิธีต่างๆไปแล้วก็ให้นักเรียนซักถามข้อสงสัย ก่อนที่จะนำไปฝึกปฏิบัติจริงและผู้วิจัยได้แจกแบบบันทึกการฝึกให้นักเรียนไปบันทึกเมื่อได้กลับไปฝึกแต่ละวิธีที่บ้าน แล้วให้นำมาส่งในครั้งต่อไป ทำให้ทราบว่านักเรียนแต่ละคนไปฝึกปฏิบัติจริง

ผลการวิจัยในครั้งนี้สอดคล้องกับงานวิจัยของ อนาสตาเซียตัส อะทารา (ศุภวรรณ ศรีประภา. 2548 : 41 ; อ้างอิงจาก Anastasiadis Atallah. 2004 : Online) ได้ทำการศึกษาผู้หญิงและการอ่านหนังสือคู่มือช่วยเหลือตนเอง โดยการสำรวจประสบการณ์ของผู้หญิงจำนวน 10 คน ที่อ่านหนังสือคู่มือช่วยเหลือตนเอง โดยมีการสัมภาษณ์แบบปลายเปิดกับผู้หญิงกลุ่มนี้ในช่วงเดือนมกราคมถึงเดือนกันยายน ปี 2001 การศึกษานี้ได้ให้ความสนใจกับทั้งจุดยืนของ แนวคิดสตรีนิยมและทฤษฎีเกี่ยวกับสตรีนิยมของแนวความคิดหลังสมัยใหม่ จากการวิจัยพบว่า ผู้หญิงที่อยู่ในการศึกษานี้ใช้หนังสือคู่มือการช่วยเหลือตนเองอย่างมีบทบาทและมุ่งผลในการพัฒนาตนเอง ความคิดใหญ่ที่ได้จากการสัมภาษณ์ได้แก่ แนวคิดเรื่องการพัฒนาตนเองและการที่กลุ่มผู้หญิงที่ถูกสัมภาษณ์มีลักษณะของการมีบทบาทเป็น

ผู้กระทำในระดับสูงผลกระทบหลักที่ผู้หญิงเหล่านี้กล่าวมาว่าได้รับการอ่านหนังสือคู่มือช่วยเหลือตนเอง ได้แก่ ความสามารถในการระบุและเข้าใจปัญหาต่างๆที่พวกตนประสบ

5. นักเรียนกลุ่มทดลองหลังเข้าร่วมโปรแกรมการช่วยเหลือตนเองเพื่อพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นเป็นระยะเวลา 1 เดือน มีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นด้านความสามารถในการอ่านอารมณ์และคาดเดาความรู้สึกของผู้อื่น และด้านความสามารถในการเข้าใจผู้อื่นตามสถานการณ์ในสังคมที่แสดงให้เห็นว่า การพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นโดยใช้โปรแกรมการช่วยเหลือตนเองนั้นเป็นการช่วยให้บุคคลนั้นสามารถแก้ปัญหา จุดด้อยของตนเองด้วยตนเองได้ (สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต 2543 : 347-349) ซึ่งสอดคล้องกับ ทักเคอร์ แลด์ (Tucker-Ladd. 2005 : Online) ได้กล่าวว่า การช่วยเหลือตนเองเป็นการตระหนักถึงจุดด้อยของตนเองและพยายามแก้ไขเพื่อพัฒนาตนเองเป็นกระบวนการของ “ตัวตน” ของบุคคลในสวนที่คิดหาเหตุผลอย่างรู้สำนึก อันมีผลเปลี่ยนแปลงส่วนอื่นๆในตัวตน การกระทำ และสถานการณ์ของบุคคล หรือกล่าวได้ว่า การช่วยเหลือตนเองคือการพัฒนาตนเองด้วยตัวบุคคลเอง

สำหรับนักเรียนกลุ่มทดลองหลังเข้าร่วมโปรแกรมการช่วยเหลือตนเองเพื่อพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นเป็นระยะเวลา 1 เดือน มีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นด้านความต้องการที่จะเอื้อเพื่อช่วยเหลือผู้อื่นลดลงนั้น อาจกล่าวได้ว่า การให้โปรแกรมการช่วยเหลือตนเองควรให้อย่างต่อเนื่องและสม่ำเสมอเพื่อให้เกิดการพัฒนาที่คงทน ซึ่งจากการสังเกตของผู้วิจัยพบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองมีความเต็มใจ ตั้งใจ ในการปฏิบัติตนตามคู่มือการช่วยเหลือตนเองเพื่อพัฒนาความเห็นอกเห็นใจ และเป็นการปฏิบัติเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมความคิด ความรู้สึกของตนเองด้วยตนเอง โดยในแต่ละครั้งที่ผู้วิจัยและนักเรียนกลุ่มทดลองได้พบกัน นักเรียนกลุ่มทดลองจะมีพฤติกรรมในทางที่พึงประสงค์มากขึ้น

จากการวิจัยครั้งนี้แสดงให้เห็นว่า คู่มือการช่วยเหลือตนเองสามารถนำมาใช้ในการพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นได้ ภายหลังจากทดลองผู้วิจัยได้ให้นักเรียนประเมินผลการเข้าร่วมโปรแกรมการช่วยเหลือตนเองเพื่อการพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น นักเรียนได้ให้ความเห็นสอดคล้องกันว่าการเข้าร่วมโปรแกรมครั้งนี้ได้รับความรู้ มีประโยชน์ ช่วยให้สามารถคาดเดาอารมณ์ ความรู้สึกของผู้อื่นได้มากขึ้น เข้าใจถึงบุคคลต่างๆที่บุคคลนั้นกำลังประสบอยู่ได้ และทำให้มีความต้องการที่จะเอื้อเพื่อช่วยเหลือผู้อื่นมากขึ้น นอกจากนี้ยังได้รับความสนุกสนาน ความเพลิดเพลินในการทำกิจกรรม การจัดประสบการณ์รูปแบบที่แตกต่างไปจากเดิมอีกด้วย

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะทั่วไป

1.1 จากการสังเกตของผู้วิจัย เด็กวัยนี้ชอบการศึกษาสิ่งต่างๆด้วยตนเอง และอยากจะทำการศึกษาปฏิบัติด้วยตนเอง เพื่อให้เกิดพฤติกรรมไปในทางที่ดีขึ้น โดยขึ้นอยู่กับตัวผู้เรียน ซึ่งสอดคล้องกับการจัด

การเรียนการสอนที่เน้นผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง (Student Center) ดังนั้น การจัดการเรียนการสอนในปัจจุบันสามารถนำไปโปรแกรมการช่วยเหลือตนเองไปประยุกต์ใช้กับนักเรียนได้ เพื่อให้เกิดการพัฒนาในด้านต่างๆ และเป็นรูปแบบการเรียนการสอนที่เน้นผู้เรียนเป็นศูนย์กลางอีกด้วย

1.2 แบบวัดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น และโปรแกรมการช่วยเหลือตนเองเพื่อพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นสามารถนำไปใช้เพื่อการแนะแนว และการให้คำปรึกษาสำหรับบุคคลที่มีพฤติกรรมขาดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นได้

2. ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัย

2.1 การพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นไม่จำเพาะเจาะจงแต่เพียงผู้ที่มีระดับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นต่ำเท่านั้น แต่ยังสามารถใช้พัฒนาผู้ที่มีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นสูงให้มีระดับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นสูงขึ้นได้อีกด้วย

2.2 จากการศึกษาครั้งนี้ พบว่า เพศหญิงมีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นสูงกว่าเพศชาย และตรงกับงานวิจัยที่ได้ศึกษา ดังนั้น ควรมีการทำวิจัยที่มีการออกแบบเพื่อตอบคำถามโดยตรงเกี่ยวกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นในเชิงลึก เช่น เพศหญิงสามารถอ่านอารมณ์ คาดเดาความรู้สึกของผู้อื่นได้ดีกว่าเพศชายหรือไม่ เกิดจากปัจจัยใด เป็นต้น

2.3 ควรมีการทำวิจัย โดยทำการศึกษาความเกี่ยวข้องระหว่างอายุกับพัฒนาการการเห็นอกเห็นใจผู้อื่นกับกลุ่มตัวอย่างในช่วงอายุที่ต่ำกว่าและที่สูงกว่ากลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย เพราะความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นน่าจะมีความแตกต่างกันตามช่วงอายุของบุคคล

2.4 ควรมีการศึกษาตัวแปรอื่น ๆ ที่ส่งผลต่อความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น เช่น สภาพแวดล้อมทางสังคม สภาพทางครอบครัว เป็นต้น

2.5 ควรมีการสร้างโปรแกรมการช่วยเหลือตนเองเพื่อพัฒนาด้านอื่น ๆ อีก และนำเทคนิคที่หลากหลายมาใช้ให้เหมาะสมกับด้านนั้น ๆ เพื่อให้เกิดการพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง

บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

- กมลพรรณ ชีวพันธุ์ศรี. (2550). *โครงการตำรา...สมองกับการเรียนรู้*. 18 กุมภาพันธ์ 2550, จาก <http://advisor.anamai.moph.go.th/tamra/child/brain03.html>.
- กลอยใจ ทองลิ้ม. (2544). *การศึกษาความคิดอยากฆ่าตัวตายของนักเรียนวัยรุ่น*. ปรินิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- กันยา สุวรรณแสง. (2544). *จิตวิทยาทั่วไป*. พิมพ์ครั้งที่ 5. กรุงเทพฯ : รวมสาส์น.
- จอม ชุ่มชวย. (2540). ความฉลาดทางอารมณ์ : Emotional Intelligence, *การศึกษายุคใหม่*. 1(3) : 56-61.
- ฉัตรศิริ ปิยะพิมลสิทธิ์. (2541, กันยายน-ธันวาคม). การวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน. *วารสารการวัดผลการศึกษา*. 20(58) : 27 – 42.
- ชูศรี วงศ์รัตนะ. (2534). *เทคนิคการใช้สถิติเพื่อการวิจัย*. พิมพ์ครั้งที่ 5. กรุงเทพฯ : เทพเนรมิตการพิมพ์.
- ดวงใจ บุญยะภาส. (2543). *การศึกษาความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้างของแบบทดสอบวัดบุคลิกภาพตามทฤษฎีของไอแซกส์ สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ในจังหวัดราชบุรี*. ปรินิพนธ์ กศ.ม. (การวัดผลการศึกษา) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- เทอดศักดิ์ เดชคง. (2545). ความเห็นอกเห็นใจ การสื่อสารด้วยอารมณ์และความรู้สึก, ใน *ความฉลาดทางอารมณ์*. บรรณาธิการโดย ประยงค์ คงเมือง. 26-29,37-41. กรุงเทพฯ. _____ . (2545,มกราคม). ความเห็นอกเห็นใจในทัศนะของนักวิจัย, ใน *สานปฏิรูป*. 46: 100-101.
- นงลักษณ์ วิรัชชัย. (2542). *โมเดลลิสเรล สถิติวิเคราะห์สำหรับการวิจัย*. กรุงเทพฯ : ภาควิชาวิจัย การศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- นาถสินี ศิวารัชรพล. (2539). *ผลการใช้สถานการณ์จำลองที่มีต่อความเห็นอกเห็นใจผู้ป่วยของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 2 วิทยาลัยพยาบาลเกื้อการุณย์ กรุงเทพฯ*. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- นันทนา วงษ์อินทร์. (2543). การพัฒนาอารมณ์, ใน *รวมบทความทางวิชาการ E.Q.* บรรณาธิการโดย อัจฉรา สุขารมณ, วิลาศลักษณ์ ชั่ววัลลี และอรพินทร์ ชูชม. หน้า 136-143. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์เดสก์ท็อป.

- นิคม ตังคะพิภพ. (2543). *สถิติเพื่อการวิจัยทางการศึกษา : มโนทัศน์และการประยุกต์. การวิเคราะห์
ความแปรปรวน การวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วม และการออกแบบการวิจัยทางการศึกษา.*
นครปฐม : โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยศิลปากร วิทยาเขตพระราชวังสนามจันทร์.
- ประเทือง ภูมิภทราคม. (2540). *การปรับพฤติกรรม:ทฤษฎีและการประยุกต์. พิมพ์ครั้งที่ 1. นครสวรรค์.
สถาบันราชภัฏนครสวรรค์.*
- ประภาพร แซ่เตียว. (2541). *ผลของการสอนโดยให้เหตุผลแบบคำนึงถึงบุคคลอื่นที่มีต่อพฤติกรรม
เอื้อเฟื้อในเด็กนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 2. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ)
กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.*
- ประภาพร มั่นเจริญ. (2544). *ผลของการใช้กิจกรรมพัฒนาความรู้สึกละและการใช้ตัวแบบ
สัญลักษณ์ที่มีต่อพฤติกรรมเอื้อเฟื้อของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5. วิทยานิพนธ์ ค.ม.
(สารัตถศึกษา) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.*
- ประสงค์ สังข์ไชย. (2545). *การเรียนรู้ด้วยตนเองเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์,
EQ อีคิว : ความฉลาดทางอารมณ์. หน้า 55-56. กรุงเทพฯ.*
- พรพิมล เจียมนาครินทร์. (2539). *พัฒนาการวัยรุ่น. กรุงเทพฯ : ต้นอักษรพิมพ์.*
- มนัส บุญประกอบ. (2543). *อีคิวกับภาวะผู้นำในบางประเด็น, ใน รวมบทความทางวิชาการ E.Q.
บรรณาธิการโดย อัจฉรา สุขารมณ, วิลาศลักษณ์ ชวัลลี และอรพินทร์ ชูชม. หน้า 211-220.
กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์เดสก์ท็อป.*
- มาลี กาบมาลา. (2532). *การใช้หนังสือบำบัดความวิตกกังวลของเด็กป่วยเรื้อรังในโรงพยาบาลเด็ก.
ปริญญาานิพนธ์ ศศ.ม. (บรรณารักษศาสตร์). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.*
- ยุทธนา ไชยจุกุล. (2545). *การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์, ใน รวมบทความทางวิชาการ E.Q.
บรรณาธิการโดย อัจฉรา สุขารมณ, วิลาศลักษณ์ ชวัลลี และอรพินทร์ ชูชม. 179 - 210.
กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์เดสก์ท็อป*
- ล้วน สายยศ ; และอังคณา สายยศ. (2538). *เทคนิคการวิจัยทางการศึกษา. พิมพ์ครั้งที่ 5. กรุงเทพฯ :
สุวีริยาสาริน*
- _____. (2539). *เทคนิคการวัดผลการเรียนรู้. กรุงเทพฯ : ชมรมเด็ก*
- _____. (2542). *การวัดด้านจิตพิสัย. พิมพ์ครั้งแรก. กรุงเทพฯ : สุวีริยาสาริน*
- วลัยรัตน์ ประจักษ์วิกรานต์. (2535). *ผลของการฝึกทักษะการฟังตามแนวของไอวีต่อการเพิ่มความ
ร่วมรู้สึกของนักศึกษาพยาบาล. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. (จิตวิทยา) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.*

- วลัยรัตน์ วรรณโพธิ์. (2545). *ผลการใช้กิจกรรมฝึกความรู้สึกไวที่มีต่อการร่วมรู้สึกของเด็กวัยเริ่มรุ่น*.
ปริญญาานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัย
ศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- วิญญา วิศาลาภรณ์. (2540). *การวิจัยทางการศึกษาหลักการและแนวทางในการปฏิบัติ*. กรุงเทพฯ :
คอมแพคท์พรีนซ์
- วันเพ็ญ เกื้อหนุน. (2531). *ผลของบทบาทสมมติที่มีต่อความเห็นอกเห็นใจผู้ป่วยของนักศึกษา
พยาบาลชั้นปีที่ 2 วิทยาลัยพยาบาลสภากาชาดไทย กรุงเทพมหานคร*. ปริญญาานิพนธ์
กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
ถ่ายเอกสาร.
- วิญญา พูลศรี. (2531). *จิตวิทยาการปรึกษา*. เชียงใหม่ : คณะวิชาครุศาสตร์ วิทยาลัยครูเชียงใหม่
สหวิทยาลัยล้านนา. ถ่ายเอกสาร.
- วิลาสลักษณ์ ชิววัลลี. (2543). *การพัฒนาสติปัญญาทางอารมณ์เพื่อความสำเร็จในการทำงาน,
ใน รวบรวมบทความทางวิชาการ E.Q. บรรณาธิการโดย อัจฉรา สุขารมณ, วิลาสลักษณ์ ชิววัลลี
และอรพินทร์ ชูชม. 65-74,171-175. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์เดสก์ท็อป.*
- _____. (2543). *ความสามารถทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องใน รวบรวมบทความ
ทางวิชาการ E.Q. บรรณาธิการโดย อัจฉรา สุขารมณ, วิลาสลักษณ์ ชิววัลลี และ
อรพินทร์ ชูชม. 63-87. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์เดสก์ท็อป.*
- วีระวัฒน์ ปันนิตมัย. (2542). *เชาวน์อารมณ์(EQ)*. กรุงเทพฯ : เอ็กเปอร์เน็ท จำกัด.
- ศรีเรื่อน แก้วกั้งवाल. (2540). *จิตวิทยาพัฒนาการทุกช่วงวัย เล่ม 2*. พิมพ์ครั้งที่ 7. กรุงเทพฯ :
มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- ศุภวรรณ ศรีประภา. (2548). *การเปรียบเทียบผลของการวางเงื่อนไขกลุ่มกับโปรแกรมการช่วยเหลือ
ตนเองเพื่อลดพฤติกรรมการใช้ความรุนแรงของนักเรียน*. ปริญญาานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการ
แนะแนว) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- เศรษฐกร มงคลจาตุรงค์. (2546). *ผลของการฝึกการแสดงออกที่เหมาะสมเพื่อพัฒนาความเฉลียว
ฉลาดทางอารมณ์ด้านความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียน
สตรีวิทยา 2 กรุงเทพมหานคร*. ปริญญาานิพนธ์ กศ.ม.(จิตวิทยาการแนะแนว) กรุงเทพฯ :
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- สมโภชน์ เขียมสุภาษิต. (2543). *ทฤษฎีและเทคนิคการปรับพฤติกรรม*. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพฯ.
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

- สุรชนี เปี่ยมญาติ. (2535). *การใช้หนังสือบำบัดความก้าวร้าวของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนวัดประจักษ์ศิลปาคม สังกัดกรุงเทพมหานคร*. ปรินิพนธ์ ศศ.ม. (บรรณารักษศาสตร์). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- สุรางค์ โค้วตระกูล. (2541). *จิตวิทยาการศึกษา*. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- เสรี ชัดเข้ม และสุชาติ ทรเพชรปราชญ์. (2546, มีนาคม). โมเดลสมการโครงสร้าง. *วารสารวิจัยและวัดผลการศึกษา*. 1(1) : 1 – 23.
- เสรี ชัดเข้ม. (2547, มีนาคม). การวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน. *วารสารวิจัยและวัดผลการศึกษา*. 2(1) : 15 – 41.
- อภิรัฐ จันทร์เทพ. (2546). *การศึกษาพฤติกรรมปัญหาของนักเรียนวัยรุ่น ระดับมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา ในจังหวัดขอนแก่น*. ปรินิพนธ์ ศศ.ม.(พัฒนาสังคม). ขอนแก่น : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยขอนแก่น. ถ่ายเอกสาร.
- อรอุมา สงวนญาติ. (2544). *การศึกษาความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้างของแบบทดสอบวัดความภาคภูมิใจในตนเองที่มีรูปแบบการตอบและวิธีวิเคราะห์ต่างกัน*. ปรินิพนธ์ ศศ.ม. (การวัดผลการศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- อำพัน จารุทัศน์นางกูร. (2541). *การเปรียบเทียบผลของการฝึกทักษะทางสังคมแบบกลุ่ม และแบบรายบุคคลที่มีต่อการแสดงความเห็นอกเห็นใจผู้ป่วยจิตเวชของพยาบาลเทคนิค โรงพยาบาลสมเด็จพระเจ้าพระยา กรุงเทพมหานคร*. ปรินิพนธ์ ศศ.ม.(จิตวิทยาการแนะแนว) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- Aronfreed, J. (1970). *Altruism and helping behavior*. New York : Academic Press.
- Brunt, Howard J. (1985). An Exploration of the Relationship between Nurses'Empathy and Technology, *Nursing Administration Quarterly*. 9 : 69-76 ; Summer.
- Daniel J., Canary; & Kathryn Dindia. (1998). *Sex Differences and Similarities in Communication : critical essays and empirical investigation*. Retrieved Febuary 20,2007, from <http://books.google.co.th>.
- Davies, Roger; & Houghton Peter. (1995). *Mastering Psychology*. 2nd ed London : Macmillan.
- Egan, Gerard. (1986). *The Skilled Helper : A Systematic Approach to Effective Helping*. 3rd. ed. United States of America : Brooks/Cole Publishing Company.

- Goleman, Daniel. (1998). *Working with Emotional Intelligence*. New York : Bantam
- Jagacinski, C.M., Duda,J.L. (2001). A comparative analysis of contemporary achievement goal orientation measures. *Educational and psychological measurement*, 69(6) : 1013 – 1039 ; December
- Kalish, Beatrice. J. (1973). What is Empathy, *American Journal of Nursing*. 73 : 1548-1552 ; September.
- Liukonen, Jarmo; & Leskinen Esko. (1999). The reliability and validity of score from the children' version of the perception of success questionair. *Educational and Psychological Measurement*, 59(4) : 651-644 New York : Sage Publications
- Ludeman, Ruth S. (June,1968). Empathy : A Component of Therapeutic Nursing, *Nursing Form*. 1 : 275-287.
- O'Hara, Maureen. (April,1997). Relational Empathy : Beyond Modernist Egocentricism to Postmodern Holistic Contextualism, *Empathy Reconsidered New Directions in Psychotherapy*. 299.
- Peter, Lauster. (1978). *The personality test*. London : Pan Books.
- Skoe E.E.A., Cumberland A.; Eisenberg N., Hansen K.; & Perry J. (2002). *The Influences of Sex and Gender-Role Identity on Moral Cognition and Prosocial Personality Traits*. Retrieved Febuary 23,2007, from <http://www.ingentaconnect.com>.
- Stanley, Julian C.; & Hopkins, Kenneth D. (1972). *Educational and psychological measurement and evaluation*. Englewood Cliffs. New Jersey : Prentice Hall, Inc
- Steinberg, L. (1996). *Adolescence*. 4th.ed. Boston : McGraw-Hill Book Co.
- Tucker – Ladd, Clayton E. (2005). *Psychological Self – Help*. Retrieved Febuary 3,2007, from <http://www.psychologicalselfhelp.org>.
- Vandewalle, D. (December,1997). Development and Validation of 'a Work Domain Goal Orientation Instrument'. *Educational and psychological measurement*, 56(6) : 995-1015.
- Warner, Robert S. (August,1992). Relationship of Nurses' Empathy to Patients'Satisfaction with Nursing Care, *Dissertation Abstracts International*. 30 : 718.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก.

1. หนังสือเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญ
2. หนังสือขอความร่วมมือในการพัฒนาคุณภาพเครื่องมือ (try out)
3. หนังสือขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล
4. รายนามผู้เชี่ยวชาญ



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ โทร. 5731

ที่ ศธ 0519.12/4669

วันที่ ๒๗ มิถุนายน 2549

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญ

เรียน คณะบดีคณะศึกษาศาสตร์

เนื่องด้วย นางสาวกรรณิการ์ พันทอง นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำปฏิญานิพนธ์เรื่อง "การศึกษาและพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของนักเรียนวัยรุ่น" โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์นันทา ผู้รักษา และ ผู้ช่วยศาสตราจารย์อ่องอาจ นัยพัฒน์ เป็นคณะกรรมการควบคุมการทำปฏิญานิพนธ์ ในการนี้ บัณฑิตวิทยาลัยขอเรียนเชิญ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ นันทา วงษ์อินทร์ อาจารย์อนุสรณ์ อรรถศิริ และ อาจารย์พาสนา จุลรัตน์ เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจแบบสอบถามวัดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของนักเรียนวัยรุ่น และโปรแกรมการช่วยเหลือตนเอง

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาให้ข้าราชการในสังกัดเป็นผู้เชี่ยวชาญให้ นางสาวกรรณิการ์ พันทอง และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์หญิงสิริ จีระเดชากุล)

คณะบดีบัณฑิตวิทยาลัย

ที่ ศธ 0519.12/ 549 ๒



บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

๙ สิงหาคม 2549

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เพื่อพัฒนาเครื่องมือการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนเทพมงคลรังษี

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสอบถาม และโปรแกรม

เนื่องด้วย นางสาวกรรณิการ์ พันทอง นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง “การศึกษาและพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของนักเรียนวัยรุ่น” โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์นันทา ผู้รักษา และ ผู้ช่วยศาสตราจารย์อองอาจ นัยพัฒน์ เป็นคณะกรรมการควบคุมการทำวิทยานิพนธ์ ในกรณี นิสิตมีความจำเป็นต้องเก็บข้อมูลเพื่อพัฒนาเครื่องมือการวิจัย โดยขอใช้สถานที่เพื่อทดลองใช้โปรแกรมการช่วยเหลือตนเองเพื่อพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2-4 และเป็นกลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถามวัดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น ในระหว่างเดือนสิงหาคม - กันยายน 2549

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาให้ นางสาวกรรณิการ์ พันทอง ได้เก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย ซึ่งจะเป็นประโยชน์ในการพัฒนาคุณภาพการศึกษา และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ เพ็ญศิริ จิระเชษฐกุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 0-2664-1000 ต่อ 5731

หมายเหตุ : ต้องการสอบถามข้อมูลเพิ่มเติม กรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ มือถือ 01-880-3263

ที่ ศช 0519.12/6078



บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

1 กันยายน 2549

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์เพื่อการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนท่าม่วงราษฎร์บำรุง

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสอบถาม และโปรแกรม

เนื่องด้วย นางสาวกรรณิการ์ พันทอง นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง “การศึกษาและพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของนักเรียนวัยรุ่น” โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์นันทา สุรักษา และ ผู้ช่วยศาสตราจารย์อองอาจ นัยพัฒน์ เป็นคณะกรรมการควบคุมการทำวิทยานิพนธ์ ในการนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย โดยขอใช้สถานที่เพื่อใช้โปรแกรมการช่วยเหลือตนเองเพื่อพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2-4 และตอบแบบสอบถามวัดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น ในระหว่างเดือน กันยายน - พฤศจิกายน 2549

จึงเรียนมาเพื่อขอบความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาให้ นางสาวกรรณิการ์ พันทอง ได้เก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ھےยูน ลี จีระเชษฐกุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 0-2664-1000 ต่อ 5731

หมายเหตุ : ต้องการขอความช่วยเหลือเพิ่มเติม กรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ มีอดี 01-880-3263

รายนามผู้เชี่ยวชาญ

1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นันทนา วงษ์อินทร์
ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
2. ดร.พาสณา จุลรัตน์
ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
3. อาจารย์อนุสรณ์ อรรถศิริ
ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ภาคผนวก ข.

1. แบบวัดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของนักเรียนวัยรุ่น
2. โปรแกรมการช่วยเหลือตนเองเพื่อพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

แบบสอบถามวัดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

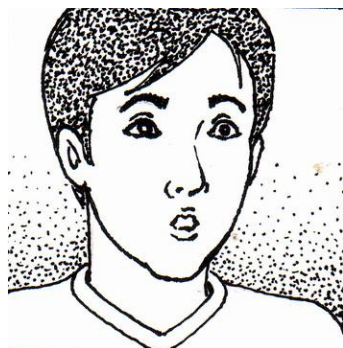
คำชี้แจง

ตอนที่ 1 : ข้อมูลส่วนตัว ให้นักเรียนทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง () หรือตอบคำถามในช่องว่างให้ตรงกับความเป็นจริงของนักเรียนลงในกระดาษคำตอบ

ตอนที่ 2 : แบบสอบถามวัดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นแบ่งออกเป็น 3 ด้านซึ่งเป็นแบบสอบถามการแสดงความรู้สึกและความคิดเห็นของนักเรียนเท่านั้น จำนวนด้านละ 18 ข้อ รวมทั้งสิ้น 54 ข้อ คำตอบไม่มีผิดหรือถูก ไม่มีผลต่อคะแนนวิชาใดๆ การตอบขอให้นักเรียนตอบให้ตรงกับความรู้สึกและความคิดเห็นของนักเรียนที่สุด โดยเขียนเครื่องหมายกากบาท (X) ทับตัวอักษรในกระดาษคำตอบที่ตรงกับคำตอบเพียงหนึ่งตัวเลือก

ด้านที่ 1 : แบบสอบถามด้านนี้จะวัดความสามารถในการมองคนของตัวนักเรียน จากรูปภาพ โดยการศึกษารูปภาพทั้ง 8 ภาพต่อไปนี้อย่างระมัดระวัง

1. ลักษณะใดต่อไปนี้เข้ากับหน้าตาในรูปที่สุด 3. ลักษณะใดต่อไปนี้เข้ากับหน้าตาในรูปที่สุด



- ก. ความปลื้มอย่างมา
ข. ความวิตกกังวล
ค. ความประหลาดใจ

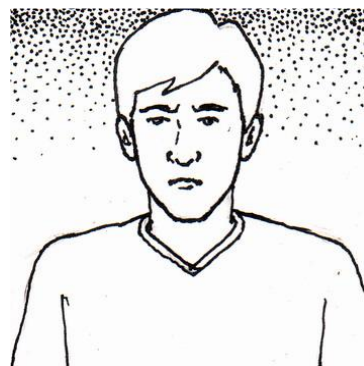


- ก. การดูถูก/ดูหมิ่น
ข. ความโกรธ
ค. ความร่าเริงสนุกสนาน

2. ลักษณะใดต่อไปนี้เข้ากับหน้าตาในรูปที่สุด 4. คุณลักษณะใดเข้ากับบุคคลในภาพนี้



- ก. ความยอมจำนนต่อสถานการณ์
ข. การยอมเชื่อฟัง/ยอมปฏิบัติตาม
ค. ความประหลาดใจ



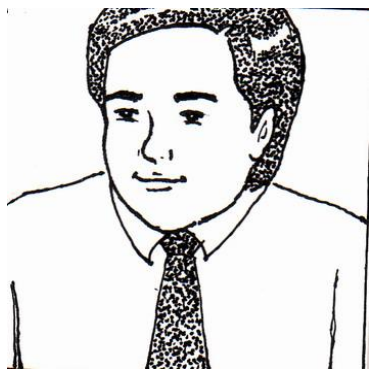
- ก. การไม่แสดงอารมณ์,ความรู้สึก
ข. ความชอบเข้าสังคม,พบปะผู้คน
ค. ความอดทน/อดกลั้น

5. คุณลักษณะใดเข้ากับบุคคลในภาพนี้



- ก. การไม่แสดงอารมณ์, ความรู้สึก
- ข. ความชอบเข้าสังคม, พบปะผู้คน
- ค. ความอดทน/อดกลั้น

6. คุณลักษณะใดเข้ากับบุคคลในภาพนี้



- ก. การไม่แสดงอารมณ์, ความรู้สึก
- ข. ความชอบเข้าสังคม, พบปะผู้คน
- ค. ความอดทน/อดกลั้น

7. คุณลักษณะในข้อใด เข้ากันกับคนที่มี
น้ำเสียงกระด้าง

- ก. ดุหมั่น/ไม่เกรงกลัว
- ข. ไม่ไว้วางใจ
- ค. ไม่ตื่นเต้น, กังวลกับสิ่งต่างๆอย่าง
คนทั่วไปเช่นกัน

8. คุณลักษณะในข้อใด เข้ากับคนที่พูดจา
ไหลลื่น ไพเราะ

- ก. ความเขินอาย
- ข. ความเศร้า
- ค. ความเยือกเย็น/แจ่มใจ

ด้านที่ 2 : แบบสอบถามด้านนี้จะวัดความสามารถในการนำตนเองเข้าไปร่วมใน
สถานการณ์ในสังคม โดยมีสถานการณ์ 11 สถานการณ์ต่อไปนี้

9. คนกลุ่มหนึ่งกำลังเตรียมตัวเข้าไปเจอกับบางสิ่งที่น่ากลัว ในขณะที่พวกเขาต้องนั่งรอ
นักเรียนคิดว่าคนกลุ่มนี้จะมีพฤติกรรมเช่นไร

- ก. พวกเขาต้องการไปนั่งคอยอยู่ห้องข้างๆคนเดียวจนกว่าจะเริ่มเข้าไปเจอกับบางสิ่ง
- ข. พวกเขาต้องการนั่งคอยอยู่กับคนในกลุ่มที่ต้องเข้าไปด้วยกันดีกว่า
- ค. พวกเขาต้องการนั่งคอยกับคนอื่นที่ไม่ใช่คนในกลุ่มนี้จะได้ไม่ตื่นเต้น

10. คนที่ต้องอยู่ภายใต้การปกครองแบบเผด็จการกับภายใต้การปกครองแบบประชาธิปไตย
การปกครองแบบใดจะได้รับการคัดค้านมากกว่า

- ก. การปกครองแบบเผด็จการจะได้รับการคัดค้านมากกว่า
- ข. การปกครองแบบประชาธิปไตยจะได้รับการคัดค้านมากกว่า
- ค. ไม่แน่ใจ

11. ในการศึกษาพฤติกรรมกรรมการเลือกตั้ง นักเรียนคิดว่าคนจะสนใจการหาเสียงของพรรคที่ตนชอบ หรือการหาเสียงพรรคอื่นมากกว่า

- ก. พวกเขาสนใจการหาเสียงของทุกพรรคเท่ากัน
- ข. พวกเขาจ้องสนใจอย่างมากกับการหาเสียงของพรรคอื่น
- ค. พวกเขาสนใจอย่างยิ่งกับการหาเสียงของพรรคที่ตนสนับสนุน

12. หากการพบกันครั้งแรกกับใครคนหนึ่งแล้วนักเรียนเกิดความรู้สึกไม่ชอบคนๆนั้น การพบในครั้งต่อไปจะเป็นอย่างไร

- ก. ความสัมพันธ์จะดีขึ้น
- ข. ไม่เปลี่ยนความสัมพันธ์มากนัก
- ค. ความสัมพันธ์จะแย่ลง

13. การเสนอข้อมูลข่าวสารเรื่องหนึ่งที่เหมือนกันแต่พูดโดยคนต่างกันคือ 1) อาจารย์ใหญ่ 2) สมาชิกคนหนึ่งในชุมชน 3) เด็กที่กระทำผิดกฎหมาย นักเรียนคิดว่าผู้พูดคนไหนสามารถโน้มน้าวความคิดของผู้ฟัง (ประชาชนทั่วไป) ได้ดีที่สุด

- ก. อาจารย์ใหญ่
- ข. สมาชิกคนหนึ่งในชุมชน
- ค. เด็กที่กระทำผิดกฎหมาย

14. ในการทดลอง ให้ผู้ถูกทดลอง 2 กลุ่มถูกสะกดจิต กลุ่มที่ 1 ให้อารมณ์ดีเป็นสุขและ กลุ่มที่ 2 ให้อารมณ์วิตกกังวล แล้วดูรูปภาพที่เกี่ยวข้องกับคนหนุ่มสาวที่กำลังขุดพื้นดินราบลุ่มที่เต็มไปด้วยน้ำ ผู้ถูกทดลองซึ่งอยู่ในภาวะอารมณ์ที่ต่างกัน จะบรรยายภาพนั้นอย่างไร

- ก. กลุ่มมีความสุขจะดูภาพด้วยความร่าเริง นึกถึงชีวิตที่เรียบง่าย ขุดดิน ปลูกพืช แล้วรอให้เจริญเติบโต
- ข. กลุ่มวิตกกังวลจะรู้สึกกระแวงถึงการบาดเจ็บ อุบัติเหตุร้ายแรง
- ค. อารมณ์ไม่มีผลกระทบทต่อการมองดูภาพ

15. ให้คนที่เพิ่งจะเป็นเจ้าของรถยนต์และคนที่เป็นเจ้าของรถยนต์รุ่นเดียวกันมานานหลายปี อ่านนิตยสารรถยนต์ซึ่งเป็นรุ่นของตัวเอง ใครจะสนใจอ่านนิตยสารนี้มากกว่ากัน

- ก. เจ้าของใหม่สนใจอ่านมากกว่าเจ้าของเก่า
- ข. เจ้าของเก่าสนใจอ่านมากกว่าเจ้าของใหม่
- ค. ทั้งเจ้าของเก่าและเจ้าของใหม่ อ่านนิตยสารยี่ห้ออื่นมากกว่ายี่ห้อของตน

16. นักวิจัยคนหนึ่งได้แสดงรูปดอกไม้ให้กลุ่มผู้ถูกทดสอบดู โดยให้รูปดอกกุหลาบ ถูกแสดงซ้ำถึง 20 ครั้ง ส่วนดอกกล้วยไม้ถูกแสดงเพียงแค่ 2 ครั้ง นักเรียนคิดว่าคนดูจะรู้สึกชอบดอกไม้ชนิดใดมากกว่า

- ก. ดอกกล้วยไม้ที่แสดงให้เห็นน้อยครั้ง
- ข. ดอกกุหลาบที่แสดงให้เห็นบ่อยครั้ง
- ค. ไม่แตกต่างกัน

17. กลุ่มคนที่มีความกังวลใจกับกลุ่มคนที่ไม่มีความกังวลใจ จะประเมินระดับความกลัวต่อคนแปลกหน้า กลุ่มคนกลุ่มไหนรู้สึกว่าคุณแปลกหน้า น่ากลัวกว่ากัน

- ก. ไม่มีความแตกต่าง
- ข. กลุ่มที่มีความกังวลใจ รู้สึกกลัวมากกว่า
- ค. กลุ่มที่ไม่มีความกังวลใจ รู้สึกกลัวมากกว่า

18. ในการส่งแบบสอบถามให้ผู้ชมภาพยนตร์แนวต่อสู้ตอบทั้งก่อนและหลังชมภาพยนตร์ เพื่อวัดระดับความก้าวร้าว นักเรียนคิดว่าคำตอบช่วงใดที่แสดงความก้าวร้าวในระดับสูง

- ก. คำตอบก่อนชมภาพยนตร์มีความก้าวร้าวในระดับสูง
- ข. คำตอบหลังชมภาพยนตร์มีความก้าวร้าวในระดับสูง
- ค. ไม่แน่ใจ

19. ขอให้คน 3 กลุ่ม ได้แก่ เด็กประถม มัธยม และผู้ใหญ่ แสดงความเห็นเพื่อความต้องการ และ 4 อาทิตย์ต่อมา กลุ่มจะถูกถามอีกครั้ง แต่ครั้งนี้ได้รับการบอกว่าเป็น "ความเห็นส่วนใหญ่ของกลุ่มอื่นๆไม่เหมือนของคุณ" คำบอกกล่าวนี้มีผลอย่างไร

- ก. เด็กประถมเปลี่ยนใจมากที่สุด เด็กมัธยมปานกลาง ผู้ใหญ่น้อยที่สุด
- ข. ผู้ใหญ่เปลี่ยนใจมากที่สุด เด็กมัธยมปานกลาง เด็กประถมน้อยที่สุด
- ค. ไม่มีความแตกต่างระหว่างกลุ่ม

ด้านที่ 3 : แบบสอบถามด้านนี้จะวัดความรู้สึก และความคิดเห็นของนักเรียนจากสถานการณ์เหตุการณ์ต่างๆากรูปภาพโดยการศึกษารูปภาพทั้ง 18 ภาพต่อไปนี้

20. นักธุรกิจกลุ่มนี้กำลังถกเถียง พูดคุยอะไรกันอยู่



- ก. วันหยุดพักผ่อน
- ข. การเลิกจ้างเพื่อนร่วมงานคนหนึ่ง
- ค. ของขวัญสำหรับเพื่อนร่วมงานที่ทำงานกับบริษัทมานานแล้ว

21. เขาโทรไปหาใคร



- ก. โทรหาตำรวจ เพราะรถมาชนเขา
- ข. โทรไปโรงพยาบาล เพื่อถามข่าวคราวเพื่อนที่เข้าไปผ่าตัดเมื่อวานนี้
- ค. โทรไปหาตำรวจแทนเพื่อน

22. เด็กผู้ชายจะมีพฤติกรรมอย่างไร



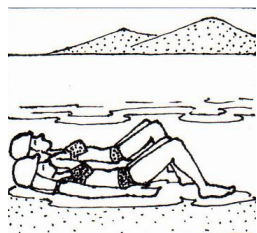
- ก. แม้ว่าตนจะเก่ง แต่ยอมให้เด็กหญิงเป็นฝ่ายชนะ
- ข. พยายามเอาชนะให้ได้
- ค. กลัวว่าจะแพ้ จึงเลิกเล่น

23. เด็กหญิงคนนี้กำลังคิดอะไร



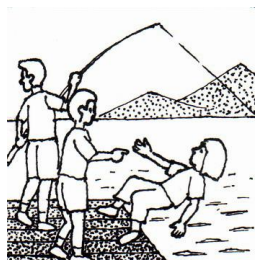
- ก. ฉันยินดีทำอาหารมื้อพิเศษให้เขา แม้ว่าจะต้องเหน็ดเหนื่อย
- ข. ฉันทำอาหารที่เขาชอบ เพื่อให้เขาพอใจ จะได้ซื้อชุดใหม่ให้ฉัน
- ค. หากเขาบ่นเรื่องอาหารอีก ฉันจะว่าเขา

24. ผู้หญิงที่อยู่ข้างหน้า ครุ่นคิดอะไรอยู่



- ก. ฉันอยากจะมีผิวสีแทนเหมือนเธอ
- ข. ช่างสบายเหลือเกิน ที่ได้นอนเอกเขนกบนชายหาด
- ค. ฉันดีใจที่เธอรู้สึกผ่อนคลายเหมือนฉัน

25. พวกเขาเด็กผู้ชายจะทำอย่างไร



- ก. หัวเราะเยาะเด็กผู้หญิง
- ข. รีบช่วยเด็กผู้หญิงขึ้นจากน้ำ
- ค. พวกเขากำลังคิดว่า "ดินะที่ไม่เป็นฉัน"

26. คนทั้งสี่ กำลังฉลองอะไรกันอยู่



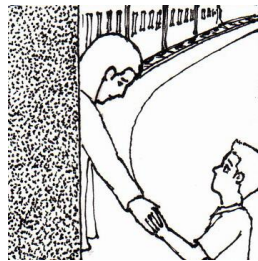
- ก. ความสำเร็จในการเจรจาด้านธุรกิจ
- ข. คู่แข่งขาดทุนย่อยยับ
- ค. ความสำเร็จในการเพิ่มกองทุนเพื่อการบริจาค

27. เด็กผู้หญิงกำลังทำอะไร



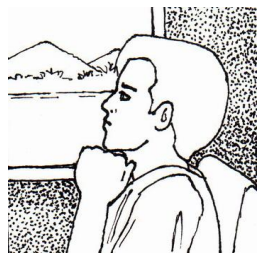
- ก. ทำของขวัญสำหรับคริสต์มาส
- ข. เธอกำลังทำงานอดิเรก
- ค. ทำของเล่นเอาไว้เพื่อขาย

28. หญิงสาวบนรถไฟจะคิดอย่างไร ขณะกล่าวคำอำลา



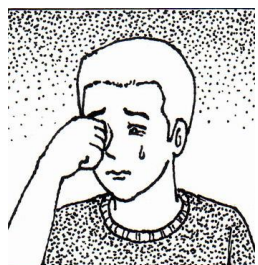
- ก. เสียใจจริงๆที่ไม่มีใครอยู่กับเธอ แต่พวกเขาจะมาเยี่ยมเร็วๆนี้นะ
- ข. ดีใจจัง ไม่ต้องมาอีกนาน
- ค. เธอช่างดีเหลือเกินที่ช่วยให้เราได้พักผ่อนสุดสัปดาห์ด้วยความเต็มใจ

29. ผู้ชายคนนี้เฝ้าคิดถึงสิ่งเรื่องอะไร



- ก. การเมือง
- ข. จะซื้อรถถูกๆได้อย่างไร
- ค. จะทำอะไรดีเพื่อเอาใจแฟน

30. ทำไมเด็กชายจึงร้องไห้



- ก. เขาล้มลงบนถนนแล้วบาดเจ็บ
- ข. เสียใจที่แม่ป่วยและต้องทนทุกข์กับความเจ็บปวด
- ค. อยากได้รถที่ร้านของเล่นตั้งโชว์ แต่แม่ไม่ซื้อให้



กระดาษคำตอบแบบสอบถามวัดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

ตอนที่ 1 ข้อมูลส่วนตัว

1. ชื่อ - นามสกุล (ตช. / ดญ. / นาย / นางสาว)
2. เพศ () ชาย () หญิง
3. อายุ ปี เดือน
4. ระดับชั้น () ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2/....
 () ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3/....
 () ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4/....

ตอนที่ 2 วัดความเห็นอกเห็นใจ

| ข้อ | คำตอบ | ข้อ | คำตอบ | ข้อ | คำตอบ |
|-----|----------|-----|----------|-----|----------|
| 1 | ก. ข. ค. | 19 | ก. ข. ค. | 37 | ก. ข. ค. |
| 2 | ก. ข. ค. | 20 | ก. ข. ค. | 38 | ก. ข. ค. |
| 3 | ก. ข. ค. | 21 | ก. ข. ค. | 39 | ก. ข. ค. |
| 4 | ก. ข. ค. | 22 | ก. ข. ค. | 40 | ก. ข. ค. |
| 5 | ก. ข. ค. | 23 | ก. ข. ค. | 41 | ก. ข. ค. |
| 6 | ก. ข. ค. | 24 | ก. ข. ค. | 42 | ก. ข. ค. |
| 7 | ก. ข. ค. | 25 | ก. ข. ค. | 43 | ก. ข. ค. |
| 8 | ก. ข. ค. | 26 | ก. ข. ค. | 44 | ก. ข. ค. |
| 9 | ก. ข. ค. | 27 | ก. ข. ค. | 45 | ก. ข. ค. |
| 10 | ก. ข. ค. | 28 | ก. ข. ค. | 46 | ก. ข. ค. |
| 11 | ก. ข. ค. | 29 | ก. ข. ค. | 47 | ก. ข. ค. |
| 12 | ก. ข. ค. | 30 | ก. ข. ค. | 48 | ก. ข. ค. |
| 13 | ก. ข. ค. | 31 | ก. ข. ค. | 49 | ก. ข. ค. |
| 14 | ก. ข. ค. | 32 | ก. ข. ค. | 50 | ก. ข. ค. |
| 15 | ก. ข. ค. | 33 | ก. ข. ค. | 51 | ก. ข. ค. |
| 16 | ก. ข. ค. | 34 | ก. ข. ค. | 52 | ก. ข. ค. |
| 17 | ก. ข. ค. | 35 | ก. ข. ค. | 53 | ก. ข. ค. |
| 18 | ก. ข. ค. | 36 | ก. ข. ค. | 54 | ก. ข. ค. |

การประเมินผลแบบสอบถาม

ด้านที่ 1 ด้านความสามารถในการอ่านอารมณ์และคาดเดาความรู้สึกของผู้อื่นจากการสังเกต
ภาษากายทั้งแววตา ท่าทาง และน้ำเสียง

ตรวจคำตอบจากตาราง โดยให้คะแนนตามคำตอบในแต่ละข้อ แล้วรวมคะแนน

| คำถามที่ | ก | ข | ค | คำถามที่ | ก | ข | ค |
|----------|---|---|---|----------|---|---|---|
| 2 | 1 | 0 | 2 | 10 | 2 | 0 | 1 |
| 3 | 1 | 2 | 0 | 11 | 1 | 2 | 0 |
| 5 | 2 | 1 | 0 | 16 | 2 | 1 | 0 |
| 9 | 1 | 0 | 2 | 17 | 1 | 0 | 2 |

ด้านที่ 2 ด้านความสามารถในการเข้าใจผู้อื่นตามสถานการณ์ในสังคม

ตรวจคำตอบจากตาราง โดยให้คะแนนตามคำตอบในแต่ละข้อ แล้วรวมคะแนน

| คำถามที่ | ก | ข | ค | คำถามที่ | ก | ข | ค |
|----------|---|---|---|----------|---|---|---|
| 19 | 0 | 2 | 1 | 27 | 2 | 0 | 1 |
| 20 | 2 | 1 | 0 | 29 | 0 | 2 | 1 |
| 21 | 1 | 0 | 2 | 33 | 1 | 2 | 0 |
| 22 | 0 | 2 | 1 | 34 | 0 | 2 | 1 |
| 24 | 2 | 1 | 0 | 35 | 2 | 0 | 1 |
| 26 | 2 | 0 | 1 | | | | |

ด้านที่ 3 ด้านการเอื้อเฟื้อ ช่วยเหลือผู้อื่น

ตรวจคำตอบจากตาราง โดยให้คะแนนตามคำตอบในแต่ละข้อ แล้วรวมคะแนน

| คำถามที่ | ก | ข | ค | คำถามที่ | ก | ข | ค |
|----------|---|---|---|----------|---|---|---|
| 38 | 1 | 0 | 2 | 46 | 1 | 0 | 2 |
| 39 | 0 | 2 | 1 | 49 | 2 | 1 | 0 |
| 40 | 2 | 0 | 1 | 50 | 2 | 0 | 1 |
| 42 | 2 | 0 | 1 | 51 | 1 | 0 | 2 |
| 43 | 0 | 1 | 2 | 53 | 1 | 2 | 0 |
| 45 | 0 | 2 | 1 | | | | |

