



ผลของกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบร่วมรู้สึกต่อความเอื้ออาทรผู้อื่น ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

The Effect of Empathic Group Counseling on Altruism of Grade 6 Students

จวีร์วรรณ ชัยอารีย์เลิศ*

ดลดาว ปุระณานนท์**

บทคัดย่อ

การศึกษาครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาผลของกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบร่วมรู้สึกต่อความเอื้ออาทรผู้อื่นของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โดยการเก็บข้อมูลก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และติดตามผล หลังเสร็จสิ้นการทดลอง 3 สัปดาห์ กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาคือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 20 คน โดยแบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 10 คน และกลุ่มควบคุม 10 คน ผลการวิจัยพบว่านักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 มีความเอื้ออาทรหลังการทดลอง และติดตามผลหลังเสร็จสิ้นการทดลอง 3 สัปดาห์เพิ่มขึ้นกว่าระยะก่อนการทดลอง และกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 และนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่ได้รับกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบร่วมรู้สึก มีคะแนนความเอื้ออาทรผู้อื่นในระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลไม่แตกต่างกัน

คำสำคัญ : ความเอื้ออาทรผู้อื่น กลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบร่วมรู้สึก, นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

Abstract

The study aims to examine the effect of empathic group counseling on altruism of grade 6th students. The data were collected with three phases: pretest, posttest, and follow-up. Participants were 20 grade 6th students who were assigned into two groups

*มหาบัณฑิต หลักสูตรวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

**อาจารย์ประจำ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา



(the experimental and the control groups), ten students per group. The results showed that the interaction between the methods and the duration of the experiment was found of being statistically significant at .001. The students in the experiment group had higher scores on altruism in the posttest and the follow-up than in the pre-experiment. The scores of the experiment group were also higher than the control group's scores with a statistically significant difference of .001 level. The students participating in empathic group counseling had no significant difference on altruism in the posttest and the follow-up.

Keywords : Altruism / Empathic group counseling, Grade Sixth Students

บทนำ

ในปัจจุบันสังคมไทยมีการเปลี่ยนแปลงมากขึ้น เป็นผลทำให้เกิดการแข่งขันกันเพิ่มขึ้น คนในสังคมส่วนใหญ่ต่างให้ความสำคัญต่อคุณค่าทางวัตถุมากกว่าคุณค่าทางจิตใจ ซึ่งสะท้อนให้เห็นจากการเลี้ยงดูของพ่อแม่ในปัจจุบันที่มุ่งเน้นไปที่เรื่องของทรัพย์สินเงินทอง ค่าตอบแทน และการแข่งขันทางการศึกษา สิ่งเหล่านี้มีผลทำให้เด็กและเยาวชนมุ่งแต่การเรียน และการแข่งขัน และยึดตนเองเป็นศูนย์กลางมากขึ้น ความสนใจต่อสิ่งรอบข้าง การรู้จักเสียสละ ความเอื้ออาทรผู้อื่น ความมีน้ำใจ และการรู้จักแบ่งปันซึ่งกันและกัน ลดน้อยลง สอดคล้องกับ (สุริยเดว ทรีปาตี. 2552 : ออนไลน์) กล่าวว่า จากการสำรวจต้นทุนชีวิตของเด็ก และเยาวชนผ่านแบบทดสอบต้นทุนชีวิตของเยาวชนอายุระหว่าง 12-25 ปี จำนวน 20,892 คน พบว่า เด็กและเยาวชนไทยยังขาดทักษะการเป็นผู้ให้ร้อยละ 34 สิ่งที่เกิดขึ้น คือ สังคมขาดความเอื้ออาทรและเห็นแก่ตัวมากขึ้น ดังนั้นจึงเป็นเรื่อง

สำคัญที่ควรส่งเสริม และพัฒนาเด็กและเยาวชนให้มีความเอื้ออาทรผู้อื่นเพิ่มมากขึ้น

ความเอื้ออาทรผู้อื่น (Altruism) คือการไม่เห็นแก่ประโยชน์ส่วนตน แต่มุ่งไปที่ผลประโยชน์ของผู้อื่นเป็นหลัก ซึ่งแสดงออกด้วยการใช้ร่างกายช่วยเหลือ การเข้าใจถึงความทุกข์ของผู้อื่น การให้อภัย และการเสียสละทรัพย์สินเงินทองเพื่อให้ผู้อื่นพ้นจากทุกข์ตามกำลังความสามารถของตนเอง โดยไม่มุ่งหวังผลตอบแทน ความเอื้ออาทรผู้อื่นแบ่งรูปแบบพฤติกรรมเป็น 4 รูปแบบ คือ 1) การเสียสละและแบ่งปันสิ่งของที่เป็นวัตถุ (Objected related activity) 2) งานลักษณะการให้ความร่วมมือ (Cooperative activity) 3) การช่วยเหลือทั่วไป (Helping activity) เช่น การช่วยเหลือผู้อื่นให้ไปสู่จุดมุ่งหมาย 4) การเห็นอกเห็นใจผู้อื่น (Empathic activity) (Rushton. 1980: 7; อ้างถึงใน อนุญาตา กฤษณา. 2552 : 9-10)



การพัฒนาความเอื้ออาทรผู้อื่นในนักเรียนทำได้โดยการฝึกให้นักเรียนมีความร่วมรู้สึกกับผู้อื่นจากการศึกษางานวิจัยต่างๆ พบว่า การทำให้นักบุคคลสามารถร่วมรู้สึกไปกับคนอื่นได้นั้น จะทำให้นักบุคคลนั้นมีความเข้าใจ และรับรู้ความทุกข์หรือความเจ็บปวดของผู้อื่น ซึ่งเป็นผลทำให้นักบุคคลเกิดความเอื้ออาทร และมีความต้องการที่จะแบ่งเบาความทุกข์ที่เกิดขึ้นกับผู้อื่นด้วยความเต็มใจ

ความร่วมรู้สึก (Empathy) เป็นการตอบสนองด้านอารมณ์ที่เกิดจากการเข้าใจ หรือหยั่งรู้ถึงอารมณ์ของผู้อื่นอย่างที่มีผู้อื่นรู้สึก (Eisenberg, 2002: 135 Cited in Hakansson, 2003 : Online) ความร่วมรู้สึกเป็นการรับรู้สภาพจิตใจของผู้อื่นด้วยความถูกต้องเหมือนเป็นบุคคลคนนั้น (Rogers, 1975) จากการศึกษาแนวคิดเกี่ยวกับการร่วมรู้สึก ผู้วิจัยจึงได้นำกลุ่มเชิงจิตวิทยามาเป็นวิธีในการพัฒนาร่วม เพื่อใช้ในการพัฒนาความเอื้ออาทรต่อผู้อื่นในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โดยมีกระบวนการกลุ่มเชิงจิตวิทยาซึ่งเป็นกระบวนการสร้างสัมพันธ์ระหว่างผู้ในกลุ่มและสมาชิกภายใต้บรรยากาศที่อบอุ่น จริงใจ และไว้วางใจกัน เพื่อนำไปสู่ความเข้าใจ และการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกันตามกระบวนการความร่วมรู้สึกทั้ง 4 กระบวนการ ดังนี้ (1) การถอดแบบ (Identification) คือรับรู้ และเข้าใจอารมณ์ความรู้สึกของผู้อื่นอย่างที่มีผู้อื่นเป็น (2) การรวมตัวกัน (Incorporation) คือ ทำให้ประสบการณ์ของผู้อื่นเป็นของตนเอง (3) การสะท้อนกลับ (Reverberation) คือ การเปรียบเทียบสิ่งต่าง ๆ ที่ตนเองได้เรียนรู้ร่วมกับผู้อื่นด้วยมุมมองของผู้อื่น

อย่างไม่ตัดสิน (4) การแยกจากกัน (Detachment) คือ เตือนตนเองว่าไม่ใช่บุคคลที่ตนเองกำลังร่วมรู้สึก และเวลานี้เป็นเวลาที่จะต้องช่วยเหลือผู้ถูกร่วมรู้สึก เพื่อช่วยให้เขาได้เห็นมุมมองและทางเลือก หรือวิธีในการแก้ไขปัญหาของเขา

ดังนั้นผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะนำผลของกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบการร่วมรู้สึกไปศึกษาเพื่อนำมาใช้ในการให้การปรึกษาเพื่อการส่งเสริม และพัฒนาให้นักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 มีพฤติกรรมความเอื้ออาทรผู้อื่นเพิ่มขึ้น ทั้งนี้เพื่อให้นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ซึ่งอยู่ในวัยเด็กและกำลังก้าวผ่านวัยไปสู่วัยรุ่นได้มีพฤติกรรมสนับสนุนสังคมและชุมชนต่อไปในอนาคต นอกจากนี้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้จะทำให้ได้รูปแบบและแนวทางการพัฒนาที่มีประโยชน์ต่อครู อาจารย์ และบุคลากรทางการศึกษา ตลอดจนผู้ปกครองและผู้สนใจทั่วไปได้นำไปประยุกต์ใช้เพื่อพัฒนานักเรียนให้เกิดความเอื้ออาทรผู้อื่นต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาผลของกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบการร่วมรู้สึกต่อความเอื้ออาทรผู้อื่นของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