โปรแกรมการช่วยเหลือตนเอง
เพื่อพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของนักเรียนวัยรุ่น

| ครั้งที่ | เรื่อง | วัตถุประสงค์ | วิธีดำเนินการ | อุปกรณ์ |
|----------|----------|---|--|--|
| 1. | ปฐมนิเทศ | <p>1. เพื่อสร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้วิจัยกับนักเรียน</p> <p>2. เพื่อให้นักเรียนรู้จักและคุ้นเคยกัน</p> <p>3. เพื่อให้นักเรียนเข้าใจและยอมรับความรู้สึก ความคิด อารมณ์ผู้อื่น</p> <p>4. เพื่อให้นักเรียนทราบวัตถุประสงค์ บทบาทหน้าที่ของนักเรียน วิธีการ ระยะเวลา จำนวนครั้ง สถานที่ และประโยชน์ที่จะได้รับจากการใช้โปรแกรมการช่วยเหลือตนเอง</p> | <p>1. ผู้วิจัยกล่าวแนะนำตนเองและกล่าวทักทายนักเรียน จากนั้นให้นักเรียนแต่ละคนแนะนำตนเอง</p> <p>2. ผู้วิจัยให้นักเรียนเข้าร่วมกิจกรรม “เพราะเราคู่กัน” โดยให้นักเรียนทุกคนจับฉลากที่ผู้วิจัยเตรียมมา หลังจากที่เปิดดูฉลากแล้วให้นักเรียนนั่งเป็นคู่กันตามสีของ เครื่องใช้ที่จำเป็นต้องใช้คู่กันที่นักเรียนจับฉลากได้ เช่น นักเรียนที่จับฉลากได้ “ช้อน” ต้องคู่กับนักเรียนที่จับฉลากได้ “ช้อม” เป็นต้น</p> <p>3. ผู้วิจัยให้นักเรียนสัมภาษณ์ของตนเองในหัวข้อ ได้แก่ ชื่อ-นามสกุล ชื่อเล่น สิ่งที่ชอบ สิ่งที่ไม่ชอบ เรื่องที่ทำให้เสียใจที่สุด เรื่องที่ทำให้ดีใจที่สุด เรื่องที่ทำให้โกรธ และเรื่องที่ทำให้กลัว โดยให้นักเรียนพยายามจำข้อมูลของเพื่อนให้มากที่สุด</p> <p>4. ผู้วิจัยให้นักเรียนแต่ละคู่ออกมาแนะนำโดยให้ผลัดกันแนะนำคู่ของตน</p> <p>5. ผู้วิจัยอธิบายให้นักเรียนทราบถึงวัตถุประสงค์ บทบาทหน้าที่ของนักเรียน วิธีการ ระยะเวลา จำนวนครั้ง สถานที่ และประโยชน์ที่จะได้รับจากการใช้โปรแกรมการช่วยเหลือตนเอง</p> <p>6. ผู้วิจัยให้นักเรียนทบทวนข้อตกลง</p> | <p>1. แบบ สัมภาษณ์ เท้ากับจำนวนนักเรียน</p> <p>2. ฉลาก “เพราะเราคู่กัน” เท้ากับจำนวนนักเรียน</p> |

| ครั้งที่ | เรื่อง | วัตถุประสงค์ | วิธีดำเนินการ | อุปกรณ์ |
|----------|---|---|---|---|
| | | | <p>7. ผู้วิจัยเปิดโอกาสให้นักเรียนซักถามข้อสงสัยเกี่ยวกับรายละเอียดต่างๆที่ได้ชี้แจงไป</p> <p>8. ผู้วิจัยตอบคำถามให้แก่นักเรียนและสรุปเพิ่มเติม</p> <p>9. ผู้วิจัยนัดหมายวัน เวลา และสถานที่ในการเข้ากลุ่มในครั้งต่อไป</p> | |
| 2. | <p>รู้จักกับ ความเห็นอก เห็นใจผู้อื่น : ความเห็นอก เห็นใจผู้อื่น สำคัญอย่างไร</p> | <p>1. เพื่อให้นักเรียนได้ทราบถึงความหมายของความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น</p> <p>2. เพื่อให้นักเรียนได้ทราบถึงสำคัญของการเห็นอกเห็นใจผู้อื่น</p> | <p>1. ผู้วิจัยกล่าวทักทายนักเรียน</p> <p>2. ผู้วิจัยให้นักเรียนทบทวนถึงวัตถุประสงค์ของการเข้ากลุ่ม และบทบาท รวมทั้งสรุปถึงการพบกันครั้งที่ผ่านมา</p> <p>3. ผู้วิจัยแจกคู่มือ “วัยรุ่นกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น” จุดประสงค์เรื่อง การเห็นอกเห็นใจผู้อื่นสำคัญอย่างไร</p> <p>4. ผู้วิจัยให้นักเรียนอ่านคู่มือ “วัยรุ่นกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น” จุดประสงค์เรื่อง การเห็นอกเห็นใจผู้อื่นสำคัญอย่างไร และอภิปรายร่วมกัน</p> <p>5. ผู้วิจัยให้นักเรียนนำคู่มือ “วัยรุ่นกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น” จุดประสงค์เรื่อง การเห็นอกเห็นใจผู้อื่นสำคัญอย่างไร กลับไปอ่านที่บ้าน</p> <p>6. ผู้วิจัยนัดหมายวัน เวลา และสถานที่ในการเข้ากลุ่มในครั้งต่อไป</p> | <p>คู่มือ “วัยรุ่นกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น” จุดประสงค์เรื่อง การเห็นอกเห็นใจผู้อื่นสำคัญอย่างไร</p> |
| 3. | <p>การพัฒนา ความเห็นอก เห็นใจผู้อื่น</p> | <p>1. เพื่อให้นักเรียนเข้าใจขอบเขตของการอ่านอารมณ์ และคาดเดาความรู้สึกของ</p> | <p>1. ผู้วิจัยกล่าวทักทายนักเรียน</p> <p>2. ผู้วิจัยให้นักเรียนทบทวนถึงการเข้ากลุ่มในครั้งที่แล้ว</p> | <p>1. คู่มือ “วัยรุ่นกับความเห็นอก</p> |

| ครั้งที่ | เรื่อง | วัตถุประสงค์ | วิธีดำเนินการ | อุปกรณ์ |
|----------|---|--|---|---|
| | ด้านความสามารถในการอ่าน อารมณ์และ คาดเดา ความรู้สึกของผู้อื่น : ทักษะ การมองคน | ผู้อื่น 2. เพื่อให้นักเรียนมีทักษะในการมองคน 3. เพื่อให้นักเรียนฝึกนำไป ประยุกต์ใช้ กับ ตน เอง ก่อให้เกิดการอยู่ร่วมกับผู้อื่น ในสังคมได้อย่างปกติสุข | 3. ผู้วิจัยแจกคู่มือ “วัยรุ่นกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น” จุดประสงค์เรื่อง ทักษะ การมองคน 4. ผู้วิจัยให้นักเรียนอ่านคู่มือ “วัยรุ่นกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น” จุดประสงค์เรื่อง ทักษะการมองคน และอภิปรายร่วมกัน 5. ผู้วิจัยให้นักเรียนนำคู่มือ “วัยรุ่นกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น” จุดประสงค์เรื่อง ทักษะการมองคนกลับไปอ่านและปฏิบัติตามคู่มือที่บ้านแล้วแจกแบบรายงานผลการฝึก เพื่อให้นักเรียนไปบันทึกเมื่อนักเรียนได้ไปปฏิบัติที่บ้าน 6. ผู้วิจัยนัดหมายวัน เวลา และ สถานที่ในการเข้ากลุ่มในครั้งต่อไป | เห็นใจผู้อื่น” จุดประสงค์เรื่อง ทักษะ การมองคน 2. แบบ รายงาน ผล การฝึก |
| 4. | การพัฒนา ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น ด้านความสามารถในการอ่าน อารมณ์และ คาดเดา ความรู้สึกของผู้อื่น : การอ่านอารมณ์และความรู้สึก | 1. เพื่อให้นักเรียนรู้จักสังเกต ภาษาท่าทางที่แสดงถึง ความรู้สึกนึกคิดและอารมณ์ 2. เพื่อให้นักเรียนฝึกการ คาดเดาความรู้สึกที่แสดงออกทางสีหน้า แววตา และท่าทางของบุคคลอื่น 3. เพื่อให้นักเรียนเข้าใจ ภาษาท่าทางที่ใช้ในการ สื่อสารกับบุคคลอื่น | 1. ผู้วิจัยกล่าวทักทายนักเรียน 2. ผู้วิจัยให้นักเรียนทบทวนถึงการเข้ากลุ่มในครั้งที่แล้ว และให้นักเรียนนำแบบรายงานผลการฝึกมาส่ง 3. ผู้วิจัยให้นักเรียนแต่ละคนอภิปรายว่าตนมีการเปลี่ยนแปลงไปในทิศทางที่พึงประสงค์หรือไม่ มากน้อยเพียงใด 4. ผู้วิจัยแจกคู่มือ “วัยรุ่นกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น” จุดประสงค์เรื่อง การอ่านอารมณ์และความรู้สึก 5. ผู้วิจัยให้นักเรียนอ่านคู่มือ “วัยรุ่นกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น” จุดประสงค์เรื่อง การอ่านอารมณ์และความรู้สึก และ อภิปรายร่วมกัน | 1. คู่มือ “วัย รุ่น กับ ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น” จุด ประสงค์ เรื่อง การอ่าน อารมณ์และ ความรู้สึก 2. แบบ รายงาน ผล การฝึก |

| ครั้งที่ | เรื่อง | วัตถุประสงค์ | วิธีดำเนินการ | อุปกรณ์ |
|----------|--|---|---|---|
| | | | <p>6. ผู้วิจัยพูดคุยซักถามข้อสงสัยและอธิบายเพิ่มเติมก่อนนักเรียนนำไปปฏิบัติ</p> <p>7. ผู้วิจัยให้นักเรียนนำคู่มือ “วัยรุ่นกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น” จุดประสงค์เรื่อง การอ่านอารมณ์และความรู้สึกกลับไปอ่านและปฏิบัติตามคู่มือที่บ้านแล้วแจกแบบรายงานผลการฝึก เพื่อให้นักเรียนไปบันทึกเมื่อนักเรียนได้ไปปฏิบัติที่บ้าน</p> <p>8. ผู้วิจัยนัดหมายวัน เวลา และสถานที่ในการเข้ากลุ่มในครั้งต่อไป</p> | |
| 5. | <p>การพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นด้านความสามารถในการอ่านอารมณ์และคาดเดาความรู้สึกของผู้อื่น : รุ่นะ ! คิดอะไรอยู่</p> | <p>1. เพื่อให้นักเรียนรู้จักสังเกตน้ำเสียงที่แสดงถึงความรู้สึกนึกคิดและอารมณ์</p> <p>2. เพื่อให้นักเรียนฝึกการคาดเดาความรู้สึกที่แสดงออกทางน้ำเสียงของบุคคลอื่น</p> <p>3. เพื่อให้นักเรียนมีทักษะในการฟัง</p> | <p>1. ผู้วิจัยกล่าวทักทายนักเรียน</p> <p>2. ผู้วิจัยให้นักเรียนทบทวนถึงการเข้ากลุ่มในครั้งที่แล้ว และให้นักเรียนนำแบบรายงานผลการฝึกมาส่ง</p> <p>3. ผู้วิจัยให้นักเรียนแต่ละคนอภิปรายว่าตนมีการเปลี่ยนแปลงไปในทิศทางที่พึงประสงค์หรือไม่ มากน้อยเพียงใด</p> <p>4. ผู้วิจัยแจกคู่มือ “วัยรุ่นกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น” จุดประสงค์เรื่อง เมื่อคุณเป็นผู้ฟัง และอภิปรายร่วมกัน</p> <p>5. ผู้วิจัยให้นักเรียนอ่านคู่มือ “วัยรุ่นกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น” จุดประสงค์เรื่อง เมื่อคุณเป็นผู้ฟัง และอภิปรายร่วมกัน</p> <p>6. ผู้วิจัยพูดคุยซักถามข้อสงสัยและอธิบายเพิ่มเติมก่อนนักเรียนนำไปปฏิบัติ</p> <p>7. ผู้วิจัยให้นักเรียนนำคู่มือ “วัยรุ่นกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น” จุดประสงค์</p> | <p>1. คู่มือ</p> <p>“วัยรุ่นกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น” จุดประสงค์เรื่อง เมื่อคุณเป็นผู้ฟัง</p> <p>2. แบบรายงานผลการฝึก</p> |

| ครั้งที่ | เรื่อง | วัตถุประสงค์ | วิธีดำเนินการ | อุปกรณ์ |
|----------|---|---|---|--|
| | | | <p>เรื่อง เมื่อคุณเป็นผู้ฟังกลับไปอ่านและปฏิบัติตามคู่มือที่บ้านแล้วแจกแบบรายงานผลการฝึกเพื่อให้นักเรียนไปบันทึกเมื่อนักเรียนได้ไปปฏิบัติที่บ้าน</p> <p>8. ผู้วิจัยนัดหมายวัน เวลา และสถานที่ในการเข้ากลุ่มในครั้งต่อไป</p> | |
| 6. | <p>พัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นด้านความสามารถในการเข้าใจเห็นใจผู้อื่น : เราเข้าใจ เห็นใจผู้อื่นแค่ไหน</p> | <p>1. เพื่อให้นักเรียนเข้าใจขอบเขตของการเข้าใจ เห็นใจผู้อื่นในสถานการณ์ต่างๆ</p> <p>2. เพื่อให้นักเรียนฝึกนำไปประยุกต์ใช้กับตนเองก่อให้เกิดการเข้าใจ เห็นใจผู้อื่นในสถานการณ์ต่างๆได้</p> | <p>1. ผู้วิจัยกล่าวทักทายนักเรียน</p> <p>2. ผู้วิจัยให้นักเรียนทบทวนถึงการเข้ากลุ่มในครั้งที่แล้ว และให้นักเรียนนำแบบรายงานผลการฝึกมาส่ง</p> <p>3. ผู้วิจัยให้นักเรียนแต่ละคนอภิปรายว่าตนมีการเปลี่ยนแปลงไปในทิศทางที่พึงประสงค์หรือไม่ มากน้อยเพียงใด</p> <p>4. ผู้วิจัยแจกคู่มือ “วัยรุ่นกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น” จุดประสงค์เรื่อง การเปิดใจ</p> <p>5. ผู้วิจัยให้นักเรียนอ่านคู่มือ “วัยรุ่นกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น” จุดประสงค์เรื่อง การเปิดใจ และอภิปรายร่วมกัน</p> <p>6. ผู้วิจัยพูดคุยซักถามข้อสงสัยและอธิบายเพิ่มเติมก่อนนักเรียนนำไปปฏิบัติ</p> <p>7. ผู้วิจัยให้นักเรียนนำคู่มือ “วัยรุ่นกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น” จุดประสงค์เรื่อง การเปิดใจ กลับไปอ่านและปฏิบัติตามคู่มือที่บ้านแล้วแจกแบบรายงานผลการฝึกเพื่อให้นักเรียนไปบันทึกเมื่อนักเรียนได้ไปปฏิบัติที่บ้าน</p> <p>8. ผู้วิจัยนัดหมายวัน เวลา และสถานที่ในการเข้ากลุ่มในครั้งต่อไป</p> | <p>1. คู่มือ “วัย รุ่น กับ ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น” จุดประสงค์เรื่อง การเปิดใจ</p> <p>2. แบบรายงานผลการฝึก</p> |

| ครั้งที่ | เรื่อง | วัตถุประสงค์ | วิธีดำเนินการ | อุปกรณ์ |
|----------|---|--|--|--|
| 7 | การพัฒนา ความเห็นอก เห็นใจผู้อื่น ด้านความ สามารถใน การเข้าใจ เห็นใจผู้อื่น : การเข้าใจ ผู้อื่นกับการ ผ่อนคลาย กล้ามเนื้อ | <p>1. เพื่อให้นักเรียนสามารถฝึกเทคนิคผ่อนคลายกล้ามเนื้อและอวัยวะส่วนต่างๆของร่างกาย</p> <p>2. เพื่อให้นักเรียนสามารถระบุอารมณ์ต่างๆได้อย่างถูกต้องจากการสังเกตการแสดงออกทางใบหน้าและท่าทางของผู้อื่น</p> <p>3. เพื่อให้นักเรียนสามารถแสดงออกถึงการเข้าใจผู้อื่นได้อย่างเหมาะสม</p> | <p>1. ผู้วิจัยกล่าวทักทายนักเรียน</p> <p>2. ผู้วิจัยให้นักเรียนทบทวนถึงการเข้ากลุ่มในครั้งที่แล้ว และให้นักเรียนนำแบบรายงานผลการฝึกมาส่ง</p> <p>3. ผู้วิจัยให้นักเรียนแต่ละคนอภิปรายว่าตนมีการเปลี่ยนแปลงไปในทิศทางที่พึงประสงค์หรือไม่ มากน้อยเพียงใด</p> <p>4. ผู้วิจัยแจกคู่มือ “วัยรุ่นกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น” จุดประสงค์เรื่อง การผ่อนคลายกล้ามเนื้อ</p> <p>5. ผู้วิจัยให้นักเรียนอ่านคู่มือ “วัยรุ่นกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น” จุดประสงค์เรื่อง การผ่อนคลายกล้ามเนื้อ และอภิปรายร่วมกัน</p> <p>6. ผู้วิจัยให้นักเรียนฝึกการผ่อนคลายกล้ามเนื้อด้วยตนเองพร้อมกันทั้งห้องตามคู่มือที่ผู้วิจัยแจกให้อ่าน</p> <p>7. ผู้วิจัยพูดคุยซักถามข้อสงสัยและอธิบายเพิ่มเติมก่อนนักเรียนนำไปปฏิบัติ</p> <p>8. ผู้วิจัยให้นักเรียนนำคู่มือ “วัยรุ่นกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น” จุดประสงค์เรื่อง การผ่อนคลายกล้ามเนื้อ กลับไปอ่านและปฏิบัติตามคู่มือที่บ้าน แล้วแจกแบบรายงานผลการฝึก เพื่อให้นักเรียนไปบันทึกเมื่อนักเรียนได้ไปปฏิบัติที่บ้าน</p> <p>9. ผู้วิจัยนัดหมายวัน เวลา และสถานที่ในการเข้ากลุ่มในครั้งต่อไป</p> | จุดประสงค์เรื่อง การผ่อนคลายกล้ามเนื้อ 2. แบบรายงานผลการฝึก |
| | | | | |

| ครั้งที่ | เรื่อง | วัตถุประสงค์ | วิธีดำเนินการ | อุปกรณ์ |
|----------|--|--|--|---|
| 8. | การพัฒนา ความเห็นอก เห็นใจผู้อื่น ด้านความ สามารถใน การเข้าใจ เห็นใจผู้อื่นให้ สอดคล้องกับ สถานการณ์ : ขอให้เห็นใจ กัน | 1. เพื่อให้นักเรียนสามารถ เข้าใจ เห็นใจ ผู้อื่น ให้ สอดคล้องกับสถานการณ์ได้ 2. เพื่อให้นักเรียนฝึก วิเคราะห์สถานการณ์ได้อย่าง ถูกต้อง | 1. ผู้วิจัยกล่าวทักทายนักเรียน 2. ผู้วิจัยให้นักเรียนทบทวนถึงการเข้า กลุ่มในครั้งที่แล้ว และให้นักเรียนนำ แบบรายงานผลการฝึกมาส่ง 3. ผู้วิจัยให้นักเรียนแต่ละคนอภิปราย ว่าตนมีการเปลี่ยนแปลงไปในทิศทางที่ พึงประสงค์หรือไม่ มากน้อยเพียงใด 4. ผู้วิจัยแจกคู่มือ “วัยรุ่นกับความเห็น อกเห็นใจผู้อื่น” จุดประสงค์เรื่อง ขอให้ เห็นใจกัน 5. ผู้วิจัยให้นักเรียนอ่านคู่มือ “วัยรุ่น กับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น” จุดประสงค์ เรื่อง ขอให้เห็นใจกัน และอภิปราย ร่วมกัน 6. ผู้วิจัยพูดคุยซักถามข้อสงสัยและ อธิบายเพิ่มเติมก่อนนักเรียนนำไปปฏิบัติ 7. ผู้วิจัยให้นักเรียนนำคู่มือ “วัยรุ่นกับ ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น” จุดประสงค์ เรื่อง ขอให้เห็นใจกัน กลับไปอ่านและ ปฏิบัติตามคู่มือที่บ้านแล้วแจกแบบ รายงานผลการฝึก เพื่อให้นักเรียนไป บันทึกเมื่อนักเรียนได้ไปปฏิบัติที่บ้าน 8. ผู้วิจัยนัดหมายวัน เวลา และ สถานที่ในการเข้ากลุ่มในครั้งต่อไป | 1. คู่มือ “วัยรุ่นกับ ความเห็นอก เห็นใจผู้อื่น” จุดประสงค์ เรื่อง ขอให้ เห็นใจกัน 2. แบบ รายงานผล การฝึก |
| 9. | การพัฒนา ความเห็นอก เห็นใจผู้อื่น ด้านการ เอื้อเพื่อ | 1. เพื่อให้นักเรียนเข้าใจ ขอบเขตของการเอื้อเพื่อ ช่วยเหลือผู้อื่น 2. เพื่อให้นักเรียนรู้จัก เอื้อเพื่อ ช่วยเหลือ ปฏิบัติตน | 1. ผู้วิจัยกล่าวทักทายนักเรียน 2. ผู้วิจัยให้นักเรียนทบทวนถึงการเข้า กลุ่มในครั้งที่แล้ว และให้นักเรียนนำแบบ รายงานผลการฝึกมาส่ง 3. ผู้วิจัยให้นักเรียนแต่ละคนอภิปราย | 1. คู่มือ “วัยรุ่นกับ ความเห็นอก เห็นใจผู้อื่น” จุดประสงค์ |

| ครั้งที่ | เรื่อง | วัตถุประสงค์ | วิธีดำเนินการ | อุปกรณ์ |
|----------|--|---|---|---|
| | <p>ช่วยเหลือผู้อื่น :</p> <p>เอาชนะความเห็นแก่ตัว</p> | <p>ให้เป็นประโยชน์ต่อสังคม</p> <p>3. เพื่อให้นักเรียนฝึกนำไปประยุกต์ใช้กับตนเองก่อให้เกิดความต้องการที่จะเอื้อเพื่อช่วยเหลือผู้อื่น</p> | <p>ว่าตนมีการเปลี่ยนแปลงไปในทิศทางที่พึงประสงค์หรือไม่ มากน้อยเพียงใด</p> <p>4. ผู้วิจัยแจกคู่มือ “วัยรุ่นกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น” จุดประสงค์เรื่อง เอาชนะความเห็นแก่ตัว</p> <p>5. ผู้วิจัยให้นักเรียนอ่านคู่มือ “วัยรุ่นกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น” จุดประสงค์เรื่อง เอาชนะความเห็นแก่ตัว และอภิปรายร่วมกัน</p> <p>6. ผู้วิจัยพูดคุยซักถามข้อสงสัยและอธิบายเพิ่มเติมก่อนนักเรียนนำไปปฏิบัติ</p> <p>7. ผู้วิจัยให้นักเรียนนำคู่มือ “วัยรุ่นกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น” จุดประสงค์เรื่อง เอาชนะความเห็นแก่ตัว กลับไปอ่านและปฏิบัติตามคู่มือที่บ้าน แล้วแจกแบบรายงานผลการฝึก เพื่อให้นักเรียนไปบันทึกเมื่อนักเรียนได้ไปปฏิบัติที่บ้าน</p> <p>8. ผู้วิจัยนัดหมายวัน เวลา และสถานที่ในการเข้ากลุ่มในครั้งต่อไป</p> | <p>เรื่อง เอาชนะความเห็นแก่ตัว</p> <p>2. แบบรายงานผลการฝึก</p> |
| 10. | <p>การพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น</p> <p>ด้านการเอื้อเพื่อช่วยเหลือผู้อื่น :</p> <p>การเอื้อเพื่อเผื่อแผ่</p> | <p>1. เพื่อให้นักเรียนสามารถรู้ความต้องการของผู้อื่น</p> <p>2. เพื่อให้นักเรียนสามารถคิดหาวิธีในการเอื้อเพื่อช่วยเหลือผู้อื่น</p> <p>3. เพื่อให้นักเรียนสามารถบอกความรู้สึกจากการที่ได้เอื้อเพื่อช่วยเหลือผู้อื่นว่ารู้สึกอย่างไร เพราะเหตุใดจึงให้การช่วยเหลือ</p> | <p>1. ผู้วิจัยกล่าวทักทายนักเรียน</p> <p>2. ผู้วิจัยให้นักเรียนทบทวนถึงการเข้ากลุ่มในครั้งที่แล้ว และให้นักเรียนนำแบบรายงานผลการฝึกมาส่ง</p> <p>3. ผู้วิจัยให้นักเรียนแต่ละคนอภิปรายว่าตนมีการเปลี่ยนแปลงไปในทิศทางที่พึงประสงค์หรือไม่ มากน้อยเพียงใด</p> <p>4. ผู้วิจัยแจกคู่มือ “วัยรุ่นกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น” จุดประสงค์เรื่อง การเอื้อเพื่อเผื่อแผ่</p> | <p>1. คู่มือ “วัยรุ่นกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น” จุดประสงค์เรื่อง การเอื้อเพื่อเผื่อแผ่</p> <p>2. แบบรายงานผลการฝึก</p> |

| ครั้งที่ | เรื่อง | วัตถุประสงค์ | วิธีดำเนินการ | อุปกรณ์ |
|----------|--|---|--|--|
| | | | <p>5. ผู้วิจัยให้นักเรียนอ่านคู่มือ “วัยรุ่นกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น” จุดประสงค์เรื่อง การเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ และอภิปรายร่วมกัน</p> <p>6. ผู้วิจัยพูดคุยซักถามข้อสงสัยและอธิบายเพิ่มเติมก่อนนักเรียนนำไปปฏิบัติ</p> <p>7. ผู้วิจัยให้นักเรียนนำคู่มือ “วัยรุ่นกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น” จุดประสงค์เรื่อง การเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ กลับไปอ่านและปฏิบัติตามคู่มือที่บ้านแล้วแจกแบบรายงานผลการฝึก เพื่อให้นักเรียนไปบันทึกเมื่อนักเรียนได้ไปปฏิบัติที่บ้าน</p> <p>8. ผู้วิจัยนัดหมายวัน เวลา และสถานที่ในการเข้ากลุ่มในครั้งต่อไป</p> | |
| 11. | การพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นด้านการเอื้อเฟื้อช่วยเหลือผู้อื่น : ช่วยเหลือเกื้อกูล | <p>1. เพื่อให้นักเรียนตระหนักถึงผลดีและผลเสียของการเอื้อเฟื้อ ช่วยเหลือผู้อื่น เมื่อผู้อื่นได้รับความทุกข์ยากเดือดร้อน</p> <p>2. เพื่อให้นักเรียนตระหนักและเห็นความสำคัญของการเอื้อเฟื้อ ช่วยเหลือผู้อื่น</p> <p>3. เพื่อให้นักเรียนฝึกการเอื้อเฟื้อ ช่วยเหลือผู้อื่น</p> | <p>1. ผู้วิจัยกล่าวทักทายนักเรียน</p> <p>2. ผู้วิจัยให้นักเรียนทบทวนถึงการเข้ากลุ่มในครั้งที่แล้ว และให้นักเรียนนำแบบรายงานผลการฝึกมาส่ง</p> <p>3. ผู้วิจัยให้นักเรียนแต่ละคนอภิปรายว่าตนมีการเปลี่ยนแปลงไปในทิศทางที่พึงประสงค์หรือไม่ มากน้อยเพียงใด</p> <p>4. ผู้วิจัยแจกคู่มือ “วัยรุ่นกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น” จุดประสงค์เรื่อง เอาใจเขามาใส่ใจเรา</p> <p>5. ผู้วิจัยให้นักเรียนอ่านคู่มือ “วัยรุ่นกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น” จุดประสงค์เรื่อง เอาใจเขามาใส่ใจเรา และร่วมกันอภิปราย</p> | <p>1. คู่มือ “วัยรุ่นกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น” จุดประสงค์เรื่อง เอาใจเขามาใส่ใจเรา</p> <p>2. แบบรายงานผลการฝึก</p> |

| ครั้งที่ | เรื่อง | วัตถุประสงค์ | วิธีดำเนินการ | อุปกรณ์ |
|----------|-------------|--|--|---|
| | | | <p>6. ผู้วิจัยพูดคุยซักถามข้อสงสัยและอธิบายเพิ่มเติมก่อนนักเรียนนำไปปฏิบัติ</p> <p>7. ผู้วิจัยให้นักเรียนนำคู่มือ “วัยรุ่นกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น” จุดประสงค์เรื่อง เอาใจเขามาใส่ใจเรา กลับไปอ่านและปฏิบัติตามคู่มือที่บ้าน แล้วแจกแบบรายงานผลการฝึก เพื่อให้นักเรียนไปบันทึกเมื่อนักเรียนได้ไปปฏิบัติที่บ้าน</p> <p>8. ผู้วิจัยนัดหมายวัน เวลา และสถานที่ในการเข้ากลุ่มในครั้งต่อไป</p> | |
| 12. | ปัจฉิมนิเทศ | <p>1. เพื่อให้ให้นักเรียนบอกความรู้สึกและแสดงความคิดเห็นที่ได้รับจากโปรแกรมการช่วยเหลือตนเอง</p> <p>2. เพื่อให้นักเรียนสรุปผลที่ได้จากโปรแกรมการช่วยเหลือตนเอง</p> <p>3. เพื่อให้ให้นักเรียนนำประโยชน์ที่ได้จากโปรแกรมการช่วยเหลือตนเองไปใช้ในชีวิตรประจำวัน</p> | <p>1. ผู้วิจัยกล่าวทักทายนักเรียน</p> <p>2. ผู้วิจัยให้นักเรียนทบทวนถึงการเข้ากลุ่มในครั้งที่แล้ว และให้นักเรียนนำแบบรายงานผลการฝึกมาส่ง</p> <p>3. ผู้วิจัยให้นักเรียนแต่ละคนอภิปรายว่าตนมีการเปลี่ยนแปลงไปในทิศทางที่พึงประสงค์หรือไม่ มากน้อยเพียงใด</p> <p>4. ผู้วิจัยให้นักเรียนตอบแบบสอบถามวัดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น เพื่อนำคะแนนที่ได้เป็นคะแนนหลังการทดลอง (Posttest)</p> <p>5. ผู้วิจัยให้นักเรียนสรุปผลที่ได้จากการโปรแกรมการช่วยเหลือตนเอง และการนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตรประจำวัน</p> <p>6. ผู้วิจัยกล่าวปิดโปรแกรมการช่วยเหลือตนเอง</p> | แบบสอบถาม วัดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น เท่ากับจำนวนนักเรียน |