สมมติฐานการวิจัย

1. มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับช่วงเวลาของการทดลอง (การเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบการร่วมรู้สึก จำนวน 12 ครั้ง ๆ ละ 90 นาที ช่วยให้นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ได้เพิ่มพูนและพัฒนาความเอื้ออาทรผู้อื่น)



2. นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่ได้รับกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบการร่วมรู้สึก มีความเอื้ออาทรผู้อื่น ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลสูงกว่านักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่ไม่ได้รับกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบการร่วมรู้สึก

3. นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่ได้รับกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบการร่วมรู้สึก มีความเอื้ออาทรผู้อื่นระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับการวิจัย

ทำให้ทราบถึงผลของกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบการร่วมรู้สึกต่อความเอื้ออาทรผู้อื่นในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 และได้รูปแบบกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบการร่วมรู้สึกต่อความเอื้ออาทรผู้อื่นในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 เพื่อเป็นประโยชน์แก่ ครู อาจารย์ และบุคลากรทางการศึกษา ตลอดจนผู้สนใจทั่วไปได้นำไปประยุกต์ใช้เพื่อพัฒนานักเรียนให้เกิดความเอื้ออาทรผู้อื่นต่อไป

ขอบเขตของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาเชิงทดลอง (Experimental Research Design) เพื่อศึกษาผลของกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบการร่วมรู้สึกต่อความเอื้ออาทรผู้อื่นในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โดยมีขอบเขตการวิจัยดังนี้

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างในการศึกษาครั้งนี้ คือนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีคะแนนเฉลี่ยความเอื้ออาทรผู้อื่น (Altruism) ต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 และสมัครใจเข้าร่วมการทดลอง จำนวน 20 คน จำแนกออกเป็น 2 กลุ่ม โดยใช้วิธีการสุ่มแบบง่าย (Simple Random Sampling) เป็นกลุ่มทดลองจำนวน 10 คน และกลุ่มควบคุมจำนวน 10 คน

ตัวแปรในงานวิจัย

1. ตัวแปรอิสระ ประกอบด้วย

1.1 วิธีการปรึกษาแบบกลุ่ม 2 แบบ ได้แก่

1.1.1 การได้รับกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบการร่วมรู้สึก

1.1.2 การไม่ได้รับกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบการร่วมรู้สึก

1.2 ช่วงเวลาผลการทดลองแบ่งเป็น 3 ระยะ

1.2.1 ก่อนการทดลอง

1.2.2 หลังการทดลอง

1.2.3 ติดตามผลการทดลอง หลังเสร็จสิ้นการทดลอง 3 สัปดาห์

2. ตัวแปรตาม ได้แก่ ระดับพฤติกรรมความเอื้ออาทรต่อผู้อื่น



เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยศึกษาจากงานเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และพัฒนาเครื่องมือเพื่อใช้ในการศึกษาครั้งนี้ ประกอบด้วย

1. โปรแกรมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบการร่วมรู้สึก โดยกำหนดให้นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 เข้ารับการปรึกษาสัปดาห์ละ 2 ครั้ง ๆ ละ 90 นาที รวม 12 ครั้ง จำนวน 6 สัปดาห์ ดังนี้

ครั้งที่ 1 การสร้างสัมพันธภาพเป็นขั้นตอนการทำควมรู้จักระหว่างผู้นำกลุ่ม (ผู้วิจัย) กับสมาชิกกลุ่ม(นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่ได้รับกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบการร่วมรู้สึก) และระหว่างสมาชิกกลุ่มกับสมาชิกกลุ่ม

ครั้งที่ 2 สานสัมพันธ์ฉัน และเธอ เป็นการช่วยให้สมาชิกกลุ่มได้ทำความรู้จักและสานสัมพันธ์ที่ดีต่อกันจากครั้งที่ 1

ครั้งที่ 3 อารมณ์เธออารมณ์ฉัน สมาชิกกลุ่มได้เรียนรู้ที่จะสังเกต เข้าใจ และบอกอารมณ์ความรู้สึกของตนเอง และบุคคลอื่นจากการทบทวนเหตุการณ์ที่ผ่านมา และร่วมแบ่งปันประสบการณ์ของแต่ละคนร่วมกัน

ครั้งที่ 4 เปิดใจฉันเพื่อฟังเสียงใจเธอ สมาชิกกลุ่มได้เรียนรู้และแบ่งปันประสบการณ์ตลอดจนการมองเห็นคุณค่าและความหมายในการเปิดใจรับฟังความรู้สึกนึกคิดของผู้อื่นอย่างเอาใจใส่

ครั้งที่ 5 มองดูด้วยตาสัมผัสด้วยใจ สมาชิกกลุ่มแต่ละคนได้ถ่ายทอดความรู้สึก และอารมณ์ผ่านเรื่องเล่าจากดินน้ำมันที่ตนเองเป็นผู้คนปั้น โดยสมาชิกกลุ่มคนอื่น ๆ รับฟังและเรียนรู้เข้าใจความรู้สึกอารมณ์ของผู้อื่นมากขึ้น ยอมรับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นกับผู้อื่นด้วยความจริงใจ จนสามารถแสดงออกถึงความเห็นใจและความเอื้ออาทรผู้อื่นได้

ครั้งที่ 6 เคียงข้างไปด้วยกัน สมาชิกกลุ่มเรียนรู้สามารถเข้าถึงประสบการณ์ของผู้อื่น แต่ในขณะเดียวกันสมาชิกกลุ่มจะเรียนรู้ว่าเหตุการณ์หรือประสบการณ์นั้นไม่ได้เกิดกับตนเอง เพื่อจะสามารถช่วยเหลือ และให้กำลังใจต่อผู้อื่นได้

ครั้งที่ 7-8 ยอมรับอย่างที่เราเป็น สมาชิกได้เรียนรู้ และสามารถแยกแยะระหว่างมุมมองของตนเองกับความเป็นจริงที่ผู้อื่นเป็นได้ ตลอดจนสามารถรับรู้และเข้าใจประสบการณ์ผู้อื่นโดยไม่มีเงื่อนไข ไม่มีอคติ และไม่ตัดสินผู้อื่น

ครั้งที่ 9 เข้าใจอย่างที่เธอเป็น สมาชิกได้เรียนรู้ และสามารถแยกแยะระหว่างมุมมองของตนเอง กับความเป็นจริงที่ผู้อื่นเป็นได้ ตลอดจนสามารถรับรู้และเข้าใจประสบการณ์ผู้อื่นโดยไม่มีเงื่อนไข ไม่มีอคติ และไม่ตัดสินผู้อื่น

ครั้งที่ 10 รับรู้ด้วยหัวใจสานสายใยช่วยเหลือกัน สมาชิกกลุ่มร่วมกันทบทวนถึงสิ่งที่ได้เรียนรู้จากการเข้ากลุ่ม ช่วยกันจัดลำดับความยากง่าย และให้กำลังใจเพื่อนสมาชิกในการนำไปปฏิบัติเพื่อให้เกิดความร่วมมือรู้สึกในชีวิตประจำวัน



ครั้งที่ 11 เรียนรู้เรื่องราวที่ผ่านมา สมาชิกได้นำสิ่งที่เรียนรู้จากกลุ่มไปปฏิบัติจริงในชีวิตประจำวันแล้ว สมาชิกแต่ละคนกลับมาเล่า และแลกเปลี่ยนประสบการณ์ ความคิดเห็น ปัญหาที่เกิดขึ้น

ครั้งที่ 12 ปัจฉิมนิเทศ สมาชิกทุกคนได้บอกเล่าถึงความรู้สึก หรือประสบการณ์ที่แต่ละคนตลอดการเข้ากลุ่ม ตั้งแต่ครั้งแรกจนถึงสิ้นสุด บอกสิ่งที่อยากบอกกับกลุ่ม และให้กำลังใจกันในการนำประสบการณ์จากกลุ่มไปใช้ในชีวิตประจำวัน เพื่อการช่วยเหลือและเอื้ออาทรผู้อื่น

2. แบบสำรวจความเอื้ออาทรผู้อื่น ซึ่งผู้วิจัยได้ศึกษาแนวคิดของ Rushton (Rushton และคณะ. 1981: Online) และสมคิด ไชยยันบูรณ (สมคิด. 2535: 24) นำมาสังเคราะห์และพัฒนาเป็นแบบสำรวจความเอื้ออาทรผู้อื่น ซึ่งมีจำนวน 16 คน โดยมีมาตรวัด 5 ระดับ คือ ไม่เคยหนึ่งครั้ง มากกว่าหนึ่งครั้ง ป่อย และบ่อยมาก มีค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) ตั้งแต่ 0.50-1.00 ค่าอำนาจจำแนกมีค่าตั้งแต่ 0.20-0.80 ขึ้นไป และค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ทั้งฉบับเท่ากับ .86 ($\alpha = 0.86$)