ครั้งที่ 1 ปฐมนิเทศ

ระยะเวลา 50 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อสร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้วิจัยกับนักเรียน
2. เพื่อให้นักเรียนรู้จักและคุ้นเคยกัน
3. เพื่อให้นักเรียนเข้าใจและยอมรับความรู้สึก ความคิด อารมณ์ผู้อื่น
4. เพื่อให้นักเรียนทราบวัตถุประสงค์ บทบาทหน้าที่ของนักเรียน วิธีการ ระยะเวลา จำนวนครั้ง สถานที่ และประโยชน์ที่จะได้รับจากการใช้โปรแกรมการช่วยเหลือตนเอง

อุปกรณ์

1. แบบสัมภาษณ์เท่ากับจำนวนนักเรียน
2. ฉลาก “เพราะเราคู่กัน” เท่ากับจำนวนนักเรียน

วิธีดำเนินการ

1. ผู้วิจัยกล่าวแนะนำตนเองและกล่าวทักทายนักเรียน จากนั้นให้นักเรียนแต่ละคนแนะนำตนเอง
2. ผู้วิจัยให้นักเรียนเข้าร่วมกิจกรรม “เพราะเราคู่กัน” โดยให้นักเรียนทุกคนจับฉลากที่ผู้วิจัยเตรียมมา หลังจากที่เปิดดูฉลากแล้วให้นักเรียนนั่งเป็นคู่กันตามสิ่งของ เครื่องใช้ที่จำเป็นต้องใช้คู่กันที่นักเรียนจับฉลากได้ เช่น นักเรียนที่จับฉลากได้ “ช้อน” ต้องคู่กับนักเรียนที่จับฉลากได้ “ช้อม” เป็นต้น
3. ผู้วิจัยให้นักเรียนสัมภาษณ์คู่ของตนเองในหัวข้อ ได้แก่ ชื่อ-นามสกุล ชื่อเล่น สิ่งที่ชอบ สิ่งที่ไม่ชอบ เรื่องที่ทำให้เสียใจที่สุด เรื่องที่ทำให้ดีใจที่สุด เรื่องที่ทำให้โกรธ และเรื่องที่ทำให้กลัว โดยให้นักเรียนพยายามจำข้อมูลของเพื่อนให้มากที่สุด
4. ผู้วิจัยให้นักเรียนแต่ละคู่ออกมาแนะนำโดยให้ผลัดกันแนะนำคู่ของตน
5. ผู้วิจัยอธิบายให้นักเรียนทราบถึงวัตถุประสงค์ บทบาทหน้าที่ของนักเรียน วิธีการ ระยะเวลา จำนวนครั้ง สถานที่ และประโยชน์ที่จะได้รับจากการใช้โปรแกรมการช่วยเหลือตนเอง
6. ผู้วิจัยให้นักเรียนทบทวนข้อตกลง
7. ผู้วิจัยเปิดโอกาสให้นักเรียนซักถามข้อสงสัยเกี่ยวกับรายละเอียดต่างๆที่ได้ชี้แจงไป
8. ผู้วิจัยตอบคำถามให้แก่ นักเรียน และสรุปเพิ่มเติม
9. ผู้วิจัยนัดหมายวัน เวลา และสถานที่ในการเข้ากลุ่มในครั้งต่อไป

การประเมินผล

สังเกตจากความสนใจ การซักถาม และความร่วมมือในการทำกิจกรรม

ครั้งที่ 2

รู้จักกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น : ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นสำคัญอย่างไร

ระยะเวลา 50 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนได้ทราบถึงความหมายของความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น
2. เพื่อให้นักเรียนได้ทราบถึงความสำคัญของการเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

อุปกรณ์

คู่มือ “วัยรุ่นกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น” จุดประสงค์เรื่อง การเห็นอกเห็นใจผู้อื่นสำคัญอย่างไร

วิธีดำเนินการ

1. ผู้วิจัยกล่าวทักทายนักเรียน
2. ผู้วิจัยให้นักเรียนทบทวนถึงการเข้ากลุ่มในครั้งที่แล้ว
3. ผู้วิจัยแจกคู่มือ “วัยรุ่นกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น” จุดประสงค์เรื่อง การเห็นอกเห็นใจผู้อื่นสำคัญอย่างไร
4. ผู้วิจัยให้นักเรียนอ่านคู่มือ “วัยรุ่นกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น” จุดประสงค์เรื่อง การเห็นอกเห็นใจผู้อื่นสำคัญอย่างไร และให้นักเรียนได้อภิปรายร่วมกัน
5. ผู้วิจัยให้นักเรียนนำคู่มือ “วัยรุ่นกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น” จุดประสงค์เรื่อง การเห็นอกเห็นใจผู้อื่นสำคัญอย่างไร กลับไปอ่านที่บ้าน
6. ผู้วิจัยนัดหมายวัน เวลา และสถานที่ในการเข้ากลุ่มในครั้งต่อไป

การประเมินผล

สังเกตจากความสนใจในการร่วมกิจกรรม และเนื้อหาการอภิปรายร่วมกัน

☀️ ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นสำคัญอย่างไร ☀️

ความเห็นอกเห็นใจ (Empathy) อาจเป็นคำที่เราได้ยินกันบ่อยๆแต่ในความเป็นจริงแล้วเป็นเรื่องที่ลึกซึ้ง ซึ่งในสังคมของเราจะมีคนอยู่ประเภทหนึ่งที่ขาดความเห็นอกเห็นใจต่อเพื่อนมนุษย์ คนเหล่านี้มักจะทำสิ่งต่างๆเพื่อตนเองคิดถึงตนเองแต่ฝ่ายเดียวโดยไม่คำนึงถึงผู้อื่น คนที่มีนิสัยไร้ความเห็นอกเห็นใจต่อผู้อื่นมักถูกต่อต้าน ไม่มีใครอยากคบหาด้วย จะถูกปฏิเสธจากคนรอบข้างเสมอ คงจะพอมองออกแล้วว่าผู้ที่ไม่มีความเห็นอกเห็นใจต่อผู้อื่นเลยมักกลายเป็นคนที่ล้มเหลวทางสังคม ดังนั้น เราคงไม่อยากเป็นหนึ่งในกลุ่มคนที่ไร้ความเห็นอกเห็นใจอย่างแน่นอน

ความเห็นอกเห็นใจ (Empathy) หมายถึง การเข้าใจความรู้สึกนึกคิดของผู้อื่น สามารถรับรู้อารมณ์ และทราบความต้องการของผู้อื่นที่กำลังประสบกับเหตุการณ์ต่างๆ และมีความสามารถคาดเดาความรู้สึกของผู้อื่นจากการสังเกตภาษากายทั้งสีหน้า แววตา ท่าทาง น้ำเสียงและลักษณะการพูดรวมถึงการเขียนได้อย่างถูกต้อง รวมทั้งต้องการที่จะเอื้อเพื่อ ช่วยเหลือผู้อื่นอย่างเหมาะสมกับวัยของตนเอง

เห็นอกเห็นใจผู้อื่นทำได้ง่ายๆ โดย

1. เราต้องมีความสามารถในการอ่านอารมณ์และคาดเดาความรู้สึกของผู้อื่นจากการสังเกตภาษากายทั้งสีหน้า แววตา ท่าทาง น้ำเสียงและลักษณะการพูดรวมถึงการเขียนว่าผู้อื่นรู้สึกอย่างไร ตระหนักถึงสิ่งที่ผู้อื่นกำลังรู้สึกโดยไม่จำเป็นต้องมาบอกให้ทราบ
2. เราต้องมีความสามารถในการเข้าใจผู้อื่นตามสถานการณ์ในสังคม แสดงถึงความเข้าใจในเรื่องอารมณ์ การเอาใจเขามาใส่ใจเราเป็นความสามารถในการรวบรวมประสบการณ์และความรู้สึกของตนเองเปรียบเสมือนว่าตนเองเข้าไปอยู่ในสถานการณ์นั้นๆ และมีความเข้าใจสภาพอารมณ์ของบุคคลในสถานการณ์นั้นๆ
3. เราต้องมีความต้องการที่จะเอื้อเพื่อ ช่วยเหลือผู้อื่น เป็นพฤติกรรมที่แสดงออกถึงการเต็มใจที่จะช่วยเหลือ แบ่งปัน และใส่ใจผู้ที่ได้รับความลำบากโดยไม่หวังผลตอบแทน



ทำไมเราต้องเห็นอกเห็นใจผู้อื่นด้วยล่ะ? ก็เพราะว่า

☞ เป็นการสร้างสัมพันธภาพที่ดี เนื่องจากว่าความเห็นอกเห็นใจเป็นเครื่องมือที่ดีที่สุดในการสื่อสารระหว่างบุคคลโดยจะเป็นแรงผลักดันให้เข้าไปสัมผัสโลกทัศน์ของผู้อื่น ทำให้เกิดความเข้าใจในบุคคลนั้น

↪ เป็นการประดับประคองทางจิตใจเพราะความเห็นอกเห็นใจเป็นวิธีการหนึ่งที่สามารถเข้าไปสัมผัสความรู้สึก พฤติกรรม และสิ่งที่บุคคลนั้นๆ กำลังประสบอยู่

↪ ช่วยให้การสื่อสารราบรื่น ลดการขัดแย้ง เพราะมีการสื่อสารที่ชัดเจนและเกิดความเข้าใจซึ่งกันและกัน นอกจากนี้ยังเป็นการให้กำลังใจต่อกันอีกด้วย

↪ เป็นการฝึกความสนใจ เอาใจใส่และตั้งใจรับฟังเรื่องราวต่างๆ ของผู้อื่น

↪ เป็นแนวทางให้ความช่วยเหลือที่จะนำไปสู่การแก้ปัญหาต่างๆ อย่างมีประสิทธิภาพ

การแสดงความเห็นอกเห็นใจจะทำได้ง่ายยิ่งขึ้นถ้ามีสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน เพราะจะไม่ทำให้เกิดความเข้าใจผิดต่อกัน ถ้าเราไม่เข้าใจว่าทำไมบางคนจึงมีอาการประหลาดๆ กับเรา จนเราต้องคิดว่าตัวเราเองมีอะไรที่ผิดปกติหรือเปล่า แต่ถ้าเราได้รู้ว่าพฤติกรรมดังกล่าวมีสาเหตุมาจากอารมณ์ของเขาเองนั่นแหละไม่ใช่จากการกระทำของเรา จะทำให้เราเป็นคนที่ไวกับความต้องการของผู้อื่นมากขึ้นความเห็นอกเห็นใจเปรียบเสมือนการที่เรารับรู้และเข้าใจถึงความรู้สึกภายในที่แฝงอยู่ในคำพูดและการกระทำของผู้อื่นถ้าเรามีความเห็นอกเห็นใจ เราก็รู้ว่าควรจะมีปฏิกิริยาตอบสนองต่อผู้อื่นอย่างไร

เอาหละ! พร้อมลุยกับการพัฒนาตนเองให้เห็นอกเห็นใจผู้อื่น
ให้เป็นกันแล้วหละสิ

แน่นอน ! เราต้องทำได้



ครั้งที่ 3

การพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

ด้านความสามารถในการอ่านอารมณ์และคาดเดาความรู้สึกของผู้อื่น :

ทักษะการมองคน

ระยะเวลา 50 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนเข้าใจขอบเขตของการอ่านอารมณ์และคาดเดาความรู้สึกของผู้อื่น
2. เพื่อให้นักเรียนมีทักษะในการมองคน
3. เพื่อให้นักเรียนฝึกนำไปประยุกต์ใช้กับตนเอง ก่อให้เกิดการอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้

อย่างปกติสุข

อุปกรณ์

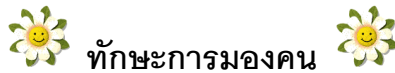
1. คู่มือ “วัยรุ่นกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น” จุดประสงค์เรื่อง ทักษะการมองคน
2. แบบรายงานผลการฝึก

วิธีดำเนินการ

1. ผู้วิจัยกล่าวทักทายนักเรียน
2. ผู้วิจัยให้นักเรียนทบทวนถึงการเข้ากลุ่มในครั้งที่แล้ว
3. ผู้วิจัยแจกคู่มือ “วัยรุ่นกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น” จุดประสงค์เรื่อง ทักษะการมองคน
4. ผู้วิจัยให้นักเรียนอ่านคู่มือ “วัยรุ่นกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น” จุดประสงค์เรื่อง ทักษะการมองคน และให้นักเรียนได้อภิปรายร่วมกัน
5. ผู้วิจัยให้นักเรียนนำคู่มือ “วัยรุ่นกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น” จุดประสงค์เรื่อง ทักษะการมองคน กลับไปอ่านและปฏิบัติตามคู่มือที่บ้าน แล้วแจกแบบรายงานผลการฝึก เพื่อให้นักเรียนไปบันทึกเมื่อนักเรียนได้ไปปฏิบัติที่บ้าน
6. ผู้วิจัยนัดหมายวัน เวลา และสถานที่ในการเข้ากลุ่มในครั้งต่อไป

การประเมินผล

สังเกตจากความสนใจในการร่วมกิจกรรม และเนื้อหาการอภิปราย



ทักษะการมองคน

เราสามารถตัดสินคนจากลักษณะท่าทาง โดยเรียนรู้จากประสบการณ์ที่ผ่านมาสะสมเพิ่มอย่างต่อเนื่อง ดังนั้นหากจะพัฒนาความสามารถนี้เราต้องพบปะผู้คนให้มากและฝึกสังเกต โดยดูได้จากการแสดงสีหน้า ท่าทาง ลักษณะการพูดจา ลักษณะทางกายภาพของเขา รับรู้ถึงสัญญาณที่เขาแสดงออกมาให้เห็น แล้วเราจะค่อยๆพัฒนาประสาทรับรู้ให้แม่นยำ แยกแยะความแตกต่างแม้มีเพียงเล็กน้อยได้ ยกตัวอย่างเช่น ลองศึกษาคนที่ให้สัมภาษณ์ทางโทรทัศน์ว่าเขาแสดงออกอย่างไร สังเกตว่าเขามีความกังวลใจ ความไม่มั่นใจบ้างไหม เช่น การเคลื่อนไหวมือโดยไม่จำเป็น (เกาศีรษะ ลูบคาง เคาะนิ้ว เป็นต้น) สิ่งเหล่านี้จะช่วยให้เราสรุปภาพออกมาได้ว่าเราควรเชื่อว่าเป็นเช่นไร การมองคนจากลักษณะท่าทางนี้มีหลุมพรางที่ก่อให้เกิดความผิดพลาดอยู่มาก เช่น ความชอบหรือไม่ชอบผู้นั้นอยู่ก่อนแล้วก่อให้เกิดอคติได้ ลักษณะทางกายภาพก็เช่นกันก็ก่อให้เกิดอคติ เช่น บางคนมักคิดว่าหน้าผากสูงจะฉลาด เป็นต้น สิ่งเหล่านี้อาจนำไปสู่ข้อสรุปที่ผิดพลาดได้

ความผิดพลาดอีกอย่างหนึ่ง เป็นภาพลวงตาที่ถ่ายทอดได้ เมื่อพบใครคนหนึ่งลักษณะคล้ายๆ คนที่เคยรู้จัก อาจจะเอาลักษณะคนนั้นมาใส่ให้กับคนใหม่ได้ เช่น ทาทา ได้ถูกแนะนำให้รู้จักกับเจนนี่ ซึ่งหน้าตาท่าทางคล้ายศัตรูเก่าของทาทา ซึ่งมีนิสัยชอบเยาะเย้ยถากถางผู้อื่น ทาทาจึงไม่อยากพูดกับเจนนี่ เพราะนำเอาลักษณะของศัตรูเก่ามาใส่ให้เจนนี่ตั้งแต่เห็นหน้าครั้งแรกเสียแล้ว ทั้งที่ความจริงเจนนี่มีท่าทางเป็นมิตรกับทาทาเสียด้วยซ้ำไป

มองคนให้เก่งฝึกได้ด้วย

- ✦ เราอย่าเพิ่งด่วนตัดสินผู้อื่น ค่อยๆศึกษาให้รู้จักเขาดีก่อน
- ✦ ระวังที่พูดคุยกับผู้อื่นให้เราสังเกตสีหน้า , ท่าทาง , น้ำเสียง , ลักษณะการพูดของคู่สนทนาเพราะจะช่วยให้เรามีประสาทสัมผัสไวขึ้น
- ✦ เราต้องปลดปล่อยตนเองจากอคติ วางใจเป็นกลางกับคนแปลกหน้า
- ✦ เราต้องระมัดระวังความรู้สึกของเราให้มาก เมื่อกำลังรู้สึกชอบหรือไม่ชอบใครขึ้นมา เราอาจกำลังมองคนอย่างมีอคติได้
- ✦ ถ้าเราไม่ชอบใคร เราควรไตร่ตรองดูว่าทำไมเราถึงไม่ชอบเขา
- ✦ หากเรารู้สึกว่าใครบางคนเหมือนใครอีกคน เราจะต้องระมัดระวังให้จหนักกว่าอย่าด่วนตัดสินว่าเขาจะทำหรือเป็นเหมือนกัน

✦ อย่าพยายามตัดสินว่าคนนั้นคนนี้เป็นลักษณะอย่างหนึ่งอย่างใด เพราะจะทำให้เรามองผู้อื่นอย่างผิวเผินเกินไป

✦ มนุษย์ทุกคนมีความรู้สึกและลักษณะอันเป็นเอกลักษณ์เฉพาะตัว

✦ อย่าเพิ่งแค่หาว่าอะไรที่ทำให้เขาทำเช่นนั้น ถามตัวเองว่าเขาทำเช่นนั้นด้วยเหตุผลอะไร

✦ เราจะรู้จักแนวทางดำเนินชีวิตของผู้คนดีขึ้น หากรู้ว่าเขามีประสบการณ์อะไรมาบ้าง ทำให้เราเข้าใจพฤติกรรมเขาดีขึ้น ควรจะพยายามเข้าใจลักษณะและบุคลิกภาพของเขา

เราควรระวังที่จะก้าวร้าวหรือมองคนเพื่อที่เราจะได้รับประโยชน์อย่างที่สุดในการคบคน และที่สำคัญจะทำให้เราเข้าใจตัวบุคคลนั้นๆ มากยิ่งขึ้น ซึ่งจะทำให้เรามีความเห็นอกเห็นใจบุคคลนั้นมากขึ้นด้วยนะ



ทำไมไม่ฝึกเดี๋ยวนี้เลยละ ใจกว้าง
ให้กับตัวเองหน่อยสิ ลองฝึกดูเพื่อ
ตัวเอง ไหนๆก็ไม่เสียเงินอยู่แล้ว



ลองบันทึกเรื่องราวการมองคนของเธอดูสิว่า! เธอมองใครผิดบ้าง
เช่น เห็นเขาร้องไห้หนักว่าเสียใจ แต่จริงๆ แล้วเขาร้องไห้เพราะดีใจ
หรือเธอเคยคาดเดาใครถูกบ้างแล้วเธอมีเทคนิคอย่างไร



✍ บันทึกของฉัน ✍

A large rectangular area with a dashed border, containing ten horizontal dotted lines for writing.