วิธีดำเนินการวิจัย

1. ระยะก่อนการทดลอง ผู้วิจัยให้นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 162 คน ได้ทำแบบสำรวจความเอื้ออาทรผู้อื่น จากนั้นนำแบบสำรวจมาตรวจและให้คะแนนตามเกณฑ์การประเมินที่กำหนดไว้ จากนั้นผู้วิจัยได้ถามความสมัครใจนักเรียนที่มีคะแนนต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์

ที่ 25 จำนวน 45 คน โดยมีผู้สมัครใจเข้าร่วมการทดลอง จำนวน 20 คน จำแนกเป็น 2 กลุ่ม โดยใช้วิธีการสุ่มแบบง่าย (Simple Random Sampling) เป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม จำนวนกลุ่มละ 10 คน

2. ระยะทดลอง กลุ่มทดลองได้เข้ารับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบการร่วมรู้สึกต่อความเอื้ออาทรผู้อื่นจำนวน 12 ครั้ง ๆ ละ 90 นาที รวมระยะเวลาทั้งสิ้น 6 สัปดาห์ และกลุ่มควบคุมให้ดำเนินชีวิตตามปกติ

3. ระยะหลังการทดลอง เมื่อสิ้นสุดกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบการร่วมรู้สึกต่อความเอื้ออาทรผู้อื่น ผู้วิจัยให้กลุ่มตัวอย่างทั้ง 2 กลุ่มทำแบบสำรวจความเอื้ออาทรผู้อื่นอีกครั้งภายหลังจากการสิ้นสุดการทดลองทันที และเก็บคะแนนที่ได้ไว้เป็นคะแนนหลังการทดลอง (Posttest)

4. ระยะติดตามผล ภายหลังจากการเสร็จสิ้นการทดลองเป็นเวลา 3 สัปดาห์ ผู้วิจัยให้กลุ่มตัวอย่างทั้ง 2 กลุ่มได้ทำแบบสำรวจความเอื้ออาทรผู้อื่นซ้ำอีกครั้งหนึ่ง และเก็บคะแนนที่ได้ไว้เป็นคะแนนในระยะติดตามผล (Follow Up) เพื่อประเมินความเอื้ออาทรผู้อื่นของทั้ง 2 กลุ่ม ภายหลังการถอนการทดลอง

สรุปและอภิปรายผลการวิจัย

กลุ่มทดลองมีระดับความเอื้ออาทรผู้อื่นในระยะหลังการทดลองสูงกว่าก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ซึ่งอธิบายได้ว่า ระยะก่อนการทดลองทั้งสองกลุ่ม คือ กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มีคะแนนเฉลี่ยความเอื้ออาทร



ผู้อื่นไม่แตกต่างกัน แต่เมื่อระยะเวลาผ่านไปถึง ระยะหลังการทดลอง พบว่ากลุ่มทดลองมีคะแนน เฉลี่ยความเอื้ออาทรสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัย สำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 และเมื่อเว้นระยะ

เป็นเวลา 3 สัปดาห์ ได้ทำการติดตามผลอีกครั้ง พบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความเอื้ออาทร ผู้อื่นสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .001 ดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความเอื้ออาทรผู้อื่นของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ใน กลุ่มทดลอง ในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล

แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F	P
ระยะก่อนการทดลอง					
ระหว่างกลุ่ม	1	0.77	0.77	6.92	0.012
ภายในกลุ่ม	54	6.03	0.11		
ระยะหลังการทดลอง					
ระหว่างกลุ่ม	1	13.53	13.53	121.25*	0.000*
ภายในกลุ่ม	54	6.03	0.11		
ระยะติดตามผล					
ระหว่างกลุ่ม	1	14.55	14.55	130.40*	0.000*
ภายในกลุ่ม	54	6.03	0.11		

*p < .001

จากผลการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนน เฉลี่ยความเอื้ออาทรผู้อื่นในระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง ทั้งนี้เนื่องมาจากกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบ การร่วมรู้สึก สามารถช่วยให้สมาชิกได้ร่วมกัน แบ่งปันประสบการณ์การเรียนรู้ที่จะยอมรับผู้อื่น อย่างไม่มีเงื่อนไข รู้จักรับฟังผู้อื่นอย่างเอาใจใส่ ตลอดจนเข้าใจถึงอารมณ์ความรู้สึกผู้อื่น และนำไปสู่การเพิ่มพูนความเอื้ออาทรผู้อื่นในตนเองซึ่ง สามารถแสดงออกด้วยความมีน้ำใจ การเสียสละ การให้อภัย และสามารถช่วยเหลือผู้อื่นตามกำลัง ความสามารถของตนเอง ซึ่งสอดคล้องกับงาน

วิจัยของ (Sahin, 2012 : Online) พบว่า พฤติกรรมอันธพาล (bullying) ของนักเรียนที่เข้า โปรแกรมฝึกกลุ่มทดลองมีพฤติกรรมอันธพาล ลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ เมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มควบคุม และพบอีกว่า ระดับทักษะความ ร่วมรู้สึกในนักเรียนกลุ่มทดลองเพิ่มขึ้นอย่างมีนัย สำคัญทางสถิติเมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มควบคุม เช่นเดียวกับงานวิจัยของ (ศิริธร เรียนสันเทียะ. 2553) ที่ศึกษาผลของโปรแกรมพัฒนาการเข้า ถึงใจตามแนวคิดของโรสเจอร์สต่อพฤติกรรม ก้าวร้าวของวัยรุ่น พบว่า ผลคะแนนการเข้าถึงใจ ที่ต่ำกว่าค่าเฉลี่ยของกลุ่มนักศึกษาทั้งหมด จำนวน



ทั้งหมด 18 คน ซึ่งผลวิจัยพบว่า หลังการทดลอง นักศึกษาที่เข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาการเข้าถึงใจ มีการเข้าถึงที่สูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และมีพฤติกรรมก้าวร้าวต่ำกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 หลังการทดลอง นักศึกษาที่เข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาการเข้าถึงใจ มีการเข้าถึงใจสูงกว่านักศึกษากลุ่มควบคุมที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาการเข้าถึงใจอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และมีพฤติกรรมก้าวร้าวต่ำกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพแสดงให้เห็นว่า นักศึกษาที่เข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาการเข้าถึงใจ ได้รับประสบการณ์และมีความรู้สึกร่วมไปกับการดำเนินกิจกรรมตามโปรแกรม สะท้อนให้เห็นได้จากบรรยากาศทางกายภาพ การอยู่ร่วมกัน

ภายในกลุ่มสัมพันธ์ภาพของสมาชิก และกิจกรรมที่สมาชิกรู้สึกประทับใจ นอกจากนี้ นักศึกษายังตระหนักถึงการเปลี่ยนแปลงด้านการเข้าถึงใจ และพฤติกรรมก้าวร้าวของตนเองอีกด้วย และในส่วนของกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มแบบร่วมรู้สึก มีคะแนนเฉลี่ยความเอื้ออาทรผู้อื่น ในระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลไม่แตกต่างจากระยะก่อนการทดลอง

จากผลการวิจัยพบว่ากลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความเอื้ออาทรผู้อื่นในระยะหลังการทดลองสูงกว่าระยะก่อน

การทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .001 และมีคะแนนเฉลี่ยความเอื้ออาทรผู้อื่นในระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .001 ดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความเอื้ออาทรผู้อื่นเป็นรายคู่ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในกลุ่มทดลองในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล วิธีการทดสอบแบบ LSD (Fisher's Least Significant Difference Test)

ระยะเวลา การทดลอง(I)	ระยะเวลา การทดลอง(J)	ผลต่างของค่าเฉลี่ย (I-J)	ค่าความคลาดเคลื่อน มาตรฐาน (SE)	p
ระยะก่อน การทดลอง	ระยะหลัง การทดลอง	-1.426*	.105	.000*
	ระยะติดตามผล	-1.395*	.095	.000*
ระยะหลัง การทดลอง	ระยะก่อน การทดลอง	1.426*	.105	.000*
	ระยะติดตามผล	.031	.083	.718
ระยะติดตามผล	ระยะก่อน การทดลอง	1.395*	.095	.000*
	ระยะหลัง การทดลอง	-.031	.083	.718

* $p < .001$



กลุ่มทดลองได้เข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบการร่วมรู้สึกจำนวน 12 ครั้ง ครั้งละ 90 นาที จะได้เรียนรู้กระบวนการในการเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบการร่วมรู้สึก ได้ร่วมกันแบ่งปันประสบการณ์การเรียนรู้ที่จะยอมรับผู้อื่นอย่างไม่มีเงื่อนไข รับฟังผู้อื่นอย่างเอาใจใส่ ตลอดจนเข้าใจถึงอารมณ์ความรู้สึกผู้อื่นอย่างแท้จริง เพื่อนำไปสู่การเพิ่มพูนความเอื้ออาทรผู้อื่น เช่น การแสดงออกถึงความมีน้ำใจ การเสียสละ การให้อภัย และสามารถช่วยเหลือผู้อื่นตามกำลังความสามารถของตนเอง ซึ่งสิ่งต่าง ๆ เหล่านี้มีอยู่ในโปรแกรมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบการร่วมรู้สึก ซึ่งช่วยกลุ่มทดลองได้เกิดการเรียนรู้ และแบ่งปันประสบการณ์ร่วมกันภายในกลุ่มจนทำให้เกิดการพัฒนา และเพิ่มพูนความเอื้ออาทรผู้อื่นในตนเองมากขึ้น ในที่สุด ประกอบกับระยะเวลาในการทดลองที่มีการเข้าร่วมกลุ่มถึง 12 ครั้ง ซึ่งเป็นเวลามากพอสมควรที่กลุ่มทดลองได้พัฒนา และเพิ่มพูนความเอื้ออาทรผู้อื่นในตนเอง โดยใช้ระยะเวลาในการทดลองที่เป็นตัวแปรอิสระตัวที่ 2 ในการร่วมบ่งชี้ถึงการพัฒนาและเพิ่มพูนความเอื้ออาทรผู้อื่นในตนเอง ในระยะก่อนการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความเอื้ออาทรผู้อื่นไม่แตกต่างกับกลุ่มควบคุม แต่ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล คะแนนเฉลี่ยความเอื้ออาทรผู้อื่นของกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุม จึงทำให้ได้ข้อสรุปว่า กลุ่มทดลองสามารถพัฒนาและเพิ่มพูนความเอื้ออาทรผู้อื่นได้อย่างชัดเจน

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะทั่วไป

จากการวิจัยครั้งนี้พบว่า กลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบการร่วมรู้สึก สามารถช่วยเพิ่มพูนความเอื้ออาทรผู้อื่นของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ได้ ดังนั้นควรมีการนำไปใช้เพื่อพัฒนานักเรียนในระดับชั้นอื่น โดยอาจมีการปรับโปรแกรมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบการร่วมรู้สึกให้เหมาะสมกับวัยและระดับชั้นของนักเรียนที่จะนำไปใช้ ตลอดจนผู้ที่จะนำไปโปรแกรมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบการร่วมรู้สึกไปใช้ ควรศึกษาและฝึกฝนการใช้โปรแกรมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบการร่วมรู้สึกให้เกิดความเข้าใจทักษะ และความชำนาญเพื่อให้เกิดประสิทธิภาพในการใช้เพิ่มขึ้น ทั้งนี้เนื่องจากกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบการร่วมรู้สึกเน้นที่การเรียนรู้ และแบ่งปันประสบการณ์ร่วมกันภายในกลุ่ม เพื่อให้เกิดการรับรู้และความเข้าใจต่อความรู้สึกและอารมณ์ของผู้อื่นอย่างลึกซึ้ง รับฟังผู้อื่น ยอมรับผู้อื่นด้วยความเต็มใจไม่ตัดสิน เป็นสิ่งที่ต้องอาศัยเวลา และความไว้วางใจต่อกัน ดังนั้นผู้นำกลุ่มจึงจำเป็นต้องสร้างสัมพันธภาพที่ดีต่อสมาชิก และสมาชิกกับสมาชิกภายในกลุ่ม ทั้งนี้เพื่อให้สมาชิกกลุ่มมีความไว้วางใจและเปิดเผยซึ่งกันและกันอย่างแท้จริง

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

กลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบการร่วมรู้สึกสามารถช่วยให้ผู้รับการปรึกษาเกิดการพัฒนา และเพิ่มพูนความเอื้ออาทรผู้อื่นในตนเองได้



จึงควรนำกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบการร่วม
รู้สึกไปศึกษากับกลุ่มตัวอย่างอื่น ๆ เช่น นักเรียน
ในระดับมัธยมศึกษา และอาชีวศึกษา หรือระดับ
อุดมศึกษา เพื่อนำไปสู่การเพิ่มพูนความเอื้ออาทร
ผู้อื่น พฤติกรรมสนับสนุนสังคม และชุมชนต่อไป
ในอนาคต

กิติกรรมประกาศ

งานวิจัยฉบับนี้สำเร็จลุล่วงได้ด้วยความ
อนุเคราะห์จาก อาจารย์ ดร. ดลดาว ปุรณานนท์
อาจารย์ที่ปรึกษาหลัก ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.
สุรินทร์ สุทธิธาพิทย์ อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม ที่
กรุณาให้ทั้งความรู้ คำแนะนำ กำลังใจและการ

ตรวจแก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ เป็นอย่างยิ่ง เพื่อ
ให้งานวิจัยฉบับนี้มีความสมบูรณ์ที่สุด และเป็น
ประโยชน์ต่อผู้มีความสนใจในการศึกษาค้นคว้าใน
โอกาสต่อไป ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณไว้เป็น
อย่างสูง ณ โอกาสนี้

ขอกราบขอบพระคุณผู้ช่วยศาสตราจารย์
ดร. สุวีพร อนุศาสนนันท์ และผู้ช่วยศาสตราจารย์
ดร. สมโภชน์ อเนกสุข ที่กรุณาเสียสละเวลาใน
การให้คำแนะนำ และช่วยเหลือในด้านสถิติ และ
การวิจัยครั้งนี้ และขอกราบขอบพระคุณ ผู้ทรง
คุณวุฒิทุกท่านที่กรุณาตรวจ และให้คำแนะนำ
ในการแก้ไขปรับปรุงเครื่องมือในการวิจัยให้มี
ความถูกต้อง





เอกสารอ้างอิง

- ณณาตา กฤษณา. (2552) การศึกษาและพัฒนาความเอื้อเฟื้อของนักเรียนช่วงชั้นที่ 2 โรงเรียน
นิธิปริณญา กรุงเทพมหานคร. ปริญญาโท กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว) กรุงเทพมหานคร :
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ศิริธร เรียบสันเทียะ. (2553) ผลของโปรแกรมพัฒนาการเข้าถึงใจตามแนวคิดของโรสเจอร์สที่มี
ต่อการลดพฤติกรรมก้าวร้าวของวัยรุ่น. วิทยานิพนธ์ วท.ม. (จิตวิทยาการปรึกษา) เชียงใหม่ :
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- สมคิด ไชยยันบูรณ. (2535) การสอนจริยศึกษา. กรุงเทพฯ: คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สมโภชน์ อเนกสุข. (2553) เอกสารประกอบการสอนวิธีการวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์และ
สังคมศาสตร์. ชลบุรี : คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา.
- _____. (2556) วิธีการทางสถิติสำหรับการวิจัย. พิมพ์ครั้งที่ 6. ชลบุรี : คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยบูรพา.
- สุริยเดว ทรีปาตี. (2552) “เผยเด็กไทยต้นทุนชีวิตต่ำ” [ออนไลน์] แหล่งที่มา : http://www.thaihealth.or.th/Healthcontent/news__thaihealth/24723 (20 มีนาคม 2556)
- อนงค์ วิเศษสุวรรณ. (2554) การปรึกษากลุ่ม. พิมพ์ครั้งที่ 3. ชลบุรี : มหาวิทยาลัยบูรพา.
- Eisenberg, Nancy and Strayer, Janet. (1987) **Empathy and Its Development**. New York:
Cambridge University Press.
- Hakansson, Jakob. (2003) “Exploring the phenomenon of empathy” [Online]
Available:[http://www.communicationcache.com/uploads/1/0/8/8/10887248/
exploring__the__phenomenon__of__empathy.pdf](http://www.communicationcache.com/uploads/1/0/8/8/10887248/exploring__the__phenomenon__of__empathy.pdf) (20 March 2014)
- Howell, David C. (2006) **Statistical methods for psychology**. 6thed. Belmont, CA :
Thomson Wadsworth.
- Ibrahim, Nael. (2012) “Investigating the dualistic nature of empathy and empathizing”
[Online] Available : [http://dc.msvu.ca:8080/fr/bitstream/handle/10587/119/
naelbrahimMASPThesis2012.pdf?sequence=1](http://dc.msvu.ca:8080/fr/bitstream/handle/10587/119/naelbrahimMASPThesis2012.pdf?sequence=1) (10 February 2014)



- Roger, Carl R. (1975) "Empathic: An unappreciated way of being" **The Counseling Psychologist, 5, 2-10** [Online] Available : http://www.sageofasheville.com/pub_downloads/EMPATHIC__AN__UNAPPRECIATED_WAY__OF__BEING.pdf (20 March 2014)
- Rushton, J. Philippe, Chrisjohn, Roland D. and Fekken, G. Cyntria. (26 March 1981). "The Altruistic perssonality and the self-report altruism scale" **Personality and Individual Differences, 2 (4) page 293-302** [Online].Available: The Altruistic Personality and The Self-Report Altruism Scale (10 February 2014)
- Sahin, Mustafa. (2012) "An investigation into efficiency of empathy training program on preventing bullying in primary schools" **Children and Youth Services Review. 34, 1325-1330** [Online] Available : <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0190740912001363> (20 March 2014)