อย่า ! ด่วนตัดสินใจก่อนที่จะได้พูดคุย เราควรให้โอกาสเขา
เพราะมันเป็นการให้โอกาสตนเองได้เพื่อนใหม่ด้วยนะ 😊

ครั้งที่ 4

การพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

ด้านความสามารถในการอ่านอารมณ์และคาดเดาความรู้สึกของผู้อื่น :

การอ่านอารมณ์และความรู้สึก

ระยะเวลา 50 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนรู้จักสังเกตภาษาท่าทางที่แสดงถึงความรู้สึกนึกคิดและอารมณ์
2. เพื่อให้นักเรียนฝึกการคาดเดาความรู้สึกที่แสดงออกทางสีหน้า แววตา และท่าทางของบุคคลอื่น
3. เพื่อให้นักเรียนเข้าใจภาษาท่าทางที่ใช้ในการสื่อสารกับบุคคลอื่น

อุปกรณ์

1. คู่มือ “วัยรุ่นกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น” จุดประสงค์เรื่อง การอ่านอารมณ์และความรู้สึก
2. แบบรายงานผลการฝึก

วิธีดำเนินการ

1. ผู้วิจัยกล่าวทักทายนักเรียน
2. ผู้วิจัยให้นักเรียนทบทวนถึงการเข้ากลุ่มในครั้งที่แล้ว และให้นักเรียนนำแบบรายงานผลการฝึกมาส่ง
3. ผู้วิจัยให้นักเรียนแต่ละคนอภิปรายว่าตนมีการเปลี่ยนแปลงไปในทิศทางที่พึงประสงค์หรือไม่ มากน้อยเพียงใด
4. ผู้วิจัยแจกคู่มือ “วัยรุ่นกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น” จุดประสงค์เรื่อง การอ่านอารมณ์และความรู้สึก
5. ผู้วิจัยให้นักเรียนอ่านคู่มือ “วัยรุ่นกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น” จุดประสงค์เรื่อง การอ่านอารมณ์และความรู้สึก และให้นักเรียนได้อภิปรายร่วมกัน
6. ผู้วิจัยพูดคุยซักถามข้อสงสัยและอธิบายเพิ่มเติมก่อนนักเรียนนำไปปฏิบัติ
7. ผู้วิจัยให้นักเรียนนำคู่มือ “วัยรุ่นกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น” จุดประสงค์เรื่อง การอ่านอารมณ์และความรู้สึก กลับไปอ่านและปฏิบัติตามคู่มือที่บ้าน แล้วแจกแบบรายงานผลการฝึก เพื่อให้ นักเรียนไปบันทึกเมื่อนักเรียนได้ไปปฏิบัติที่บ้าน
8. ผู้วิจัยนัดหมายวัน เวลา และสถานที่ในการเข้ากลุ่มในครั้งต่อไป

การประเมินผล

สังเกตจากความสนใจในการร่วมกิจกรรม และเนื้อหาการอภิปรายร่วมกัน



การอ่านอารมณ์และความรู้สึก



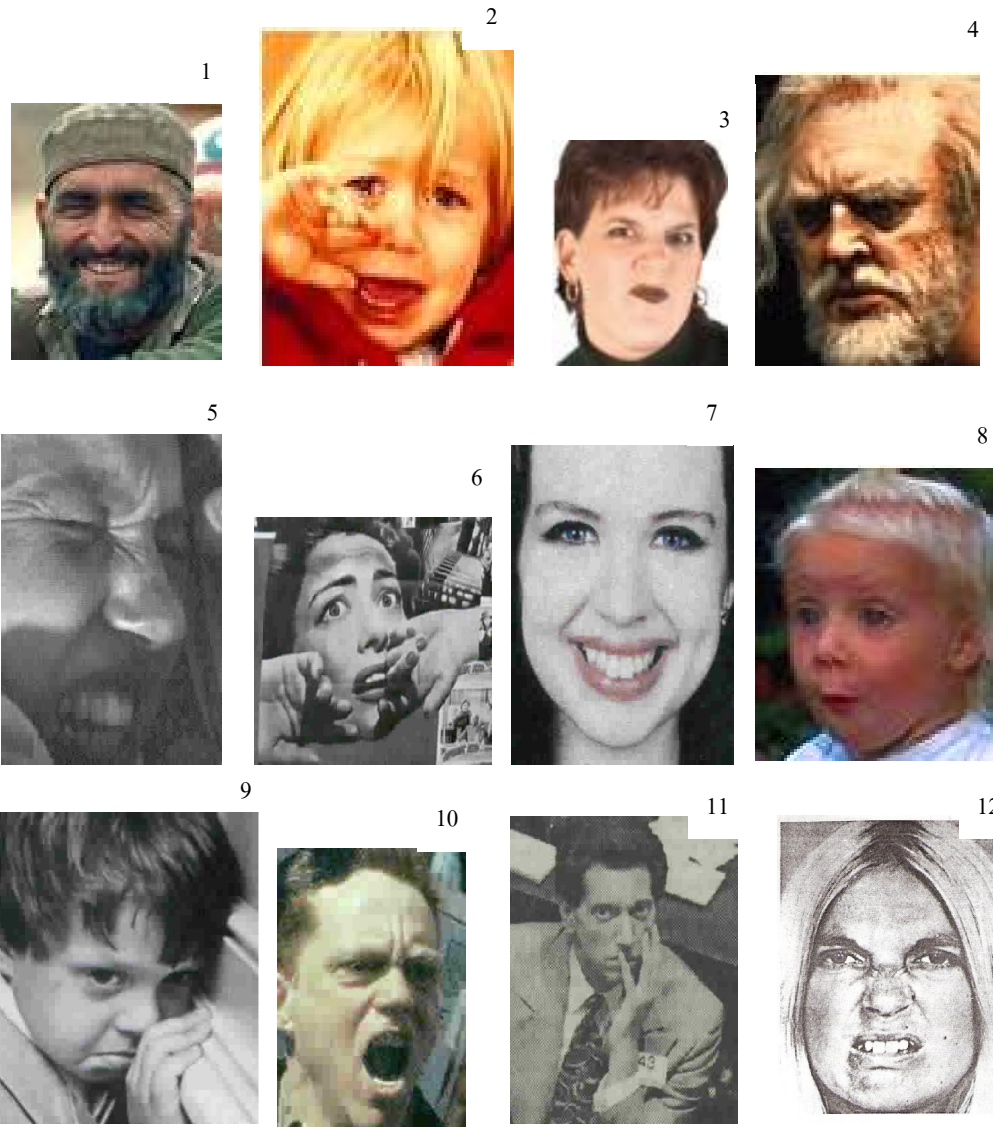
การสื่อสารของคนเรานั้นไม่ได้มีเพียงแต่การพูดคุยกันเท่านั้น แต่คนเรายังติดต่อสื่อสารกับผู้อื่น ทั้งจากบุคลิกภาพที่ปรากฏ สีหน้า แววตา และท่าทาง ถ้าเรามีประสิทธิภาพในการรับรู้มากเพียงใด ก็จะทำให้เกิดความเข้าใจที่ลึกซึ้ง ทำให้สัมพันธภาพระหว่างบุคคลเป็นไปด้วยดีอีกด้วย อาทิเช่น เมื่อเราทำหน้าที่ควมวดหรือขึ้นไปที่ใครสักคนนั่นคือ เรากำลังใช้การสื่อสารโดยใช้ภาษาท่าทางหรือ ภาษากาย นักจิตวิทยาได้กล่าวว่ามีคนถึง 55% ที่มีการสื่อสารโดยไม่ใช้คำพูดและใช้ภาษากาย เช่น การใช้สายตา การเคลื่อนไหว เป็นต้น

การอ่านอารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่นนั้น ในความเป็นจริงเราทุกคนก็ต่างทำกันอยู่เสมอๆ เรามักคิดว่าเพื่อนเขาดีสีหน้าแบบนี้เขารู้สึกอย่างไร เราอาจเคยตีความหมายท่าทางของเพื่อนเพื่อดูว่าเขากำลังยุ่งอยู่หรือเปล่า สิ่งเหล่านี้สามารถนำมาใช้ได้เช่นกัน เราต้องพยายามที่จะแปลความหมาย (ทั้งสีหน้า แววตา และท่าทาง) ของคนรอบข้างเพราะอย่าลืมว่ายิ่งเราสามารถเดาอารมณ์คนรอบข้าง ได้ถูกต้องมากเท่าไรเราก็ยิ่งตอบสนองความต้องการของคนรอบข้างอย่างถูกต้องเท่านั้น ก็จะทำให้เกิดความเห็นอกเห็นใจ (Empathy) คนรอบข้างเราตามมา และจะทำให้เราอยู่ร่วมกับคนในสังคมโดยปราศจากความขัดแย้งและเป็นปกติสุข

✍ ถ้าให้ดีก็ต้องลองทดสอบดูว่าเราจะอ่านอารมณ์และ คาดเดาความรู้สึกของรูปภาพเหล่านี้ได้อย่างไร (หลังจากเราคาดเดา แล้วลองให้ คนรอบข้างคาดเดาบ้างสิว่าเขาคิดเหมือนเราหรือเปล่า? แล้วค่อยเฉลยนะ)



คุณมองคนเก่งแค่ไหน ?



รู้ไหมว่า ! บุคคลในภาพมีอารมณ์และความรู้สึกอย่างไร

สุข เศร้า โกรธ รังเกียจ
ประหลาดใจ เจ็บปวด หวาดกลัว ไม่น่าใจ

- 1 2 3 4
 5 6 7 8
 9 10 11 12



เฉลยคำตอบ ⇒

- | | | | |
|------------|-------------|--------------|--------------|
| 1. สุข | 2. เศร้า | 3. รังเกียจ | 4. โกรธ |
| 5. เจ็บปวด | 6. หวาดกลัว | 7. สุข | 8. ประหลาดใจ |
| 9. เศร้า | 10. โกรธ | 11. ไม่แน่ใจ | 12. รังเกียจ |

คุยกันต่อเลย ! เธอใกล้จะสามารถอ่านอารมณ์และ
คาดเดาความรู้สึกของผู้อื่นได้ครบถ้วนแล้ว เดี่ยวเราจะมา
คาดเดาความรู้สึกของผู้อื่นจากน้ำเสียง และลักษณะ
การพูดกันบ้าง เปิดต่อไปเลยนะ ✌

ครั้งที่ 5
การพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น
ด้านความสามารถในการอ่านอารมณ์และคาดเดาความรู้สึกของผู้อื่น :
รู้นะ ! คิดอะไรอยู่

ระยะเวลา 50 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนรู้จักสังเกตน้ำเสียงที่แสดงถึงความรู้สึกนึกคิดและอารมณ์
2. เพื่อให้นักเรียนฝึกการคาดเดาความรู้สึกที่แสดงออกทางน้ำเสียงของบุคคลอื่น
3. เพื่อให้นักเรียนมีทักษะในการฟัง

อุปกรณ์

1. คู่มือ “วัยรุ่นกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น” จุดประสงค์เรื่อง เมื่อคุณเป็นผู้ฟัง
2. แบบรายงานผลการฝึก

วิธีดำเนินการ

1. ผู้วิจัยกล่าวทักทายนักเรียน
2. ผู้วิจัยให้นักเรียนทบทวนถึงการเข้ากลุ่มในครั้งที่แล้ว และให้นักเรียนนำแบบรายงานผลการฝึกมาส่ง
3. ผู้วิจัยให้นักเรียนแต่ละคนอภิปรายว่าตนมีการเปลี่ยนแปลงไปในทิศทางที่ฟังประสงค์หรือไม่ มากน้อยเพียงใด
4. ผู้วิจัยแจกคู่มือ “วัยรุ่นกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น” จุดประสงค์เรื่อง เมื่อคุณเป็นผู้ฟัง
5. ผู้วิจัยให้นักเรียนอ่านคู่มือ “วัยรุ่นกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น” จุดประสงค์เรื่อง เมื่อคุณเป็นผู้ฟัง และให้นักเรียนได้อภิปรายร่วมกัน
6. ผู้วิจัยพูดคุยซักถามข้อสงสัยและอธิบายเพิ่มเติมก่อนนักเรียนนำไปปฏิบัติ
7. ผู้วิจัยให้นักเรียนนำคู่มือ “วัยรุ่นกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น” จุดประสงค์เรื่อง เมื่อคุณเป็นผู้ฟัง กลับไปอ่านและปฏิบัติตามคู่มือที่บ้าน แล้วแจกแบบรายงานผลการฝึก เพื่อให้นักเรียนไปบันทึกเมื่อนักเรียนได้ไปปฏิบัติที่บ้าน
8. ผู้วิจัยนัดหมายวัน เวลา และสถานที่ในการเข้ากลุ่มในครั้งต่อไป

การประเมินผล

สังเกตจากความสนใจในการร่วมกิจกรรม และเนื้อหาการอภิปรายร่วมกัน




การอ่านอารมณ์และคาดเดาความรู้สึกของผู้อื่นนอกจากการสังเกตสีหน้า แววตา ท่าทาง
แล้วยังต้องอาศัยการฟังน้ำเสียง ลักษณะการพูด และยังรวมถึงการเขียนอีกด้วย

การฟังมีความสำคัญมากในกระบวนการสื่อสารซึ่งเกิดขึ้นเมื่อใครสักคนให้ความสนใจใน
สิ่งที่อีกคนหนึ่งพูดและมีปฏิกิริยาโต้ตอบ สิ่งที่สำคัญอย่างหนึ่งของการเป็นผู้ฟังที่ดี คือ เราต้องตั้งใจ
และเข้าใจในความหมายของผู้พูดที่เราพูดหมายถึงอะไร ก่อนที่จะมีการตอบสนองหรือตอบได้ตาม
ความคิดเห็นหรือความรู้สึกของเราออกไป อาจกล่าวได้ว่า เราควร **ฟังอย่างเข้าใจ** เป็นการฟังที่เรา
จะต้องฟังอย่างตั้งใจแล้วทำความเข้าใจในความรู้สึกของผู้พูด โดยเราจะตีความหมายจากคำพูดและ
อากัปกิริยาของผู้พูดและเราควรจะมีการตอบสนองหรือตอบโต้ผู้พูดด้วยเพื่อให้ผู้พูดทราบว่า เรากำลัง
เข้าใจคำพูดและความรู้สึกของผู้พูดอย่างไร นอกจากนั้นสิ่งที่สำคัญอีกหนึ่งสิ่งที่ทำให้เราจะฟัง
อย่างเข้าใจมากขึ้น ก็คือ น้ำเสียงและลักษณะการพูดจะทำให้เราสามารถรวบรวมข้อมูลในตัวบุคคล
นั้นๆได้มากขึ้นว่าเขารู้สึกอย่างไร มีอารมณ์อย่างไร การฟังที่จะทำให้เราเข้าใจในตัวบุคคลนั้นมากขึ้น
ก็คือ

★ เราควรฟังด้วยการปราศจากอคติหรือความลำเอียงต่อผู้พูดหรือสิ่งที่ผู้พูดกำลัง
พูด เช่น น้อยหน้ามาแล้วเรื่องที่ส้มโอแข่งขันร้องเพลงได้รับรางวัลให้ฟังทั้ง ๆ ที่เราไม่ชอบส้มโออยู่แล้ว
ทำให้เราไม่ได้ตั้งใจฟังที่น้อยหน้าแล้วก็คิดเรื่องอื่นไปต่าง ๆ นานา

★ เราไม่ควรรีบตัดสินหรือประเมินในสิ่งที่ผู้พูดกำลังพูดอยู่ก่อนที่ผู้พูดจะพูดจบ
เช่น แอน : นี่แจ้ ! ฉันทำข้อสอบวิชาภาษาอังกฤษ.....

แจ้ : อ้อ ! ไม่ได้ใช่ไม่หละ ฉันก็ทำไม่ได้เหมือนกัน ไม่ต้องคิดมากนะ เอ! ฉันเข้าใจ

แอน :งง... 

★ ในขณะที่เรากำลังมีอารมณ์ที่ขุ่นมัวเราอย่าเพิ่งฟังเรื่องใดๆเพราะจะทำให้การฟังของเรามี
ประสิทธิภาพต่ำลง

ลองทดสอบดูว่าคนที่มีความเสี่ยง ลักษณะการพูดจากตัวอย่างต่อไปนี้ เขาควรมีลักษณะ
อารมณ์และความรู้สึกอย่างไร เราสามารถตอบได้ตรงกับคำเฉลยหรือไม่

1. คนที่มีความเสี่ยงกระด้าง มีอารมณ์และความรู้สึกในลักษณะใด

ก. ดุหมั่น/ไม่เกรงกลัว

ข. ไม่ไว้ใจ

ค. ไม่ตื่นเต้น/ไม่กังวลกับสิ่งต่างๆ

2. คนที่พูดจาไหลลื่น ไพเราะ มีอารมณ์และความรู้สึกในลักษณะใด

ก. ความเขินอาย

ข. ความเศร้า

ค. ความเยือกเย็น/ความแจ่มใส



เฉลยคำตอบ



ข้อ 1. ตอบ ก. ได้ 2 คะแนน ข. ได้ 1 คะแนน ค. ได้ 0 คะแนน

ข้อ 2. ตอบ ก. ได้ 1 คะแนน ข. ได้ 0 คะแนน ค. ได้ 2 คะแนน



บันทึกเรื่องราวที่เธอเคยฟังอย่างใส่ใจ และไม่ใส่ใจ



ฉันเคยใส่ใจฟังเรื่อง

.....

.....

น้ำเสียงที่ทำให้ฉันใส่ใจฟัง.....

.....

ลักษณะการพูดที่ฉันใส่ใจฟัง.....

.....

ฉันเคยไม่ใส่ใจฟังเรื่อง

.....

.....

น้ำเสียงที่ทำให้ฉันไม่ใส่ใจฟัง.....

.....

ลักษณะการพูดที่ฉันไม่ใส่ใจฟัง.....

.....



บันทึกสิ่งที่เธอสังเกตเห็น (น้ำเสียงของผู้อื่นที่สัมพันธ์กับอารมณ์ของเขา)



.....

.....

.....

.....



อย่ามองข้าม "สิ่งเล็กๆ น้อยๆ" ที่เราได้พบเห็นนะจ๊ะ

ครั้งที่ 6

การพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น ด้านความสามารถในการเข้าใจ เห็นใจผู้อื่น : เราเข้าใจ เห็นใจผู้อื่นแค่ไหน

ระยะเวลา 50 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนเข้าใจขอบเขตของการเข้าใจ เห็นใจผู้อื่นในสถานการณ์ต่างๆ
2. เพื่อให้นักเรียนฝึกนำไปประยุกต์ใช้กับตนเอง ก่อให้เกิดการเข้าใจ เห็นใจผู้อื่นในสถานการณ์ต่างๆได้

อุปกรณ์

1. คู่มือ “วัยรุ่นกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น” จุดประสงค์เรื่อง การเปิดใจ
2. แบบรายงานผลการฝึก

วิธีดำเนินการ

1. ผู้วิจัยกล่าวทักทายนักเรียน
2. ผู้วิจัยให้นักเรียนทบทวนถึงการเข้ากลุ่มในครั้งที่แล้ว และให้นักเรียนนำแบบรายงานผลการฝึกมาส่ง
3. ผู้วิจัยให้นักเรียนแต่ละคนอภิปรายว่าตนมีการเปลี่ยนแปลงไปในทิศทางที่พึงประสงค์หรือไม่ มากน้อยเพียงใด
4. ผู้วิจัยแจกคู่มือ “วัยรุ่นกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น” จุดประสงค์เรื่อง การเปิดใจ
5. ผู้วิจัยให้นักเรียนอ่านคู่มือ “วัยรุ่นกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น” จุดประสงค์เรื่อง การเปิดใจ และให้นักเรียนได้อภิปรายร่วมกัน
6. ผู้วิจัยพูดคุยซักถามข้อสงสัยและอธิบายเพิ่มเติมก่อนนักเรียนนำไปปฏิบัติ
7. ผู้วิจัยให้นักเรียนนำคู่มือ “วัยรุ่นกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น” จุดประสงค์เรื่อง การเปิดใจ กลับไปอ่านและปฏิบัติตามคู่มือที่บ้าน แล้วแจกแบบรายงานผลการฝึก เพื่อให้นักเรียนไปบันทึกเมื่อนักเรียนได้ไปปฏิบัติที่บ้าน
8. ผู้วิจัยนัดหมายวัน เวลา และสถานที่ในการเข้ากลุ่มในครั้งต่อไป

การประเมินผล

สังเกตจากความสนใจในการร่วมกิจกรรม และเนื้อหาการอภิปรายร่วมกัน



เราเข้าใจ เห็นใจผู้อื่นแค่ไหน



เราอาจเคยได้ยินคำพูดในลักษณะ “ฉันเสียใจจริงๆ” “ฉันเข้าใจดี” หรือ “ฉันก็เคยเหมือนกัน” แสดงถึงความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น ทุกคนมีระดับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นในระดับหนึ่ง ความสามารถนี้ไม่ได้มีมาแต่กำเนิดแต่พัฒนามาจากประสบการณ์ตอนเด็กและการศึกษา เราจะต้องพาตนเองไปอยู่ในสถานการณ์นั้นๆ เช่นเดียวกับเขาเพื่อรับรู้อารมณ์ ความรู้สึก วิตกกังวล และเขาแสดงออกอย่างไร ทั้งสีหน้า แววตา ท่าทาง เช่น หน้าแดง หรือสั่น เมื่ออยู่ในเหตุการณ์นั้นเราคงจะแสดงท่าทางเช่นนั้น ด้วยคิดว่าเรากำลังวิตกกังวลเช่นเขาเพราะการทำเช่นนั้นจะทำให้เราสามารถหาข้อสรุปได้ถูกต้อง

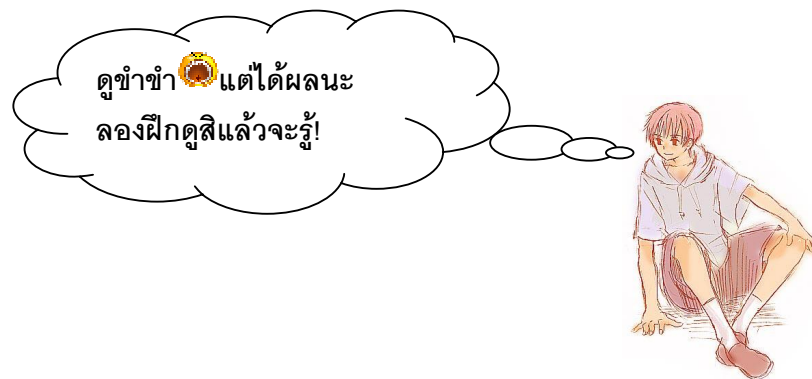
ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นสำคัญอย่างยิ่งในการสนทนา หากเราคุยกับคนที่เกิดมีความเห็นไม่เหมือนเรา เราก็จะคิดว่าทำไมเป็นเช่นนั้น ประสบการณ์หรือเหตุการณ์อะไรทำให้เขาคิดเช่นนั้น และความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นไม่ค่อยเกี่ยวข้องกับความสามารถของคนฉลาดนัก คนฉลาดมาก ๆ บางครั้งก็ไม่ค่อยเห็นใจผู้อื่น ไม่ค่อยรับรู้อารมณ์ ความรู้สึกแม้ของตนและของผู้อื่น

คนที่มองตัวเองเป็นหลักไม่มีใครจะเข้าใจผู้อื่นไม่คิดว่าหากเป็นตนเองแล้วจะเป็นอย่างไร พยายามที่จะไม่เข้าใจความคิด ความรู้สึกของผู้อื่นที่แตกต่างจากตัวเอง มักจะทำให้เกิดปัญหาในการติดต่อกับผู้อื่น มักเกิดความเข้าใจผิด การโต้แย้งตามมา ถ้ายิ่งเราไม่พยายามที่จะเข้าใจผู้อื่นมากขึ้น หากเห็นแก่ตัวมีอคติและพอใจกับสิ่งเดิม ๆ ก็ยากที่จะทำให้เราเป็นคนที่จะเห็นอกเห็นใจผู้อื่น ตัวอย่างเช่น เมย์กับแดนเป็นพี่น้องกัน แดนต้องการให้พี่เมย์ซื้อหุ่นยนต์ให้ขณะที่เมย์คิดว่าอยากได้เพราะแดนเห็นเพื่อนที่โรงเรียนซื้อจึงอยากได้บ้างแต่อาจเป็นไปได้ที่แดนมีจุดประสงค์อื่น เนื่องจากอาทิตย์หน้าเป็นวันเกิดของแดน เนื่องจากแดนไม่กล้าพูดตรง ๆ จึงต้องเกริ่นด้วยวิธีนี้ ซึ่งหากถูกปฏิเสธแดนจะเข้าใจว่าพี่เมย์ลืมวันเกิดไม่สนใจ ในกรณีนี้หากเมย์ไม่เข้าใจ เห็นใจน้องชาย อาจก่อปัญหาตามมาได้

เทคนิคที่จะทำให้เราเข้าใจ เห็นใจผู้อื่นมากขึ้น

- ✦ ต่อไปนี้เราต้องตื่นตัวรับรู้อารมณ์ ความต้องการ ความปรารถนาของตนเองและผู้อื่นอยู่เสมอ
- ✦ เราต้องรับฟังสิ่งที่ผู้อื่นพูดให้จบ ถ้าไม่เข้าใจก็ถามก่อนจะตัดสินใจ
- ✦ เราฝึกหัดสังเกตผู้คนบนถนนในร้านอาหาร บนรถบัสว่าเขามีสภาวะอารมณ์อย่างไร และแสดงออกอย่างไร
- ✦ เราอย่าประเมินผู้อื่นโดยพิจารณาจากภายนอก เราต้องเข้าไปพูดคุยซักถามเพื่อรับรู้สิ่งที่อยู่ภายในบุคคลที่สำคัญมากกว่าภายนอกบุคคล

- ✦ เมื่อชมภาพยนตร์หรือดูทีวี ลองปิดเสียง แล้วเดาว่าเขากำลังคุยอะไรกันอยู่ จากการดูสีหน้า แววตา และท่าทาง
- ✦ ระหว่างที่เราคุยกับคนอื่นแล้วพบว่าเขามีความเห็นไม่ตรงกับเราลองพิจารณาว่าทำไมเขาจึงคิดเช่นนั้น
- ✦ ถามตัวเองว่าในสถานการณ์หนึ่ง ๆ ทำไมเราทำอย่างนี้และไม่ทำอย่างนั้นอะไรเป็นฉากหลังให้เราทำอย่างนั้น เมื่อเราทราบเช่นนั้นมันถึงง่ายที่จะเข้าใจผู้อื่นเมื่ออยู่ในสถานการณ์เดียวกัน
- ✦ หากเราไม่ชอบใคร พยายามหาเหตุผลให้ได้
- ✦ ก่อนที่เราจะตัดสินผู้อื่นเราต้องมองหาข้อมูลให้มากที่สุดเท่าที่ทำได้รู้เหตุผลบอกว่าทำไมเขาทำอย่างนั้นเพราะจะช่วยให้เราตัดสินคนได้ถูกต้องมากขึ้น และเราจะประพุดต่อเขาได้เหมาะสมขึ้น
- ✦ โปรดจำไว้ว่า พฤติกรรมของคนเราขึ้นกับอารมณ์ความรู้สึก



ครั้งที่ 7

การพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น ด้านความสามารถในการเข้าใจ เห็นใจผู้อื่น :
การเข้าใจผู้อื่นกับการผ่อนคลายกล้ามเนื้อ

ระยะเวลา 50 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนสามารถฝึกเทคนิคผ่อนคลายกล้ามเนื้อและอวัยวะส่วนต่างๆของร่างกาย
2. เพื่อให้นักเรียนสามารถระบุอารมณ์ต่างๆได้อย่างถูกต้องจากการสังเกตการแสดงออกทางใบหน้าและท่าทางของผู้อื่น
3. เพื่อให้นักเรียนสามารถแสดงออกถึงการเข้าใจผู้อื่นได้อย่างเหมาะสม

อุปกรณ์

1. คู่มือ “วัยรุ่นกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น” จุดประสงค์เรื่อง การผ่อนคลายกล้ามเนื้อ
2. แบบรายงานผลการฝึก

วิธีดำเนินการ

1. ผู้วิจัยกล่าวทักทายนักเรียน
2. ผู้วิจัยให้นักเรียนทบทวนถึงการเข้ากลุ่มในครั้งที่แล้ว และให้นักเรียนนำแบบรายงานผลการฝึกมาส่ง
3. ผู้วิจัยให้นักเรียนแต่ละคนอภิปรายว่าตนมีการเปลี่ยนแปลงไปในทิศทางที่พึงประสงค์หรือไม่ มากน้อยเพียงใด
4. ผู้วิจัยแจกคู่มือ “วัยรุ่นกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น” จุดประสงค์เรื่อง การผ่อนคลายกล้ามเนื้อ
5. ผู้วิจัยให้นักเรียนอ่านคู่มือ “วัยรุ่นกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น” จุดประสงค์เรื่อง การผ่อนคลายกล้ามเนื้อ และให้นักเรียนได้อภิปรายร่วมกัน
6. ผู้วิจัยให้นักเรียนฝึกการผ่อนคลายกล้ามเนื้อด้วยตนเองพร้อมกันทั้งห้องตามคู่มือที่ผู้วิจัยแจกให้อ่าน
7. ผู้วิจัยพูดคุยซักถามข้อสงสัยและอธิบายเพิ่มเติมก่อนนักเรียนนำไปปฏิบัติ
8. ผู้วิจัยให้นักเรียนนำคู่มือ “วัยรุ่นกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น” จุดประสงค์เรื่อง การผ่อนคลายกล้ามเนื้อ กลับไปอ่านและปฏิบัติตามคู่มือที่บ้าน แล้วแจกแบบรายงานผลการฝึกเพื่อให้นักเรียนไปบันทึกเมื่อนักเรียนได้ไปปฏิบัติที่บ้าน

9. ผู้วิจัยนัดหมายวัน เวลา และสถานที่ในการเข้ากลุ่มในครั้งต่อไป

การประเมินผล

สังเกตจากความสนใจในการร่วมกิจกรรม และเนื้อหาการอภิปรายร่วมกัน

การเข้าใจผู้อื่นกับการผ่อนคลายกล้ามเนื้อ

เราอาจสงสัยว่า การเข้าใจผู้อื่นกับการผ่อนคลายกล้ามเนื้อมีความเกี่ยวข้องกันอย่างไร ก็เพราะว่าคนที่มีความสามารถเข้าใจ เห็นใจผู้อื่นจะต้องมีระบบประสาทอัตโนมัติแบบผ่อนคลาย และการฝึกหายใจเข้าท้องพอง หายใจออกท้องยุบ การฝึกโยคะ ชี่กง หรือการฝึกร้องเพลงต่าง ๆ ก็สามารถกระตุ้นให้ระบบประสาทของเราผ่อนคลายได้ทั้งสิ้น

คู่มือ “วัยรุ่นกับความเห็นอกเห็นใจ” นี้ขอแนะนำเทคนิคการผ่อนคลายกล้ามเนื้ออย่างง่าย ๆ โดยเทคนิคผ่อนคลายกล้ามเนื้อจะเป็นวิธีการที่ทำให้เราเกิดการผ่อนคลายทางจิตใจและทางร่างกาย และส่งผลกระทบต่อระบบประสาทของเราผ่อนคลายด้วย เพื่อเราจะได้มีความพร้อมในการรับรู้อารมณ์ ความรู้สึกนึกคิดของผู้อื่นได้ดี ซึ่งการทำเทคนิคนี้เราจะเน้น การควบคุมการหายใจอย่างเป็นระบบ และการทำให้กล้ามเนื้อผ่อนคลาย

กล้ามเนื้อที่ควรฝึก ได้แก่ หน้าผาก ตา แก้ม จมูก ขากรรไกร ริมฝีปาก คอ ออก ไหล่ แขน ทั้ง สองข้าง และขาทั้งสองข้าง

ฝึกการผ่อนคลายกล้ามเนื้อ ทำตามลำดับได้ ดังนี้

เริ่มต้นโดยการนั่งในท่าที่สบาย (ควรจะนั่งเก้าอี้ที่มีพนักพิง) วางแขนบนหน้าขาของตนเอง และวางขาโดยให้ฝ่าเท้าทั้ง 2 ข้างสัมผัสพื้น ใช้น้ำหนักตัวทั้งหมดลงบนเก้าอี้ แล้วค่อยๆหลับตาลง โดยเริ่มควบคุมการหายใจเข้าท้องพอง หายใจออกท้องยุบให้เป็นจังหวะสม่ำเสมอ

ค่อยๆเกร็งกล้ามเนื้อทีละส่วน ค้างไว้จนรู้สึกตึง เกร็งมาก แล้วปล่อยให้คลายออก หลังจากนั้นเริ่มเกร็งใหม่ทำซ้ำประมาณ 10 ครั้ง แล้วค่อยทำอวัยวะอื่นต่อไปจนครบทุกส่วน

| | |
|--------------|--|
| หน้าผาก | เลิกคิ้วให้สูงขึ้นแล้วคลาย |
| ตา | หลับตาบีบแล้วคลาย (อย่าทำแรงจนเกินไป ตาเป็นอวัยวะที่เปราะบาง) |
| แก้ม และจมูก | ย่นจมูกแล้วคลาย |
| ขากรรไกร | กัดฟันให้แน่นแล้วคลาย |
| ริมฝีปาก | เม้มปากให้แน่นแล้วคลาย |
| คอ | ก้มหน้าให้คางจรดคอ แหงนหน้าให้มากที่สุดแล้วกลับสู่ท่าปกติ |
| อก | หายใจเข้าลึกๆ แล้วเกร็งไว้แล้วคลาย |
| ไหล่ | ยกไหล่ให้สูงที่สุดแล้วคลาย |
| แขน | เริ่มจากกำมือ เกร็งแขนทั้งสองข้างแล้วปล่อย |
| ขา | งอนิ้วเท้าให้เต็มที่ กระดกปลายเท้าให้สูง เกร็งขาทั้งสองข้างไว้แล้วคลาย |

ครั้งที่ 8

การพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น ด้านความสามารถในการเข้าใจ เห็นใจผู้อื่นให้สอดคล้องกับสถานการณ์ : ขอให้เห็นใจกัน

ระยะเวลา 50 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนสามารถเข้าใจ เห็นใจผู้อื่นให้สอดคล้องกับสถานการณ์ได้
2. เพื่อให้นักเรียนฝึกวิเคราะห์สถานการณ์ได้อย่างถูกต้อง

อุปกรณ์

1. คู่มือ “วัยรุ่นกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น” จุดประสงค์เรื่อง ขอให้เห็นใจกัน
2. แบบรายงานผลการฝึก

วิธีดำเนินการ

1. ผู้วิจัยกล่าวทักทายนักเรียน
2. ผู้วิจัยให้นักเรียนทบทวนถึงการเข้ากลุ่มในครั้งที่แล้ว และให้นักเรียนนำแบบรายงานผลการฝึกมาส่ง
3. ผู้วิจัยให้นักเรียนแต่ละคนอภิปรายว่าตนมีการเปลี่ยนแปลงไปในทิศทางที่พึงประสงค์หรือไม่ มากน้อยเพียงใด
4. ผู้วิจัยแจกคู่มือ “วัยรุ่นกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น” จุดประสงค์เรื่อง ขอให้เห็นใจกัน
5. ผู้วิจัยให้นักเรียนอ่านคู่มือ “วัยรุ่นกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น” จุดประสงค์เรื่อง ขอให้เห็นใจกัน และให้นักเรียนได้อภิปรายร่วมกัน
6. ผู้วิจัยพูดคุยซักถามข้อสงสัยและอธิบายเพิ่มเติมก่อนนักเรียนนำไปปฏิบัติ
7. ผู้วิจัยให้นักเรียนนำคู่มือ “วัยรุ่นกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น” จุดประสงค์เรื่อง ขอให้เห็นใจกัน กลับไปอ่านและปฏิบัติตามคู่มือที่บ้าน แล้วแจกแบบรายงานผลการฝึก เพื่อให้นักเรียนไปบันทึกเมื่อนักเรียนได้ไปปฏิบัติที่บ้าน
8. ผู้วิจัยนัดหมายวัน เวลา และสถานที่ในการเข้ากลุ่มในครั้งต่อไป

การประเมินผล

สังเกตจากความสนใจในการร่วมกิจกรรม และเนื้อหาการอภิปรายร่วมกัน



ขอให้เห็นใจกัน




ในวันหนึ่งๆเราต้องเจอเหตุการณ์ต่างๆที่เราไม่คาดคิดทั้งที่เกิดขึ้นกับตัวเราและเกิดขึ้นกับคนรอบข้างเรา มีทั้งเหตุการณ์ที่ดีและเหตุการณ์ที่ไม่ดีแต่ถ้าเกิดเหตุการณ์ที่ไม่ดีกับเราหรือคนรอบข้างเราควรจะมีใจ เข้าใจ เห็นใจเพื่อให้ปัญหาทุกอย่างผ่านไปได้ด้วยดี จากเหตุการณ์ที่คุณจะได้อ่านต่อไปนี้จะเห็นเครื่องทดสอบว่าคุณมีความเห็นอกเห็นใจคนรอบข้างคุณแค่ไหน



เกริกชัยนักเรียนชายชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ของโรงเรียนประจำจังหวัดแห่งหนึ่ง เป็นอีกวันหนึ่งที่เกริกชัยต้องเดินทางไปโรงเรียนเหมือนทุกวัน เขาเลือกเดินทางโดยปั่นจักรยานคันเก่าของเขา เนื่องจากที่บ้านของเกริกชัยมีฐานะยากจน

อ้าว! สุระ อรุณสวัสดิ์ เป็นไงบ้างวันนี้มาแต่เช้าเลยนะ เกริกชัยทักทายเพื่อนด้วยสีหน้ายิ้มแย้มแจ่มใส วันนี้เป็นเวรทำความสะอาดของเกริกชัย โดยที่เกริกชัยมีหน้าที่ถูพื้นห้อง ขณะที่เกริกชัยทำความสะอาดห้องเรียนร่วมกับเพื่อนคนอื่น ๆ อย่างสนุกสนานอยู่นั้นอดิศรเดินเข้ามาในห้องเพื่อน ๆ ทุกคนก็วิ่งเข้าไปหาอดิศรที่หน้าห้องพร้อมกับความตื่นเต้นที่อดิศรนำวีดีโอเกมส์รุ่นใหม่ล่าสุดมาอวดเพื่อน ๆ เกริกชัยเห็นก็ทำหน้าที่ของตนเองต่อไป เพราะนั่นคือ อดิศรเพื่อนจอมโอ้อวดประจำห้องเลย เสียงออดของโรงเรียนก็ดังขึ้น ได้เวลาเข้าแถวที่หอประชุมแล้ว เพื่อนทุกคนก็รีบวิ่งไปเข้าแถวรวมทั้งเกริกชัยด้วย เพล้ง! เสียงแจกันหล่นแตกกระจายเต็มไปหมด “เฮ้ย! เรายืนที่มุมซ้ายจริง ๆ ไปกันก่อนนะเดี๋ยวเราเก็บเศษแจกันก่อน” เพื่อนๆก็รีบวิ่งไปเข้าแถวกันหมดเหลือเพียงแต่เกริกชัยคนเดียวที่อยู่ภายในห้องเนื่องจากต้องเก็บกวาดเศษแจกันที่ตนทำตกแตก

หลังจากเข้าแถวเสร็จทุกคนก็เดินขึ้นห้องเรียนตามปกติ ส่วนเกริกชัยขอตัวไปช้อน้ำดื่มเมื่อทุกคนมาถึงห้องเรียน อดิศรก็ร้องเสียงดังว่า “เฮ้ย! วีดีโอเกมส์ของฉันหาย ใครเอาไป” ครูไก่อซึ่งเป็นครูประจำชั้นได้ยินจึงเดินเข้ามาซักถามรายละเอียดว่าเกิดอะไรขึ้น เรื่องราวเป็นอย่างไร ครูไก่อได้ซักถามนักเรียนภายในห้องว่านักเรียนคิดว่าใครเป็นคนเอาไป และเพราะเหตุใดจึงคิดเช่นนั้น

ถ้าเราเป็นนักเรียนที่อยู่ภายในห้องนี้ เราจะคิดว่าใครเป็นคนเอาไป แล้วเพราะอะไรเราจะ
คิดเช่นนั้น? (ลองตอบก่อน  ที่จะอ่านเรื่องราวต่อไป)

เรื่องราวไม่หยุดเพียงแค่นั้น หลังจากที่เกริกชัยซื้อน้ำดื่มเสร็จก็เดินกลับมาที่ห้องเรียนก็ต้องพบกับสีหน้า แหวงตา และท่าทางของเพื่อนๆ มองแปลกๆ ครูโก่เรียกเกริกชัยไปคุยที่ห้องพักครู เพื่อพูดคุยซักถามเรื่องราวที่เกิดขึ้น แต่เกริกชัยก็ปฏิเสธและบอกว่าไม่รู้เรื่องของอดีตที่หายไป ครูโก่จึงแจ้งเรื่องที่เกิดขึ้นกับฝ่ายปกครองเพื่อให้ช่วยตรวจสอบเรื่องที่เกิดขึ้นด้วย ส่วนครูโก่ก็คิดว่าช่วงบ่ายจะไปเยี่ยมบ้านเกริกชัย เมื่อครูโก่ไปถึงบ้านก็พบว่าแม่ของเกริกชัยขายน้ำแข็งไสอยู่ที่ร้านค้าแห่งหนึ่งที่แม่ของเกริกชัยอาศัยขอขายด้วย พอแม่ของเกริกชัยเห็นก็ตกใจคิดว่าต้องมีเรื่องไม่ดีแน่ๆ หลังจากที่ครูโก่ทักทายก็บอกว่าไม่มีอะไรแค่แวะมาเยี่ยม ทำให้แม่มีสีหน้าที่ดีขึ้นแล้วก็เล่าเรื่องเกริกชัยให้ฟังว่า “เขาเป็นเด็กดีต้องช่วยแม่เก็บของย่นมีดค้ำและต้องรีบตื่นแต่เช้าเพื่อไปเป็นเพื่อนแม่ซื้อของ กลับมาก็ต้องช่วยแม่เตรียมของ แล้วเกริกชัยถึงจะไปโรงเรียนได้” ส่วนพ่อของเกริกชัยก็เสียชีวิตไปได้ 3 ปีแล้ว ครูโก่พูดคุยกับแม่เกริกชัยได้อีกสักพักก็ขอตัวกลับ ขณะที่กลับครูโก่ก็ได้ทบทวนเรื่องที่เกิดขึ้นว่าไม่น่าจะเป็นการกระทำของเกริกชัย

เช้าวันรุ่งขึ้น เกริกชัยมาโรงเรียนด้วยสีหน้าที่เศร้าหมอง เพราะเพื่อนยังไม่ยอมคุยเล่นด้วยเหมือนเดิมแต่พอถึงช่วงพักกลางวัน ครูโก่ได้เดินเข้ามาในห้องแล้วบอกว่า “ทางโรงเรียนจับตัวคนที่ขโมยวีดีโอเกมส์ของอดีตได้แล้ว” ทุกคนก็ทำท่าทางตื่นตื่นและมองไปที่เกริกชัย แต่ครูโก่ก็บอกว่า “เป็นนักเรียนห้องอื่นที่เข้ามาแอบหยิบไปตอนที่ไม่มีใครอยู่ในห้อง” หลังจากเหตุการณ์นี้ได้ผ่านไปเพื่อนก็เข้ามาขอโทษเกริกชัยและกลับมาพูดคุยกันเหมือนเดิม ทำให้เกริกชัยดีใจมากที่ทุกคนเข้าใจ เห็นใจกับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นและเพื่อนก็ดีใจที่เกริกชัยให้อภัยพวกเขา และครูโก่ก็เลยบอกให้นักเรียนทุกคนว่า “เราไม่ควรรีบตัดสินเหตุการณ์ต่าง ๆ โดยที่ยังไม่รู้เรื่องราวอะไร และต้องใช้เหตุผลในการตัดสินปัญหาต่าง ๆ” ทำให้เหตุการณ์ทุกอย่างสงบลงดังเดิม

เพื่อนๆ ก็ต้องเข้าใจกันสิ จริงไหม?





บันทึกเรื่องราวของเธอเก็บไว้หน่อยสิ



ฉันเคยรู้สึกเห็นใจ

สาเหตุที่ทำให้ฉันเห็นใจก็เพราะ.....



ฉันเคยรู้สึกไม่เห็นใจ

สาเหตุที่ทำให้ฉันไม่เห็นใจก็เพราะ.....

ครั้งที่ 9

การพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น ด้านการเอื้อเฟื้อ ช่วยเหลือผู้อื่น :
เอาชนะความเห็นแก่ตัว

ระยะเวลา 50 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนเข้าใจขอบเขตของการเอื้อเฟื้อ ช่วยเหลือผู้อื่น
2. เพื่อให้นักเรียนรู้จักเอื้อเฟื้อ ช่วยเหลือ ปฏิบัติตนให้เป็นประโยชน์ต่อสังคม
3. เพื่อให้นักเรียนฝึกนำไปประยุกต์ใช้กับตนเอง ก่อให้เกิดความต้องการที่จะเอื้อเฟื้อ
ช่วยเหลือผู้อื่น

อุปกรณ์

1. คู่มือ “วัยรุ่นกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น” จุดประสงค์เรื่อง เอาชนะความเห็นแก่ตัว
2. แบบรายงานผลการฝึก

วิธีดำเนินการ

1. ผู้วิจัยกล่าวทักทายนักเรียน
2. ผู้วิจัยให้นักเรียนทบทวนถึงการเข้ากลุ่มในครั้งที่แล้ว และให้นักเรียนนำแบบรายงานผลการฝึกมาส่ง
3. ผู้วิจัยให้นักเรียนแต่ละคนอภิปรายว่าตนมีการเปลี่ยนแปลงไปในทิศทางที่พึงประสงค์หรือไม่ มากน้อยเพียงใด
4. ผู้วิจัยแจกคู่มือ “วัยรุ่นกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น” จุดประสงค์เรื่อง เอาชนะ
ความเห็นแก่ตัว
5. ผู้วิจัยให้นักเรียนอ่านคู่มือ “วัยรุ่นกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น” จุดประสงค์เรื่อง เอาชนะ
ความเห็นแก่ตัว และให้นักเรียนได้อภิปรายร่วมกัน
6. ผู้วิจัยพูดคุยซักถามข้อสงสัยและอธิบายเพิ่มเติมก่อนนักเรียนนำไปปฏิบัติ
7. ผู้วิจัยให้นักเรียนนำคู่มือ “วัยรุ่นกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น” จุดประสงค์เรื่อง เอาชนะ
ความเห็นแก่ตัว กลับไปอ่านและปฏิบัติตามคู่มือที่บ้าน แล้วแจกแบบรายงานผลการฝึก เพื่อให้
นักเรียนไปบันทึกเมื่อนักเรียนได้ไปปฏิบัติที่บ้าน
8. ผู้วิจัยนัดหมายวัน เวลา และสถานที่ในการเข้ากลุ่มในครั้งต่อไป

การประเมินผล

สังเกตจากความสนใจในการร่วมกิจกรรม และเนื้อหาการอภิปรายร่วมกัน



เอาชนะความเห็นแก่ตัว



การเห็นแก่ตัวเป็นการนำทุกขมาให้ตนเองและทำให้คนเราก่อความทุกข์ในเรื่องต่างๆ คนที่เห็นแก่ตนและทำอะไรก็เพื่อตนเอง โดยไม่คำนึงถึงผลเสียต่อผู้อื่นหรือส่วนรวมย่อมเป็นที่รังเกียจของคนทั่วไป ในชีวิตประจำวันเป็นสิ่งยากที่จะแยกแยะระหว่างความเห็นแก่ตัวและความไม่เห็นแก่ตัว การที่เราลดความเห็นแก่ตัวแล้วใส่ความเข้าใจ เห็นใจผู้อื่นหรือส่วนรวมมากขึ้นจะทำให้เราต้องการที่เอื้อเพื่อ เสียสละ อยากรจะช่วยเหลือผู้อื่นให้เขาให้พ้นทุกข์หรือดีขึ้น ไม่ว่าจะเป็กำลังทรัพย์ กำลังกาย กำลังวาจา กำลังใจ โดยที่ตัวเราเองก็ไม่เดือดร้อนไปด้วย

เคล็ดลับ การเอาชนะความเห็นแก่ตัว

- อย่่าสับสนระหว่างความไม่เห็นแก่ตัวกับความสมณะจนเกินพอดี เมื่อใดเห็นว่าสิ่งที่เราต้องการนั้นสมเหตุสมผล ก็ควรยื่นมือช่วยเต็มที่
- เราต้องปกป้องสิทธิของตนและของผู้อื่นด้วย หากเห็นความอยุติธรรมแล้วเพิกเฉยเราก็เป็นผู้ที่มีส่วนในความอยุติธรรมนั้นด้วย
- คนที่ไม่เห็นแก่ตน ไม่ใช่คนที่เจียบ ไม่ได้แยังอย่างอ่อนแอ แต่เขาต่อสู้เพื่อการดำรงชีพของตนและผู้อื่นต่างหาก
- ตอนเด็กๆ เราจะถูกปลูกฝังให้แข่งขันกันโรงเรียน จึงมักจะมองผู้อื่นเป็นคู่แข่งหากเราเข้าใจที่มาที่ไปของสิ่งนี้ เราจะตระหนักเมื่อมันเกิดขึ้นและปรับเปลี่ยนได้
- ความคิดแข่งขัน ซิงคิงเต่นปรากฏชัดในรูปของความอิจฉา แม้ความสำเร็จของคนใกล้ตัวความอิจฉาก็เกิดขึ้นบ่อยๆ จงพยายามลดความอิจฉาลง จะทำให้เห็นแก่ตนน้อยลง
- ควรพึงระลึกไว้เสมอว่าการแข่งขันเพื่อไปสู่จุดสูงสุด อาจช่วยส่งเสริมให้เกิดความเห็นแก่ตัว
- ความเห็นแก่ตัวจะลดลง หากเราเห็นอกเห็นใจผู้อื่นปฏิบัติต่อผู้อื่นเช่นเดียวกับที่ตนอยากได้ อยากได้รับ
- ระวังการเอาวัดเอาเปรียบสิ่งแวดล้อมและผู้อื่นโดยไม่ได้ตั้งใจ ตัวอย่างเช่น ความเห็นแก่ตัวในภาคอุตสาหกรรม ส่งผลให้เกิดมลพิษในสิ่งแวดล้อมทำลายธรรมชาติ เป็นผลกระทบจากความคิดเห็นแก่ตัว
- ความเห็นแก่ตัวมีความสัมพันธ์กับความวิตกกังวล เพราะความเห็นแก่ตัว จะช่วยให้รู้สึกปลอดภัยเพียงชั่วคราว แต่ผลสะท้อนกลับยิ่งรุนแรงกว่า เพราะหวาดกลัวว่าผู้อื่นจะทำกลับมายังตน
- เราต้องมีความมั่นใจ และมองโลกในแง่ดี เพื่อจะเอาชนะความเห็นแก่ตัว

ครั้งที่ 10

การพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น ด้านการเอื้อเฟื้อ ช่วยเหลือผู้อื่น : การเอื้อเฟื้อเพื่อแม่

ระยะเวลา 50 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนสามารถรู้ความต้องการของผู้อื่น
2. เพื่อให้นักเรียนสามารถคิดหาวิธีในการเอื้อเฟื้อ ช่วยเหลือผู้อื่น
3. เพื่อให้นักเรียนสามารถบอกความรู้สึกจากการที่ได้เอื้อเฟื้อ ช่วยเหลือผู้อื่นว่ารู้สึกอย่างไร

เพราะเหตุใดจึงให้การช่วยเหลือ

อุปกรณ์

1. คู่มือ “วัยรุ่นกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น” จุดประสงค์เรื่อง การเอื้อเฟื้อเพื่อแม่
2. แบบรายงานผลการฝึก

วิธีดำเนินการ

1. ผู้วิจัยกล่าวทักทายนักเรียน
2. ผู้วิจัยให้นักเรียนทบทวนถึงการเข้ากลุ่มในครั้งที่แล้ว และให้นักเรียนนำแบบรายงานผลการฝึกมาส่ง
3. ผู้วิจัยให้นักเรียนแต่ละคนอภิปรายว่าตนมีการเปลี่ยนแปลงไปในทิศทางที่พึงประสงค์หรือไม่ มากน้อยเพียงใด
4. ผู้วิจัยแจกคู่มือ “วัยรุ่นกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น” จุดประสงค์เรื่อง การเอื้อเฟื้อเพื่อแม่
5. ผู้วิจัยให้นักเรียนอ่านคู่มือ “วัยรุ่นกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น” จุดประสงค์เรื่อง การเอื้อเฟื้อเพื่อแม่ และให้นักเรียนได้อภิปรายร่วมกัน
6. ผู้วิจัยพูดคุยซักถามข้อสงสัยและอธิบายเพิ่มเติมก่อนนักเรียนนำไปปฏิบัติ
7. ผู้วิจัยให้นักเรียนนำคู่มือ “วัยรุ่นกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น” จุดประสงค์เรื่อง การเอื้อเฟื้อเพื่อแม่ กลับไปอ่านและปฏิบัติตามคู่มือที่บ้าน แล้วแจกแบบรายงานผลการฝึก เพื่อให้ นักเรียนไปบันทึกเมื่อนักเรียนได้ไปปฏิบัติที่บ้าน
8. ผู้วิจัยนัดหมายวัน เวลา และสถานที่ในการเข้ากลุ่มในครั้งต่อไป

การประเมินผล

สังเกตจากความสนใจในการร่วมกิจกรรม และเนื้อหาการอภิปรายร่วมกัน



การเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่



การเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ถือว่าเป็นคุณธรรมที่สำคัญของมนุษย์ คือเป็นผู้ที่มีกำลังมีความสามารถที่จะช่วยเหลือผู้ที่อ่อนแอหรือผู้ที่ประสบกับปัญหา รวมถึงการแบ่งปันสิ่งของหรืออย่างอื่นที่เรามีมากกว่าผู้อื่น ซึ่งเป็นการกระทำตนให้เป็นประโยชน์แก่ผู้อื่น เสียสละโดยไม่หวังผลตอบแทน การแสดงความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่สามารถแสดงแก่บุคคลที่อยู่ใกล้ชิดสนิทสนม จนถึงบุคคลที่อยู่ห่างออกไป เช่น การช่วยเหลือเด็กเล็กหรือคนชราให้ข้ามถนน แบ่งปันของใช้เครื่องเล่นเรียนแก่เพื่อนที่ไม่มีสิ่งเหล่านั้น ชีบออกทางแก่ผู้ที่ไม่รู้จักให้ไปถึงที่หมายหรือการปลอมโยนเพื่อนที่มีความทุกข์ให้เขาคลายทุกข์ เป็นต้น

คุณลักษณะของคนที่เอื้อเฟื้อ ช่วยเหลือผู้อื่น

1. มีมนุษยสัมพันธ์ รู้จักกาลเทศะ โอกาสและความต้องการของผู้อื่นในสถานการณ์ต่างๆ
2. ไม่เห็นแก่ประโยชน์ส่วนตน มากกว่าประโยชน์ส่วนรวม
3. รู้จักการเอาใจเขามาใส่ใจเราไม่นิ่งดูตาย
4. รู้จักให้อุปการะ และปฏิบัติต่อผู้อื่น ตามควรแก่โอกาส



ลองอ่านเหตุการณ์ “ฉันท้าใจเธอ” ต่อไปนี้ เพื่อจะเป็นการทดสอบว่าเรามีความต้องการที่อยากจะทำเอื้อเฟื้อ ช่วยเหลือคนรอบข้างตัวเราหรือไม่

ในช่วงโมงศิลปะ อาจารย์ให้นักเรียนวาดภาพโดยใช้สีน้ำและฟูกันที่นักเรียนเตรียมมา ทุกคนก็หยิบอุปกรณ์ของตนเองขึ้นมาใช้ ฤดีหาฟูกันที่ตนเองเตรียมมาไม่เจอเนื่องจากก้นถุงที่ใส่ฟูกันขาด ซึ่งอาจจะทำให้ฟูกันร่วงหล่นหายไป ทำให้ฤดีเดินไปหาเพื่อนที่มีฟูกัน 2 อัน “ดวงพร เราขอยืมฟูกันอันหนึ่งก่อนได้ไหม พอดีฟูกันของเราหล่นหาย” ดวงพรมองหน้าฤดีแล้วพูดว่า “ไม่ได้หรอก อันนี้เราก็ต้องใช้ เราต้องใช้ 2 อัน ไปยืมของคนอื่นสิ” พอได้ยินดังนั้นฤดีก็ไม่ได้พูดอะไร

วิชาต่อมาเป็นวิชาวิทยาศาสตร์ อาจารย์ให้นักเรียนจดเนื้อหาตามที่อาจารย์บอก ขณะที่นักเรียนทุกคนกำลังจดตาม ดวงพรยกมือขึ้นขออนุญาตอาจารย์ว่า “อาจารย์คะ ปากกาของหนูหมึกหมดเขียนไม่ออก มีใครมีปากกาให้เรายืมบ้าง” เมื่อดวงพรพูดจบ ฤดีเพื่อนที่อยู่หลังห้องเดินเอาปากกามาให้ยืม แล้วอาจารย์ก็บอกให้ทุกคนจดเนื้อหาต่อ พอหมดช่วงโมงเรียน ดวงพรเข้าไปถามฤดีว่า “เธอไม่โกรธเราที่เราไม่ให้ยืมฟูกันเธอ” ฤดีตอบกลับไปแล้วว่า “ไม่หรอกเราไม่โกรธ เพราะเราก็เป็นเพื่อนกัน ฉันท้าใจว่าเธอก็จำเป็นต้องใช้” ดวงพรจึงรู้สึกเสียใจและขอโทษที่ทำนิสัยไม่ดีใส่ฤดี



บันทึกความดี



- ☞ ฉันเห็นยายแก่ขายขนมฉันจะ
- ☞ เพื่อนลืมนำปากกามาฉันจะ
- ☞ คนตาบอดกำลังจะข้ามถนนฉันจะ
- ☞ น้องร้องไห้ฉันจะ
- ☞ ศูนย์ขาดเจ็บอยู่หน้าบ้านฉันจะ
- ☞ ฉันเห็นคนพิการฉันจะ
- ☞ คุณครูถือของหนักฉันจะ
- ☞ เพื่อนทำกระเป๋าหายฉันจะ
- ☞ คุณแม่ทำงานบ้านฉันจะ
- ☞ เมื่อเห็นคนขอทานฉันจะ
- ☑ บันทึกสิ่งที่ดีฉันเคยเจอเพื่อ ช่วยเหลือ.....
-
-
-
- ☑ ความรู้สึกที่เจอเพื่อช่วยเหลือ.....
-
-
-



มนุษย์เราทุกคนก็ต้องพึ่งพาอาศัยกันทั้งนั้น
แล้วมันก็ไม่เห็นจะเป็นอะไรเลยที่เธอจะรู้จักแบ่งปันอะไรๆให้กับเพื่อนมนุษย์ด้วยกัน

ครั้งที่ 11

การพัฒนาความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น ด้านการเอื้อเฟื้อ ช่วยเหลือผู้อื่น :
ช่วยเหลือเกื้อกูล

ระยะเวลา 50 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนตระหนักถึงผลดีและผลเสียของการเอื้อเฟื้อ ช่วยเหลือผู้อื่น เมื่อผู้อื่นได้รับความทุกข์ยากเดือดร้อน
2. เพื่อให้นักเรียนตระหนักและเห็นความสำคัญของการเอื้อเฟื้อ ช่วยเหลือผู้อื่น
3. เพื่อให้นักเรียนฝึกการเอื้อเฟื้อ ช่วยเหลือผู้อื่น

อุปกรณ์

1. คู่มือ “วัยรุ่นกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น” จุดประสงค์เรื่อง เอาใจเขามาใส่ใจเรา
2. แบบรายงานผลการฝึก

วิธีดำเนินการ

1. ผู้วิจัยกล่าวทักทายนักเรียน
2. ผู้วิจัยให้นักเรียนทบทวนถึงการเข้ากลุ่มในครั้งที่แล้ว และให้นักเรียนนำแบบรายงานผลการฝึกมาส่ง
3. ผู้วิจัยให้นักเรียนแต่ละคนอภิปรายว่าตนมีการเปลี่ยนแปลงไปในทิศทางที่พึงประสงค์หรือไม่ มากน้อยเพียงใด
4. ผู้วิจัยแจกคู่มือ “วัยรุ่นกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น” จุดประสงค์เรื่อง เอาใจเขามาใส่ใจเรา
5. ผู้วิจัยให้นักเรียนอ่านคู่มือ “วัยรุ่นกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น” จุดประสงค์เรื่อง เอาใจเขามาใส่ใจเรา และให้นักเรียนได้อภิปรายร่วมกัน
6. ผู้วิจัยพูดคุยซักถามข้อสงสัยและอธิบายเพิ่มเติมก่อนนักเรียนนำไปปฏิบัติ
7. ผู้วิจัยให้นักเรียนนำคู่มือ “วัยรุ่นกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น” จุดประสงค์เรื่อง เอาใจเขามาใส่ใจเรา กลับไปอ่านและปฏิบัติตามคู่มือที่บ้าน แล้วแจกแบบรายงานผลการฝึก เพื่อให้นักเรียนไปบันทึกเมื่อนักเรียนได้ไปปฏิบัติที่บ้าน
8. ผู้วิจัยนัดหมายวัน เวลา และสถานที่ในการเข้ากลุ่มในครั้งต่อไป

การประเมินผล

สังเกตจากความสนใจในการร่วมกิจกรรม และเนื้อหาการอภิปรายร่วมกัน



ช่วยเหลือเกื้อกูล



ผู้ที่มีความเอื้อเฟื้อ ช่วยเหลือเกื้อกูลผู้อื่นนั้นเป็นผู้ที่มีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น เป็นการเอาใจเขามาใส่ใจเรา เพราะเมื่อเห็นผู้อื่นได้รับความทุกข์ ความเดือดร้อนต้องการความช่วยเหลือก็รับเป็นภาระให้ โดยที่ไม่หวังผลตอบแทน คนที่ช่วยเหลือเกื้อกูลผู้อื่น โดยไม่หวังผลตอบแทนจะได้รับความดีตอบสนองอย่างแน่นอน

การเอื้อเฟื้อ ช่วยเหลือผู้อื่นทำไปแล้วได้อะไร?

1. มนุษย์เรามีผู้ที่ขาดแคลน ถ้าเรามีโอกาสควรให้ความช่วยเหลือ ไม่ว่าจะเป็นการกำลังกาย วาจา ใจหรือกำลังทรัพย์ตามกำลังที่เหมาะสมกับวัยเพื่อให้ผู้ที่ขาดแคลนเหล่านั้นมีความเป็นอยู่ที่ดีขึ้น
2. จิตที่ดีจะทำให้ยอมดีกว่าจิตที่คิดจะรับ เพราะผู้ให้ยอมมีความสุขใจ
3. การแสดงความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ก็เพื่อสละหรือละความเห็นแก่ตัวให้เบาบางจนกระทั่งหมดความเห็นแก่ตัว ซึ่งจะช่วยให้อยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข

ลองอ่านเหตุการณ์ “ช่วยเหลือเกื้อกูล” ต่อไปนี้ เพื่อจะเป็นการทดสอบว่าเรามีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นหรือไม่

ณ ไต่ประจำกลุ่มของแก๊ง “เพื่อนสนิท” ก็ญญาเป็นคนแรกที่มาถึงไต่ประจำกลุ่มแต่เข้าตรู สักพักเพื่อนคนอื่นๆ ก็เริ่มมาถึง ทั้งไปรยา พัชราภาและณัฐวุฒิ ทั้ง 3 คนก็ต่างคุยกันถึงสิ่งต่างๆ ที่ตน ได้ทำมาในช่วงวันหยุดที่ผ่านมา ไปรยาพูดกับเพื่อนๆ ว่า ได้ไปเที่ยวทะเลมาสนุกมากๆ เล่นน้ำทะเลจน เต็มอิม ส่วนพัชราภา ก็พูดแทรกขึ้นมาว่า เราก็ไปเที่ยวดริมเวิลด์มา เล่นเครื่องเล่นจนครบ กรี๊ดจนเสียง หาย ส่วนณัฐวุฒิบอกว่า ได้ไปเยี่ยมญาติที่ต่างจังหวัด ไปเที่ยวตามสถานที่สำคัญของจังหวัด ทุกคน ก็ต่างแย่งกันเล่า มีเพียงแต่ณัฐวุฒิที่แอบสังเกตเห็นกัญญาที่นั่งเงียบไม่พูดกับใคร ตาเหม่อลอยมองไปที่อื่น โดยไม่ได้สนใจฟังสิ่งที่เพื่อนเล่าเลย





ช่วงพักกลางวัน ทุกคนก็ซื้ออาหารมารับประทานที่โต๊ะประจำกลุ่ม ทุกคนก็พูดคุยเรื่องอาหาร ยกเว้นแต่ก็ญญาคนเดียวที่นั่งก้มหน้าไม่พูดอะไรเหมือนกับตอนเช้า จนทำให้ณัฐภูมิต้องถามก็ญญาว่า “วันนี้เป็นอะไรไปดูเจียบไปนะ” แต่ไปรยากับพัชราภากับพูดว่า “ไม่เห็นเป็นไรเลย ก็ญญาเขาไม่อยากเล่าก็แสดงว่าเขาไม่ได้ไปเที่ยวเหมือนพวกเค้าไง” ส่วนณัฐภูมิก็พูดว่า “จริงๆนะวันนี้ก็ญญาดูเจียบไป เป็นอะไรหรือเปล่า อย่าไปสนใจคำพูดของ 2 คนนั้นเลย” หลังจากนั้นไปรยากับพัชราภาไม่พอใจก็เลยเดินออกจากโต๊ะ ก็ญญาก็บอกว่า “ขอบใจนะ ณัฐภูมิที่เข้าใจเรา” ก็ญญาก็เริ่มเล่าเรื่องที่ไม่สบายใจให้ณัฐภูมิฟัง ทำให้ทราบว่ามีปัญหาของก็ญญา ก็คือ กลัวจะสอบตกวิชาอังกฤษในวันพรุ่งนี้ที่จะมาถึงเพราะเรียนไม่เข้าใจ ณัฐภูมิก็บอกก็ญญาว่า “ไม่เป็นไรนะ เดี่ยวพวกเราจะช่วยกันอธิบายให้เธอเข้าใจเอง จังเดียวช่วงเลิกเรียนวันนี้ก่อนกลับบ้าน เราช่วยกันติวทำความเข้าใจกันก่อนนะ เธอต้องทำได้อยู่แล้วเพราะเธอเป็นคนตั้งใจ ทบทวนสักหน่อยบวกกับที่เราช่วยกันทำความเข้าใจก็เบาใจได้แล้ว” ก็ญญาขอบใจณัฐภูมิที่เข้าใจ และพร้อมที่จะช่วยเหลือ เมื่อยามที่เขาารู้สึกทุกซึกซี้

จากเหตุการณ์ดังกล่าว ถ้าเราเป็นเพื่อนก็ญญา เราจะทำอย่างไร ลองตอบคำถามให้ตัวเองเพื่อตรวจสอบว่าเรามีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นหรือไม่ และในแต่ละวันเราต้องพบเจอเรื่องราวมากมาย ดังนั้น เราลองฝึกการเอาใจเขามาใส่ใจเรา 3 วัน โดยการเอื้อเฟื้อ ช่วยเหลือผู้อื่นจากเรื่องหรือปัญหาที่เกิดขึ้นกับบุคคลนั้น โดยที่ตัวเราช่วยเหลืออย่างไม่เดือดร้อน แล้วสังเกตว่าผลดีที่เกิดขึ้นเป็นอย่างไร





บันทึกการฝึก “ช่วยเหลือเกื้อกูล”



| วันที่ฝึก | เรื่อง/ปัญหาที่เกิดขึ้น | เอื้อเพื่อช่วยเหลืออย่างไร | ผลดีที่เกิดขึ้น |
|---|-------------------------|----------------------------|-----------------|
| วันที่ 1  | | | |
| วันที่ 2  | | | |
| วันที่ 3  | | | |



ใช่เลย! เธอทำได้ 🍌 ตอนนี้เธอก็เป็นผู้ที่มีความเห็นอกเห็นใจคนรอบข้างได้ดีเลยทีเดียว

ครั้งที่ 12 ปัจฉิมนิเทศ

ระยะเวลา 50 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนบอกความรู้สึกและแสดงความคิดเห็นที่ได้รับจากโปรแกรมการช่วยเหลือตนเอง
2. เพื่อให้นักเรียนสรุปผลที่ได้จากโปรแกรมการช่วยเหลือตนเอง
3. เพื่อให้นักเรียนนำประโยชน์ที่ได้จากโปรแกรมการช่วยเหลือตนเองไปใช้ในชีวิตประจำวัน

อุปกรณ์

แบบสอบถามวัดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นเท่ากับจำนวนนักเรียน

วิธีดำเนินการ

1. ผู้วิจัยกล่าวทักทายนักเรียน
2. ผู้วิจัยให้นักเรียนทบทวนถึงการเข้ากลุ่มในครั้งที่แล้ว และให้นักเรียนนำแบบรายงานผลการฝึกมาส่ง
3. ผู้วิจัยให้นักเรียนแต่ละคนอภิปรายว่าตนมีการเปลี่ยนแปลงไปในทิศทางที่พึงประสงค์หรือไม่ มากน้อยเพียงใด
4. ผู้วิจัยให้นักเรียนตอบแบบสอบถามวัดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น เพื่อนำคะแนนที่ได้เป็นคะแนนหลังการทดลอง (Posttest)
5. ผู้วิจัยให้นักเรียนสรุปผลที่ได้จากการโปรแกรมการช่วยเหลือตนเอง และการนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน
6. ผู้วิจัยกล่าวปิดโปรแกรมการช่วยเหลือตนเอง

การประเมินผล

สังเกตจากความสนใจ และการแสดงความคิดเห็น

ภาคผนวก ค.

1. ค่าความเที่ยงตรง (IOC) ของแบบสอบถามวัดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น
2. แสดงผลการหาความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้าง (Construct Validity) โดยวิธีวิเคราะห์องค์ประกอบแบบยืนยัน (Confirmatory Factor Analysis) โดยใช้โปรแกรม LISREL




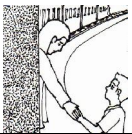


ตาราง 10 ค่าความเที่ยงตรง (IOC) ของแบบสอบถามวัดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

| ข้อที่ | ข้อคำถาม | กรรมการ ท่านที่ 1 | กรรมการ ท่านที่ 2 | กรรมการ ท่านที่ 3 | ค่า IOC | หมายเหตุ (คัดเลือกไว้) |
|--------|---|----------------------|----------------------|----------------------|---------|---------------------------|
| 1. | ด้านความสามารถในการอ่านอารมณ์ และคาดเดาความรู้สึกของผู้อื่น ลักษณะใดต่อไปนี้เข้ากับหน้าตาในรูป ที่สุด  | 1 | 1 | 1 | 1.00 | คัดเลือกไว้ |
| 2. | ลักษณะใดต่อไปนี้เข้ากับหน้าตาในรูป ที่สุด  | 1 | 1 | 1 | 1.00 | คัดเลือกไว้ |
| 3. | ลักษณะใดต่อไปนี้เข้ากับหน้าตาในรูป ที่สุด  | 1 | 1 | 1 | 1.00 | คัดเลือกไว้ |
| 4. | คุณลักษณะใดเข้ากับบุคคลในภาพนี้  | -1 | 1 | 1 | 0.33 | คัดเลือกไว้ |
| 5. | คุณลักษณะใดเข้ากับบุคคลในภาพนี้  | 1 | 1 | 1 | 1.00 | คัดเลือกไว้ |
| 6. | คุณลักษณะใดเข้ากับบุคคลในภาพนี้  | 0 | 1 | 1 | 0.67 | คัดเลือกไว้ |

| ข้อที่ | ข้อความคำถาม | กรรมการ ท่านที่ 1 | กรรมการ ท่านที่ 2 | กรรมการ ท่านที่ 3 | ค่า IOC | หมายเหตุ (คัดเลือกไว้) |
|--------|--|----------------------|----------------------|----------------------|---------|---------------------------|
| 7. | คุณลักษณะในข้อใด เข้ากันกับคนที่มี น้ำเสียงกระด้าง | 1 | 1 | 1 | 1.00 | คัดเลือกไว้ |
| 8. | คุณลักษณะในข้อใด เข้ากับคนที่พูดจา ไหลลื่น ไพเราะ | 1 | 1 | 1 | 1.00 | คัดเลือกไว้ |
| 9. | <u>ด้านความสามารถในการเข้าใจผู้อื่น</u> <u>ตามสถานการณ์ในสังคม</u> คนกลุ่มหนึ่งกำลังเตรียมตัวเข้าไปเจอกับบางสิ่งที่น่ากลัว ในขณะที่พวกเขาต้องนั่งรอ นักเรียนคิดว่าคนกลุ่มนี้จะมีพฤติกรรมเช่นไร | 1 | 1 | 1 | 1.00 | คัดเลือกไว้ |
| 10. | คนที่ต้องอยู่ภายใต้การปกครองแบบเผด็จการกับภายใต้การปกครองแบบประชาธิปไตย การปกครองแบบใดจะได้รับการคัดค้านมากกว่า | 1 | 1 | 1 | 1.00 | คัดเลือกไว้ |
| 11. | ในการศึกษาพฤติกรรมกรรมการเลือกตั้งนักเรียนคิดว่าคนจะสนใจการหาเสียงของพรรคที่ตนชอบ หรือการหาเสียงพรรคอื่นมากกว่า | 1 | 1 | 1 | 1.00 | คัดเลือกไว้ |
| 12. | หากการพบกันครั้งแรกกับใครคนหนึ่งแล้วนักเรียนเกิดความรู้สึกไม่ชอบคนๆนั้น การพบในครั้งต่อไปจะเป็นอย่างไร | -1 | 1 | 1 | 0.33 | คัดเลือกไว้ |
| 13. | การเสนอข้อมูลข่าวสารเรื่องหนึ่งที่เหมือนกันแต่พูดโดยคนต่างกันคือ 1) อาจารย์ใหญ่ 2) สมาชิกคนหนึ่งในชุมชน 3) เด็กที่กระทำผิดกฎหมาย นักเรียนคิดว่าผู้พูดคนไหนสามารถโน้มน้าวความคิดของผู้ฟัง (ประชาชนทั่วไป) ได้ดีที่สุด | 1 | 1 | 1 | 1.00 | คัดเลือกไว้ |

| ข้อที่ | ข้อความคำถาม | กรรมการ ท่านที่ 1 | กรรมการ ท่านที่ 2 | กรรมการ ท่านที่ 3 | ค่า IOC | หมายเหตุ (คัดเลือกไว้) |
|--------|---|----------------------|----------------------|----------------------|---------|---------------------------|
| 14. | ในการทดลองให้ผู้ถูกทดลอง 2 กลุ่มถูก สะกดจิต กลุ่มที่ 1 ให้รู้สึกเป็นสุขและ กลุ่มที่ 2 ให้รู้สึกวิตกกังวล แล้วดูรูปภาพ ที่เกี่ยวกับคนหนุ่มสาวที่กำลังชูดพื้นดิน ราบลุ่มที่เต็มไปด้วยน้ำ ผู้ถูกทดสอบซึ่ง อยู่ในภาวะอารมณ์ที่ต่างกัน จะบรรยาย ภาพนั้นอย่างไร | 1 | 1 | 1 | 1.00 | คัดเลือกไว้ |
| 15. | ให้คนที่เพิ่งจะเป็นเจ้าของรถยนต์และ คนที่เป็นเจ้าของรถยนต์รุ่นเดียวกันมา นานหลายปีอ่านนิตยสารรถยนต์ซึ่งเป็น รุ่นของตัวเอง ใครจะสนใจอ่านนิตยสาร นี้มากกว่ากัน | 1 | 1 | 1 | 1.00 | คัดเลือกไว้ |
| 16. | นักวิจัยคนหนึ่งได้แสดงรูปดอกไม้ให้ กลุ่มผู้ถูกทดสอบดู โดยให้รูปดอก กุหลาบถูกแสดงซ้ำถึง 20 ครั้ง ส่วนดอก กล้วยไม้ถูกแสดงเพียงแค่ 2 ครั้ง | -1 | 1 | 1 | 0.33 | คัดเลือกไว้ |
| 17. | กลุ่มคนที่มีความกังวลใจกับกลุ่มคนที่ ไม่มีความกังวลใจ จะประเมินระดับ ความกลัวต่อคนแปลกหน้า กลุ่มคน กลุ่มไหนรู้สึกว่าคุณแปลกหน้าน่ากลัว กว่ากัน | 1 | 1 | 1 | 1.00 | คัดเลือกไว้ |
| 18. | ในการส่งแบบสอบถามให้ผู้ชม ภาพยนตร์แนวต่อสู้ตอบทั้งก่อนและหลัง ชมภาพยนตร์เพื่อวัดระดับความก้าวร้าว นักเรียนคิดว่าคำตอบช่วงใดที่แสดง ความก้าวร้าวในระดับสูง | -1 | 1 | 1 | 0.33 | คัดเลือกไว้ |

| ข้อที่ | ข้อความคำถาม | กรรมการ ท่านที่ 1 | กรรมการ ท่านที่ 2 | กรรมการ ท่านที่ 3 | ค่า IOC | หมายเหตุ (คัดเลือกไว้) |
|--------|--|----------------------|----------------------|----------------------|---------|---------------------------|
| 19. | ขอให้คน 3 กลุ่ม ได้แก่ เด็กประถม มัธยม และผู้ใหญ่ แสดงความเห็นเพื่อ ความถูกต้องและ 4 อาทิตย์ต่อมา กลุ่ม จะถูกถามอีกครั้งแต่ครั้งนี้ได้รับการบอก ว่า “ความเห็น ส่วนใหญ่ของกลุ่มอื่นๆ ไม่เหมือนของคุณ” คำบอกกล่าวนี้มีผล อย่างไร | -1 | 1 | 1 | 0.33 | คัดเลือกไว้ |
| 20. | ด้านเอื้อเพื่อ ช่วยเหลือผู้อื่น นักธุรกิจกลุ่มนี้กำลังถกเถียง พูดคุย อะไรกันอยู่  | 1 | 1 | 1 | 1.00 | คัดเลือกไว้ |
| 21. | เขาโทรไปหาใคร  | 1 | 1 | 1 | 1.00 | คัดเลือกไว้ |
| 22. | เด็กผู้ชายจะมีพฤติกรรมอย่างไร  | 1 | 1 | 1 | 1.00 | คัดเลือกไว้ |
| 23. | เด็กหญิงคนนี้กำลังคิดอะไร  | 1 | 1 | 1 | 1.00 | คัดเลือกไว้ |
| 24. | ผู้หญิงที่อยู่ข้างหน้า ครุ่นคิดอะไรอยู่  | 1 | 1 | 1 | 1.00 | คัดเลือกไว้ |

| ข้อที่ | ข้อคำถาม | กรรมการ ท่านที่ 1 | กรรมการ ท่านที่ 2 | กรรมการ ท่านที่ 3 | ค่า IOC | หมายเหตุ (คัดลอกไว้) |
|--------|---|----------------------|----------------------|----------------------|---------|-------------------------|
| 25. | พวกเด็กผู้ชายจะทำอย่างไร  | 1 | 1 | 1 | 1.00 | คัดลอกไว้ |
| 26. | คนทั้งสี่กำลังฉลองอะไรกัน  | 1 | 1 | 1 | 1.00 | คัดลอกไว้ |
| 27. | เด็กผู้หญิงกำลังทำอะไร  | 1 | 1 | 1 | 1.00 | คัดลอกไว้ |
| 28. | หญิงสาวบนรถไฟจะคิดอย่างไร ขณะ กล่าวคำอำลา  | 1 | 1 | 1 | 1.00 | คัดลอกไว้ |
| 29. | ผู้ชายคนนั้นเฝ้าคิดถึงเรื่องอะไร  | 1 | 1 | 1 | 1.00 | คัดลอกไว้ |
| 30. | หญิงสาวคนนี้นำกำลังคิดอะไร  | 1 | 1 | 1 | 1.00 | คัดลอกไว้ |

ผลการหาความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้าง (Construct Validity) โดยวิธีวิเคราะห์องค์ประกอบแบบ
ยืนยัน (Confirmatory Factor Analysis) โดยใช้โปรแกรม LISREL

DATE: 11/13/2006
TIME: 16:03

L I S R E L 8.72

BY

Karl G. Jöreskog & Dag Sörbom

This program is published exclusively by
Scientific Software International, Inc.
7383 N. Lincoln Avenue, Suite 100
Lincolnwood, IL 60712, U.S.A.
Phone: (800)247-6113, (847)675-0720, Fax: (847)675-2140
Copyright by Scientific Software International, Inc., 1981-2005
Use of this program is subject to the terms specified in the
Universal Copyright Convention.
Website: www.ssicentral.com

The following lines were read from file D:\empathy\test113.LS8:

```
TI test for empathy
!DA NI=30 NO=743 MA=PM
SY='D:\empathy\test11.DSF' NG=1
!AC FI='D:\empathy\test11.acp
MO NY=30 NE=6 NK=1 LY=FU,FI PS=FU,FI TE=FU,FI GA=FU,FI BE=FU,FI
LK
empathy
LE
eye fig voice social help move
FR LY(2,1) LY(3,1) LY(5,2) LY(6,2) LY(8,3) LY(10,4) LY(11,4) LY(12,4) LY(13,4)
FR LY(14,4) LY(15,4) LY(16,4) LY(17,4) LY(18,4) LY(19,4) LY(21,5) LY(22,5) LY(23,5)
FR LY(24,5) LY(25,5) LY(26,5) LY(27,5) LY(28,5) LY(29,5) LY(30,5)
FR TE(1,1) TE(2,2) TE(3,3) TE(4,4)
FR TE(5,5) TE(6,6) TE(7,7) TE(8,8) TE(9,9) TE(10,10) TE(11,11) TE(12,12) TE(13,13)
FR TE(14,14) TE(15,15) TE(16,16) TE(17,17) TE(18,18) TE(19,19) TE(20,20) TE(21,21)
FR TE(22,22) TE(23,23) TE(24,24) TE(25,25) TE(26,26) TE(27,27) TE(28,28) TE(29,29)
FR TE(30,30) TE(5,8) TE(1,2) TE(2,3) TE(4,16) TE(3,23)
FR BE(1,6) BE(2,6)
FR GA(5,1) GA(6,1)
FR GA(4,1)
VA 1 BE(3,6)
FR PS(1,1) PS(2,2) PS(3,3) PS(4,4) PS(5,5) PS(6,6)
VA 1 LY(1,1)
VA 1 LY(4,2)
VA 1 LY(7,3)
VA 1 LY(9,4)
VA 1 LY(20,5)
PD
OU ME=WL SS SC AD=OFF
```

TI test for empathy

Number of Input Variables 30
 Number of Y - Variables 30
 Number of X - Variables 0
 Number of ETA - Variables 6
 Number of KSI - Variables 1
 Number of Observations 743

TI test for empathy

Number of Iterations = 92

LISREL Estimates (Weighted Least Squares)

| | eye | fig | voice | social | help | move |
|-----|-------------------------|-------------------------|------------------------|-------------------------|-------|-------|
| | ----- | ----- | ----- | ----- | ----- | ----- |
| U2 | 1.00 | -- | -- | -- | -- | -- |
| U3 | 0.43 (0.07) 6.05 | -- | -- | -- | -- | -- |
| U5 | 1.62 (0.15) 10.82 | -- | -- | -- | -- | -- |
| U9 | -- | 1.00 | -- | -- | -- | -- |
| U10 | -- | 1.32 (0.09) 14.66 | -- | -- | -- | -- |
| U11 | -- | 1.20 (0.08) 16.04 | -- | -- | -- | -- |
| U16 | -- | -- | 1.00 | -- | -- | -- |
| U17 | -- | -- | 0.81 (0.09) 8.92 | -- | -- | -- |
| S19 | -- | -- | -- | 1.00 | -- | -- |
| S20 | -- | -- | -- | 0.91 (0.08) 11.84 | -- | -- |
| S21 | -- | -- | -- | 0.33 (0.06) 5.14 | -- | -- |
| S22 | -- | -- | -- | 0.53 (0.06) 8.23 | -- | -- |

| | | | | | | |
|-----|----|----|----|-------------------------|------------------------|----|
| S24 | -- | -- | -- | 0.29 (0.06) 4.81 | -- | -- |
| S26 | -- | -- | -- | 0.91 (0.07) 12.57 | -- | -- |
| S27 | -- | -- | -- | 1.16 (0.08) 14.37 | -- | -- |
| S29 | -- | -- | -- | 0.56 (0.07) 8.44 | -- | -- |
| S33 | -- | -- | -- | 1.27 (0.08) 15.69 | -- | -- |
| S34 | -- | -- | -- | 0.93 (0.07) 12.56 | -- | -- |
| S35 | -- | -- | -- | 1.13 (0.08) 14.22 | -- | -- |
| H38 | -- | -- | -- | -- | 1.00 | -- |
| H39 | -- | -- | -- | -- | 1.77 (0.23) 7.77 | -- |
| H40 | -- | -- | -- | -- | 1.39 (0.20) 6.96 | -- |
| H42 | -- | -- | -- | -- | 2.59 (0.32) 7.99 | -- |
| H43 | -- | -- | -- | -- | 1.65 (0.21) 7.69 | -- |
| H45 | -- | -- | -- | -- | 1.66 (0.22) 7.43 | -- |
| H46 | -- | -- | -- | -- | 1.82 (0.23) 7.99 | -- |
| H49 | -- | -- | -- | -- | 1.25 (0.18) 6.91 | -- |

| | | | | | | |
|-----|----|----|----|----|--------|----|
| H50 | -- | -- | -- | -- | 1.31 | -- |
| | | | | | (0.19) | |
| | | | | | 6.81 | |
| H51 | -- | -- | -- | -- | 0.56 | -- |
| | | | | | (0.15) | |
| | | | | | 3.77 | |
| H53 | -- | -- | -- | -- | 1.68 | -- |
| | | | | | (0.22) | |
| | | | | | 7.63 | |

BETA

| | eye | fig | voice | social | help | move |
|--------|-------|-------|-------|--------|-------|--------|
| | ----- | ----- | ----- | ----- | ----- | ----- |
| eye | -- | -- | -- | -- | -- | 0.87 |
| | | | | | | (0.10) |
| | | | | | | 8.73 |
| fig | -- | -- | -- | -- | -- | 0.74 |
| | | | | | | (0.08) |
| | | | | | | 9.90 |
| voice | -- | -- | -- | -- | -- | 1.00 |
| social | -- | -- | -- | -- | -- | -- |
| help | -- | -- | -- | -- | -- | -- |
| move | -- | -- | -- | -- | -- | -- |

GAMMA

| | empathy |
|--------|---------|
| | ----- |
| eye | -- |
| fig | -- |
| voice | -- |
| social | 0.39 |
| | (0.03) |
| | 15.06 |
| help | 0.20 |
| | (0.02) |
| | 8.34 |
| move | 0.33 |
| | (0.03) |
| | 10.84 |

Covariance Matrix of ETA and KSI

| | eye | fig | voice | social | help | move |
|---------|------|------|-------|--------|------|------|
| eye | 0.29 | | | | | |
| fig | 0.15 | 0.39 | | | | |
| voice | 0.20 | 0.17 | 0.24 | | | |
| social | 0.11 | 0.10 | 0.13 | 0.24 | | |
| help | 0.06 | 0.05 | 0.07 | 0.08 | 0.06 | |
| move | 0.20 | 0.17 | 0.23 | 0.13 | 0.07 | 0.23 |
| empathy | 0.29 | 0.24 | 0.33 | 0.39 | 0.20 | 0.33 |

Covariance Matrix of ETA and KSI

| empathy | |
|---------|------|
| empathy | 1.00 |

PHI

| empathy | |
|---------|------|
| empathy | 1.00 |

PSI

Note: This matrix is diagonal.

| eye | fig | voice | social | help | move |
|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
| 0.11 | 0.26 | 0.01 | 0.09 | 0.02 | 0.12 |
| (0.02) | (0.03) | (0.04) | (0.02) | (0.01) | (0.02) |
| 5.01 | 9.07 | 0.23 | 5.37 | 3.51 | 6.25 |

Squared Multiple Correlations for Structural Equations

| eye | fig | voice | social | help | move |
|------|------|-------|--------|------|------|
| 0.61 | 0.33 | 0.96 | 0.64 | 0.66 | 0.47 |

Squared Multiple Correlations for Reduced Form

| eye | fig | voice | social | help | move |
|------|------|-------|--------|------|------|
| 0.29 | 0.15 | 0.45 | 0.64 | 0.66 | 0.47 |

Reduced Form

| | empathy |
|-----|-------------------------|
| eye | 0.29 (0.03) 10.57 |
| fig | 0.24 (0.02) 11.63 |

voice 0.33
(0.03)
10.84

social 0.39
(0.03)
15.06

help 0.20
(0.02)
8.34

move 0.33
(0.03)
10.84

Squared Multiple Correlations for Y - Variables

| U2 | U3 | U5 | U9 | U10 | U11 |
|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| ----- | ----- | ----- | ----- | ----- | ----- |
| 0.29 | 0.05 | 0.75 | 0.39 | 0.68 | 0.56 |

Squared Multiple Correlations for Y - Variables

| U16 | U17 | S19 | S20 | S21 | S22 |
|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| ----- | ----- | ----- | ----- | ----- | ----- |
| 0.24 | 0.16 | 0.24 | 0.20 | 0.03 | 0.07 |

Squared Multiple Correlations for Y - Variables

| S24 | S26 | S27 | S29 | S33 | S34 |
|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| ----- | ----- | ----- | ----- | ----- | ----- |
| 0.02 | 0.20 | 0.33 | 0.08 | 0.39 | 0.21 |

Squared Multiple Correlations for Y - Variables

| S35 | H38 | H39 | H40 | H42 | H43 |
|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| ----- | ----- | ----- | ----- | ----- | ----- |
| 0.31 | 0.06 | 0.20 | 0.12 | 0.42 | 0.17 |

Squared Multiple Correlations for Y - Variables

| H45 | H46 | H49 | H50 | H51 | H53 |
|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| ----- | ----- | ----- | ----- | ----- | ----- |
| 0.17 | 0.21 | 0.10 | 0.11 | 0.02 | 0.18 |

Goodness of Fit Statistics

Degrees of Freedom = 394

Minimum Fit Function Chi-Square = 1443.35 (P = 0.0)

Estimated Non-centrality Parameter (NCP) = 1049.35

90 Percent Confidence Interval for NCP = (936.95 ; 1169.31)

Minimum Fit Function Value = 1.95

Population Discrepancy Function Value (F0) = 1.41

90 Percent Confidence Interval for F0 = (1.26 ; 1.58)

Root Mean Square Error of Approximation (RMSEA) = 0.060

90 Percent Confidence Interval for RMSEA = (0.057 ; 0.063)
 P-Value for Test of Close Fit (RMSEA < 0.05) = 0.00

Expected Cross-Validation Index (ECVI) = 2.14
 90 Percent Confidence Interval for ECVI = (1.99 ; 2.30)
 ECVI for Saturated Model = 1.25
 ECVI for Independence Model = 8.87

Chi-Square for Independence Model with 435 Degrees of Freedom = 6523.25

Independence AIC = 6583.25
 Model AIC = 1585.35
 Saturated AIC = 930.00
 Independence CAIC = 6751.58
 Model CAIC = 1983.71
 Saturated CAIC = 3538.97

Normed Fit Index (NFI) = 0.78
 Non-Normed Fit Index (NNFI) = 0.81
 Parsimony Normed Fit Index (PNFI) = 0.71
 Comparative Fit Index (CFI) = 0.83
 Incremental Fit Index (IFI) = 0.83
 Relative Fit Index (RFI) = 0.76

Critical N (CN) = 238.62

Root Mean Square Residual (RMR) = 0.074
 Standardized RMR = 0.074
 Goodness of Fit Index (GFI) = 0.95
 Adjusted Goodness of Fit Index (AGFI) = 0.94
 Parsimony Goodness of Fit Index (PGFI) = 0.80

TI test for empathy

Standardized Solution

LAMBDA-Y

| | eye | fig | voice | social | help | move |
|-----|------|------|-------|--------|------|------|
| U2 | 0.53 | -- | -- | -- | -- | -- |
| U3 | 0.23 | -- | -- | -- | -- | -- |
| U5 | 0.86 | -- | -- | -- | -- | -- |
| U9 | -- | 0.62 | -- | -- | -- | -- |
| U10 | -- | 0.83 | -- | -- | -- | -- |
| U11 | -- | 0.75 | -- | -- | -- | -- |
| U16 | -- | -- | 0.49 | -- | -- | -- |
| U17 | -- | -- | 0.40 | -- | -- | -- |
| S19 | -- | -- | -- | 0.49 | -- | -- |
| S20 | -- | -- | -- | 0.45 | -- | -- |
| S21 | -- | -- | -- | 0.16 | -- | -- |
| S22 | -- | -- | -- | 0.26 | -- | -- |
| S24 | -- | -- | -- | 0.14 | -- | -- |
| S26 | -- | -- | -- | 0.45 | -- | -- |
| S27 | -- | -- | -- | 0.57 | -- | -- |
| S29 | -- | -- | -- | 0.28 | -- | -- |
| S33 | -- | -- | -- | 0.63 | -- | -- |

| | | | | | | |
|-----|----|----|----|------|------|----|
| S34 | -- | -- | -- | 0.46 | -- | -- |
| S35 | -- | -- | -- | 0.56 | -- | -- |
| H38 | -- | -- | -- | -- | 0.25 | -- |
| H39 | -- | -- | -- | -- | 0.44 | -- |
| H40 | -- | -- | -- | -- | 0.35 | -- |
| H42 | -- | -- | -- | -- | 0.65 | -- |
| H43 | -- | -- | -- | -- | 0.41 | -- |
| H45 | -- | -- | -- | -- | 0.41 | -- |
| H46 | -- | -- | -- | -- | 0.46 | -- |
| H49 | -- | -- | -- | -- | 0.31 | -- |
| H50 | -- | -- | -- | -- | 0.33 | -- |
| H51 | -- | -- | -- | -- | 0.14 | -- |
| H53 | -- | -- | -- | -- | 0.42 | -- |

BETA

| | eye | fig | voice | social | help | move |
|--------|-------|-------|-------|--------|-------|-------|
| | ----- | ----- | ----- | ----- | ----- | ----- |
| eye | -- | -- | -- | -- | -- | 0.78 |
| fig | -- | -- | -- | -- | -- | 0.57 |
| voice | -- | -- | -- | -- | -- | 0.98 |
| social | -- | -- | -- | -- | -- | -- |
| help | -- | -- | -- | -- | -- | -- |
| move | -- | -- | -- | -- | -- | -- |

GAMMA

| | empathy |
|--------|---------|
| | ----- |
| eye | -- |
| fig | -- |
| voice | -- |
| social | 0.80 |
| help | 0.81 |
| move | 0.68 |

Correlation Matrix of ETA and KSI

| | eye | fig | voice | social | help | move |
|---------|-------|-------|-------|--------|-------|-------|
| | ----- | ----- | ----- | ----- | ----- | ----- |
| eye | 1.00 | | | | | |
| fig | 0.45 | 1.00 | | | | |
| voice | 0.77 | 0.56 | 1.00 | | | |
| social | 0.43 | 0.31 | 0.53 | 1.00 | | |
| help | 0.44 | 0.32 | 0.54 | 0.65 | 1.00 | |
| move | 0.78 | 0.57 | 0.98 | 0.55 | 0.56 | 1.00 |
| empathy | 0.54 | 0.39 | 0.67 | 0.80 | 0.81 | 0.68 |

Correlation Matrix of ETA and KSI

| | empathy |
|---------|---------|
| | ----- |
| empathy | 1.00 |

PSI

Note: This matrix is diagonal.

| eye | fig | voice | social | help | move |
|------|------|-------|--------|------|------|
| 0.39 | 0.67 | 0.04 | 0.36 | 0.34 | 0.53 |

TI test for empathy

Completely Standardized Solution

LAMBDA-Y

| | eye | fig | voice | social | help | move |
|-----|------|------|-------|--------|------|------|
| U2 | 0.53 | -- | -- | -- | -- | -- |
| U3 | 0.23 | -- | -- | -- | -- | -- |
| U5 | 0.86 | -- | -- | -- | -- | -- |
| U9 | -- | 0.62 | -- | -- | -- | -- |
| U10 | -- | 0.83 | -- | -- | -- | -- |
| U11 | -- | 0.75 | -- | -- | -- | -- |
| U16 | -- | -- | 0.49 | -- | -- | -- |
| U17 | -- | -- | 0.40 | -- | -- | -- |
| S19 | -- | -- | -- | 0.49 | -- | -- |
| S20 | -- | -- | -- | 0.45 | -- | -- |
| S21 | -- | -- | -- | 0.16 | -- | -- |
| S22 | -- | -- | -- | 0.26 | -- | -- |
| S24 | -- | -- | -- | 0.14 | -- | -- |
| S26 | -- | -- | -- | 0.45 | -- | -- |
| S27 | -- | -- | -- | 0.57 | -- | -- |
| S29 | -- | -- | -- | 0.28 | -- | -- |
| S33 | -- | -- | -- | 0.63 | -- | -- |
| S34 | -- | -- | -- | 0.46 | -- | -- |
| S35 | -- | -- | -- | 0.56 | -- | -- |
| H38 | -- | -- | -- | -- | 0.25 | -- |
| H39 | -- | -- | -- | -- | 0.44 | -- |
| H40 | -- | -- | -- | -- | 0.35 | -- |
| H42 | -- | -- | -- | -- | 0.65 | -- |
| H43 | -- | -- | -- | -- | 0.41 | -- |
| H45 | -- | -- | -- | -- | 0.41 | -- |
| H46 | -- | -- | -- | -- | 0.46 | -- |
| H49 | -- | -- | -- | -- | 0.31 | -- |
| H50 | -- | -- | -- | -- | 0.33 | -- |
| H51 | -- | -- | -- | -- | 0.14 | -- |
| H53 | -- | -- | -- | -- | 0.42 | -- |

BETA

| | eye | fig | voice | social | help | move |
|--------|-----|-----|-------|--------|------|------|
| eye | -- | -- | -- | -- | -- | 0.78 |
| fig | -- | -- | -- | -- | -- | 0.57 |
| voice | -- | -- | -- | -- | -- | 0.98 |
| social | -- | -- | -- | -- | -- | -- |
| help | -- | -- | -- | -- | -- | -- |
| move | -- | -- | -- | -- | -- | -- |

GAMMA

```

      empathy
      -----
eye    --
fig    --
voice  --
social 0.80
help   0.81
move   0.68

```

Correlation Matrix of ETA and KSI

```

      eye    fig    voice    social    help    move
      -----
eye    1.00
fig    0.45    1.00
voice  0.77    0.56    1.00
social 0.43    0.31    0.53    1.00
help   0.44    0.32    0.54    0.65    1.00
move   0.78    0.57    0.98    0.55    0.56    1.00
empathy 0.54    0.39    0.67    0.80    0.81    0.68

```

Correlation Matrix of ETA and KSI

```

      empathy
      -----
empathy 1.00

```

PSI

Note: This matrix is diagonal.

```

      eye    fig    voice    social    help    move
      -----
0.39    0.67    0.04    0.36    0.34    0.53

```

THETA-EPS

```

      U2    U3    U5    U9    U10    U11
      -----
U2    0.71
U3    0.62    0.95
U5    --    -0.14    0.25
U9    --    --    --    0.61
U10   --    --    --    --    0.32
U11   --    --    --    --    --    0.44
U16   --    --    --    --    --    --
U17   --    --    --    --    0.15    --
S19   --    --    --    --    --    --
S20   --    --    --    --    --    --
S21   --    --    --    --    --    --
S22   --    --    --    --    --    --
S24   --    --    --    --    --    --
S26   --    --    --    --    --    --
S27   --    --    --    --    --    --
S29   --    --    --    -0.22    --    --
S33   --    --    --    --    --    --

```

| | | | | | | |
|-----|----|----|-------|----|----|----|
| S34 | -- | -- | -- | -- | -- | -- |
| S35 | -- | -- | -- | -- | -- | -- |
| H38 | -- | -- | -- | -- | -- | -- |
| H39 | -- | -- | -- | -- | -- | -- |
| H40 | -- | -- | -- | -- | -- | -- |
| H42 | -- | -- | -0.23 | -- | -- | -- |
| H43 | -- | -- | -- | -- | -- | -- |
| H45 | -- | -- | -- | -- | -- | -- |
| H46 | -- | -- | -- | -- | -- | -- |
| H49 | -- | -- | -- | -- | -- | -- |
| H50 | -- | -- | -- | -- | -- | -- |
| H51 | -- | -- | -- | -- | -- | -- |
| H53 | -- | -- | -- | -- | -- | -- |

THETA-EPS

| | U16 | U17 | S19 | S20 | S21 | S22 |
|-----|------|------|------|------|------|------|
| U16 | 0.76 | | | | | |
| U17 | -- | 0.84 | | | | |
| S19 | -- | -- | 0.76 | | | |
| S20 | -- | -- | -- | 0.80 | | |
| S21 | -- | -- | -- | -- | 0.97 | |
| S22 | -- | -- | -- | -- | -- | 0.93 |
| S24 | -- | -- | -- | -- | -- | -- |
| S26 | -- | -- | -- | -- | -- | -- |
| S27 | -- | -- | -- | -- | -- | -- |
| S29 | -- | -- | -- | -- | -- | -- |
| S33 | -- | -- | -- | -- | -- | -- |
| S34 | -- | -- | -- | -- | -- | -- |
| S35 | -- | -- | -- | -- | -- | -- |
| H38 | -- | -- | -- | -- | -- | -- |
| H39 | -- | -- | -- | -- | -- | -- |
| H40 | -- | -- | -- | -- | -- | -- |
| H42 | -- | -- | -- | -- | -- | -- |
| H43 | -- | -- | -- | -- | -- | -- |
| H45 | -- | -- | -- | -- | -- | -- |
| H46 | -- | -- | -- | -- | -- | -- |
| H49 | -- | -- | -- | -- | -- | -- |
| H50 | -- | -- | -- | -- | -- | -- |
| H51 | -- | -- | -- | -- | -- | -- |
| H53 | -- | -- | -- | -- | -- | -- |

THETA-EPS

| | S24 | S26 | S27 | S29 | S33 | S34 |
|-----|------|------|------|------|------|------|
| S24 | 0.98 | | | | | |
| S26 | -- | 0.80 | | | | |
| S27 | -- | -- | 0.67 | | | |
| S29 | -- | -- | -- | 0.92 | | |
| S33 | -- | -- | -- | -- | 0.61 | |
| S34 | -- | -- | -- | -- | -- | 0.79 |
| S35 | -- | -- | -- | -- | -- | -- |
| H38 | -- | -- | -- | -- | -- | -- |
| H39 | -- | -- | -- | -- | -- | -- |
| H40 | -- | -- | -- | -- | -- | -- |
| H42 | -- | -- | -- | -- | -- | -- |

| | | | | | | |
|-----|----|----|----|----|----|----|
| H43 | -- | -- | -- | -- | -- | -- |
| H45 | -- | -- | -- | -- | -- | -- |
| H46 | -- | -- | -- | -- | -- | -- |
| H49 | -- | -- | -- | -- | -- | -- |
| H50 | -- | -- | -- | -- | -- | -- |
| H51 | -- | -- | -- | -- | -- | -- |
| H53 | -- | -- | -- | -- | -- | -- |

THETA-EPS

| | S35 | H38 | H39 | H40 | H42 | H43 |
|-----|------|------|------|------|------|------|
| S35 | 0.69 | | | | | |
| H38 | -- | 0.94 | | | | |
| H39 | -- | -- | 0.80 | | | |
| H40 | -- | -- | -- | 0.88 | | |
| H42 | -- | -- | -- | -- | 0.58 | |
| H43 | -- | -- | -- | -- | -- | 0.83 |
| H45 | -- | -- | -- | -- | -- | -- |
| H46 | -- | -- | -- | -- | -- | -- |
| H49 | -- | -- | -- | -- | -- | -- |
| H50 | -- | -- | -- | -- | -- | -- |
| H51 | -- | -- | -- | -- | -- | -- |
| H53 | -- | -- | -- | -- | -- | -- |

THETA-EPS

| | H45 | H46 | H49 | H50 | H51 | H53 |
|-----|------|------|------|------|------|------|
| H45 | 0.83 | | | | | |
| H46 | -- | 0.79 | | | | |
| H49 | -- | -- | 0.90 | | | |
| H50 | -- | -- | -- | 0.89 | | |
| H51 | -- | -- | -- | -- | 0.98 | |
| H53 | -- | -- | -- | -- | -- | 0.82 |

Time used: 117.297 Seconds

ประวัติย่อผู้วิจัย

ประวัติย่อผู้วิจัย

| | |
|---------------------|---|
| ชื่อ ชื่อสกุล | นางสาวกรรณิการ์ พันทอง |
| วันเดือนปีเกิด | 30 กรกฎาคม พ.ศ.2525 |
| สถานที่เกิด | อำเภอเมือง จังหวัดกาญจนบุรี |
| สถานที่อยู่ปัจจุบัน | 39/2 หมู่2 ตำบลปากแพรก อำเภอเมือง จังหวัดกาญจนบุรี 71000 |
| ประวัติการศึกษา | |
| พ.ศ.2543 | มัธยมศึกษาตอนปลาย จากโรงเรียนวิสุทธิรังษี จังหวัดกาญจนบุรี |
| พ.ศ.2547 | วท.บ.(สาธารณสุขศาสตร์) จากมหาวิทยาลัยมหิดล |
| พ.ศ.2550 | กศ.ม.(จิตวิทยาการแนะแนว) จากมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ |