

ผลของกิจกรรมการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นที่มีต่อการร่วมรู้สึก
ของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ปริญญาโท
ของ
รัชฎา โสภณ

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์

ตุลาคม 2546

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ผลของกิจกรรมการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นที่มีต่อการร่วมรู้สึก
ของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

บทคัดย่อ
ของ
รัชฎา โสภณ

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์
ตุลาคม 2546

นางสาว รัชฎา โสภณ. (2546). ผลของกิจกรรมการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึก
ของผู้อื่นที่มีต่อการร่วมรู้สึกของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
ปริญญาโท วท.ม. (พฤศจิกายน 2546) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. คณะกรรมการควบคุม : รศ. อัจฉรา สุขารมณ์,
อาจารย์ ดร. พรรณี บุญประกอบ.

การวิจัยครั้งนี้ มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาผลของการใช้วิธีการฝึกความไวต่อการรับรู้
ความรู้สึกของผู้อื่นที่มีต่อการร่วมรู้สึก (Empathy) ของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
และเพื่อศึกษาปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพศกับวิธีการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น
(Sensitivity training) กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ นิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ชั้นปีที่ 1
คณะแพทยศาสตร์ ที่มีคะแนนการร่วมรู้สึกน้อยที่สุดในกลุ่มจำนวน 38 คนและแบ่งออกเป็น
กลุ่มทดลองจำนวน 19 คน และกลุ่มควบคุมจำนวน 19 คน ด้วยวิธีการสุ่มอย่างง่าย
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วยกิจกรรมการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น
และแบบวัดการร่วมรู้สึกที่ประกอบด้วยองค์ประกอบ 5 ด้าน ได้แก่ การเข้าใจผู้อื่น
การพัฒนาผู้อื่น การมีจิตใจใฝ่บริการ การเข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคล และ
การตระหนักถึงสถานการณ์ในกลุ่ม สำหรับวิธีดำเนินการทดลองนั้นใช้ตามแบบแผน
Randomized control group pretest – posttest design วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติ
ในการวิเคราะห์คือ t – test แบบกลุ่มตัวอย่าง 2 กลุ่มไม่เป็นอิสระต่อกัน (t - test
dependent sample) t – test แบบกลุ่มตัวอย่าง 2 กลุ่มเป็นอิสระต่อกัน (t - test
independent sample) และการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบ 2 ทิศทาง(Two way
ANOVA)

ผลการวิจัยสามารถสรุปผลได้ดังนี้ พบว่า

1. ภายหลังจากการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น กลุ่มทดลองมีการร่วมรู้สึก
ด้านการพัฒนาผู้อื่น ด้านการมีจิตใจใฝ่บริการ และการร่วมรู้สึกโดยรวมสูงกว่าก่อนได้รับการ
ฝึกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และมีการร่วมรู้สึกในด้านการตระหนักถึง
สถานการณ์ในกลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
2. กลุ่มทดลองมีการร่วมรู้สึกด้านการเข้าใจผู้อื่น ด้านการเข้าใจความแตกต่าง
ระหว่างบุคคล และการร่วมรู้สึกโดยรวมสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ
.01 และกลุ่มทดลองมีการร่วมรู้สึกด้านการพัฒนาผู้อื่น ด้านการมีจิตใจใฝ่บริการ สูงกว่า
กลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
3. กลุ่มทดลองเพศชายมีการร่วมรู้สึกด้านการเข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคล
สูงกว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีลักษณะอื่นๆ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

EFFECTS OF SENSITIVITY TRAINING ON EMPATHY OF
SRINAKHARINWIROT UNIVERSITY STUDENTS

AN ABSTRACT
BY
RATCHADA SOPON

Presented in Partial fulfillment of the requirements for the
Master of Sciences degree in Applied Behavioral Science Research
at Srinakharinwirot University

October 2003

Ratchada Sopon. (2003). *Effects of Sensitivity Training on Empathy of Srinakharinwirot University Students*. Master Thesis, The Master of Science degree in Applied Behavioral Science Research. Bangkok : Graduated School, Srinakharinwirot University. Advisor committee : Associate Prof. Ashara Sucaromana, Dr. Pannee Boonprakob.

The purpose of this experimental research were to study the effects of applying sensitivity training on empathy for Srinakharinwirot University students and to study interaction between gender and sensitivity training. The subjects were students in Faculty of Medicine at Srinakharinwirot University whose empathy score were the lowest in this group of 38 students. The subjects were then divided into two groups by simple random sampling technique. The first one participated an experimental group of 19 students and the other served as the control group. Research instruments were sensitivity training program and the empathy test which consisted of 5 elements - Understanding others, Developing others, Service orientation, Leveraging diversity, and Political awareness. The research design was a randomized control group pretest – posttest design. The t – test for dependent samples, the t - test for independent sample and two way ANOVA were used to analyze data.

The research findings were as follows :

1. After participating in sensitivity training, the experimental group showed their empathy elements of developing others, and service orientation, which were higher than before the experiment at .01 level of significance, and their empathies with Political awareness element were also higher at .05 level.

2. The students who participated in the experimental group got their empathies of understanding others and leveraging diversity, higher than those students in the control group at .01 level of significance; their empathies with developing others and service orientation were also higher at .05 level of significance.


3. The male students who participated in the sensitivity training program got their empathies of leveraging diversity higher than the other subjects who had other empathy element at .05 level of significance.

งานวิจัยฉบับนี้ได้รับทุนอุดหนุนการวิจัยจากทบวงมหาวิทยาลัย

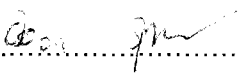
ปริญญาานิพนธ์
เรื่อง

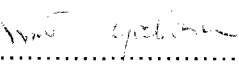
ผลของกิจกรรมการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นที่มีต่อการร่วมรู้สึก
ของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
ของ
นางสาวรัชฎา โสภณ

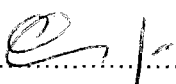
ได้รับอนุมัติจากบัณฑิตวิทยาลัยให้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์
ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

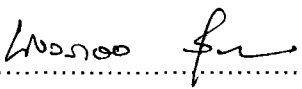

.....คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย
(รองศาสตราจารย์ ดร. นภาพรณ์ หะวานนท์)
วันที่ 15 เดือน ตุลาคม พ.ศ. 2546

คณะกรรมการสอบปริญญาานิพนธ์


.....ประธาน
(รองศาสตราจารย์ อัจฉรา สุขารมณ์)


.....กรรมการ
(อาจารย์ ดร. พรรณี บุญประกอบ)


.....กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม
(รองศาสตราจารย์ ดร. อรพันธ์ ชูชม)


.....กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม
(รองศาสตราจารย์ ดร. นวลละออ สุภาผล)

ประกาศคุณูปการ

ปริญญาโทฉบับนี้สำเร็จลงได้เนื่องจากผู้วิจัยได้รับความกรุณาอย่างสูงจาก รองศาสตราจารย์ อัจฉรา สุขารมณ์ ประธานที่ปรึกษาปริญญาโท อาจารย์ ดร. พรรณี บุญประกอบ กรรมการที่ปรึกษาปริญญาโท ที่ได้สละเวลาเป็นอย่างมากในการให้ความรู้ คำแนะนำ ให้ความอนุเคราะห์ และช่วยเหลือผู้วิจัยตลอดเวลาที่ผ่านมา

ขอขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ ดร. อรพินทร์ ชูชม และรองศาสตราจารย์ ดร. นวลละออ สุภาผล ที่กรุณาเป็นกรรมการแต่งตั้งเพิ่มเติมในการสอบปริญญาโท และได้ให้ข้อเสนอแนะ แนวคิดที่เป็นประโยชน์เพื่อให้ปริญญาโทฉบับนี้มีความสมบูรณ์และมีคุณภาพมากยิ่งขึ้น

ขอขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ ดร. สมชาย สันติวัฒนกุล รองคณบดีฝ่ายกิจการนิสิต คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ที่ได้ให้ความกรุณาและความอนุเคราะห์แก่ผู้วิจัยเป็นอย่างดี ขอขอบคุณเจ้าหน้าที่ คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ที่คอยอำนวยความสะดวกในด้านสถานที่ในการฝึกอบรมแก่ผู้วิจัย และขอขอบคุณและนิสิตคณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ชั้นปีที่ 1 ที่เข้าร่วมกิจกรรมการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น (Sensitivity training) ตามโปรแกรมของผู้วิจัยทุกท่านที่ได้ให้ความร่วมมืออย่างดีและทำให้ผู้วิจัยประทับใจเป็นอย่างมาก

ขอขอบพระคุณ อาจารย์ ดร. มนัส บุญประกอบ ที่ให้ความกรุณาช่วยเหลือในการตรวจสอบแก้ไขบทความภาษาอังกฤษ รวมทั้งให้ความรู้ในด้านศึกษาแก่ผู้วิจัย

ขอขอบคุณ เพื่อนๆ นิสิตปริญญาโท สาขาการวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์ทุกท่านที่ให้ความช่วยเหลือผู้วิจัยเสมอมา และขอบคุณ นพรัตน์ ศรีแปดริ้ว ที่ช่วยในการวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติ รวมทั้งคอยให้คำแนะนำ และเอื้อเฟื้อผู้วิจัยเป็นอย่างดีทุกประการ

ท้ายที่สุดนี้ ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณบิดา มารดา และทุกๆคนในครอบครัว “โสภณ” ที่คอยเป็นกำลังใจให้ผู้วิจัยมาโดยตลอด ผลแห่งความดีของปริญญาโทฉบับนี้ ผู้วิจัยขอมอบแต่ บิดา มารดา อาจารย์ และผู้มีพระคุณทุกท่าน

รัชฎา โสภณ

สารบัญ

บทที่	หน้า
1	บทนำ..... 1
	ที่มาและความสำคัญของปัญหา..... 1
	ความมุ่งหมายของการวิจัย..... 5
	ความสำคัญของการวิจัย..... 5
	ขอบเขตของการวิจัย..... 5
	ประชากร..... 5
	กลุ่มตัวอย่าง..... 5
	ระยะเวลาในการทดลอง..... 6
	ตัวแปรที่ศึกษา..... 6
	นิยามศัพท์เฉพาะ..... 7
2	เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง..... 8
	แนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการร่วมรู้สึก..... 8
	แนวคิดสำคัญและความหมายของการร่วมรู้สึก..... 8
	องค์ประกอบของการร่วมรู้สึก..... 11
	ประเภทของการร่วมรู้สึก..... 11
	ทฤษฎีเกี่ยวกับการร่วมรู้สึก..... 12
	การพัฒนาการร่วมรู้สึก..... 14
	วิธีการวัดการร่วมรู้สึก..... 16
	ขั้นตอนของการเกิดการร่วมรู้สึก..... 17
	เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น..... 18
	แนวคิดและความหมายของการฝึกความไว..... 18
	ความเป็นมาของการฝึกความไว..... 21
	แนวคิดสำคัญของการฝึกความไว..... 22
	วัตถุประสงค์ของการฝึกความไว..... 26
	กระบวนการของการฝึกความไว..... 29
	วิธีการที่ใช้ในการฝึกความไว..... 31
	งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการฝึกความไวกับการร่วมรู้สึก..... 33
	เอกสารที่เกี่ยวข้องกับเพศกับการร่วมรู้สึก..... 35
	นิยามปฏิบัติการ..... 36
	กรอบแนวคิดในการวิจัย..... 38
	สมมติฐานในการวิจัย..... 38

สารบัญ

บทที่	หน้า
3	วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า..... 39
การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง..... 39	
การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย..... 40	
โปรแกรมการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น..... 40	
ตัวอย่างโปรแกรมการฝึกความไว..... 40	
แบบวัดการร่วมรู้สึก(Empathy)..... 42	
ตัวอย่างแบบวัดการร่วมรู้สึก..... 43	
วิธีดำเนินการวิจัย..... 44	
แบบแผนการวิจัย..... 44	
การเก็บรวบรวมข้อมูล..... 45	
การวิเคราะห์ข้อมูล..... 46	
4	ผลการวิเคราะห์ข้อมูล..... 49
สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล..... 49	
ผลการวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่าง..... 49	
5	สรุปผล และอภิปรายผลการวิจัย..... 60
สังเขปความมุ่งหมาย สมมุติฐาน และวิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า..... 61	
สรุปผลการศึกษาค้นคว้า..... 64	
อภิปรายผล..... 64	
ข้อเสนอแนะเพื่อการปฏิบัติ..... 70	
ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยต่อไป..... 71	
บรรณานุกรม..... 72	
ภาคผนวก..... 77	
ภาคผนวก ก..... 77	
ภาคผนวก ข..... 102	
ประวัติย่อผู้วิจัย..... 113	

บัญชีตาราง

ตาราง		หน้า
1	ตารางแสดงค่าข้อมูลพื้นฐานของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม.....	50
2	ตารางแสดงค่าสถิติพื้นฐานของคะแนนการร่วมรู้สึกหลังการทดลอง ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม.....	51
3	ตารางแสดงผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยผลต่างของคะแนนการร่วมรู้สึก รายด้าน และ โดยรวม ก่อนและหลังการทดลอง ของกลุ่มทดลอง.....	52
4	ตารางแสดงผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยผลต่างของคะแนนการร่วมรู้สึก รายด้าน และ โดยรวม ก่อนและหลังการทดลอง ของกลุ่มควบคุม.....	53
5	ตารางแสดงผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยผลต่างของคะแนนการร่วมรู้สึก รายด้าน และ โดยรวม ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม.....	54
6	ตารางแสดงค่าสถิติพื้นฐานของคะแนนการร่วมรู้สึก หลังการทดลองของกลุ่ม ทดลองและกลุ่มควบคุมจำแนกตามกลุ่มและเพศ.....	55
7	ตารางผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนการร่วมรู้สึกหลังการทดลอง (posttest) รายด้าน และโดยรวม พิจารณาตามตัวแปรเพศ และการได้รับ การฝึกอบรมการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น.....	57
8	ตารางแสดงผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนการร่วมรู้สึก ด้านการเข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคล เมื่อพิจารณาตามกลุ่ม และเพศ โดยจำแนกเป็นระดับ.....	59
9	ตารางแสดงค่าอำนาจจำแนกรายข้อและค่าความเชื่อมั่นของแบบวัด การร่วมรู้สึก (Empathy) โดยรวมทั้งฉบับ.....	103
10	ตารางแสดงค่าอำนาจจำแนกรายข้อและค่าความเชื่อมั่นของแบบวัด การร่วมรู้สึก (Empathy) ด้านการเข้าใจผู้อื่น.....	104
11	ตารางแสดงค่าอำนาจจำแนกรายข้อและค่าความเชื่อมั่นของแบบวัด การร่วมรู้สึก (Empathy) ด้านการพัฒนาผู้อื่น.....	104
12	ตารางแสดงค่าอำนาจจำแนกรายข้อและค่าความเชื่อมั่นของแบบวัด การร่วมรู้สึก (Empathy) ด้านการมีจิตใจใฝ่บริการ.....	105
13	ตารางแสดงค่าอำนาจจำแนกรายข้อและค่าความเชื่อมั่นของแบบวัด การร่วมรู้สึก (Empathy) ด้านการเข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคล.....	105
14	ตารางแสดงค่าอำนาจจำแนกรายข้อและค่าความเชื่อมั่นของแบบวัด การร่วมรู้สึก (Empathy) ด้านการตระหนักรู้สถานการณ์ในกลุ่ม.....	106
15	ตารางแสดงแสดงผลการวิเคราะห์แปรปรวนแบบ 2 ทางของคะแนน การร่วมรู้สึกด้านการเข้าใจผู้อื่น เมื่อพิจารณาตามเพศและกลุ่มการฝึก...	107
16	ตารางแสดงแสดงผลการวิเคราะห์แปรปรวนแบบ 2 ทางของคะแนน การร่วมรู้สึกด้านการพัฒนาผู้อื่น เมื่อพิจารณาตามเพศและกลุ่มการฝึก..	108

บัญชีตาราง (ต่อ)

ตาราง		หน้า
17	ตารางแสดงแสดงผลการวิเคราะห์แปรปรวนแบบ 2 ทางของคะแนนการร่วมรู้สึกด้านการจิตใจใฝ่บริการ เมื่อพิจารณาตามเพศและกลุ่มการฝึก.....	109
18	ตารางแสดงแสดงผลการวิเคราะห์แปรปรวนแบบ 2 ทางของคะแนนการร่วมรู้สึกด้านการเข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคล เมื่อพิจารณาตามเพศและกลุ่มการฝึก.....	110
19	ตารางแสดงแสดงผลการวิเคราะห์แปรปรวนแบบ 2 ทางของคะแนนการร่วมรู้สึกด้านการตระหนักรู้สถานการณ์ในกลุ่ม เมื่อพิจารณาตามเพศและกลุ่มการฝึก.....	111
20	ตารางแสดงแสดงผลการวิเคราะห์แปรปรวนแบบ 2 ทางของคะแนนการร่วมรู้สึกโดยรวม เมื่อพิจารณาตามเพศและกลุ่มการฝึก.....	112

บัญชีภาพประกอบ

ภาพประกอบ	หน้า
1 กรอบแนวคิดในการศึกษาค้นคว้า.....	38
2 ปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพศและกลุ่มของคะแนนการร่วมรู้สึกด้านการเข้าใจ ความแตกต่างระหว่างบุคคล.....	58

บทที่ 1

บทนำ

ที่มาและความสำคัญของปัญหา

ปัจจุบันวิถีชีวิตของบุคคลและสังคมในสังคมไทยได้เปลี่ยนแปลงและพัฒนาไปอย่างรวดเร็ว เนื่องจากความเจริญทางวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีที่เจริญก้าวหน้าไปอย่างรวดเร็ว บุคคลในสังคมต่างดิ้นรน แข่งขัน ต่อสู้ มีความมานะพยายามในการพัฒนาตนเองโดยคาดหวังว่าจะได้มีชีวิตอยู่อย่างมีความสุขสงบและสามารถพัฒนาประเทศให้เจริญก้าวหน้าได้โดยที่สังคมเองก็คาดหวังที่จะต้องการประชากรที่มีพื้นฐานที่มีคุณภาพ มีจิตสำนึกทางสังคม มีความรู้ดี รู้จักคิด รู้จักปรับตัว รู้จักแก้ปัญหา มีทักษะในการทำงาน รู้จักพัฒนาร่างกายและจิตใจ มีค่านิยมที่ดี ได้รับการพัฒนาให้มีขีดความสามารถสูงสุดในความถนัดตามศักยภาพที่มีอยู่ (สุนีย์ สิงหะคะเซนทร์, 2534) รวมทั้งมีความคิดสร้างสรรค์ที่จะก่อให้เกิดประโยชน์แก่ส่วนรวม สังคม และประเทศชาติ ซึ่งจะส่งผลให้ประเทศมีการพัฒนาและเจริญก้าวหน้าได้มากขึ้น แต่เนื่องจากสภาพแวดล้อมในสังคมในปัจจุบันที่มีสภาวะเร่งรีบและแข่งขันกันอย่างสูงนั้นทำให้บุคคลมีความเห็นแก่ตัวเพิ่มมากขึ้น ทำทุกอย่างเพื่อผลประโยชน์ของตนเองและพวกพ้องมากขึ้น โดยไม่คำนึงถึงผลเสียที่จะเกิดขึ้นตามมาแต่อย่างใด ตัวอย่างของปัญหาต่างๆเหล่านี้ได้แก่ ปัญหาการทุจริตคอร์ปชั่น ปัญหาครอบครัว ปัญหาเศรษฐกิจ ปัญหาสังคม ปัญหาการค้ายาเสพติด ปัญหามลพิษ และปัญหาสิ่งแวดล้อม เป็นต้น ในขณะที่ความเป็นจริงบุคคลต่างๆในสังคมล้วนจำเป็นจะต้องปฏิสัมพันธ์และมีการติดต่อสัมพันธ์กัน ซึ่งถ้าแต่ละบุคคลไม่เข้าใจ ไม่รับรู้ ไม่สนใจความรู้สึกของผู้อื่นแล้วก็ย่อมที่จะทำให้บุคคลมีวิถีชีวิตที่เป็นแบบต่างคนต่างอยู่มากขึ้น ทำให้เกิดความขัดแย้งในเรื่องต่างๆมากขึ้น และในขณะเดียวกันสังคมก็พร้อมที่จะเกิดปัญหาต่างๆได้อย่างง่ายดายเพราะบุคคลคนในสังคมมีแต่ความไม่เข้าใจ ไม่สนใจในความรู้สึกของกันและกัน และขัดแย้งกันตลอดเวลา

ในการที่จะปรับปรุงแก้ไขปัญหาดังกล่าวและในการจะพัฒนาความเป็นอยู่ของผู้คนในสังคมให้สงบสุขนั้นจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องพัฒนาบุคคลในสังคมให้เป็นบุคคลที่มีคุณภาพมีความสุข โดยเริ่มจากการปลูกฝังเด็กและเยาวชนให้มีความรับผิดชอบต่อตนเอง มีความรับผิดชอบต่อสังคม รวมทั้งปลูกฝังให้เยาวชนมีความเข้าใจในความรู้สึกของผู้อื่น รู้สึกเห็นอกเห็นใจผู้อื่น เพื่อเป็นการปลูกฝังให้บุคคลเกิดสำนึกที่ดีต่อตนเองและคนรอบข้าง และยังสามารถที่ทำประโยชน์ให้แก่สังคมได้ ปัจจัยสำคัญตัวหนึ่งที่ทำให้เยาวชนเป็นผู้มีจิตสำนึก มีความรับผิดชอบสามารถเข้าใจตนเองและผู้อื่นได้ ซึ่งสิ่งต่างๆเหล่านี้ล้วนเป็นพื้นฐานสำคัญที่จะทำให้บุคคลสามารถเติบโตขึ้นอย่างมีคุณภาพนั้นก็คือ การร่วมรู้สึก

(Emparty) โดยการร่วมรู้สึก (Empathy) หมายถึง การร่วมรับรู้ความรู้สึกนึกคิดของผู้อื่น ทั้งในอารมณ์ด้านบวกและด้านลบซึ่งถือได้ว่าการร่วมรู้สึก (Empathy) เป็นความสามารถ ในการที่จะรู้สึกได้เหมือนกับผู้อื่นรู้สึก โดยอาจจะกล่าวได้ว่า ผู้ที่มีการร่วมรู้สึกสูงนั้นจะเป็น ผู้ที่ไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นและเป็นผู้ที่ยอมรับในอารมณ์ของผู้อื่นได้เป็นอย่างดี นอกจากนี้การที่บุคคลมีการร่วมรู้สึก (Empathy) ยังนับเป็นการสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น เป็นการปรับปรุงปฏิกริยาโต้ตอบกับผู้อื่นและช่วยให้เป็นผู้ที่มีความเข้าใจในอารมณ์ของผู้อื่น สามารถรับรู้ความรู้สึกและสามารถสื่อสารได้ด้วยสัญชาตญาณของตน (ชอลัดดา ขวัญเมือง. 2542 ; อ้างอิงจาก Goleman. 1995) ซึ่งไอเซนเบิร์ก (Eisenberg.1999) กล่าวถึงการร่วมรู้สึกว่า การร่วมรู้สึก (Empathy) หมายถึง ปฏิสัมพันธ์ทางอารมณ์ที่ สอดคล้องกับอารมณ์และสถานการณ์ของผู้อื่น เช่น การที่คิดว่าถ้าเราทำแบบนี้เราคง ไม่พอใจหรืออาจโกรธได้ หรือการที่เราดีใจเมื่อเพื่อนประสบความสำเร็จ ในขณะที่ ทิพย์สุดา จันทรแจ่มหล้า (2544) เห็นว่า การร่วมรู้สึกเกิดขึ้นได้เมื่อบุคคลมีความไวต่อ การตอบสนองต่อความรู้สึกของผู้อื่นและสามารถนำตนไปอยู่ในบทบาทของผู้อื่น (ทาง ความคิด) เพื่อให้เข้าใจว่าคนอื่นรู้สึกอย่างไรในสถานการณ์นั้นๆ และในทางตรงข้าม ถ้าบุคคลใดขาดหรือไม่มีการร่วมรู้สึก (Empathy) ก็ย่อมจะนำไปสู่ความขัดแย้งหรือปัญหา ต่างๆและอาจไม่เป็นที่ชื่นชมของสมาชิกในกลุ่มได้ จากข้อมูลดังกล่าวจะเห็นได้ว่าการร่วมรู้สึก (Empathy) นั้นเป็นสิ่งที่ดีเนื่องจากถ้าบุคคลสามารถเข้าใจผู้อื่นได้มาก สามารถรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นได้ดีก็จะทำให้ความขัดแย้งความไม่เข้าใจกันลดลง

ในการเพิ่มระดับการร่วมรู้สึก (Empathy) ของบุคคลนั้นสามารถทำได้หลายวิธี ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับความเหมาะสมและสภาพการณ์ต่างๆประกอบกัน โดยจากการศึกษาเกี่ยวกับการ พัฒนารูปแบบของพฤติกรรมต่างๆจะพบว่าในการพัฒนาการร่วมรู้สึกมีหลายวิธีการ ได้แก่ การใช้กิจกรรมกลุ่ม การให้คำปรึกษา การเล่านิทาน และการใช้เทคนิคแม่แบบ เป็นต้น แต่ในการศึกษาวิจัยในครั้งนี้ ผู้วิจัยจะให้ความสนใจกับการพัฒนาการร่วมรู้สึก โดยใช้กิจกรรมการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น (Sensitivity training) เป็นสำคัญ ซึ่งกิจกรรมการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น (Sensitivity training) นั้น เป็นเทคนิคการฝึกหรือการพัฒนาทักษะของบุคคลในการเรียนรู้และรับรู้สิ่งต่างๆ เกี่ยวกับตนเองและผู้อื่น เช่น การรับรู้ความรู้สึก การรับรู้ความนึกคิด รวมทั้งการรับรู้เหตุผล ของตนเองและเหตุผลของผู้อื่น ซึ่งการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นนี้จะ เป็นเครื่องมือที่จะช่วยส่งเสริมให้บุคคลเกิดความเข้าใจในตนเอง ยอมรับตนเอง รวมทั้งเกิด ความเข้าใจความรู้สึกและพฤติกรรมของผู้อื่น และบุคคลก็จะเกิดการร่วมรู้สึกขึ้นในที่สุด ซึ่งจากการค้นคว้าเอกสารต่างๆที่เกี่ยวข้องพบว่า มีผู้ที่ทำการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับการร่วมรู้สึก (Empathy) ไว้หลายท่านและได้ศึกษาในหลายรูปแบบ โดยปิยธิดา ศฤงคาร (2542) ศึกษาเรื่อง พฤติกรรมความเข้าใจของพนักงานธนาคารกรณีศึกษาเฉพาะ ธนาคารพาณิชย์ในเขตอำเภอเมือง จ.ยะลา ส่วนงานวิจัยของ สุภาภรณ์ อุปลาบัติ (2543)

ได้ทำการศึกษาการพัฒนาความเข้าใจความรู้สึกของบุคคลากรต่อผู้ป่วยในหอผู้ป่วยจิตเวช และพรเทพ ช้อยหิรัญ (2532 : 56-59) ได้นำการฝึกแบบฝึกความรู้สึกไวมาใช้ในการพัฒนา มนุษย์สัมพันธ์ เป็นต้น ซึ่งจากเอกสารและงานวิจัยต่างๆจะพบว่าผู้ที่มีการร่วมรู้สึกจะเป็น ผู้ที่แสดงควมมีน้ำใจ และสามารถเข้าอกเข้าใจผู้อื่นรวมทั้ง อยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคม ได้อย่างมีความสุข (ประพัฒน์ ดันสุวรรณนนท์ 2539, สุภาภรณ์ อุปลาบัติ 2543, ปิยธิดา ศฤงคาร 2542) การร่วมรู้สึกจึงเป็นสิ่งที่สำคัญที่เด็กและเยาวชนควรจะได้รับ การปลูกฝังให้มี สิ่งนี้มากขึ้น เพราะจะทำให้สามารถใช้ชีวิตได้อย่างมีความสุขและยังเป็นพื้นฐานที่ช่วยทำให้ เด็กและเยาวชนสามารถปรับตัวให้เข้ากับระบบการศึกษาได้อย่างมีความสุขโดยในงานวิจัย ชิ้นนี้ผู้วิจัยจะศึกษาการพัฒนาการร่วมรู้สึก (Empathy) ในกลุ่มของเด็กและเยาวชน ในช่วงวัยรุ่นเป็นสำคัญ

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เป็นสถาบันการศึกษามีหน้าที่ในการจัดการศึกษา สำหรับผลิตบุคลากรในสาขาวิชาชีพต่างๆ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อมุ่งเน้นความเชี่ยวชาญ เฉพาะทาง (Specialization) เพื่อเสริมสร้างความรู้สึกซึ่ง ในสาขาวิชาใดวิชาหนึ่งให้เป็น ผู้มีความรู้ความเชี่ยวชาญในเรื่องนั้นๆเน้นในเรื่องของการวิจัยค้นคว้าโดยถือว่าการวิจัยเป็น กิจกรรมสำคัญ (Research oriented) มุ่งเน้นความเชี่ยวชาญ (Professionalization) ซึ่งส่วนใหญ่จะมีในระดับประกาศนียบัตร 1 ปี เพื่อที่จะให้คนทำงานได้ตามมาตรฐาน วิชาชีพและผลิตบัณฑิตให้เป็นนักวิชาการที่มีความสามารถทางวิชาการสูงพอที่จะเป็นผู้นำ ทางวิชาการในสาขาของตนได้ (วิจิตร ศรีสอาน 2522 : 22-26) รวมทั้งยังผลิตบัณฑิต ออกมาเพื่อตอบสนองความต้องการกำลังคนในระบบเศรษฐกิจที่กำลังขยายตัวอย่าง รวดเร็ว ในการก้าวสู่นาครดที่ท้าทายมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒสถาบันอุดมศึกษา จึงเป็นสถาบันที่ดำรงอยู่อย่างมีความหมายและเป้าหมายในการนำความเปลี่ยนแปลงที่ดี มาสู่สังคม (พจน์สรรคร์ โภชนา. 2542 : 1) เด็กและเยาวชนที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับ อุดมศึกษาจะเป็นช่วงหัวเลี้ยวหัวต่อที่สำคัญ เพราะจะต้องมีการปรับตัวเป็นอย่างมากทั้งใน เรื่องของการเรียน การคบเพื่อน ที่จะต้องพยายามให้เกิดความพอดี ไม่ให้เกิดความขัดแย้ง ต้องมีความรับผิดชอบ มีจิตสำนึกต่อหน้าที่ของตัวเอง และเด็กและเยาวชนในช่วงนี้ เป็นช่วงที่อยู่ในการเปลี่ยนแปลงจากเด็กนักเรียนชั้นมัธยมปลายมาสู่นิสิต นักศึกษา โดยในช่วงมัธยมศึกษาเด็กและเยาวชนอาจจะได้รับความดูแลเอาใจใส่จากครู / อาจารย์ อย่างใกล้ชิด ในขณะที่การศึกษานมมหาวิทยาลัยนั้นครู / อาจารย์จะไม่สามารถทำหน้าที่ดูแล นิสิตได้อย่างทั่วถึง เพราะนิสิตมีจำนวนมาก นอกจากนี้การศึกษานมวิทยาลัย ยังแตกต่างจากในโรงเรียน เพราะนิสิตจะได้รับความเป็นอิสระมากขึ้น ทั้งในด้านความคิด และการกระทำตลอดจนนิสิตจะต้องมีความรับผิดชอบสูงขึ้นในด้านการเรียนและ การคบเพื่อน เป็นต้น ซึ่งอาจจะส่งผลถึงการเรียนรู้ของนิสิตในช่วงที่เรียนอยู่ในมหาวิทยาลัย เป็นอย่างมากในการที่นิสิตจะสามารถใช้ชีวิตวัยเรียนในมหาวิทยาลัยได้อย่างมีความสุขนั้น จะต้องอาศัยการปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมทั้งการเรียนและการคบเพื่อนรวมทั้งจะต้อง

สามารถจัดความเครียดที่เกิดขึ้นได้อย่างเหมาะสม (ทศพร ประเสริฐสุข. 2543) โดยในการที่นิสิตจะสามารถใช้ชีวิตวัยเรียนในรั้วมหาวิทยาลัยได้อย่างมีความสุขนั้นจะต้องอาศัยความเข้าใจ การฟังพาดูใจซึ่งกันและกันหรือกล่าวได้ว่าการมีการร่วมรู้สึก (Empathy) ระหว่างเพื่อนนิสิตและกับบุคลากรระดับต่างๆ ในมหาวิทยาลัยด้วยกันนั่นเอง ดังนั้นเยาวชนในระดับอุดมศึกษาถือได้ว่าเป็นกลุ่มที่ควรจะได้รับการพัฒนา การร่วมรู้สึก (Empathy) เป็นอย่างยิ่ง โดยเฉพาะนิสิตคณะแพทยศาสตร์ ซึ่งเป็นนิสิตที่มีความสำคัญเนื่องจาก นิสิตแพทย์ที่จบการศึกษาออกไปนั้นส่วนใหญ่จะประกอบอาชีพเป็นแพทย์ผู้ซึ่งจะต้องรับผิดชอบชีวิตของคนไข้เป็นจำนวนมาก ซึ่งถ้าแพทย์ที่ทำการรักษาผู้ป่วยด้วยความเห็นอกเห็นใจ เข้าอกเข้าใจ เต็มไปด้วยจิตใจใฝ่บริการ และมีการร่วมรู้สึกไปกับคนไข้ถึงความเจ็บปวดที่ผู้ป่วยได้รับทุกข์ทรมานแล้ว แพทย์จะมีความตั้งใจและมีความรับผิดชอบต่อวิชาชีพของตนเองในการรักษาคนไข้อย่างเต็มความสามารถ รวมทั้งจะสามารถช่วยพัฒนาให้วงการแพทย์ประกอบไปด้วยบุคลากรที่มีความเอื้ออาทร เห็นอกเห็นใจผู้อื่นทำงานเพื่อประโยชน์สุขของประชาชนอย่างแท้จริง นอกจากนี้ในการฝึกให้นิสิตแพทย์มีการพัฒนาการร่วมรู้สึก (Empathy) ได้สูงขึ้นนั้น ก็ย่อมจะทำให้นิสิตแพทย์ที่จะศึกษาเล่าเรียนในด้านวิชาการอย่างหนักในชั้นปีที่ 1 – 6 นั้นได้สามารถผ่อนคลายตนเองมากขึ้น เนื่องจากนิสิตแพทย์ที่ได้รับการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นต่อการพัฒนาการร่วมรู้สึกนั้นจะสามารถมีความเข้าใจถึงความรู้สึกนึกคิดผู้อื่น เข้าอกเข้าใจผู้อื่น เป็นผู้ที่มีความใฝ่บริการ สามารถเข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคล และตระหนักถึงสถานการณ์ในกลุ่มได้ อย่างเหมาะสม และสามารถใช้ชีวิตในวัยเรียนได้อย่างมีความสุข และสิ่งเหล่านี้จะเป็นพื้นฐานที่สำคัญในการพัฒนาให้นิสิตเติบโตขึ้นเป็นแพทย์ที่มีคุณภาพและมีความสุขได้

จากที่กล่าวมาข้างต้นจะเห็นได้ว่า การร่วมรู้สึกเป็นสิ่งที่สำคัญโดยเฉพาะกับเด็กและเยาวชนที่อยู่ในช่วงวัยรุ่นที่เรียนในระดับอุดมศึกษาที่จะเป็นพื้นฐานที่สำคัญต่อไปในอนาคต โดยบุคคลยังมีการร่วมรู้สึกมากเท่าไรก็ยิ่งดีเพราะจะทำให้สามารถเข้าใจผู้อื่นอยู่กันด้วยการฟังพาดูใจซึ่งกันและกันและสังคมมีความน่าอยู่มากขึ้น ดังนั้นจึงน่าสนใจที่จะศึกษาค้นคว้าวิจัยต่อไปว่าการพัฒนาการร่วมรู้สึก (Empathy) ของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ โดยใช้วิธีการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น (sensitivity training) ซึ่งจะใช้หลักการซึ่งประกอบด้วยการละลายพฤติกรรม การให้ข้อมูลย้อนกลับ สังเกตการณ์มีส่วนร่วม และเกิดความคิดความเข้าใจเพื่อให้นิสิตที่เข้าร่วมกิจกรรมได้รับความรู้ ความเข้าใจ ยอมรับความรู้สึกและพฤติกรรมของตนเองและผู้อื่นได้อย่างเหมาะสม (สุเมธดา พรหมบุญ. 2542 : 4) ซึ่งผู้วิจัยคาดว่าผลจากการศึกษาวิจัยนี้จะเป็นประโยชน์ในการจัดการศึกษาเพื่อพัฒนาบัณฑิตให้มีคุณภาพอันจะเป็นประโยชน์ในชีวิตการเรียนและการใช้ชีวิตในสังคมอย่างมีคุณค่าต่อตัวนิสิตเองและยังจะเป็นประโยชน์ต่อสังคมได้ต่อไป สมดังปณิธานของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ที่มุ่งมั่นผลิตและพัฒนาบัณฑิตให้เป็นผู้ที่ “มีความรู้ประจักษ์นักปราชญ์ และมีความประพฤติประจักษ์ผู้ทรงศีล”

✓ ความมุ่งหมายของการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ให้ความมุ่งหมายของการวิจัยไว้ดังนี้

1. เพื่อศึกษาผลของการใช้วิธีการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นที่มีต่อการร่วมรู้สึก (Empathy) ของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
2. เพื่อศึกษาปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพศกับวิธีการฝึกต่อการร่วมรู้สึก (Empathy) ของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

✓ ความสำคัญของการวิจัย

1. ได้โปรแกรมการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นที่มีต่อการร่วมรู้สึก (Empathy) ซึ่งเป็นผลจากการวิจัยนี้สามารถนำไปใช้ในการพัฒนาการร่วมรู้สึก (Empathy) ให้แก่บุคคลอื่นๆได้
2. เป็นแนวทางในการสร้างชุดฝึกหรือใช้ในการพัฒนาบุคลิกภาพให้แก่เด็กและเยาวชนได้
3. ได้วิธีการในการพัฒนาการร่วมรู้สึกสำหรับนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ซึ่งเป็นประโยชน์ต่อตัวนิสิตอาจารย์และผู้บริหารสถาบันอุดมศึกษาในการนำไปปรับใช้ในการพัฒนาการร่วมรู้สึกของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒได้ตามความเหมาะสมต่อไป

✓ ขอบเขตของการวิจัย

ประชากร

การวิจัยครั้งนี้ ประชากร คือ นิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ระดับปริญญาตรี ปีการศึกษา 2546 ชั้นปีที่ 1 คณะแพทยศาสตร์ ภาคเรียนที่ 1

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ระดับปริญญาตรี ปีการศึกษา 2546 ชั้นปีที่ 1 คณะแพทยศาสตร์ ภาคเรียนที่ 1 ที่อาสาสมัครเข้าร่วมกิจกรรมของผู้วิจัย โดยมีวิธีการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง ดังนี้

1. ให้นิสิตคณะแพทยศาสตร์ ชั้นปีที่ 1 ที่อาสาสมัครเข้าร่วมกิจกรรมทำแบบทดสอบการร่วมรู้สึก
2. คัดเลือกจากนิสิตเพศชายที่มีคะแนนการร่วมรู้สึกต่ำที่สุดในกลุ่ม จำนวน 18 คน และนิสิตเพศหญิงที่มีคะแนนการร่วมรู้สึกต่ำที่สุดในกลุ่ม จำนวน 20 คน รวมนิสิตทั้งหมดมีจำนวน 38 คน
3. จากนั้นทำการสุ่มนิสิตทั้งเพศชายและเพศหญิงเพื่อเข้ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ด้วยวิธีการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling)
4. สุ่มนิสิตเพศชาย เพื่อเข้ากลุ่มทดลอง จำนวน 9 คน และกลุ่มควบคุมจำนวน 9 คน

5. สุ่มนิสิตเพศหญิง เพื่อเข้ากลุ่มทดลอง จำนวน 10 คน และกลุ่มควบคุมจำนวน 10 คน

ดังนั้นในกลุ่มทดลองทั้งหมดจำนวน 19 คนนั้นจะประกอบด้วยนิสิตเพศชายจำนวน 9 คนและนิสิตเพศหญิงจำนวน 10 คน

ส่วนกลุ่มควบคุมทั้งหมดจำนวน 19 คนก็จะประกอบด้วยนิสิตเพศชายจำนวน 9 คนและนิสิตเพศหญิงจำนวน 10 คน ด้วยเช่นกัน

ระยะเวลาในการทดลอง

การทดลองครั้งนี้ใช้ระยะเวลาในการทดลอง 7 ครั้ง ครั้งๆละ 2 คาบ โดยใช้เวลาคาบละ 60 นาที โดยผู้วิจัยจะใช้เวลาในการให้การทดลอง (Treatment) ในช่วงเวลาหลังเลิกเรียนเพื่อมิให้เป็นการกระทบกระเทือนเวลาเรียนของกลุ่มตัวอย่างที่เป็นทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยผู้วิจัยจะฝึกตามโปรแกรมที่กำหนดในภาคต้นของปีการศึกษา 2546

ตัวแปรที่ศึกษา

ตัวแปรที่จะศึกษาในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่

ตัวแปรอิสระ ประกอบด้วย

1. การใช้วิธีการฝึกและไม่ใช้วิธีการฝึก ได้แก่ วิธีการได้รับการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นและวิธีการที่ไม่ได้รับการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น
2. เพศ: ได้แก่ เพศชาย และเพศหญิง

ตัวแปรตาม คือ การร่วมรู้สึก (Empathy) ซึ่งแบ่งออกได้ 5 ด้าน ได้แก่

1. การเข้าใจผู้อื่น (Understanding others) หมายถึง การเข้าใจถึงความรู้สึก มุมมองและข้อวิตกกังวลของผู้อื่น รวมทั้งเป็นการรู้สึกเข้าใจว่าผู้อื่นมีความต้องการอะไร อย่างไร ในสถานการณ์ที่แตกต่างกัน
2. การพัฒนาผู้อื่น (Developing others) หมายถึง การที่เราารู้สึกถึงสิ่งที่ไม่ดี ไม่ถูกต้อง และข้อควรปรับปรุงของผู้อื่น รวมทั้งการมีความรู้สึกต้องการสนับสนุน ส่งเสริม ความรู้และความสามารถของผู้อื่นให้พัฒนาสูงขึ้น โดยไม่สนใจถึงข้อบกพร่องต่างๆ ของบุคคลเหล่านั้น
3. การมีจิตใจใฝ่บริการ (Service orientation) หมายถึง การที่เราสามารถ รับผิดชอบต่อการณ์ คาดคะเนความต้องการของผู้อื่นได้ว่ามีความต้องการอะไร อย่างไร รวมทั้งเป็นการที่เราารู้สึกว่าต้องการตอบสนองในความต้องการเหล่านั้น โดยมีความต้องการที่จะทำสิ่งที่บุคคลอื่นต้องการ โดยไม่คาดหวังผลตอบแทนอย่างใด

4. การเข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคล (Leveraging diversity) หมายถึง การมีความรู้สึกเห็นอกเห็นใจผู้ที่ด้อยโอกาสกว่าเรา และมีความรู้เข้าใจในสิ่งที่เขาเป็นหรือกระทำ โดยเข้าใจว่าเป็นสิ่งที่ทุกคนแตกต่างกัน รวมทั้งเป็นการที่มีความรู้สึกว่าการให้โอกาสบุคคลที่ด้อยโอกาสได้เป็นหรือกระทำในสิ่งที่ท้าทายผู้อื่นได้

5. การตระหนักรู้สถานการณ์ในกลุ่ม (Political awareness) หมายถึง การเข้าใจความคิดเห็นของกลุ่ม อารมณ์ของกลุ่ม ในสถานการณ์ต่างๆ รวมทั้งเป็นการเข้าใจและทราบถึงความสัมพันธ์ของคนในกลุ่มว่าเป็นอย่างไรในสถานการณ์ที่แตกต่างกัน

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. นิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ หมายถึง นิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ระดับปริญญาตรี ปีการศึกษา 2546 ชั้นปีที่ 1 คณะแพทยศาสตร์ ภาควิชาปีที่ 1

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาครั้งนี้เนื้อหาสาระการนำเสนอเป็น
ขั้นตอน ดังนี้

1. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการร่วมรู้สึก (Empathy)
 - 1.1 แนวคิดสำคัญและความหมายของการร่วมรู้สึก
 - 1.2 องค์ประกอบของการร่วมรู้สึก
 - 1.3 ประเภทของการร่วมรู้สึก
 - 1.4 ทฤษฎีเกี่ยวกับการร่วมรู้สึก
 - 1.5 การพัฒนาการร่วมรู้สึก
 - 1.6 วิธีการวัดการร่วมรู้สึก
 - 1.7 ขั้นตอนของการเกิดการร่วมรู้สึก
2. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น (Sensitivity training)
 - 2.1 แนวคิดและความหมายของการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น
 - 2.2 ความเป็นมาของการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น
 - 2.3 วัตถุประสงค์ของการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น
 - 2.4 กระบวนการของการฝึกการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น
 - 2.5 วิธีการที่ใช้ในการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น
3. งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นกับการร่วมรู้สึก
4. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับเพศกับการร่วมรู้สึก

โดยในแต่ละหัวข้อมีรายละเอียด ดังนี้

เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการร่วมรู้สึก (Empathy)

แนวคิดสำคัญและความหมายของการร่วมรู้สึก

แนวคิดของความเข้าใจปรีชาเชิงอารมณ์ด้านการร่วมรู้สึกนี้ ได้ถูกอธิบายมานานมากกว่าศตวรรษแล้ว (Gladstein, 1984) โดยนักจิตวิทยาเป็นผู้นำคำว่า “การร่วมรู้สึก” หรือ Empathy มาใช้เป็นครั้งแรกและเป็นสิ่งที่นักทฤษฎีหลายคนยืนยันว่า การร่วมรู้สึกนี้เป็นพื้นฐานที่สำคัญที่สุดในการดูแลช่วยเหลือผู้อื่น โดยการร่วมรู้สึกตรงกับภาษาอังกฤษว่า

Empathy หมายถึง การเอาใจใส่ การหยั่งรู้ การรู้สึกร่วมมาจากภาษากรีก (Greek) ว่า Pathos หมายถึง ความรู้สึก และความสามารถในการนำตนเองเข้าไปอยู่ในความรู้สึกของบุคคลอื่น ผลของการร่วมรู้สึกเป็นไปตามความจริงของบุคคลอื่นทั้งความรู้สึกทุกข์และสุข (Alessandra. 2001 : 1)

คาร์ล โรเจอร์ (Roger, 1951) นักจิตวิทยาชาวอเมริกันซึ่งเป็นผู้ได้นำศัพท์คำนี้มาใช้ในการปรึกษาเชิงจิตวิทยาและให้ความหมายของการร่วมรู้สึก (Empathy) นี้ว่าเป็นการที่ผู้ให้การปรึกษาได้เข้าใจในความรู้สึกของผู้ที่มาขอรับการปรึกษา รวมถึงการสังเกตอย่างใกล้ชิดทั้ง น้ำเสียง สีหน้า ท่าทาง และสื่อความเข้าใจนี้ ให้ผู้มาขอรับการปรึกษารับรู้ ซึ่งสอดคล้องกับ ทรูซ์ และคาร์ฟฟี (Truax & Charkhuff. 1967) ที่ได้กล่าวถึงการร่วมรู้สึก ในลักษณะของการช่วยเหลือว่า เป็นความสามารถของผู้ที่ให้ความช่วยเหลือที่จะรู้สึกและเข้าใจในโลกส่วนตัว รวมถึงมีความไวที่จะรับความรู้สึกที่แท้จริงของผู้มาขอความช่วยเหลือราวกับเป็นโลกของตนเองในขณะนั้น รอนสลีย์ (Rawnsley.1980) ก็ได้ให้ความหมายของความเข้าใจความรู้สึก ว่าเป็นอารมณ์ที่เกิดขึ้นของบุคคลจากการที่ได้รับรู้อารมณ์หรือประสบการณ์ของผู้อื่นที่กำลังประสบอยู่ และมีการถ่ายทอดความรู้สึกนั้นเป็นกระบวนการจากคนหนึ่งไปยังอีกคนหนึ่ง และวัชรีย์ ทรัพย์มี (2522) ก็ได้ให้ความหมายในลักษณะเดียวกันว่า เป็นการเข้าใจความรู้สึกของผู้ที่มาขอรับคำปรึกษา ว่าเขารู้สึกอย่างไร ซึ่งเป็นการเข้าใจความรู้สึกนึกคิดของเขามากกว่าจากสภาพภายนอก คือ พยายามเข้าใจว่าเขามองโลกอย่างไรนั่นเอง ส่วน เรวดี ศิรินคร (2531) ได้อธิบายความหมายของการร่วมรู้สึกเพิ่มเติมว่า เป็นกระบวนการที่ผู้ให้ความช่วยเหลือพยายามเข้าใจในความรู้สึกและประสบการณ์ที่ผู้มาขอความช่วยเหลือกำลังประสบอยู่ในขณะนั้น โดยไม่มีการคาดคะเนหรือประเมินถูกผิด แต่เข้าใจว่าผู้มาขอความช่วยเหลือนั้นรู้สึกและมองโลกของเขาอย่างไร

การร่วมรู้สึก จัดเป็นทักษะทางสังคมในการที่สร้างและรักษาความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน มีการเอาใจเขามาใส่ใจเรา เข้าใจความรู้สึกและความต้องการของคนอื่น รวมถึงความสามารถในการทำนายว่าแต่ละคนคิด รู้สึก พุดเกี่ยวกับตัวเองหรือผู้อื่นอย่างไร เปรียบเหมือนสัมผัสที่ 6 ที่มีแนวโน้มจะรับรู้และคาดการณ์ถึงความรู้สึกตนเองและมีความเข้าใจจิตใจผู้อื่น 2 ประการ คือ 1) ความซื่ออกซื่อใจเป็นทักษะและสามารถเรียนรู้ได้ 2) เป็นส่วนจำเป็น ต่อการสร้างสัมพันธ์ในการช่วยเหลือซึ่งกันและกัน (วัลย์รัตน์ วรรณโพธิ์. 2545 ; อ้างอิงมาจาก Smith. n.d.) และการร่วมรู้สึกยังเป็นหนึ่งองค์ประกอบที่สำคัญของปรัชญาเชิงอารมณ์ ที่หมายถึง ความสามารถในการตระหนักรู้ถึงความรู้สึกของตนเองและผู้อื่นเพื่อสร้างแรงจูงใจในตัวเอง สามารถจัดการอารมณ์ของตนเองและอารมณ์ที่เกิดจากความสัมพันธ์ต่างๆได้

นอกจากนี้เทอดศักดิ์ เดชคง (2542 : 26) ได้ให้ความหมายของการร่วมรู้สึก คือ ความเห็นอกเห็นใจซึ่งเป็นการสื่อสารด้วยอารมณ์และความรู้สึกที่เห็นอกเห็นใจผู้อื่น เข้าใจ

และแสดงออกอย่างเหมาะสม ในขณะที่ เฟรสบาร์ช (Feshbach, 1997) ได้ให้ความหมายของการร่วมรู้สึก (Empathy) ในทำนองเดียวกันว่า เป็นปฏิสัมพันธ์ทางอารมณ์ที่สอดคล้องกับอารมณ์และสถานการณ์ของผู้อื่นโดยการจับคู่ความรู้สึกของบุคคลทั้งความรู้สึกดีและเป็นทุกข์กับการแสดงพฤติกรรมของใครคนหนึ่ง และมีความรู้สึกที่สอดคล้องกัน และจากการศึกษาเอกสารที่เกี่ยวข้องกับความหมายของการร่วมรู้สึก (Empathy) พบว่ามีการใช้คำว่า การร่วมรู้สึก (Empathy) กับความเห็นอกเห็นใจ (Sympathy) ในทำนองเดียวกันหรือมีความหมายใกล้เคียงกัน ดังนั้นเพื่อให้เข้าใจตรงกัน จึงสรุปว่าทั้ง 2 คำมีความหมายต่างกัน โดยความเห็นอกเห็นใจ (Sympathy) หมายถึง ความรู้สึกเกี่ยวกับความเสียใจ หรือความทุกข์ เป็นความสงสารที่มีความโศกเศร้าเสียใจของคนอื่นเป็นตัวกระตุ้น และผลของความเห็นอกเห็นใจ (Sympathy) คือ ความเมตตา และความสงสาร ส่วนผลของการร่วมรู้สึก (Empathy) คือ ความรู้สึกตามความเป็นจริงของบุคคลอื่นทั้งทางด้านความรู้สึกและความสุข (วลัยรัตน์ วรรณโพธิ์, 2545 ; อ้างอิงมาจาก Alessanda, 2001 : 1) และอุไร จักษ์ตรีมงคล (2545 : 42 – 43) ที่ได้ทำการศึกษาองค์ประกอบที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับการร่วมรู้สึก โดยกล่าวว่า การร่วมรู้สึก (Empathy) เป็นคุณลักษณะที่แสดงถึงการที่บุคคลจะตระหนักรู้และเคารพในความรู้สึกของผู้อื่น มีความเมตตา กรุณา เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ แสดงออกถึงความห่วงใย ใส่ใจ เต็มใจช่วยเหลือผู้อื่น โดยไม่ได้คาดหวังผลตอบแทน ซึ่งการเรียนรู้ที่ทำให้บุคคลเป็นผู้ที่มีการร่วมรู้สึกนั้นมี 2 ลักษณะ 1) เรียนรู้ว่าการร่วมรู้สึกนั้นเป็นสิ่งที่สังคมยอมรับ เช่น พ่อแม่สั่งสอนให้ลูกคิดถึงใจเขาใจเรา 2) ความรู้สึกคาดหมายในใจของมนุษย์ว่าถ้าตนประสบเหตุการณ์นั้นแล้วจะเป็นอย่างไร เช่น เด็กมองเห็นเพื่อนของเขาหกล้มหัวเขาเป็นแผล ก็อาจเกิดความสงสาร เพราะเขารู้ว่าถ้าตนเองหกล้มก็คงจะประสบกับความเจ็บปวดคล้ายคลึงกัน ส่วนในด้านชีววิทยานั้นการที่บุคคลจะมีการร่วมรู้สึกได้จะต้องมีการสื่อสารในสมองที่ครบถ้วน ได้แก่ สมองส่วนการมองเห็น (Visual cortex) สมองส่วนแปลความหมายและความเข้าใจ (Parietal lobe) และสมองส่วนอารมณ์ (Limbic system) ผู้ป่วยทางสมองที่มีปัญหาในสมองส่วนดังกล่าวอาจจะกระทบกระเทือนต่อการแสดงการร่วมรู้สึก และในทางพุทธศาสนานั้นมีหลักธรรมที่แสดงถึงการร่วมรู้สึกเรียกว่า “พรหมวิหาร ๔” (พระธรรมปิฎก, 2541 : 852) ซึ่งประกอบด้วย

1. เมตตา คือ ความรัก ความปรารถนา มีไมตรี อยากให้มนุษย์สัตว์มีสุขทั่วหน้า
2. กรุณา คือ ความสงสาร อยากช่วยเหลือผู้อื่นให้พ้นจากความทุกข์
3. มุทิตา คือ ความพลอยยินดี พลอยมีใจแช่มชื่นเบิกบาน เมื่อผู้อื่นอยู่ดีมีสุขและเจริญอกงาม ประสบความสำเร็จยิ่งขึ้นไป
4. อุเบกขา คือ ความมีใจเป็นกลาง วางจิตเรียบสงบ สม่่าเสมอ เทียงตรงดูจดตาซังมองเห็นมนุษย์สัตว์ทั้งหลายได้รับผลดีร้ายตามเหตุปัจจัยที่ประกอบ ไม่เอนเอียงไปด้วยความชอบหรือความชัง

จากความหมายดังกล่าวข้างต้นอาจจะสรุปได้ว่า การร่วมรู้สึก (Empathy) หมายถึง การแสดงถึงความเห็นอกเห็นใจ เอาใจใส่ สามารถเข้าใจความรู้สึก อารมณ์ พฤติกรรมของผู้อื่น รวมทั้งสามารถให้เหตุผลในลักษณะที่เอาใจเขามาใส่ใจเรา เข้าใจลักษณะในจิตใจ และนำตนไปอยู่ในบทบาททางความคิดของผู้อื่นโดยสามารถแสดงออก หรือคาดเดาความรู้สึกของผู้อื่นได้อย่างถูกต้อง

องค์ประกอบของการร่วมรู้สึก มี 5 ด้านตามแนวคิดของโกลแมน (Goldman, 1998) และจะใช้ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ประกอบด้วย

1. **การเข้าใจผู้อื่น (Understanding others)** หมายถึง การเข้าใจถึงความรู้สึก มุมมองและข้อวิตกกังวลของผู้อื่น รวมทั้งเป็นการรู้สึกเข้าใจว่าผู้อื่นมีความต้องการอะไร อย่างไร ในสถานการณ์ที่แตกต่างกัน

2. **การพัฒนาผู้อื่น (Developing others)** หมายถึง การที่เราารู้สึกถึงสิ่งที่ไม่ดี ไม่ถูกต้อง และข้อควรปรับปรุงของผู้อื่น รวมทั้งการมีความรู้สึกต้องการสนับสนุน ส่งเสริม ความรู้และความสามารถของผู้อื่นให้พัฒนาสูงขึ้น โดยไม่สนใจถึงข้อบกพร่องต่างๆ ของบุคคลเหล่านั้น

3. **การมีจิตใจใฝ่บริการ (Service orientation)** หมายถึง การที่เราสามารถ รับรู้ คาดการณ์ คาดคะเนความต้องการของผู้อื่นได้ว่ามีความต้องการอะไร อย่างไร รวมทั้งเป็นการที่เราารู้สึกว่าต้องการตอบสนองในความต้องการเหล่านั้น โดยมีความต้องการที่จะทำสิ่งที บุคคลอื่นต้องการ โดยไม่คาดหวังผลตอบแทนอย่างใด

4. **การเข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคล (Leveraging diversity)** หมายถึง การมีความรู้สึกเห็นอกเห็นใจผู้ที่ด้อยโอกาสกว่าเรา และมีความรู้เข้าใจในสิ่งที่เขาเป็นหรือ กระทำ โดยเข้าใจว่าเป็นสิ่งที่ทุกคนแตกต่างกัน รวมทั้งเป็นการที่มีความรู้สึกว่าการให้ออกาสบุคคลที่ด้อยโอกาสได้เป็นหรือกระทำในสิ่งที่ทัดเทียมผู้อื่นได้

5. **การตระหนักรู้สถานการณ์ในกลุ่ม (Political awareness)** หมายถึง การเข้าใจความคิดเห็นของกลุ่ม อารมณ์ของกลุ่ม ในสถานการณ์ต่างๆ รวมทั้งเป็นการเข้าใจ และทราบถึงความสัมพันธ์ของคนในกลุ่มว่าเป็นอย่างไรในสถานการณ์ที่แตกต่างกัน

ประเภทของการร่วมรู้สึก

สเตฟาน (Stephan, 1999 : 1) ได้แบ่งประเภทของการร่วมรู้สึกเป็น 2 ประเภท คือ

1. **การร่วมรู้สึกทางการคิด (Cognitive empathy)** คือ ความคิด ความสามารถในการสวมบทบาทแทนผู้อื่น

2. การร่วมรู้สึกทางอารมณ์ (Emotion empathy) คือ ความเห็นใจ การร่วมรู้สึก การรู้สึกแทนผู้อื่นเป็นการตอบสนองของบุคคลที่คล้ายหรือเหมือนกับประสบการณ์ของผู้อื่น

นอกจากนี้ ปีซาร์โร (วัลย์รัตน์ วรรณโพธิ์. 2545 ; อ้างอิงมาจาก Pizaro. 2000 : 359) ได้แบ่งการร่วมรู้สึก ออกเป็น ประเภท คือ

1. การร่วมรู้สึกทางการคิด (Cognitive empathy) เป็นความสามารถในการสวมบทบาททางความคิด ที่ทำให้สามารถจะเข้าใจผู้อื่น

2. การร่วมรู้สึกทางความรู้สึก (Affective empathy) เป็นเข้าไปอยู่ในความรู้สึกของผู้อื่นตอบสนองแทนความรู้สึกและอารมณ์ของผู้อื่น (ตามสถานการณ์ที่เป็นผลมาจากการสวมบทบาท)

ทฤษฎีเกี่ยวกับการร่วมรู้สึก (Empathy) ของโกลแมน

จากการศึกษาค้นคว้าเอกสารต่างๆที่เกี่ยวข้องกับการร่วมรู้สึก (Empathy) นั้นพบว่า มีหลายทฤษฎีที่กล่าวถึงการร่วมรู้สึก ทั้ง ทฤษฎีการร่วมรู้สึกของฮอฟแมน (Hoffman) ทฤษฎีการร่วมรู้สึกของเบอโล (Berlo) ทฤษฎีการร่วมรู้สึกของไอเซนเบิร์ก (Eisenberg) ทฤษฎีการร่วมรู้สึกของเฟรสบีร์ก (Feshbach) ทฤษฎีการร่วมรู้สึกของโกลแมน (Goldman) แต่ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยจะศึกษาตามแนวคิดทฤษฎีการร่วมรู้สึกของ โกลแมน (Goldman) โดยมีรายละเอียดดังนี้

โกลแมน (Goldman. 1998 : 132 – 138) กล่าวว่า การร่วมรู้สึก (Empathy) จัดเป็นทักษะทางสังคมในการที่สร้างและรักษาความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน มีการเอาใจเขามาใส่ใจเรา เข้าใจความรู้สึกและความต้องการของผู้อื่น รวมถึงความสามารถในการทำนายว่า แต่ละคนคิด รู้สึก พูดเกี่ยวกับตัวเองหรือผู้อื่นอย่างไร เปรียบเหมือนสัมผัสที่ 6 ที่มีแนวโน้มจะรับรู้และคาดการณ์ถึงความรู้สึกของตนเอง และมีความเข้าใจจิตใจผู้อื่น

นอกจากนี้ โกลแมน (Goleman) ได้อธิบายถึงการร่วมรู้สึกว่าเป็นส่วนหนึ่งของปรีชาเชิงอารมณ์ โดยโกลแมนได้แบ่งปรีชาเชิงอารมณ์ไว้ 2 หมวด 5 มิติใหญ่ 25 ปัจจัยย่อย ได้แก่ (สุตารัตน์ หนูหอม. 2544 ; อ้างอิงมาจาก Goleman. 1998)

หมวดแรก สมรรถนะส่วนบุคคล ประกอบด้วย

1. การตระหนักรู้ในตนเอง หมายถึง การตระหนักรู้ถึงความรู้สึก ความชอบ และความสามารถของตนเอง ประกอบด้วย

1.1 การตระหนักรู้อารมณ์ หมายถึง การทราบถึงอารมณ์ของตนเอง และผลของอารมณ์ที่เกิดขึ้น

- 1.2 การประเมินตนเองได้อย่างถูกต้อง หมายถึง การประเมินตนเองได้ตามจริง รู้จักจุดเด่นจุดด้อยของตน
- 1.3 ความมั่นใจในตนเอง หมายถึง ความมั่นใจในคุณค่าและความสามารถตนเอง
2. การจัดระเบียบอารมณ์ของตน หมายถึง การจัดการกับอารมณ์ แรงกระตุ้น และความสามารถของตนได้อย่างเหมาะสม ประกอบด้วย
 - 2.1 การควบคุมตนเอง หมายถึง การควบคุมอารมณ์ด้านลบ และแรงกระตุ้นได้
 - 2.2 ความเป็นที่ไว้วางใจ หมายถึง การคงไว้ซึ่งความซื่อสัตย์และคุณความดี
 - 2.3 ความรับผิดชอบ หมายถึง ความรับผิดชอบในการปฏิบัติของตน
 - 2.4 การปรับตัว หมายถึง การยืดหยุ่นและปรับตัวให้เข้ากับสถานการณ์
 - 2.5 การสร้างสรรค์สิ่งใหม่ หมายถึง การเปิดรับความคิด วิธีการและข้อมูลใหม่ๆ
3. การจูงใจ หมายถึง แนวโน้มของอารมณ์อันนำไปสู่เป้าหมาย ประกอบด้วย
 - 3.1 แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ หมายถึง ความพยายามที่จะปรับปรุงเพื่อให้ได้มาตรฐานที่ดีที่สุด
 - 3.2 ภาวะผูกพัน หมายถึง การยึดมั่นกับเป้าหมายของกลุ่ม และเป้าหมายขององค์การ
 - 3.3 ความคิดริเริ่ม หมายถึง การมีความคิดใหม่และพร้อมที่จะปฏิบัติเมื่อมีโอกาส
 - 3.4 การมองโลกในแง่ดี หมายถึง การมุ่งสู่เป้าหมายถึงแม้มีอุปสรรคหรือปัญหา

หมวดที่ 2 สมรรถนะทางสังคม

4. การร่วมรู้สึก หมายถึง การตระหนักรู้ถึงความรู้สึก ความต้องการ และข้อห่วงใยของผู้อื่น ประกอบด้วย
 - 4.1 การเข้าใจผู้อื่น หมายถึง การเข้าใจถึงความรู้สึกมุมมอง และข้อวิตกกังวลของผู้อื่น
 - 4.2 การพัฒนาผู้อื่น หมายถึง การทราบถึงข้อควรปรับปรุงของผู้อื่น และการส่งเสริมความรู้และความสามารถของผู้อื่น
 - 4.3 การมีจิตใจใฝ่บริการ หมายถึง การคาดคะเน รับรู้ และตอบสนองความต้องการของผู้ใช้บริการ
 - 4.4 การเข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคล หมายถึง การสร้างโอกาสจากความแตกต่างระหว่างบุคคล
 - 4.5 การตระหนักรู้สถานการณ์ในกลุ่ม หมายถึง การทราบถึงความคิดเห็นของกลุ่มและทราบถึงความสัมพันธ์ของคนในกลุ่ม

5. ทักษะทางสังคม หมายถึง ความคล่องในการก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลง ที่ต้องการโดยสามารถแสวงหาความร่วมมือจากผู้อื่นได้ ประกอบด้วย

5.1 การมีอิทธิพลต่อผู้อื่น หมายถึง การมีกลยุทธ์ในการโน้มน้าวผู้อื่น ได้อย่างได้ผล

5.2 การสื่อสาร หมายถึง การฟังผู้อื่นและการส่งสารที่น่าเชื่อถือ

5.3 การบริหารความขัดแย้ง หมายถึง การเจรจาต่อรอง และแก้ไขความลงรอยกัน

5.4 ความเป็นผู้นำ หมายถึง การเป็นแรงบันดาลใจและการเป็นตัวอย่างให้กลุ่ม หรือบุคคล

5.5 การกระตุ้นให้เกิดการเปลี่ยนแปลง หมายถึง การริเริ่มให้เกิดการ เปลี่ยนแปลงที่ดี

5.6 การสร้างพันธมิตรผูกพัน หมายถึง การสร้างความสัมพันธ์เพื่อก่อให้เกิด ความร่วมมือ

5.7 ความร่วมมือร่วมใจ หมายถึง การทำงานร่วมกับผู้อื่นได้เป็นอย่างดี

5.8 การสร้างทีมงาน หมายถึง การสร้างพลังร่วมของกลุ่มในการมุ่งสู่เป้าหมาย

การพัฒนาการร่วมรู้สึก

การร่วมรู้สึก (Empathy) เป็นสิ่งสำคัญที่จะทำให้บุคคลสามารถอยู่ร่วมกับบุคคลอื่น ในสังคมได้อย่างมีความสุข เพราะบุคคลที่มีการร่วมรู้สึกดีจะเป็นผู้ที่มีความเข้าใจความรู้สึก ของผู้อื่น สามารถคาดเดาได้ว่าผู้อื่นคิดหรือรู้สึกอย่างไรรวมทั้งยังสามารถรับรู้ถึง สภาวะการณ์ต่างๆได้ โดยการที่บุคคลที่จะเกิดการร่วมรู้สึกนั้น ต้องมีการพัฒนาความคิดให้ บุคคลสามารถจับความรู้สึกและเข้าใจบุคคลอื่นที่ประกอบด้วย การอ่านอารมณ์และ ความรู้สึกของผู้อื่น สามารถเอาใจเขามาใส่ใจเรา (เดาความรู้สึกของคนอื่น) ได้ และสามารถ ตอบสนองได้สอดคล้องกับสถานการณ์ของผู้อื่นได้อย่างเหมาะสมและถูกต้อง

การฝึกการร่วมรู้สึกให้เกิดขึ้นกับบุคคลนั้นเป็นเรื่องสำคัญที่จะต้องฝึกให้เกิดขึ้นกับ บุคคล และควรเริ่มฝึกกับเด็กเริ่มเข้าวัยรุ่น เพราะอารมณ์ต่างๆของวัยนี้มีการเปลี่ยนแปลง อย่างรวดเร็ว ดังนั้นเทคนิคที่จะทำให้เกิดการรู้สึกร่วมกันต้องจัดให้บุคคลเกิดประสบการณ์ การเรียนรู้ด้วยตนเองเพื่อให้เกิดความเข้าใจ ยอมรับในตัวบุคคลอื่นผู้วิจัยจึงเลือกวิธีการฝึก แบบการรับความรู้สึก (Sensitivity training) เพราะวิธีการฝึกแบบการรับความรู้สึก เป็นการจัดประสบการณ์ให้กับบุคคลในการที่จะฝึกให้บุคคล สวมบทบาทแทนบุคคลอื่น เพื่อฝึกให้สามารถรับรู้ได้ว่าคนอื่นมีความรู้สึก มีความคิด อารมณ์ และพฤติกรรมนั้นอย่างไร สามารถตอบสนองและแสดงความคิดเห็นตรงกับสถานการณ์นั้น ๆ อย่างถูกต้อง และเหมาะสมต่อไป

ในการพัฒนาการร่วมรู้สึกจัดเป็นความสามารถของบุคคลในการที่จะเข้าใจผู้อื่น รวมถึงการสร้างสัมพันธภาพอันดีกับบุคคลอื่น การอยู่ร่วมกันอย่างเห็นอกเห็นใจช่วยเหลือ

กัน และอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข โดยการพัฒนาการร่วมรู้สึกจะประกอบด้วย (วัลย์รัตน์ วรณโพธิ์. 2545).

1. ทำให้สามารถเข้าใจธรรมชาติของมนุษย์ ธรรมชาติของมนุษย์มีความแตกต่างกัน บางกลุ่มทฤษฎีมองว่ามนุษย์เป็นผู้กระทำ มีเป้าหมาย กำหนดการเรียนรู้ของตนเอง (Organismic approach) ส่วนบางกลุ่มจะเห็นว่าพฤติกรรมมนุษย์ทุกสิ่งจะถูกปรับแต่ง โดยสิ่งแวดล้อม (Mechanistic approach) และเนื่องจากมนุษย์มีความซับซ้อน ฉะนั้น จึงไม่มีทฤษฎีใดเพียงทฤษฎีเดียวหรือแนวคิดใดแนวคิดเดียวที่สามารถอธิบายธรรมชาติของมนุษย์ถูกต้องทั้งหมด อย่างไรก็ตามมนุษย์ก็มีธรรมชาติที่เหมือนกัน และขณะเดียวกัน มนุษย์ก็มีลักษณะเฉพาะที่แตกต่างกันด้วยรวมถึงการอบรมปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมในลักษณะที่แตกต่างกันส่วนความที่เหมือนกันนั้น ให้นักคลินิกถึงตัวเอง ก็จะทำให้สามารถเข้าใจผู้อื่นได้

2. ทำให้สามารถเข้าใจในความรู้สึกนึกคิดของผู้อื่น ประกอบด้วยการนั่งสมาธิ สังเกตความเปลี่ยนแปลง

3. ทำให้มีความสามารถในการสื่อสาร และถ่ายทอดความรู้สึกเมื่อเข้าใจในความรู้สึกของผู้อื่นแล้วควรสามารถที่จะสื่อสารและถ่ายทอดความคิด ความรู้สึก ของเราให้ผู้อื่น ทราบได้จึงจะสามารถสร้างสัมพันธภาพที่ดีต่อกันได้ ประกอบด้วย

3.1 ต้องเคารพความคิดของผู้อื่น ซึ่งหมายถึง ยอมรับว่าบุคคลมีความเห็นที่แตกต่างกัน ด้วยเหตุผลหลายประการ ต้องยอมรับความคิดเห็นผู้อื่น, และไม่คิดว่าตนเอง, ไม่คิดว่าตนเองเหนือผู้อื่น

3.2 คิดในเชิงว่าฉันชนะ – เธอก็ชนะ (Think win / win) เป็นการที่บุคคลที่มีความมั่นคงทางจิตใจพอใจที่จะแบ่งปัน การได้รับการยอมรับ ไม่คิดแต่เชิงฉันชนะ - เธอแพ้ แต่จะคิดในแง่ของการยินดีหรือยอมรับเมื่อบุคคลอื่นประสบความสำเร็จ

3.3 แสดงความคิดเห็นอย่างชัดเจนด้วยท่าทีที่เป็นมิตร แสดงความคิดเห็นเฉพาะที่คาดว่าจะประโยชน์ สำหรับความคิดเห็นที่แตกต่างไป หรืออาจกระทบกระเทือนความรู้สึกของผู้อื่น ก็ควรแสดงด้วยความนุ่มนวลด้วยท่าทีที่เป็นมิตร

3.4 สื่อสารในระดับที่เหมาะสม ประกอบด้วยการทักทายเมื่อพบกัน ระดับข้อมูล ข่าวสาร ระดับความคิดเห็น

4. ช่วยให้อื่นช่วยตนเองได้ หมายถึง การที่บุคคลช่วยให้บุคคลอื่นๆสามารถช่วยตนเองได้เมื่อมีปัญหาทางอารมณ์ ซึ่งหลักสำคัญคือ ต้องรู้อารมณ์ของผู้อื่น ว่ากำลังโกรธหรือกำลังวิตกกังวล หรือกำลังหดหู่ ผู้ช่วยเหลือพูดให้คลายความรู้สึกลงก่อน แล้วแสดงให้เห็นว่าความคิดและความรู้สึกของผู้มีปัญหาที่มีผู้รับฟังอย่างตั้งใจ แสดงความเข้าใจ ช่วยทำให้ผู้มีปัญหาเกิดความชัดเจนกับความคิดและความรู้สึกของตนเอง

จะเห็นได้ว่าพัฒนาการของการร่วมรู้สึกนั้นจะช่วยให้บุคคลสามารถดำรงอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุขซึ่งการร่วมรู้สึก นั้นจะพัฒนาได้เมื่อบุคคลสามารถเข้าใจธรรมชาติของมนุษย์ เข้าใจความรู้สึก รับรู้อารมณ์ความรู้สึก ตลอดจนพฤติกรรมต่างๆเกิดการยอมรับและช่วยเหลือกันขึ้นในสังคม สร้างสัมพันธ์ภาพที่ดีในการอยู่ร่วมกันกับผู้อื่น

จากที่กล่าวมาข้างต้นจะเห็นได้ว่ากิจกรรมที่จะใช้ในการพัฒนาการร่วมรู้สึก จำเป็นจะต้องคำนึงถึงขั้นตอนในการเกิดหรือพัฒนาการของการเกิดการร่วมรู้สึกเป็นสำคัญ ซึ่งในงานวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยใช้ตามแนวคิดของโกลแมน (Goleman) ที่ประกอบด้วย 5 องค์ประกอบ ได้แก่ การเข้าใจผู้อื่น (Understanding others) การพัฒนาผู้อื่น (Developing others) การมีจิตใจไปบริการ (Service orientation) การเข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคล (Leveraging diversity) และการตระหนักรู้สถานการณ์ในกลุ่ม (Political awareness) โดยเมื่อเราสามารถเข้าใจในการพัฒนาการร่วมรู้สึกอย่างดีแล้วก็สามารถที่จะพัฒนาการร่วมรู้สึกตามองค์ประกอบทั้ง 5 องค์ประกอบตามแนวคิดโกลแมนได้อย่างสมบูรณ์

วิธีการวัดการร่วมรู้สึก

จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยต่างๆ พบว่า มีผู้ทำการศึกษาและวัดเกี่ยวกับการร่วมรู้สึกไว้ ไม่มากนักแต่ที่ศึกษากันอย่างจริงจังและพอจะสรุปได้ ได้แก่ ไบรอัน (Bryant. 1982) ได้ทำการศึกษาการร่วมรู้สึกในเด็กและวัยรุ่น โดยทำการสร้างแบบวัดการร่วมรู้สึกเป็นแบบประเมินตนเอง (Self report) จำนวน 22 ข้อ ซึ่งมีลักษณะข้อคำถามเป็นข้อความทางบวกและทางลบ โดยข้อความทางบวกจะได้ 1 คะแนน ถ้าตอบว่าใช่ และข้อความทางลบได้ 1 คะแนน ถ้าตอบว่าไม่ใช่ โดยหาค่าความเชื่อมั่นแบบสอบซ้ำ (Test - retest) การศึกษาการร่วมรู้สึกไบรอัน (Bryant.)นำไปใช้วัดการร่วมรู้สึกไปใช้กับวัยเด็ก และวัยรุ่น ทั้งเพศเดียวกัน และต่างเพศ ส่วนการศึกษาของ เมราเบียนและเอฟเสตน (วัลย์รัตน์ วรรณโพธิ์. 2545 ; อ้างอิงมาจาก Mehrabian and Epstein. 1972) แบบประเมินตนเอง (Self report) จำนวน 33 ข้อ วัดได้ทั้งเพศเดียวกัน และต่างเพศ ลักษณะข้อคำถามเป็นทั้งทางบวกและทางลบ เกณฑ์การให้คะแนน คือ ข้อความทางบวกเห็นด้วยอย่างยิ่ง (+) 4 คะแนน และไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง (-) 4 คะแนน

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้วิธีการวัดการร่วมรู้สึกแบบประเมินค่า (Rating scale) โดยใช้แบบวัดที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น เป็นแบบวัด จำนวน 50 ข้อ มีข้อความเป็นประโยคประกอบด้วยมาตราส่วนประเมินค่า ระดับจาก“จริงที่สุด” ถึง “ไม่จริงเลย” พิสัยของค่าตัวแปรนี้อยู่ระหว่าง 60 ถึง 300 คะแนน ผู้ตอบได้คะแนนสูงกว่าแสดงว่ามีการร่วมรู้สึกสูงกว่าผู้ตอบได้คะแนนต่ำกว่า แบบวัดดังกล่าวจะมีข้อความที่เป็นลักษณะทางบวกและทางลบ

ขั้นตอนของการเกิดการร่วมรู้สึก

การที่บุคคลจะอยู่ร่วมกันในสังคมได้อย่างมีความสุขนั้นจำเป็นอย่างยิ่งที่บุคคลจะต้องมีการเข้าใจในความรู้สึกของผู้อื่น สามารถคาดเดาได้ว่าเขาหรือเธอรู้สึกอย่างไร แล้วจึงตัดสินใจแสดงพฤติกรรมต่างๆของตนออกไป ดังนั้นเพื่อให้เกิดประโยชน์ในการสื่อสารกัน และเป็นการป้องกันไม่ให้เกิดความไม่พอใจแก่บุคคลอื่น บุคคลจึงจำเป็นต้องมีความสามารถในการรับรู้อารมณ์ต่างๆของคนอื่น หรือกล่าวได้ว่าการร่วมรู้สึกกับบุคคลอื่น โดยสามารถแบ่งขั้นตอนของการเกิดการร่วมรู้สึกได้เป็น 4 ขั้นตอน (วัลย์รัตน์ วรรณโพธิ์. 2545) คือ

1. การจับอารมณ์ความรู้สึกของผู้อื่น

อารมณ์และความรู้สึก การแสดงออกทางสีหน้า ท่าทาง เป็นวิธีการสื่อสารโดยไม่ใช้ภาษาพูด ส่วนการใช้คำพูดหรือน้ำเสียงนั้นเป็นวิธีการสื่อสารโดยใช้ภาษาพูด

2. การบอกอารมณ์

ควรให้นักเรียนได้มีการพูดหรือแสดงลักษณะทางอารมณ์ เช่น โกรธ ดีใจ เสียใจ ซึ่งสิ่งต่างๆเหล่านี้จัดเป็นอารมณ์พื้นฐาน รวมถึงอีกหลายอารมณ์ เช่น หงุดหงิด ไม่พอใจ บึ้งตึง เบื่อ เซ็ง เครียด สงสาร ตื่นเต้น รัก เป็นต้น

3. ความเข้าใจ

เป็นการเข้าใจสาเหตุว่า มีสาเหตุใดที่บุคคลเกิดอารมณ์เช่นนั้น แต่ละอารมณ์และความแต่ละความรู้สึกของผู้อื่นนั้น เป็นเรื่องที่ต้องเรียนรู้และเปรียบเทียบ

4. การตอบสนองสิ่งที่เป็นไปได้

เมื่อบุคคลมีความรู้สึกไวพอที่จะรับรู้อารมณ์ผู้อื่น บอกได้ เข้าใจสาเหตุ และความเป็นมาแล้ว ก็ต้องสามารถตอบสนองได้อย่างเหมาะสม และถูกต้อง

จากขั้นตอนที่ทำให้อารมณ์และความรู้สึก และการแสดงออกของผู้อื่นโดยสามารถเดาความรู้สึกคือผู้ที่มีลักษณะต่างๆดังนี้

1. สามารถเข้าใจอารมณ์และความรู้สึกและการแสดงออกของผู้อื่นโดยสามารถเดาความรู้สึกของเพื่อนจากการแสดงออกทางสีหน้าได้ว่าเพื่อนมีสีหน้าอย่างไร เขารู้สึกอย่างไร และพยายามแปลความหมายทั้งสีหน้าและท่าทางของคนรอบข้าง

2. มีความสามารถเอาใจเขามาใส่ใจเรา สามารถคาดเดาความรู้สึกของผู้อื่นโดยสมมติว่าเราอยู่ในสถานการณ์นั้นด้วย เพื่อให้เกิดความเข้าใจและรับรู้ และสามารถตอบสนองได้อย่างถูกต้อง เป็นความพยายามรวบรวมประสบการณ์และความรู้สึกของตนเองในขณะที่เข้าไปอยู่ในสถานการณ์ของคนอื่น

3. สามารถตอบสนองได้สอดคล้องกับสถานการณ์ พฤติกรรมหรือการกระทำของผู้อื่น โดยใช้ภาษา ท่าทาง และภาษาพูดที่เป็นไปในทิศทางที่เอื้ออำนวย บ่งบอกถึงความเข้าใจและเห็นใจผู้อื่นได้อย่างถูกต้อง

สรุปได้ว่า การที่บุคคลจะเกิดการเข้าใจความรู้สึกของคนอื่น หรือเรียกว่า การร่วมรู้สึก (Empathy) นั้น เราต้องพัฒนาความคิด ให้บุคคลสามารถจับความรู้สึกและเข้าใจบุคคลอื่น อันจะประกอบด้วยการอ่านอารมณ์ และความรู้สึกของคนอื่น สามารถเอาใจเขามาใส่ใจเราได้ และสามารถตอบสนองได้สอดคล้องกับสถานการณ์ของผู้อื่น ได้อย่างเหมาะสม และถูกต้อง ดังนั้นการร่วมรู้สึกนั้นจึงนับว่าเป็นกุญแจที่สำคัญในการที่จะทำใหบุคคลสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นและประสบความสำเร็จในการดำรงชีวิต

จากเหตุผลดังกล่าว การฝึกให้บุคคลเกิดการร่วมรู้สึก จึงนับว่าเป็นสิ่งสำคัญที่จะต้องฝึกให้เกิดขึ้นกับบุคคล และควรเริ่มฝึกกับเด็กและเยาวชนเมื่อเขาเริ่มเข้าสู่ช่วงวัยรุ่น เพราะอารมณ์ต่างๆของเด็กวัยนี้เริ่มที่จะเปลี่ยนแปลงมีความรุนแรง และแปรปรวนง่าย โดยการฝึกการร่วมรู้สึกควรจะควบคู่ไปกับการฝึกและพัฒนาด้านสติปัญญา อีกทั้งเหตุผลหนึ่งที่สมควรฝึกกับเด็กวัยนี้คือ เด็กมีความสามารถในการแยกแยะตนเองว่ามี ความแตกต่างจากคนอื่นทางด้านร่างกาย ความคิดและความรู้สึก ดังนั้นเทคนิคที่จะทำให้ เกิดการร่วมรู้สึกนั้นต้องจัดให้บุคคลเกิดประสบการณ์ การเรียนรู้ด้วยตนเองเพื่อให้เกิด ความเข้าใจ ยอมรับในตัวบุคคลอื่น ผู้วิจัยจึงเลือกวิธีการฝึกด้วยวิธีการฝึกความไวต่อการรับรู้ ความรู้สึกของผู้อื่น (Sensitivity training) เนื่องจากวิธีการดังกล่าวเป็นการจัดประสบการณ์ ให้กับบุคคลในการที่จะฝึกให้บุคคลคิด สวมบทบาทแทนบุคคลอื่น เพื่อรับรู้ได้ว่าคนอื่น มีความรู้สึก มีความคิด อารมณ์และพฤติกรรมนั้นอย่างไร สามารถตอบสนองและ แสดงความคิดแทนผู้อื่นได้ตรงกับสถานการณ์นั้น ๆ อย่างเหมาะสมและถูกต้อง ซึ่งการฝึก ความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นนี้จะทำใหบุคคลสามารถเกิดการร่วมรู้สึกเพิ่มขึ้น อีกทั้งวิธีการฝึกนี้จะช่วยใหบุคคลเกิดการเข้าใจ ยอมรับตนเอง และเกิดความเข้าใจ ยอมรับ ความรู้สึกและพฤติกรรมของผู้อื่นได้ด้วย

เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น (Sensitivity training)

แนวคิดและความหมายของการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น

การฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น (Sensitivity training) ได้เข้ามามีบทบาทในทางจิตวิทยา ในฐานะที่เป็นประสบการณ์หนึ่งที่นำกระบวนการกลุ่มมาใช้เพื่อพัฒนา มนุษย์ เป็นการบำบัดรักษาคนปกติ ในประเทศไทยการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น (Sensitivity training) มีชื่อเรียกแตกต่างกันไป เช่น การฝึกความรู้สึกไว การฝึกความไวเป็นกลุ่ม การฝึกความไวต่อการรับรู้ การฝึกกลุ่มสัมพันธ์และการรับรู้ โดยในที่นี้ ผู้วิจัยจะขอเรียกว่า การฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น (Sensitivity training)

การฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น (Sensitivity training) เป็นเทคนิค ในการแก้ไขความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและปรับปรุงคุณภาพของความสัมพันธ์ ในกลุ่มเล็ก ๆ ให้ดีขึ้น ซึ่งบุคคลปกติจะมาอยู่รวมกันเป็นสังคมขนาดย่อมที่มีโครงสร้างและ

ความสัมพันธ์แบบอิสระเต็มที่ สมาชิกจะได้เรียนรู้เกี่ยวกับตนเองและผู้อื่น (Personal - interpersonal) โดยเน้นกระบวนการให้ความสำคัญแก่การตระหนักรู้ ความไวในการรับรู้ และการเรียนรู้เกี่ยวกับพฤติกรรม และประสบการณ์ที่เกิดขึ้นขณะอยู่ในกลุ่ม ซึ่งจะนำไปสู่ การแสวงหาความหมายของชีวิตและการพัฒนาตนเองอย่างเต็มที่ (เมธาวิ เวียงเกตุ, 2525 : 8) โดยอีแกน (Barker, 1983 : 229 ; อ้างอิงจาก Egan, 1970) กล่าวว่า การฝึก ความรู้ไวเป็นเทคนิคที่ใช้ฝึกบุคคลเป็นกลุ่มโดยแต่ละกลุ่มสมาชิกจะมีส่วนร่วมใน การตัดสินใจซึ่งแต่ละกลุ่มจะมีผู้ฝึกหรือผู้นำกลุ่ม การฝึกเพื่อพัฒนาบุคคลและความรู้สึกของ บุคคลตามประสบการณ์ที่ได้จากกลุ่ม เป็นการฝึกหรือพัฒนาทักษะในการเรียนรู้และรับรู้ สิ่งต่างๆเกี่ยวกับตนเองและผู้อื่น เช่นการรับรู้ความรู้สึก ความนึกคิด เหตุผล และ ประสบการณ์ของทั้งของตนเองและผู้อื่น นอกจากนี้ ยูพา ทิพย์อลงกต (2538 : 11 - 12) ให้ความหมายของการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นว่า หมายถึง วิธีการพัฒนา ตนเองโดยการจัดประสบการณ์การเรียนรู้โดยให้สมาชิกทำกิจกรรมร่วมกันในช่วงเวลา ที่ต่อเนื่องทั้งด้านที่เกี่ยวกับความรู้สึก และร่วมกันวิเคราะห์พฤติกรรมซึ่งกันและกัน มีการเปิดเผยตนเอง และให้ข้อมูลย้อนกลับซึ่งกันและกันอันจะนำไปสู่การพัฒนาความเจริญ ส่วนบุคคล และการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นจะช่วยให้สมาชิกได้มีการ เข้าใจตนเอง และผู้อื่นอย่างถูกต้อง สามารถสื่อสารและมีความสัมพันธ์กับผู้อื่นๆ ได้ อย่างเหมาะสม (พรเทพ ช้อยหิรัญ, 2529, 9)

สำหรับ พิสิทธิ์ ปทุมบาล (2530 : 11) ให้ความหมายของการฝึกความไว ต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น (Sensitivity training) ว่าคือ กระบวนการพัฒนาคน ในคนปกติโดยใช้กระบวนการกลุ่มเพื่อให้สมาชิกได้ใช้เทคนิคการฝึกฝนประสาท รับความรู้สึกทุกชนิดของร่างกาย อีกทั้งยังเป็นการแลกเปลี่ยนประสบการณ์การรับ ความรู้สึก การเรียนรู้ที่จะได้จากการเข้ากลุ่ม ซึ่งสอดคล้องกับ ผกา บุญเรือง (ยูพา ทิพย์อลงกต, 2538 ; อ้างอิงจาก ผกา บุญเรือง, 2525 : 30 - 31) ที่กล่าวว่า การฝึก ความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น (Sensitivity training) นี้ควรเรียกชื่อว่า กลุ่มการฝึก ประสาทความรู้สึก หมายถึง กลุ่มในการฝึกฝนประสาทความรู้สึกของร่างกายให้ไว ต่อการรับรู้ความรู้สึกมากขึ้น ทั้งหู ตา จมูก ลิ้น กาย สัมผัสถึงการแสดงออกทางกิริยา ท่าทางและพฤติกรรมการแสดงออกทุกชนิดโดยเฉพาะอย่างยิ่งเกี่ยวกับท่าทีหรือความรู้สึก ของคู่สนทนามีจุดมุ่งหมายเพื่อพัฒนาการรับรู้ และพัฒนาทักษะในการสร้างความสัมพันธ์ ระหว่างบุคคลในกลุ่ม ทำให้เข้าใจกระบวนการ กลุ่มได้ดีขึ้น สิ่งทีกลุ่มย้า ได้แก่ ประสบการณ์ "ที่นี่และเดี๋ยวนี้" (Here and now) การส่งผลย้อนกลับ การเรียนรู้ทักษะ และ ความจริงในตัวบุคคล การเปิดโอกาสให้บุคคลได้เผชิญกับเหตุการณ์ที่ถูกต้องเป็นจริง เป็นจริง พร้อมทั้งอภิปรายความจริงเหล่านั้นอย่างเปิดเผยต่อกันภายในกลุ่ม

โกลบิวสกี และบลัมเบิร์ก (มานะ พ่วงความสุข, 2536 ; อ้างอิงมาจาก Golembiewski and Blumberg, 1976) กล่าวว่า การฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของ

ผู้อื่น 1) เป็นประสบการณ์ในสังคมซึ่งย่อส่วนลงมา 2) เป็นการมุ่งที่จะทำงานด้วยกระบวนการซึ่งเน้นการสำรวจค้นคว้าทดลองเกี่ยวกับพฤติกรรม 3) เป็นการช่วยให้เกิดการเรียนรู้ในหมู่สมาชิก 4) มีบรรยากาศที่ปลอดภัยและเอื้ออำนวยต่อการเรียนรู้ 5) สมาชิกเป็นผู้กำหนดการเรียนรู้ โดยผู้เป็นเพียงผู้แนะแนวเท่านั้น นอกจากนี้ เพียงใจสินธุนาคร (2521 : 14 -16) กล่าวว่า การฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น เป็นการสร้างห้องทดลองทางพฤติกรรมศาสตร์ขึ้น ซึ่งหมายถึง สถานที่ที่ผู้เข้ารับการอบรมจะสามารถสังเกตพฤติกรรมของผู้เข้ารับการอบรมคนอื่น ๆ ได้ สามารถทดลองพฤติกรรมของตนเองและรับการวิจารณ์ (Feed Back) ที่ตรงไปตรงมาเกี่ยวกับพฤติกรรมที่เขาแสดงออกไป ลักษณะสำคัญของการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น พอจะแยกได้ดังนี้คือ 1) เป็นการฝึกอบรมที่มุ่งกระบวนการมากกว่าเนื้อหา มุ่งให้เข้าใจผลทางอารมณ์ และปฏิกิริยาที่สมาชิกในกลุ่มนี้ก่อขึ้นว่าจะมีผลอย่างไรต่อสมาชิกอื่น มุ่งพิจารณาความรู้สึกและอารมณ์เน้นการเรียนรู้ทางอารมณ์มากกว่าการเรียนรู้ทางความคิด 2) การฝึกอบรมมีลักษณะปล่อยตามสบาย มีการตั้งกฎเกณฑ์น้อยที่สุด ผู้รับการอบรมจะมีโอกาสตัดสินใจตั้งจุดมุ่งหมายและหาทางบรรลุจุดมุ่งหมายนั้นด้วยตนเอง 3) การฝึกอบรมนี้จะสร้างความคับข้องใจ (Frustration) ให้เกิดขึ้นแก่ผู้รับการอบรม ซึ่งมีความสำคัญยิ่งต่อความสำเร็จของการฝึกอบรมแบบนี้ เปิดโอกาสให้ผู้เข้ารับการอบรมมองดูตนเอง เรียนรู้พฤติกรรมบางอย่างของตนเองซึ่งผู้อื่นรู้แต่ตัวเองไม่มีโอกาสรู้ได้ในสภาพการณ์ปกติ ผู้เข้ารับการ อบรมจะเกิดความคับข้องใจขึ้น เมื่อรู้ว่าสิ่งที่นึกคิดไว้เกี่ยวกับตัวเองไม่ถูกต้อง ความคับข้องใจนี้จะเป็แรงผลักดันให้คนๆนั้นพัฒนาตนเอง 4) เป็นการฝึกอบรมที่ใช้ T - group เป็นหลักสำคัญ โดย T - group (Training group) หมายถึง กลุ่มเล็กๆที่มีขนาดระหว่าง 8 - 15 คน มารวมกลุ่มกันโดยไม่มีระเบียบ วาระการประชุมหรือข้อกำหนดกลุ่มมีอิสระที่จะทำอะไรได้เต็มที่ 5) สนใจพฤติกรรมปัจจุบัน (Here and now) 6) เวลาที่ใช้การฝึกอาจใช้เวลา 3 - 4 สัปดาห์ โดยใช้เวลา 6 - 8 ชั่วโมงต่อวัน หรือใช้เวลาเพียง 2.5 วัน รวมเวลาฝึกประมาณ 20 ชั่วโมง หรือมากกว่านั้น หรือถ้าเป็นการฝึกคิด "Marathon" อาจเริ่มตั้งแต่เที่ยงวันศุกร์จนกระทั่งบ่ายวันอาทิตย์ นอกจากนี้ สุธีรพันธ์กรลักษณ์ (2527 : 5) ได้กล่าวถึงความหมายของการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น (Sensitivity training) ว่าหมายถึง การพัฒนาตนเองโดยใช้กระบวนการกลุ่มเป็นกระบวนการของการค้นพบตัวเอง เพื่อให้รู้จักและเข้าใจตนเองให้ดียิ่งขึ้นตลอดทั้งการยอมรับตนเองและหาทางพัฒนาตนเอง ซึ่งจะช่วยให้บุคคลสามารถดำเนินชีวิตในสังคมและพิจารณาสิ่งแวดล้อมอย่างมีสติ (Self awareness) เข้าใจความรู้สึกและพฤติกรรมของตนเองและของผู้อื่นที่แสดงออกมา อันจะส่งผลให้สามารถดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุขมากขึ้นและยังเพิ่มพูนประสิทธิภาพในการทำงานให้สูงขึ้นด้วย นอกจากนี้ยังจะช่วยให้ผู้ที่ฝึกตามกระบวนการนี้ได้เข้าใจถึงศิลปะที่จำเป็นในการที่จะเข้าใจบุคคลอื่น

อันประกอบด้วย วิชาการสร้างศิลปะในการจูงใจคน การปฏิบัติตนเพื่อที่จะให้รู้จักและเข้าใจตนเองและผู้อื่นได้ดียิ่งขึ้น รวมทั้งศิลปะที่จะทำให้เป็นที่พึงพิงทางใจด้วย

จากความหมายต่างๆข้างต้น สรุปได้ว่า การฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น (Sensitivity training) หมายถึง วิธีที่ใช้พัฒนาบุคคลโดยจัดประสบการณ์การเรียนรู้ที่ใช้กระบวนการกลุ่มที่เกี่ยวข้องกับการรับรู้ความรู้สึก ความนึกคิด อารมณ์ เหตุผลและพฤติกรรมของผู้อื่น เพื่อให้บุคคลได้ทำกิจกรรมร่วมกันภายในช่วงเวลาที่ต้องเผชิญและก่อให้เกิดกาดระหนักรู้ เข้าใจ และมีความรู้สึกไวต่อพฤติกรรมต่างๆได้อย่างถูกต้องเหมาะสม ซึ่งจะนำไปสู่การพัฒนาตนเอง

ความเป็นมาของการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น

การฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นมีวิวัฒนาการมาจากแนวคิดของ เคิร์ต เลอวิน (Kurt Lewin) นักวิทยาศาสตร์และนักสังคมวิทยาชาวเยอรมันที่ได้ศึกษาเรื่องพลวัตกรกลุ่ม (Group Dynamics) ในแง่พฤติกรรมมนุษย์ ที่เกิดขึ้นภายในกลุ่มระหว่างปี ค.ศ. 1930 – 1940 (David and Harrari. 1969 : 238) และได้มีการจัดตั้งศูนย์วิจัยพลังกลุ่มขึ้นที่เมือง แอนน์ อาร์เบอร์ (Ann Arbor) ประเทศสหรัฐอเมริกา โดยมีเลอวินเป็นผู้ดำเนินการ ซึ่งนับเป็นการเริ่มต้นการทดลองเรื่องกลุ่มในห้องปฏิบัติการเป็นครั้งแรก ในปี 1946 ได้มีการจัดประชุมอบรมวิจัยเชิงปฏิบัติการขึ้น เพื่อที่จะพัฒนาผู้นำในห้องถิ่นให้มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น การอบรมในครั้งนี้เน้นการประยุกต์การเรียนรู้เพื่อนำไปใช้

จากนั้นในเดือนกุมภาพันธ์ 1947 เลอวินได้ถึงแก่กรรม ผู้ร่วมงานของเขาต่างก็ร่วมมือกันก่อตั้งสถาบันการฝึกอบรมในห้องปฏิบัติการแห่งชาติ (The National Training Laboratory Institute) หรือ N.T.L. และสถาบันแห่งนี้เป็นจุดเริ่มต้นของการทำกลุ่มอบรม (T - Group) นอกจากนี้ผลงานของเขากลายเป็นการศึกษาวิธีใหม่ที่ได้รับการยอมรับอย่างกว้างขวาง และมีการสร้างกลุ่มฝึกทักษะเบื้องต้น (The Basic Skill Training Group) ขึ้นมีจุดมุ่งหมายที่สำคัญคือ

1. ให้ความรู้แก่สมาชิกด้านทฤษฎีการเปลี่ยนแปลง และพัฒนาการของกลุ่ม
2. จัดฝึกฝนทักษะที่จำเป็นแก่สมาชิกและผู้นำกลุ่ม
3. จัดให้มีกิจกรรมกลุ่มโดยเน้นความเป็นปัจจุบันให้มาก
4. แสดงให้เห็นถึงการนำประสบการณ์จากกลุ่มชนิดนี้ไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้
5. ช่วยให้สมาชิกได้มีแนวคิดเกี่ยวกับตนเองที่แท้จริงอย่างถูกต้องชัดเจน
6. ช่วยพัฒนาสมาชิกด้านความเข้าใจในคุณค่าของประชาธิปไตย
7. ฝึกให้สมาชิกได้รู้วิธีการเป็นผู้นำกลุ่มชนิดนี้ได้

ในปี ค.ศ. 1940 – 1950 แนวโน้มของจิตวิทยาคลินิกเริ่มเข้ามามีบทบาทแทนที่จิตวิทยาสังคม โดยเริ่มมีกลุ่มต่างๆที่เน้นความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและการพัฒนาบุคคล

ทำให้แนวคิดเกี่ยวกับกลุ่มฝึกอบรม (T - Group) มีการเปลี่ยนแปลง คือหันมาเน้นการใช้กระบวนการกลุ่มพัฒนาบุคคล ซึ่งกลายมาเป็นการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น โดยมีกระบวนการและบทบาทของผู้นำกลุ่มเช่นเดียวกับกลุ่มฝึกอบรม แต่มีข้อแตกต่างที่เห็นได้ชัดอยู่ 3 ประการ คือ

1. การฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นจะนำปัญหาที่เกิดขึ้นกับสมาชิกภายในกลุ่มหรือจากผู้นำมาเรียนรู้ ในขณะที่กลุ่มฝึกอบรมจะใช้ข้อมูลหรือปัญหาตามความต้องการของกลุ่มที่รวบรวมขึ้นมาในขณะนั้น ดังนั้นข้อมูลของการฝึกความไวจะเป็นข้อมูลจากประสบการณ์ที่แท้จริงของสมาชิกกลุ่ม

2. การฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นจะให้ความสนใจข้อมูลที่เกิดจากความรู้สึกหรือเรื่องราวที่ปรากฏขึ้นในกลุ่ม แต่สำหรับกลุ่มฝึกอบรมนั้นจะเกี่ยวข้องกับข้อมูลภายนอก

3. เป็นความแตกต่างเกี่ยวกับการนำความรู้ที่ได้จากการเข้ากลุ่มไปใช้ โดยกลุ่มฝึกอบรมจะมุ่งให้นำความรู้ที่ได้ไปจัดการปัญหาของบุคคลเพื่อให้เกิดการเจริญส่วนบุคคล (มานะ พ่วงความสุข. 2536 ; อ้างอิงมาจาก Hansen. 1980 : 102 - 103) ในขณะที่กลุ่มฝึกความไวจะเน้นการนำความรู้ไปแก้ปัญหของบุคคลเพื่อให้เกิดความเจริญส่วนบุคคล

สำหรับประเทศไทย หน่วยงานต่างๆ ทั้งเอกชนและรัฐบาล ต่างก็เริ่มมีความสนใจเกี่ยวกับการพัฒนาบุคคล โดยนำเอาการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นไปฝึกปฏิบัติเพื่อประโยชน์ต่อการทำงานเป็นกลุ่มเพราะเมื่อบุคคลเรียนรู้ตนเองปรับปรุงตนเองได้เป็นอย่างดีแล้ว ย่อมจะทำให้สามารถทำงานได้ผลดีด้วย (คมเพชร ฉัตรศุภกุล. 2530 : 8)

แนวคิดสำคัญของการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น

เซฟเฟอร์ และกาลินสกี (พรเทพ ช้อยหิรัญ. 2532 : 13 -16 ; อ้างอิงมาจาก Shaffer and Galinski. 1974) รวมทั้ง แชนแซน วอร์เนอร์ และสมิธ (พรเทพ ช้อยหิรัญ. 2532 : 13 -16 ; อ้างอิงมาจาก Hansen, Warner and Smith. 1980) ได้เสนอแนวคิดสำคัญที่เป็นพื้นฐานของการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น ได้ดังนี้

1. การเน้นเรื่องความเป็นปัจจุบัน (Here and Now Focus)

เนื่องจากกระบวนการเรียนรู้ในการฝึกความไวจะให้ความสำคัญต่อการสังเกตสิ่งที่เกิดขึ้นภายในกลุ่มเนื่องมาจากข้อตกลงเบื้องต้นที่ว่า การเรียนรู้ของบุคคลที่ดีที่สุดนั้นจะต้องสังเกตพฤติกรรมที่ปรากฏในขณะนั้น ซึ่งจะรวมถึงความรู้สึกและประสบการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นในช่วงระยะเวลาของการฝึกมากกว่าการสนใจเรื่องราวที่เกิดขึ้นในอดีต หรือจะเกิดขึ้นในอนาคต

2. การละลายพฤติกรรม (Unfreezing Behavior)

การละลายพฤติกรรมเป็นกระบวนการที่จะทำให้บุคคลมีอิสระจากระบบความเชื่อที่ตนยึดมั่นแลเป็นอิสระจากพฤติกรรมที่เคยปฏิบัติ เนื่องจากการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น มีโครงการสร้างกลุ่มไม่เด่นชัดและปราศจากกฎเกณฑ์ รวมทั้งระเบียบต่างๆ ซึ่งจะช่วยสนับสนุนให้สมาชิกละลายพฤติกรรม ผลของการละลายพฤติกรรมจะมีส่วนช่วยให้สมาชิกได้รับสิ่งใหม่ๆ เข้ามาในชีวิตมากขึ้น

3. การสนับสนุนกลุ่มและบรรยากาศแห่งความไว้วางใจ (Group Support and Atmosphere of Trust)

ภายหลังการละลายพฤติกรรมซึ่งกันและกันแล้วผู้นำกลุ่มจะต้องพยายามสร้างบรรยากาศให้มีความรู้สึกอบอุ่น ปลอดภัย ไว้วางใจ และส่งเสริมให้สมาชิกเกิดความกล้าที่จะแสดงความรู้สึกออกมา ซึ่งจะเป็นจุดเริ่มต้นของการช่วยเหลือภายในหมู่สมาชิก และจากบรรยากาศของกลุ่มที่แตกต่างจากประสบการณ์เดิมจะทำให้สมาชิกเกิดความต้องการที่จะให้ความสนใจและความห่วงใยซึ่งกันและกัน

4. การเปิดเผยตนเอง (Self - Disclosure)

แรงจูงใจในตัวสมาชิกจะเป็นสิ่งสำคัญในการเรียนรู้สิ่งใหม่ๆ จากกลุ่ม ความแตกต่างของระดับแรงจูงใจในการเรียนรู้จะมาจากความวิตกกังวล ซึ่งมีสาเหตุมาจากสถานการณ์ที่คลุมเครือ และไม่แน่นอนของกลุ่ม สมาชิกจะเกิดความกลัว และไม่กล้าที่จะเปิดเผยตนเองในทางตรงกันข้ามถ้าสมาชิกสามารถแสดงปฏิกิริยาตอบโต้ต่อบุคคลอื่นก็จะทำให้ความวิตกกังวลนั้นหายไป และทำให้เกิดแรงจูงใจที่จะเรียนรู้เพิ่มขึ้น

5. การให้ข้อมูลย้อนกลับ (Feedback)

โดยทั่วไปกลุ่มในลักษณะต่างๆจะเป็นเรื่องการตอบสนองต่อปฏิกิริยาของสมาชิกที่แสดงต่อกันและกันโดยการตอบสนองจะออกมาในลักษณะการเล่าถึงความรู้สึกหรือผลกระทบที่เขาได้ระบบจากพฤติกรรมนั้นๆ การตอบสนองเหล่านี้เรียกว่า การให้ข้อมูลย้อนกลับ ถ้าบรรยากาศของกลุ่มดี สมาชิกที่ได้รับข้อมูลย้อนกลับจะเกิดการเรียนรู้ซึ่งจะนำไปสู่การเจริญส่วนบุคคลและจะมีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ลักษณะการให้ข้อมูลย้อนกลับที่มีประโยชน์ต่อการเรียนรู้ของสมาชิกควรมีดังต่อไปนี้

- 5.1 ควรมีลักษณะบรรยายมากกว่าการประเมินผล
- 5.2 จะกล่าวถึงเฉพาะข้อมูลหรือพฤติกรรมที่เกิดขึ้นในขณะนั้นเท่านั้น
- 5.3 ต้องพิจารณาความต้องการ ความพร้อมของผู้รับข้อมูลย้อนกลับ
- 5.4 ข้อมูลที่ให้ต้องเป็นข้อมูลที่ผู้รับสามารถนำไปปรับปรุงเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนได้
- 5.5 ต้องให้ข้อมูลย้อนกลับในช่วงเวลา จังหวะ ที่เหมาะสม
- 5.6 ต้องสามารถสื่อสารได้ตามจุดมุ่งหมายที่ตั้งใจไว้
- 5.7 ควรจะให้เวลาในการทำข้อมูลให้เชื่อถือได้

6. ปทัสฐานของกลุ่ม (Group Norms)

สมาชิกส่วนมากจะแสดงพฤติกรรมภายในกลุ่มตามที่ผู้นำกำหนด ในตอนเริ่มต้น อาจจะมีการตกลงกันหรือกำหนดเป้าหมายของกลุ่มอย่างกว้างๆ การตกลงดังกล่าว จะมีอิทธิพลต่อพลังที่เกิดขึ้นภายในกลุ่ม และมีอิทธิพลต่อความเป็นไปของกลุ่ม แต่ผู้นำไม่สามารถกำหนดหรือตั้งกฎเกณฑ์ว่าสมาชิกจะต้องไว้วางใจซึ่งกันและกัน โดยกฎเกณฑ์ของกลุ่มจะพัฒนาในลักษณะใดขึ้นอยู่กับการให้ข้อมูลย้อนกลับภายในกลุ่ม การสนับสนุนภายในกลุ่ม บรรยากาศของความไว้วางใจ การเปิดเผยตนเอง และการละลายพฤติกรรมนั่นเอง

นอกจากนี้ ทิศนา แคมมณี (2522 : 181 - 183) กล่าวว่า ลักษณะที่เป็นปัจจัยสำคัญๆ ในการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น โดยใช้กระบวนการกลุ่มมีอยู่หลายประการ คือ

1. การเน้นเรื่องความเป็นปัจจุบัน
2. การเน้นถึงสิ่งที่จะเกิดขึ้นในภายหน้า
3. การเน้นเรื่องค่านิยมของตนและสังคม
4. การเน้นทักษะในการสอบถาม
5. การเน้นถึงตน ในฐานะที่เป็นตัวการที่ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลง
6. การเปิดเผยพฤติกรรมหรือการแสดงออก
7. การให้ข้อมูลย้อนกลับ
8. การสร้างบรรยากาศที่ปลอดภัย
9. บุคคลในกลุ่มจะต้องมีโอกาสได้ทดลองพฤติกรรมและความคิดใหม่ๆ ของตน ในบรรยากาศที่ปลอดภัย

สำหรับ ทิศนา แคมมณี (2522 : 181 - 182) กล่าวถึงสิ่งสำคัญที่เป็นปัจจัยในการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น (Sensitivity Training) มีอยู่หลายประการคือ

1. การเน้นสิ่งที่เกิดขึ้นเดี๋ยวนี้ (The here and now focus) ผู้เข้าฝึกจะถือเอากลุ่มเป็นเสมือนห้องปฏิบัติการที่ตนสามารถทดลอง เพื่อที่จะค้นพบการเรียนรู้ใหม่ๆ เกี่ยวกับพฤติกรรมและคนอื่น ๆ กระบวนการที่สำคัญที่สุดในการฝึกแบบนี้คือ การวิเคราะห์พฤติกรรมที่เกิดขึ้นเดี๋ยวนั้น การวิเคราะห์นี้จะนำมาซึ่งความรู้ที่มีความหมายแก่ผู้เข้าฝึก
2. การเน้นถึงสิ่งที่จะเกิดขึ้นภายหน้า (There and then focus) การวิเคราะห์สิ่งต่างๆ ที่เกิดขึ้นในกลุ่มเดี๋ยวนั้น นับว่าเป็นการเรียนรู้ที่มีค่า แต่การเรียนรู้นั้นจะเป็นประโยชน์แก่ผู้เข้าฝึกอย่างแท้จริงก็ต่อเมื่อผู้เข้าฝึกสามารถนำความรู้นั้นไปใช้จริงๆ ในชีวิต

ประจำวันได้ การฝึกจึงมิได้มุ่งอยู่แต่การวิเคราะห์พฤติกรรมขณะนั้นเท่านั้น แต่จะพยายามช่วยให้ผู้เข้าฝึกได้เห็นความสัมพันธ์ของสิ่งที่เกิดขึ้นในขณะนั้น กับสิ่งที่ผู้เข้าฝึกจะไปเผชิญในชีวิตจริงต่อไป ในการฝึกจึงเน้นเรื่องการประยุกต์ความรู้ที่ได้ให้เข้ากับปัญหาในชีวิตเป็นอย่างมาก

3. การเน้นเรื่องค่านิยมของตนและสังคม ในการฝึกจะมีการช่วยผู้เข้าฝึกให้เรียนรู้เกี่ยวกับค่านิยมและคุณธรรมต่างๆ ที่ตนเอง ผู้อื่น และสังคมยึดถือ ค่านิยมและคุณธรรมต่างๆ เหล่านี้มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของบุคคลมาก และจะมีบทบาทสำคัญในการพัฒนาบุคลิกภาพของบุคคลในการพัฒนาความเข้าใจตนเองและผู้อื่น ผู้เข้าฝึกจะมีโอกาสได้สำรวจและทำความเข้าใจในค่านิยมและคุณธรรมที่ตนยึดถือ

4. การเน้นทักษะในการสอบถาม (Skills of inquiry) ในการฝึกนี้ผู้เข้าฝึกจะมีโอกาสได้ฝึกทักษะในการไต่ถามมาก ทักษะนี้เป็นเครื่องมือที่สำคัญในการเรียนเพื่อความเจริญงอกงามของตน ทั้งทางด้านสติปัญญาและบุคลิกภาพ ผู้ที่มีทักษะนี้จะมีแนวโน้มที่จะเป็นตัวของตัวเองสามารถเรียนด้วยตัวเอง และสามารถแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นได้ขึ้น

5. การเน้นถึง “ตน” ในฐานะเป็นตัวการที่จะทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลง (Self as an agent of change) ในการเปลี่ยนแปลงสิ่งใด ๆ ก็ตาม หากบุคคลที่เกี่ยวข้องไม่ให้ความสำคัญในการเปลี่ยนแปลงนั้นๆ การเปลี่ยนแปลงนั้นก็มักจะไม่ได้ผลตามความคาดหวังก่อนที่คนๆ หนึ่งจะเปลี่ยนใครอีกคนหนึ่ง คนๆ นั้นก็ควรจะเห็นว่าการเปลี่ยนแปลงนั้นสำคัญสำหรับตนเสียก่อน กล่าวง่าย ๆ ก็คือตนเองจะต้องเปลี่ยนก่อนที่จะเปลี่ยนคนอื่น ๆ การฝึกทักษะในกลุ่มนี้ จึงเน้นให้บุคคลได้เปลี่ยนแปลงตนเองก่อนที่จะไปเปลี่ยนแปลงผู้อื่น

6. การเปิดเผยพฤติกรรมหรือการแสดงออก ข้อนี้ถือหลักที่ว่า “คนเราเรียนรู้เกี่ยวกับตัวเอง โดยมองผ่านทางสายตาของผู้อื่น” ตนจะเรียนรู้เกี่ยวกับตนก็โดยการแสดงออกซึ่งพฤติกรรมของตน และมีใจกว้างพอที่จะยินยอมรับฟังข้อคิดเห็นของผู้อื่นเกี่ยวกับตนเอง

7. การให้ข้อสังเกต (Feedback) ในการเรียนการฝึกสิ่งที่จะขาดไม่ได้ ก็คือการที่บุคคลในกลุ่มช่วยเหลือกันและกันโดยต่างฝ่ายต่างก็ให้ข้อสังเกตของตนแก่กันและกัน จึงเป็นสิ่งที่มิประโยชน์มากในอันที่จะทำให้ผู้เข้าฝึกได้รู้ว่าพฤติกรรมของตน มีผลต่อความรู้สึกและพฤติกรรมของผู้อื่นอย่างไรบ้าง จากข้อสังเกตเหล่านี้ บุคคลในกลุ่มจะปรับปรุงหรือเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมตนให้เป็นที่พอใจของตน

8. การสร้างบรรยากาศที่ปลอดภัย บรรยากาศในการฝึกต้องเป็นบรรยากาศที่ไม่น่ากลัว หรือไม่ตึงเครียดจนเกินไป ในทางตรงกันข้าม การฝึกต้องการบรรยากาศที่ช่วยส่งเสริมให้บุคคลมีอิสระและเสรีภาพในการพูด การแสดงออกซึ่งความคิด ความรู้สึกของตนและการให้ข้อสังเกตของตนแก่ผู้อื่น บรรยากาศเช่นนี้จะช่วยส่งเสริมและกระตุ้นให้บุคคลปรับปรุงและเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนไปในทางที่ต้องการ

การทดลองและการฝึกการรับรู้นี้ บุคคลในกลุ่มจะมีโอกาสได้ทดลองพฤติกรรมและความคิดใหม่ๆ ของตนในบรรยากาศที่ปลอดภัย (โดยเฉพาะความปลอดภัยด้านจิตใจ) โอกาสเช่นนี้ จะเป็นการช่วยส่งเสริมและกระตุ้นให้เกิดการเปลี่ยนแปลงที่ต้องการ

วัตถุประสงค์ของการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น

สถาบันการฝึกการทดลอง (National Training Laboratory Institute) (รชมน สุขชุม. 2533 : 17 – 18 ; อ้างอิงมาจาก Handerson. 1974 : 260) ได้กล่าวถึง วัตถุประสงค์ของการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น (Sensitivity Training) ว่า

1. เพื่อให้รู้จักตนเองอย่างลึกซึ้ง
2. เพื่อให้เข้าใจผู้อื่นดีขึ้น และรู้ถึงอิทธิพลของบุคคลที่มีต่อกันในกลุ่ม
3. เพื่อให้เข้าใจกระบวนการกลุ่มดีขึ้น แลเพื่อเพิ่มพูนทักษะในการอยู่ร่วมกันในกลุ่มอย่างมีประสิทธิภาพ
4. เพื่อเพิ่มพูนทักษะการรับรู้ลักษณะสังคมที่กว้างขึ้น
5. เพื่อให้มีความรู้เรื่องกลไกของการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม

จากเว็บไซต์ (วลัยรัตน์ วรรณโพธิ์. 2545 : 20 – 21 ; อ้างอิงมาจาก Organization Development, T-Group. 2001 : 1 - 10) ที่ได้กล่าวถึงวัตถุประสงค์ของการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นเพื่อ

1. เพื่อเพิ่มความเข้าใจ และการพัฒนากลุ่มและพลวัต
2. เพื่อเพิ่มความเข้าใจกระบวนการทางสังคมและการทำงานร่วมกันในกลุ่ม
3. เพื่อเพิ่มทักษะความสัมพันธ์กลุ่ม
4. เพื่อเพิ่มทักษะเฉพาะบุคคล
5. การทดลองเพื่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม
6. เพื่อเพิ่มความตระหนักรู้ในความรู้สึกของตนเอง และสร้างโอกาสในการที่จะยอมรับความสามารถในการตอบสนองความรู้สึกของตน
7. เพื่อเพิ่มความสามารถในการเข้าใจพฤติกรรมของผู้อื่น
8. เพื่อเพิ่มความสามารถในการรับรู้ความรู้สึกของบุคคลอื่นได้อย่างรวดเร็ว
9. เพื่อเพิ่มความสามารถในการให้และรับข้อมูลย้อนกลับ
10. เพิ่มความสามารถในการเรียนรู้จากประสบการณ์ของตนเองและของกลุ่ม
11. เพื่อเพิ่มความสามารถในการจัดการกับปัญหาและได้รับประโยชน์จากปัญหา

นอกจากนี้ ดูบริน (Barker. 1983 : 229 - 230 ; citing Dubrin. 1981) ได้กล่าวถึง วัตถุประสงค์ของการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น คือ

1. ทำให้ผู้เข้าฝึก เกิดความรู้สึกไว สามารถเข้าใจผู้อื่นว่าเขามีพฤติกรรมและความรู้สึกอย่างไร
2. ได้เรียนรู้เกี่ยวกับวิธีดำเนินการของกลุ่มที่จะช่วยเหลือกันและกันและผ่านพ้นอุปสรรคที่เกิดขึ้นได้
3. การช่วยเหลือกันในกลุ่มจะก่อให้เกิดความตระหนักรู้ความรู้สึกต่างๆ และส่งผลต่อพฤติกรรมของบุคคลอย่างไร
4. การช่วยเหลือคนในกลุ่มโดยทั่วไป จะเกิดจากความสามารถในการเข้าใจตนเองและคนอื่น รวมถึงการหยั่งรู้ เข้าใจความขัดแย้ง ความรู้สึกในตัวของบุคคลอื่น
5. เป็นการพัฒนาทักษะโดยเฉพาะ เช่น เพิ่มประสิทธิภาพในด้านความสามารถในการฟังโดยวิธี การชมเชย ให้ข้อมูลย้อนกลับ และการสื่อสารด้วยภาษาท่าทาง

ส่วน เบนนิส และเชฟเฟิร์ด (วัลย์รัตน์ วรณโพธิ์. 2545 ; อ้างอิงมาจาก Bennis & Shepard. 1956) กล่าวถึง วัตถุประสงค์ของการศึกษาความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น ดังนี้

1. ช่วยให้ผู้เกิดการเรียนรู้พฤติกรรมของบุคคลในกลุ่ม สามารถแก้ปัญหาพร้อมกันได้
2. ช่วยให้ผู้เห็นความสำคัญของผู้อื่น และได้รับประสบการณ์ในกลุ่ม มีการสื่อสารกัน แต่ละคนสามารถแสดงความรู้สึกทั้งของตนเองและความรู้สึกเกี่ยวกับผู้อื่นได้ สามารถยอมรับความแตกต่างระหว่างบุคคล แสดงความคิดเห็นความรู้สึกของบุคคลอื่นได้อย่างถูกต้อง เชื่อถือได้

นอกจากนี้ สุธีรพันธ์ กรลักษณ์ (2527 : 5) กล่าวว่า การฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น (Sensitivity Training) เป็นการพัฒนาตนเองโดยใช้กระบวนการกลุ่ม ซึ่งมีจุดประสงค์ดังนี้

1. ให้เข้าใจและยอมรับธรรมชาติของมนุษย์
2. ให้ออมรับและพัฒนาตนเอง
3. ให้เข้าใจและยอมรับผู้อื่นให้มากขึ้น
4. ให้มีมนุษยสัมพันธ์ดีขึ้น
5. เพื่อให้มีความสุข มีขวัญและกำลังใจดีขึ้น
6. เพื่อให้มีการทำงานดีขึ้น

สำหรับสรวงศรี วิรัชชัย (2527 : 160) กล่าวว่า การฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น (Sensitivity Training) มีเป้าหมายในการพัฒนาบางสิ่งบางอย่างให้กับบุคคล เช่น

1. เพื่อความไวในการรับรู้พฤติกรรมและปฏิกิริยาทางอารมณ์ของผู้อื่นและตนเอง
2. เพื่อความเข้าใจและความไวในการรับรู้เกี่ยวกับกระบวนการที่จะส่งเสริมหรือขัดขวางการทำงานของกลุ่ม เข้าใจปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและระหว่างกลุ่ม
3. เพิ่มทักษะในการวิเคราะห์และวินิจฉัยสภาพความสัมพันธ์ทางสังคมระหว่างบุคคลและระหว่างกลุ่ม
4. ช่วยให้เป้าหมายและค่านิยมของบุคคลในส่วนตัวที่เกี่ยวข้องกับความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลเป็นที่กระจ่างชัด และช่วยให้บุคคลได้พัฒนาค่านิยมเป้าหมายที่สอดคล้องกับความเป็นประชาธิปไตยในการแก้ปัญหาของบุคคลและกลุ่ม

จากการศึกษาเอกสารที่กล่าวมา สรุปได้ว่า วัตถุประสงค์ของการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น (Sensitivity Training) เพื่อให้เกิดการตระหนักรู้ เข้าใจ ความรู้สึก มีความสามารถในการร่วมรู้สึกเกี่ยวกับความรู้สึกนึกคิด อารมณ์ และการแสดงออก ตลอดถึงพฤติกรรมของตนเองและผู้อื่น มีความสามารถในการสื่อความหมายและความเข้าใจความหมายทั้งทางภาษา ท่าทาง และคำพูด สามารถเอาใจเขามาใส่ใจเราได้ และสามารถตอบสนองได้สอดคล้องกับสถานการณ์ ความรู้สึกของผู้อื่น โดยผ่านกระบวนการกลุ่มการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นที่จัดเป็นการจัดประสบการณ์อย่างมีลำดับขั้น ทำให้เกิดการพัฒนาตนเอง และเสริมสร้างความสัมพันธ์อันดีกับบุคคลอื่นอีกทั้งสามารถตอบสนองต่อผู้อื่นตามความเข้าใจตนเอง และผู้อื่นเกิดการยอมรับในการพัฒนาตนเองและผู้อื่น

การฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น (Sensitivity Training) นี้ จึงครอบคลุมการร่วมรู้สึกทั้ง 5 ด้าน ตามแนวคิดของโกลแมน (Goleman) ได้แก่ 1) การเข้าใจผู้อื่น (Understanding others) 2) การพัฒนาผู้อื่น (Developing others) 3) การมีจิตใจใฝ่บริการ (Service orientation) 4) การเข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคล (Leveraging diversity) 5) การตระหนักรู้สถานการณ์ในกลุ่ม (Political awareness) โดยในการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น (Sensitivity Training) จะเป็นการพัฒนาให้ผู้เข้ารับการฝึกสามารถเข้าใจตนเองและผู้อื่นเป็นสำคัญ รวมทั้งยังเป็นการฝึกให้เกิดการพัฒนาตนเองและผู้อื่น และตระหนักรู้ถึงสถานการณ์ต่างๆในกลุ่มด้วย ดังที่ได้กล่าวตัน ซึ่งอาจจะกล่าวได้ว่า ในการพัฒนาการร่วมรู้สึกทั้ง 5 ด้าน ตามแนวคิดของโกลแมน (Goleman) นั้นสามารถใช้วิธีการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น (Sensitivity Training) นี้ได้อย่างเหมาะสม

กระบวนการของการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น (Process of Sensitivity Training)

ในการเข้ากลุ่มฝึกความรู้สึกไวนั้น สมาชิกในกลุ่มที่เข้าฝึกนั้นจะได้เรียนรู้ พัฒนา ความรู้สึกไว สามารถเกิดการร่วมรู้สึกของผู้อื่น สามารถตระหนักรู้และไวต่อการรับ ความรู้สึกทั้งของตนเองและผู้อื่น โดยที่สมาชิกของกลุ่มฝึกจะได้เรียนรู้ผ่านขั้นตอน ของการเข้ากลุ่มฝึกความรู้สึกไว โดย เบนนิส (รชมน สุขุม. 2533 : 29 ; อ้างอิงมาจาก Bennis. 1966) ได้เสนอแนวคิดไว้ว่า สมาชิกในกลุ่มจะมีการปฏิสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน มีการยอมรับและปรับตัวตามบุคคลที่อำนาจเหนือกว่า พลังของความเปลี่ยนแปลงเกิดจาก การเสนอแนะความคิดเห็นของผู้นำกลุ่มที่เชี่ยวชาญ และสมาชิกในกลุ่มรวมกัน ในการเสนอแนะความคิดเห็นของผู้นำกลุ่มหรือผู้ฝึกจะเป็นไปในรูปของการให้คำปรึกษา ซึ่งลักษณะการเปลี่ยนแปลงเจตคติของสมาชิก จะเปลี่ยนแปลงตามรูปแบบของ เลอวิน (Lewinian Model) ซึ่งมี 3 ระยะ ได้แก่

1. ระยะเริ่มสลาย (Unfreezing) การเปลี่ยนแปลงเจตคติทำให้อุบัติการเกิดความวิตกกังวลและเกิดความไม่มั่นใจในเจตคติเดิม กลุ่มจำเป็นต้องสร้างบรรยากาศให้เกิดความรู้สึก มั่นคง ปลอดภัย มิฉะนั้นจะก่อให้เกิดการต่อต้านป้องกัน หรือคงสภาพเดิมอย่างเหนียวแน่น ยิ่งขึ้น

2. ระยะเปลี่ยนแปลง (Changing) เมื่อบุคคลเกิดความรู้สึกมั่นคง ปลอดภัยแล้ว จึงเริ่มหันมาพิจารณาข้อมูลใหม่ที่ได้จากสมาชิกกลุ่มและเกิดการเปลี่ยนแปลงเมื่อเห็นว่า ข้อมูลนั้นเหมาะสมในการที่จะมากำหนดความเชื่อของตนเองได้

3. ระยะคงสภาพ (Refreezing) หลังจากทีบุคคลได้พิจารณาเพื่อเปลี่ยนแปลง และพัฒนาความเชื่อใหม่ของตนเองแล้วบุคคลก็จะแสดงความรู้สึกและพฤติกรรมออกมา และถ้าทั้งความรู้สึกและพฤติกรรมนั้นสอดคล้องกับบุคลิกภาพและเจตคติ หรือได้รับการเสริมแรงจากผู้อื่นแล้ว บุคคลก็จะคงสภาพความรู้สึก ความเชื่อ และพฤติกรรมนั้นไว้ ต่อไป

การฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น (เพียงใจ สินธุนาคร. 2521 : 14 -15) เป็นการสร้างทดลองทางพฤติกรรมศาสตร์ขึ้น ซึ่งหมายถึง สถานที่ที่ผู้เข้ารับการฝึก จะสามารถสังเกตพฤติกรรมของผู้เข้ารับการฝึกอบรมคนอื่น ๆ ได้ สามารถทดลองพฤติกรรม ของตนเองและรับการวิจารณ์ (Feedback) ที่ตรงไปตรงมาเกี่ยวกับพฤติกรรมที่เขาแสดง ออกไป ลักษณะสำคัญของการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น (Sensitivity Training) คือ

1. เป็นการฝึกที่มุ่งกระบวนการมากกว่าเนื้อหา มุ่งเข้าใจผลทางอารมณ์และปฏิกิริยา ที่สมาชิกในกลุ่มก่อนขึ้นว่ามีผลอย่างไรต่อสมาชิกอื่น มุ่งพิจารณาความรู้สึกและอารมณ์ เน้นการเรียนรู้ทางอารมณ์มากกว่าการเรียนรู้ทางความคิด

2. การฝึกนี้จะสร้างความคับข้องใจ (Frustration) ให้เกิดขึ้นแก่ผู้เข้าฝึกซึ่งมีความสำคัญอย่างยิ่งต่อความสำเร็จของการฝึกแบบนี้ เปิดโอกาสให้ผู้เข้ารับการฝึกได้มองดูตนเอง เรียนรู้พฤติกรรมบางอย่างของตนเอง ซึ่งผู้อื่นรู้แต่ตนเองไม่มีโอกาสรู้ได้ในสภาพปกติ ผู้เข้ารับการฝึกจะเกิดความคับข้องใจขึ้นเมื่อรู้ว่าสิ่งที่ตนนึกคิดไว้เกี่ยวกับตนเองไม่ถูกต้อง ความคับข้องใจนี้เป็นแรงผลักดันให้คนๆ นั้นพัฒนาตนเอง

3. เวลาที่ใช้ในการฝึกอาจใช้เวลา 3 – 4 สัปดาห์ โดยใช้เวลา 6 – 8 ชั่วโมงต่อวัน หรือใช้เวลาเพียง 2.5 วัน รวมเวลาฝึกประมาณ 20 ชั่วโมงหรือมากกว่านั้นหรือถ้าเป็นการฝึกแบบมาราธอน (Marathon) อาจเริ่มตั้งแต่วันศุกร์จนกระทั่งบ่ายวันอาทิตย์

เมธาวิ เวียงเกตุ (2525 : 17 -19) กล่าวถึงกระบวนการเรียนรู้ของการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น (Sensitivity Training) มี 8 ขั้น ดังนี้

1. สถานการณ์ที่ไม่ชัดเจน (Ambiguous situation) เป็นขั้นของความไม่แน่นอนเกี่ยวกับสภาพกลุ่ม ผู้นำกลุ่ม เป้าหมาย และวิถีทางที่จะนำไปสู่เป้าหมายและความสัมพันธ์กับผู้อื่น เป็นภาวะคลุมเครือ

2. สถานการณ์ที่เกิดจากความตึงเครียด (Identity stress) ความไม่แน่นอนข้างต้นทำให้สมาชิกเกิดความเครียด ในแต่ละบุคคลและสภาพของกลุ่ม สมาชิกจะถกเถียงในเรื่องกลุ่ม หรือการกระทำที่ไม่เกี่ยวข้องกับความกังวลในเวลานั้น

3. การมีส่วนร่วมในกลุ่ม (Participation) ขั้นนี้สมาชิกเริ่มเรียนรู้การเป็นสมาชิกของกลุ่ม เริ่มมีความพึงพอใจในตนเองและมีส่วนช่วยกลุ่ม ในลักษณะเช่นนี้ทำให้บุคคลได้เข้าใจเกี่ยวกับตนเองและผู้อื่นรวมทั้งกลุ่มด้วย สมาชิกจะพบอุปสรรคที่ขวางกั้นการเรียนรู้และความเจริญงอกงามส่วนบุคคล

4. การช่วยเหลือซึ่งกันและกันและการเรียนรู้จากเพื่อนในกลุ่ม (Collaboration and learning from peers) ขั้นนี้สมาชิกกล้าที่จะเปิดเผยตนเองซึ่งจะมีผลให้กลุ่มมีข้อมูลจำนวนมากและสมาชิกจะให้ข้อมูลย้อนกลับมากขึ้น ในขั้นนี้สมาชิกจะต้องการสื่อสารกันด้วยความเข้าใจมากขึ้นและจะทำให้เกิดการช่วยเหลือซึ่งกันและกัน โดยที่สมาชิกจะลดกลไกในการป้องกันตนเองลง

5. แรงจูงใจในการเรียนรู้ (Motivation for learning) เมื่อกลุ่มดำเนินต่อไป พลังงานที่ถูกใช้เป็นแรงจูงใจในการป้องกันตนเอง จะถูกนำมาใช้ในการแก้ปัญหาของแต่ละบุคคลและกลุ่ม ทำให้มีการสะสมและใช้ข้อมูลเกี่ยวกับพฤติกรรมนั้น มีการทดลองและรับเอาพฤติกรรมใหม่ๆ เข้ามาใช้ นอกจากนี้สมาชิกจะเกิดความไว้วางใจซึ่งกันและกันก่อให้เกิดการช่วยเหลือผู้อื่น ซึ่งมีผลทำให้เกิดการเปิดเผยและการยอมรับข้อมูลที่ย้อนกลับ ยอมรับความรู้สึก และเริ่มทดลองพฤติกรรมใหม่ๆ ขึ้นมา

6. การทดลองพฤติกรรมและการรับข้อมูลย้อนกลับ (Experienced behavior and feedback) ขั้นนี้สมาชิกจะมีการสำรวจตนเอง โดยแสดงพฤติกรรมใหม่ๆ ขึ้นมาและพร้อม

ที่จะรับฟังข้อมูลย้อนกลับจากกลุ่ม เพื่อที่จะเรียนรู้และตรวจสอบกับความรู้สึกของตนเอง ซึ่งจะนำไปสู่การแก้ไขปรับปรุงพฤติกรรมของตนให้ดีขึ้น

7. ความเจริญงอกงามและการพัฒนาในกลุ่ม (Group growth and development) จากโครงสร้างของกลุ่มที่พัฒนามาโดยลำดับ จะเป็นองค์ประกอบให้เกิดการเรียนรู้ และการค้นคว้า สมาชิกและผู้นำกลุ่มเป็นผู้ผลักดันให้กลุ่มพัฒนาขึ้น ด้วยวิธีการ และกระบวนการที่นำมาใช้ รวมทั้งความรู้สึกที่เกิดขึ้น

8. การแทรกแซงของผู้นำกลุ่ม (Trainer - intervention) ผู้นำกลุ่มมีส่วนทำให้กลุ่ม ดำเนินไปได้โดยไม่ติดขัดในการดำเนินการวิเคราะห์ และการเรียนรู้ผลต่างๆโดยไม่ใช้บทบาท ของผู้สอนหรือผู้นำอภิปราย และจะไม่ทำหน้าที่ควบคุมกระบวนการกลุ่มรวมทั้งจะไม่ กำหนดทิศทางของความสัมพันธ์ของสมาชิก แต่จะเป็นผู้เอื้ออำนวยให้กลุ่มดำเนินไป อย่างต่อเนื่องด้วยการค้นคว้าและแสวงหาของสมาชิก

ส่วนสุธีรพันธ์ กรลักษณ์ (2528 : 9 - 26) ได้กล่าวถึงการฝึกความไวต่อการรับรู้ ความรู้สึกของผู้อื่น (Sensitivity training) สรุปความได้ว่า การฝึกนี้เป็นการฝึกฝน ประสาทรับรู้ความรู้สึกประเภทเครื่องรับทุกชนิดที่ใช้ในการสนทนาและรับความรู้สึก เช่น สำเนียง เสียง การพูด สีหน้า ท่าทาง ทศนคติ และพฤติกรรม ในการฝึกประสาท รับความรู้สึกนี้ การสนทนาจะแบ่งออกได้เป็น 3 ตอน คือ ผู้พูดเรื่องราวที่กำลังสนทนา และผู้ฟังในส่วนที่เกี่ยวกับผู้พูด การฝึกฝนประสาทรับสัมผัสจะพิจารณา 3 ทาง คือ ประการที่หนึ่ง การสื่อสารโดยใช้คำพูด ผู้เข้าฝึกจะต้องพยายามจับความหมายที่แสดงออก เนื่องมาจาก สำเนียง จังหวะ เสียง และวิธีการพูด ประการที่สอง การสื่อสารโดยไม่ใช้คำพูด เป็นเรื่องของการแสดงออกทางสีหน้าท่าทาง ประการสุดท้าย ได้แก่ ความรู้สึก หมายถึง เจตคติที่มีต่อตนเองต่อเรื่องราวที่กำลังสนทนากันและต่อผู้ที่สนทนาด้วย ส่วนเรื่องที่กำลัง สนทนากันมีสิ่งที่จะต้องฝึกฝน 3 ประการได้แก่ ประการแรก เนื้อหา ทิศทาง และความสัมพันธ์ของเรื่องราวในการสนทนา ประการที่สอง การแสดงออกเกี่ยวกับ เรื่องที่สนทนาโดยไม่ใช้คำพูดในเชิงสนับสนุนหรือหักล้าง รวมทั้งผลที่เกิดจากการสนทนาที่ แสดงออกได้ด้วยความรู้สึก การฝึกฝน การฝึกฝนประสาทรับรู้ความรู้สึกในการสนทนา ประการที่สามได้แก่ ผู้ฟังจะต้องพิจารณาถึงความรู้สึกของสมาชิกที่มีต่อตนเอง ทั้งการใช้ คำพูด วิธีการฝึกฝนการฟัง ได้แก่ 1) วิกรทดลอง 2) วิธีการอภิปราย 3) การเล่นสวมบทบาท 4) การเล่นเกมส์และจัดสภาพการณ์ให้เหมือนจริง 5) การศึกษารายกรณี และ 6) ยุทธศาสตร์การใช้คำถาม (Question strategy)

วิธีการที่ใช้ในการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น

สุธีรพันธ์ กรลักษณ์ (2516 : 51 - 64) กล่าวว่า การฝึกความไวต่อการรับรู้ ความรู้สึกของผู้อื่น ใช้วิธีการของกระบวนการกลุ่ม (Group process) ซึ่งมีวิธีการดังต่อไปนี้

1. วิธีฝึกในห้องปฏิบัติการ (The laboratory method) เป็นวิธีการฝึกที่มีการสร้างสถานการณ์การเรียนรู้ไว้ก่อน เพื่อให้สมาชิกได้เรียนรู้เข้าใจเกี่ยวกับพฤติกรรม เจตคติ และค่านิยมของมนุษย์ สมาชิกทุกคนจะมีหน้าที่ในการให้ข้อมูลย้อนกลับเกี่ยวกับพฤติกรรมที่เพื่อนสมาชิกได้แสดงออกมา เนื้อหาของการฝึกไม่ตายตัว ขึ้นอยู่กับลักษณะประสบการณ์ และปัญหาของสมาชิกแต่ละคนที่รวมกลุ่ม กระบวนการในการวิเคราะห์เนื้อหา จะเน้น เจตคติ แนวคิด การไวต่อการรับรู้และทักษะในการแสดงพฤติกรรมของสมาชิกแต่ละคน เป็นสำคัญ เวลาที่ใช้ในการฝึกอาจจะติดต่อกันนานตั้งแต่ 2 วัน ถึง 4 สัปดาห์

2. การแสดงบทบาทสมมติ (Role playing) เป็นการจำลองสถานการณ์เพื่อให้ผู้แสดงได้มีโอกาสแสดงออกตามธรรมชาติ โดยอาศัยบุคลิกภาพหรือเปิดโอกาสให้บุคคลได้แสดงบุคลิกภาพของเขาอย่างอิสระ โดยผู้นำกลุ่มจะเป็นผู้เตรียมสถานการณ์ไว้ล่วงหน้า ซึ่งอาจจะเป็นเรื่องการขัดแย้งระหว่างบุคคล หรือสถานการณ์การประชุม ในการแสดง ผู้แสดงจะต้องใช้บทบาทและบุคลิกภาพของตนเองโดยไม่มีการซ้อมหรือเตรียมการมาก่อน เพียงแต่ผู้นำกลุ่มจะให้ผู้แสดงได้ทราบจุดมุ่งหมายที่จำเป็นบางประการ หรือสถานการณ์ที่กำหนดให้ ผู้แสดงอาจจะมีคนเดียวหรือหลายคนก็ได้ เวลาที่ใช้แสดง จะเป็นช่วงสั้นๆ ภายหลังจากการแสดงผู้นำกลุ่มจะทำหน้าที่วิเคราะห์บทบาทโดยอาศัย การสังเกตและการอภิปรายของกลุ่ม

3. เกมและการสร้างสถานการณ์จำลอง (Game and stimulations) มีลักษณะดังนี้

3.1 เกม (Game) เป็นกิจกรรมซึ่งสมาชิกต้องลงมือกระทำด้วยตนเอง ซึ่งผลจากการปฏิบัติสัมพันธ์ในสถานการณ์ดังกล่าว จะออกมาในรูปการแพ้หรือชนะโดยจะเน้นในเรื่อง การตัดสินใจของผู้เล่นหรือสมาชิกที่มีต่อสถานการณ์ที่สมมติขึ้น การตัดสินใจของสมาชิก จะขึ้นอยู่กับโครงสร้างหรือกติกาของเกมที่ผู้นำกลุ่มกำหนดเอาไว้และองค์ประกอบของเกม คือ

3.1.1 กติกา เพื่อให้สมาชิกได้ทำกิจกรรมอย่างมีระเบียบ บรรลุถึงจุดมุ่งหมาย ที่ต้องการ

3.1.2 วิธีการ เป็นขั้นตอนของการเล่น ซึ่งจะมีผลต่อบรรยากาศของการเล่นเกม

3.1.3 จุดมุ่งหมายของเกม เป็นเป้าหมายที่ผู้นำกลุ่มต้องการให้สมาชิกบรรลุถึง

3.1.4 อารมณ์ การแสดงออกและการใช้ความคิดของสมาชิกที่เล่นเกมแสดง ออกและได้รับรู้

3.2 การสร้างสถานการณ์จำลอง (Stimulations) เป็นการจำลองสถานการณ์ ให้คล้ายคลึงกับความเป็นจริง เพื่อให้สมาชิกได้เรียนรู้และสัมผัสความรู้สึกจริง ๆ ในสถานการณ์ที่จำลองขึ้น การสร้างสถานการณ์จำลองจะต้องอาศัยกิจกรรมอื่น ๆ เป็นส่วนประกอบ เช่น เกม หรือบทบาทสมมติ

4. การแก้ปัญหาเรื่องที่กำหนดให้ (Case method) เป็นการนำเอาสภาพการณ์ หรือปัญหาที่อาจเกิดขึ้นได้ในชีวิตจริงมาให้กับบุคคลหรือกลุ่มบุคคลได้ศึกษา เรื่องที่จะนำมา

ศึกษาอาจจะเป็นเรื่องจริงของสมาชิกกลุ่มที่ต้องการจะเปิดเผยรายละเอียดเพื่อให้สมาชิกอื่น ๆ มองเห็นปัญหาได้ชัดเจน และเกิดเจตคติต่อปัญหานั้น ต่อจากนั้นสมาชิกก็จะร่วมกันแสดงความคิดเห็นและหาทางแก้ปัญหานั้นเสมือนว่าเป็นปัญหาของตัวเอง ปัญหาจะมีการสรุปหรือไม่สรุปก็ได้ทั้งนี้เพราะปัญหาที่กำหนดขึ้นหรือปัญหาของสมาชิกคนใดคนหนึ่งนั้นเป็นปัญหาอย่างเฉพาะบุคคล ผู้นำกลุ่มจะเป็นผู้เอื้ออำนวยให้สมาชิกได้เรียนรู้ความรู้สึกและแสดงความคิดเห็นต่อปัญหาอย่างระมัดระวังโดยอิสระ ซึ่งเจ้าของปัญหาอาจจะได้แนวคิดของสมาชิกในกลุ่มไปเป็นแนวทางในการแก้ปัญหของตนเองต่อไป

5. การอภิปราย (Group discussion) การอภิปรายมีจุดมุ่งหมายหลายประการคือ เพื่อทราบความคิดเห็นและความรู้สึกของผู้อื่น หรือเพื่อให้สมาชิกมีส่วนร่วมในกลุ่ม ตลอดจนการให้สมาชิกทุกคนได้มีโอกาสนำเอาความคิดเห็นส่วนตัวมาสู่การปฏิบัติร่วมกัน และในการอภิปรายเป็นการสนทนาแลกเปลี่ยนความคิดเห็นหรือหัวข้อที่กลุ่มตัดสินใจร่วมกัน โดยสมาชิกจะได้มีส่วนร่วมในกิจกรรมอย่างเป็นอิสระและเป็นธรรมชาติ การรวมกลุ่มเพื่ออภิปรายแต่ละครั้งจะมีสมาชิกในกลุ่มประมาณ 6 – 12 คน

จากเอกสารต่างๆ จะเห็นได้ว่ากิจกรรมที่ใช้ในการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นมีหลายวิธีซึ่งแต่ละวิธีก็มีความแตกต่างกันตามแต่ละปัจจัย ซึ่งในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้กิจกรรมสำหรับสร้างความรู้สึกไวประกอบด้วย การแสดงบทบาทสมมติ เกมและสถานการณ์จำลอง การแก้ปัญหารื่องที่กำหนดให้ และการอภิปราย ผสมผสานกัน เพื่อให้การพัฒนาความรู้สึกไวเกิดขึ้นอย่างมีประสิทธิภาพมากที่สุด

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นกับการร่วมรู้สึก

จากการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นกับการร่วมรู้สึก พบว่าได้มีการใช้การฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นกับพฤติกรรมด้านต่างๆ เช่น การศึกษาของยัง (มานะ พ่วงความสุข, 2536 : 26 ; อ้างอิงมาจาก Young, 1970 : 3696 - 3697) ได้ศึกษาผลของการฝึกอบรมแบบห้องทดลองที่มีต่ออัตมโนทัศน์ ปรชญาเกี่ยวกับธรรมชาติของมนุษย์และการรับรู้พฤติกรรมของกลุ่มผู้รับการฝึกที่เป็นนักศึกษา ผลการวิจัยพบว่า อัตมโนทัศน์และปรชญาเกี่ยวกับธรรมชาติของมนุษย์ของกลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงอย่างมีนัยสำคัญ ทางสถิติ ส่วนการรับรู้พฤติกรรมของบุคคลไม่มีการเปลี่ยนแปลง ส่วน เรดดี (มานะ พ่วงความสุข, 2536 : 26 ; อ้างอิงมาจาก Reddy, 1973 : 407 - 412) ได้ทำการติดตามผลของการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นต่อการยอมรับตนเองตามความเป็นจริงในเวลาหนึ่งปีของเจ้าหน้าที่ระดับบริหารของ YMCA ผลการวิจัยพบว่า ผู้เข้ารับการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น มีการเปลี่ยนแปลงด้านการยอมรับตนเองตามความเป็นจริง

และระดับการเปลี่ยนแปลงนั้นยังคงอยู่แม้เวลาจะผ่านไปและการเปลี่ยนแปลงก็แตกต่างกันไป ผู้เข้าฝึกอบรมบางคนมีการเปลี่ยนแปลงหลังสิ้นสุดการฝึก บางคนเปลี่ยนเมื่อกลับสู่สภาพแวดล้อมเดิมแล้ว นั่นคือ การเรียนรู้และการแสดงเปลี่ยนแปลงในอัตราและเวลาที่ต่างกัน ซึ่งสอดคล้องกับ แมคอินไทร์ (Mcintire. 1973 : 465 - 469) ได้ทำการวิจัยเกี่ยวกับอิทธิพลของการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น ที่มีต่อระดับความเข้าใจในตนเองตามความเป็นจริงของนิสิตบัณฑิตศึกษาผลการวิจัยปรากฏว่ามีการเปลี่ยนแปลงด้านการนำตนเองและการยอมรับตนเองเพิ่มขึ้นและการเปลี่ยนแปลงยังคงอยู่เมื่อเวลาผ่านไปแล้ว 1 ปี และเบค (มานะ พ่วงความสุข. 2536 : 26 ; อ้างอิงมาจาก Beck. 1988 : 342 - 362) ที่ได้ศึกษาผลของการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นที่มีต่อการยอมรับตนเองของนักศึกษาระดับปริญญาตรี จำนวน 22 คน ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษาที่ได้รับการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นมีการยอมรับตนเองเปิดเผยตนเองมากขึ้น

ในขณะที่มานะ พ่วงความสุข (2536 : 56) ได้ศึกษาผลของการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นที่มีต่อความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนหาดอมราจัดการศึกษาลักษณะวิทยา จังหวัดสมุทรปราการ ที่มีความเชื่อมั่นในตนเองต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 จำนวน 16 คน ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มทดลองที่ได้รับการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นมีความเชื่อมั่นในตนเองสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และเมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มให้ข้อเสนอแนะนักเรียนที่ได้รับการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นมีความเชื่อมั่นในตนเองสูงกว่านักเรียนที่ได้รับการให้ข้อเสนอแนะที่ระดับ .01 นอกจากนี้เกษณีย์ ฉัตรวิทยานนท์ (2537 : 80) ได้ศึกษาผลการเข้ากลุ่มฝึกความรู้สึกไวที่มีต่อความมีน้ำใจของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนศรีพฤฒาราม กรุงเทพมหานคร ผลการวิจัยพบว่านักเรียนมีความมีน้ำใจสูงขึ้นหลังจากเข้ากลุ่มฝึกความรู้สึกไวอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และนักเรียนที่ได้รับการฝึกมีความมีน้ำใจสูงกว่านักเรียนที่ได้รับการให้ข้อเสนอแนะอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และวัลย์รัตน์ วรรณโพธิ์ (2545) ได้ศึกษาผลการใช้กิจกรรมฝึกความรู้สึกไวที่มีต่อการร่วมรู้สึกของเด็กวัยรุ่น พบว่า นักเรียนกลุ่มที่ได้รับการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นมีการร่วมรู้สึกสูงกว่ากลุ่มที่ไม่ได้รับการฝึกอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01

จากผลการวิจัยต่าง ๆ ดังกล่าวข้างต้น การฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นจะส่งผลต่อการพัฒนาพฤติกรรมในด้านต่าง ๆ ของบุคคลรวมทั้งการร่วมรู้สึก แต่ในการพัฒนาการร่วมรู้สึกที่ได้พัฒนากันนั้นจะทำในเด็กเล็ก ดังนั้นผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะนำแนวคิดการเข้ากลุ่มฝึกความรู้สึกไวนี้มาพัฒนาการร่วมรู้สึกในนิสิตมหาวิทยาลัย ซึ่งการร่วมรู้สึกนั้นเป็นกุญแจสำคัญในการอยู่ร่วมกันของบุคคล เพื่อให้นิสิตสามารถพัฒนาตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ และสามารถใช้ชีวิตได้อย่างมีความสุขประสบความสำเร็จในชีวิตการเรียน และการใช้ชีวิตในสังคม

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเพศกับการร่วมรู้สึก(Empathy)

จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเพศกับการร่วมรู้สึก (Empathy) นั้น พบว่า ยังมีน้อยมากโดยส่วนใหญ่จะศึกษาในส่วนของเพศกับปรีชาเชิงอารมณ์ ดังนี้

ซูทาร์โซ และคนอื่น ๆ (Sutarso and others. 1996) ได้ศึกษาผลของเพศและเกรดเฉลี่ยที่มีต่อปรีชาเชิงอารมณ์ โดยใช้แบบสำรวจปรีชาเชิงอารมณ์ (Emotional Intelligence Inventory) โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนระดับอาชีวศึกษาจำนวน 138 คน ตัวแปรตามประกอบด้วย 3 องค์ประกอบ คือ การช่วยเหลือผู้อื่น การรับรู้ตัวเอง และการจัดการกับอารมณ์ และมีตัวแปรอิสระ 2 ตัว คือ เพศ และเกรดเฉลี่ย ผลการศึกษาพบว่าเพศมีผลต่อปรีชาเชิงอารมณ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยเพศหญิงจะมีคะแนนด้านการช่วยเหลือ ผู้อื่นและการรับรู้ตนเองสูงกว่าเพศชายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และไม่มี ความแตกต่างระหว่างเพศต่อองค์ประกอบด้านการจัดการจัดการกับอารมณ์ ส่วนผลของเกรดเฉลี่ยที่มีต่อความฉลาดทางอารมณ์ทั้ง 3 องค์ประกอบไม่แตกต่างกัน ส่วนทาเปีย (Tapai. 1998) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างคะแนนที่ได้จากแบบวัดปรีชาเชิงอารมณ์ที่สร้างขึ้นกับคะแนนจากแบบวัดปรีชาเชิงอารมณ์อื่นๆ ได้แก่ คะแนนจากแบบวัด SAT โอทิส – เลนนอน คะแนนวิชาภาษาและคณิตศาสตร์แบบวัด Preliminary Scholastic Assessment คะแนนผลการเรียนเฉลี่ย (GPA) นอกจากนี้ยังศึกษาความแตกต่างของปรีชาเชิงอารมณ์กับตัวแปรสถานภาพทั่วไป เช่น เพศ การนับถือศาสนา และระดับการศึกษาของผู้ปกครอง การศึกษาครั้งนี้ พบว่า แบบวัดปรีชาเชิงอารมณ์มีความเชื่อมั่นเท่ากับ .81 และไม่มี ความสัมพันธ์ระหว่างปรีชาเชิงอารมณ์กับคะแนนผลการเรียนเฉลี่ย และไม่มี ความแตกต่างระหว่างกลุ่มที่พื้นฐานศาสนาและระดับการศึกษาของผู้ปกครองต่างกัน แต่เพศหญิงจะมีคะแนนจากแบบทดสอบวัดปรีชาเชิงอารมณ์สูงกว่าเพศชายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ในขณะที่วีระวัฒน์ ปันนิตามัย (2542) ได้สร้างเครื่องมือวัดปรีชาเชิงอารมณ์ร่วมกับบุคลิกลักษณะ โดยใช้กรอบแนวคิดของเมเยอร์และสโลเวย์ (1997) และโกลแมน (1998) เพื่อศึกษาองค์ประกอบด้านชีวประวัติของนักศึกษา กับความสามารถด้านปรีชาเชิงอารมณ์ แบบทดสอบประกอบด้วย ลักษณะปรีชาเชิงอารมณ์ 7 ด้าน ได้แก่ การรู้จักอารมณ์ของตนเอง การตระหนักรู้อารมณ์ของผู้อื่น การควบคุมอารมณ์ของตนเอง วุฒิภาวะทางอารมณ์ ความเอื้ออาทร การมีแรงจูงใจที่ดีและทักษะทางสังคม ผลการศึกษาพบว่า เพศหญิงมีความสามารถด้านความเอื้ออาทร วุฒิภาวะทางอารมณ์และการควบคุมด้านอารมณ์ของตนเองสูงกว่าเพศชายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ สถานภาพทางเศรษฐกิจและสังคมของครอบครัวมีผลต่อปรีชาเชิงอารมณ์ด้านความเอื้ออาทร การตระหนักรู้ถึงสภาวะอารมณ์ของผู้อื่น การรู้จักอารมณ์ของตนเอง และการมีแรงจูงใจที่ดีอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ การปรึกษาหารือกับพี่น้องหรือครู อาจารย์ เมื่อเวลามีปัญหา มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับทักษะทางปรีชาเชิงอารมณ์ สภาพ

ความสัมพันธ์กับบิดามารดา มีผลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับความเอื้ออาทร การมีแรงจูงใจที่ดี การไฝ่สัมพันธ์และมุ่งสู่อ่านาจมีผลต่อความสามารถด้านความเอื้ออาทร และการมีแรงจูงใจที่ดีอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนมีความสัมพันธ์กับคะแนนรวมจากการวัดปริชาเชิงอารมณ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

จากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องทั้งในและต่างประเทศ พบว่า เพศหญิงเป็นผู้ที่รู้จักภาวะอารมณ์ของตนได้ดีกว่าผู้ชาย มีการแสดงความเห็นอกเห็นใจ ช่วยเหลือเกื้อกูล แสดงความมีน้ำใจ ได้ดีกว่าเพศชาย และการร่วมรู้สึกมีผลอย่างมากทั้งการงาน และการเรียนรวมทั้งในด้านสังคมด้วย ดังนั้นจึงทำให้ผู้วิจัยสนใจที่จะพัฒนาการร่วมรู้สึกของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อให้ นิสิตประสบความสำเร็จในการเรียน และสามารถใช้ชีวิตในสังคมได้อย่างมีความสุข

นิยามปฏิบัติการ

1. **การร่วมรู้สึก (Empathy)** หมายถึง การแสดงถึงความเข้าใจความรู้สึก อารมณ์ พฤติกรรมของผู้อื่น รวมทั้งให้เหตุผลในลักษณะที่สามารถรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น เข้าใจลักษณะในจิตใจ และนำตนไปอยู่ในบทบาททางความคิดของผู้อื่น โดยสามารถแสดงออก หรือคาดเดาความรู้สึกของผู้อื่นได้อย่างถูกต้อง

ซึ่งการร่วมรู้สึกในการวิจัยครั้งนี้ใช้ตามแนวคิดของโกลแมนที่ประกอบด้วย 5 องค์ประกอบ ได้แก่

การเข้าใจผู้อื่น (Understanding others) หมายถึง การเข้าใจถึงความรู้สึก มุมมอง และข้อวิตกกังวลของผู้อื่น รวมทั้งเป็นการรู้สึกเข้าใจว่าผู้อื่นมีความต้องการอะไร อย่างไร ในสถานการณ์ที่แตกต่างกัน

การพัฒนาผู้อื่น (Developing others) หมายถึง การที่เรารู้สึกถึงสิ่งที่ไม่ดี ไม่ถูกต้อง และข้อควรปรับปรุงของผู้อื่น รวมทั้งการมีความรู้สึกต้องการสนับสนุน ส่งเสริม ความรู้และความสามารถของผู้อื่นให้พัฒนาสูงขึ้น โดยไม่สนใจถึงข้อบกพร่องต่างๆ ของบุคคลเหล่านั้น

การมีจิตใจใฝ่บริการ (Service orientation) หมายถึง การที่เราสามารถ รับรู้ คาดการณ์ คาดคะเนความต้องการของผู้อื่นได้ว่ามีความต้องการอะไร อย่างไร รวมทั้ง เป็นการที่เรารู้สึกว่าต้องการตอบสนองในความต้องการเหล่านั้น โดยมีความต้องการที่จะทำ สิ่งที่บุคคลอื่นต้องการ โดยไม่คาดหวังผลตอบแทนอย่างใด

การเข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคล (Leveraging diversity) หมายถึง การมีความรู้สึกเห็นอกเห็นใจผู้ที่ด้อยโอกาสกว่าเรา และมีความรู้เข้าใจในสิ่งที่เขาเป็น หรือกระทำ โดยเข้าใจว่าเป็นสิ่งที่ทุกคนแตกต่างกัน รวมทั้งเป็นการที่มีความรู้สึกว่าการทำให้โอกาสบุคคลที่ด้อยโอกาสได้เป็นหรือกระทำในสิ่งที่ทัดเทียมผู้อื่นได้

การตระหนักรู้สถานการณ์ในกลุ่ม (Political awareness) หมายถึง การเข้าใจความคิดเห็นของกลุ่ม อารมณ์ของกลุ่ม ในสถานการณ์ต่างๆ รวมทั้งเป็นการเข้าใจและทราบถึงความสัมพันธ์ของคนในกลุ่มว่าเป็นอย่างไรในสถานการณ์ที่แตกต่างกัน

วัดโดยใช้แบบวัดที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น เป็นแบบวัด จำนวน 50 ข้อ มีข้อความ เป็นประโยค ประกอบด้วยมาตราส่วนประเมินค่า 6 ระดับ ที่คะแนนแต่ละค่าแสดงถึง ความสามารถในการร่วมรู้สึกของผู้ตอบแบบสอบถามพิสัยของค่าตัวแปรนี้อยู่ระหว่าง 50 ถึง 300 คะแนนผู้ตอบได้คะแนนสูงกว่าแสดงว่ามีการร่วมรู้สึกสูงกว่าผู้ตอบได้คะแนนต่ำกว่า

2. วิธีฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น(Sensitivity Training)

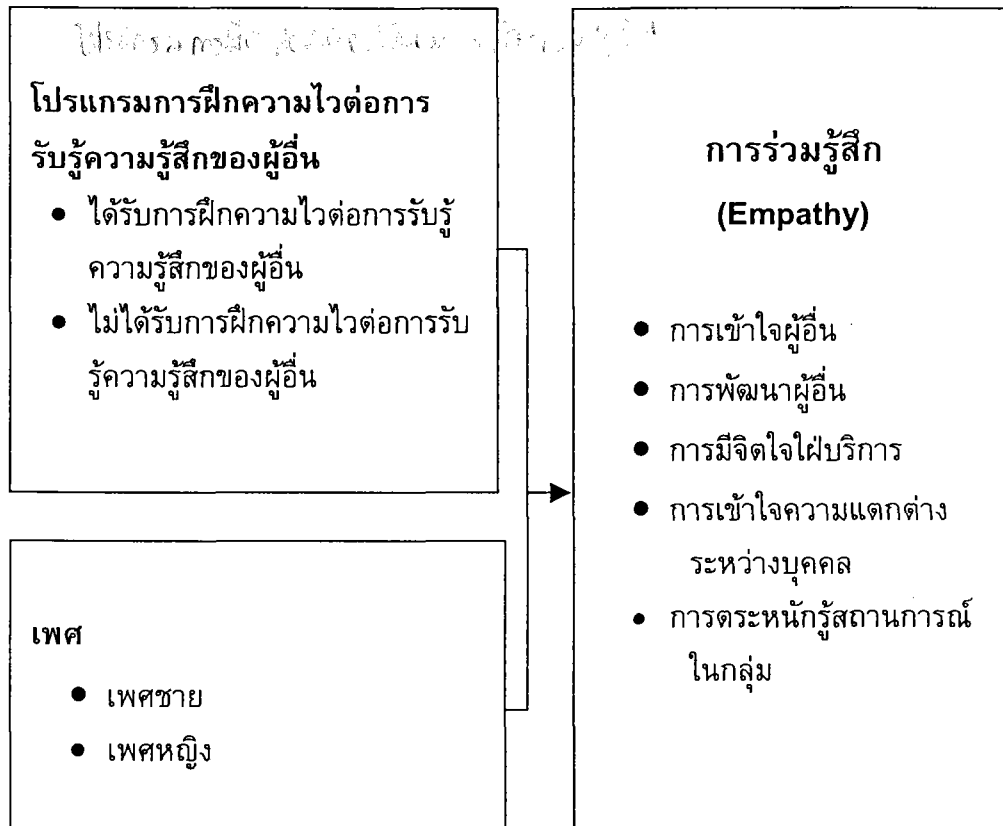
หมายถึง วิธีที่ใช้พัฒนาบุคคลโดยจัดประสบการณ์การเรียนรู้ที่ใช้กระบวนการกลุ่มที่เกี่ยวข้องกับการรับรู้ความรู้สึก ความนึกคิด อารมณ์ เหตุผลและพฤติกรรมของผู้อื่น เพื่อให้บุคคล ได้ทำกิจกรรมร่วมกันภายในช่วงเวลาต่อเนื่อง และก่อให้เกิดการตระหนักรู้ เข้าใจ และมีความรู้สึกไวต่อพฤติกรรมต่างๆ ได้อย่างถูกต้องเหมาะสม ซึ่งจะนำไปสู่การพัฒนาตนเอง โดยวิธีการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น ประกอบด้วยกิจกรรมต่างๆ ได้แก่ 1) การแสดงบทบาทสมมติ 2) การสร้างสถานการณ์จำลอง 3) การแก้ปัญหา เรื่องที่กำหนดให้ และ 4) การอภิปรายผล

กรอบแนวคิดในการวิจัย

การร่วมรู้สึกตามแนวคิดของโกลแมนจะสามารถแบ่งออกเป็น 5 องค์ประกอบ ได้แก่ 1) การเข้าใจผู้อื่น 2) การพัฒนาผู้อื่น 3) การมีจิตใจใฝ่บริการ 4) การเข้าใจ ความแตกต่างระหว่างบุคคล และ 5) การตระหนักรู้สถานการณ์ในกลุ่ม โดยในแต่ละส่วน องค์ประกอบรวมกันในการที่จะทำให้บุคคลมีการร่วมรู้สึก

ผู้ที่มีการร่วมรู้สึกสูงนั้นจะเป็นผู้ที่สามารถเข้าใจผู้อื่น สามารถแสดงอารมณ์ กริยาที่เหมาะสมต่อคนอื่น และสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างมีความสุข โดยไม่เกิดความขัดแย้งกัน โดยผู้วิจัยเชื่อว่าสามารถพัฒนาการร่วมรู้สึกของบุคคลขึ้นได้ โดยเฉพาะ ในเยาวชนที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับอุดมศึกษาซึ่งเป็นผู้จะต้องมีการปรับตัวในด้านต่างๆ เป็นอย่างมาก รวมทั้งยังเป็นวัยที่สำคัญในการเปลี่ยนแปลง และพัฒนาบุคลิกภาพ ซึ่งโปรแกรมที่ใช้ในการพัฒนาการร่วมรู้สึกของบุคคลนั้นสามารถกระทำได้หลายวิธี แต่วิธี ที่ผู้วิจัยให้ความสนใจในการทำเทคนิคนั้นมาใช้ในการพัฒนาการร่วมรู้สึกของบุคคลก็คือ การฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น ซึ่งผู้วิจัยมีความเชื่อว่าเทคนิคการฝึกความไว ต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นที่ผู้วิจัยนำมาใช้ในการวิจัยครั้งนี้จะสามารถช่วยในการพัฒนา ให้บุคคลเกิดการร่วมรู้สึกขึ้นได้ โดยในงานวิจัยชิ้นนี้ผู้วิจัยจะใช้รูปแบบการฝึกความไว

ต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น 4 รูปแบบ ได้แก่ 1) การแสดงบทบาทสมมติ 2) การสร้างสถานการณ์จำลอง 3) การแก้ปัญหาเรื่องที่กำหนดให้ 4) การอภิปรายผล โดยสามารถแสดงได้ดังนี้



ภาพประกอบ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

สมมติฐานในการวิจัย

1. ภายหลังจากที่นิสิตได้รับการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น จะมีการร่วมรู้สึก (Empathy) โดยรวมและรายด้าน สูงกว่า ก่อนได้รับการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น
2. กลุ่มทดลองมีการร่วมรู้สึก (Empathy) โดยรวมและรายด้าน สูงกว่ากลุ่มควบคุม
3. มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพศและวิธีการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น โดยนิสิตเพศหญิงกลุ่มทดลองจะมีการร่วมรู้สึก (Empathy) โดยรวมและรายด้าน สูงกว่านิสิตที่มีลักษณะอื่น

บทที่ 3

วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า

ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงทดลอง โดยมีรายละเอียดในการดำเนินการวิจัยดังนี้

1. การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง
2. การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
3. วิธีการดำเนินการวิจัย
4. การเก็บรวบรวมข้อมูล
5. การวิเคราะห์ข้อมูล

การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

การวิจัยครั้งนี้ ประชากร คือ นิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ระดับปริญญาตรี ปีการศึกษา 2546 ชั้นปีที่ 1 คณะแพทยศาสตร์ ภาควิชาปีที่ 1

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ เป็นนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ระดับปริญญาตรี ปีการศึกษา 2546 ชั้นปีที่ 1 คณะแพทยศาสตร์ ภาควิชาปีที่ 1 ที่อาสาสมัครเข้าร่วมกิจกรรมของผู้วิจัย โดยมีวิธีการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง ดังนี้

1. ให้นิสิตคณะแพทยศาสตร์ ชั้นปีที่ 1 ที่อาสาสมัครเข้าร่วมกิจกรรมทำแบบทดสอบการร่วมรู้สึก
2. คัดเลือกจากนิสิตเพศชายที่มีคะแนนการร่วมรู้สึกต่ำที่สุดในกลุ่ม จำนวน 18 คน และ นิสิต เพศหญิง ที่มีคะแนนการร่วมรู้สึกต่ำที่สุดในกลุ่ม จำนวน 20 คน รวมเป็นจำนวน 38 คน
3. จากนั้นทำการสุ่มนิสิตทั้งเพศชายและเพศหญิงเพื่อเข้ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ด้วยวิธีการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling)
4. สุ่มนิสิตเพศชาย เพื่อเข้ากลุ่มทดลอง จำนวน 9 คน และกลุ่มควบคุมจำนวน 9 คน
5. สุ่มนิสิตเพศหญิง เพื่อเข้ากลุ่มทดลอง จำนวน 10 คน และกลุ่มควบคุมจำนวน 10 คน

ดังนั้นในกลุ่มทดลองทั้งหมดจำนวน 19 คนนั้นจะประกอบด้วยนิสิตเพศชายจำนวน 9 คนและนิสิตเพศหญิงจำนวน 10 คน

ส่วนกลุ่มควบคุมทั้งหมดจำนวน 19 คนก็จะประกอบด้วยนิสิตเพศชายจำนวน 9 คนและนิสิตเพศหญิงจำนวน 10 คน ด้วยเช่นกัน

ระยะเวลาในการทดลอง

การทดลองครั้งนี้ใช้ระยะเวลาในการทดลอง 7 ครั้ง ครั้งๆละ 2 คาบ โดยใช้เวลาคาบละ 60 นาที โดยผู้วิจัยจะใช้เวลาในการให้การทดลอง (Treatment) ในช่วงเวลาหลังเลิกเรียนเพื่อมิให้เป็นการกระทบกระเทือน เวลาเรียนของกลุ่มตัวอย่างที่เป็นทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยผู้วิจัยจะฝึกตามโปรแกรมที่กำหนดในภาคต้นของปีการศึกษา 2546

การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. โปรแกรมการฝึกอบรม แบ่งได้เป็น

สำหรับกลุ่มทดลอง ได้รับการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น

สำหรับกลุ่มควบคุม ไม่ได้รับการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น

2. แบบวัดการร่วมรู้สึก

มีวิธีในการดำเนินการสร้างเครื่องมือ ดังนี้

1. โปรแกรมการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น (sensitivity Training)

1.1 ผู้วิจัยดำเนินการศึกษาทฤษฎี เอกสาร ตำรา บทความ และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการร่วมรู้สึกทั้งในและต่างประเทศ เพื่อเป็นแนวทางในการสร้างโปรแกรมการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นที่มีต่อการร่วมรู้สึกของนักเรียนให้สอดคล้องกับจุดมุ่งหมายของการวิจัย

1.2 สร้างโปรแกรมการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น นำโปรแกรมการฝึกความรู้ไวที่สร้างขึ้นให้ผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ท่านได้แก่ ผศ. ดร. จันทนา ภาคบงกช ผศ. ดร. ทศพร ประเสริฐสุข และ รศ. ดร. นवलละอ สุภาพผล พิจารณาความเหมาะสม ความสอดคล้องด้านเนื้อหา วัตถุประสงค์ วิธีดำเนินการ และรูปแบบ จากนั้นผู้วิจัยนำมาปรับปรุงแก้ไขให้มีความสมบูรณ์มากยิ่งขึ้น

1.3 นำโปรแกรมการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น (Sensitivity training) ไปทดลองใช้กับนิสิตที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง (Tryout) ซึ่งเป็นนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒชั้นปีที่ 1 ที่อาสาสมัครมาเข้ารับการฝึกอบรมจำนวน 12 คน จากนั้นนำมาปรับปรุงแก้ไขการฝึก ภาษา และเวลาในการทดลอง ก่อนนำไปใช้จริง เพื่อตรวจสอบ

ประสิทธิภาพของโปรแกรมการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นว่ามีประสิทธิภาพเพียงพอที่จะนำไปใช้กับนิสิตคณะแพทยศาสตร์ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒที่เป็นกลุ่มตัวอย่างจริง

โปรแกรมการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นที่ใช้ในการศึกษาวิจัยในครั้งนี้ ผู้วิจัยจะใช้กิจกรรม 1) การแสดงบทบาทสมมติ 2) การสร้างสถานการณ์จำลอง 3) การแก้ปัญหาเรื่องที่กำหนดให้ 4) การอภิปรายผล ซึ่งมีจุดประสงค์ที่จะทำให้ นิสิตที่เป็นกลุ่มตัวอย่างได้รู้จักเข้าใจในความรู้สึกของผู้อื่นจากการได้รับฟัง ได้เล่า และได้ร่วมอภิปรายผลกันภายในกลุ่ม

ตัวอย่างวิธีการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น

หัวข้อเรื่อง	การฝึกการเข้าใจผู้อื่น
กิจกรรม	การเล่าประสบการณ์ การอภิปราย และ การให้ข้อมูลย้อนกลับ
เวลา	120 นาที (2 คาบ)

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ นิสิตได้รู้จัก เข้าใจ และยอมรับพฤติกรรมหรือบุคลิกภาพหรือบุคลิกลักษณะของผู้อื่น
2. เพื่อให้เกิดความรู้สึกในการเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

อุปกรณ์

- การเล่าประสบการณ์ที่ตนเองทำให้แม่รู้สึกเสียใจที่สุดในชีวิต
- การอภิปราย และ การให้ข้อมูลย้อนกลับ

วิธีดำเนินการ

1. ชั้นเริ่มต้น
 - 1.1 ผู้วิจัยบอกวัตถุประสงค์และขั้นตอนของการทำกิจกรรมในวันนี้
2. ชั้นดำเนินการ
 - 2.1 แบ่งกลุ่มนิสิตออกเป็น 4 กลุ่มๆ ละ 5 คน
 - 2.2 ผู้วิจัยให้นิสิตภายในกลุ่มผลัดกันเล่าประสบการณ์ที่ตนเองทำให้แม่รู้สึกเสียใจที่สุดในชีวิต
 - 2.3 ผู้วิจัยให้สมาชิกในแต่ละกลุ่มร่วมแสดงอารมณ์ ความรู้สึก ความเห็นอกเห็นใจแก่สมาชิกที่เป็นผู้เล่า
 - 2.4 ผู้วิจัยให้นิสิตกลุ่มตัวอย่างร่วมอภิปรายแลกเปลี่ยนความคิดเห็น
 - 2.5 ให้นิสิตในกลุ่มเลือกเรื่องที่ประทับใจมากที่สุด เพื่อนำมาเล่าให้กลุ่มใหญ่ฟัง

3. ชั้นยุดิ

ผู้วิจัยให้นิสิตร่วมกันสรุปให้เห็นความสำคัญของการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น ซึ่งจะเป็นพื้นฐานของการร่วมรู้สึก

การประเมินผล

สังเกตจากการแสดงความคิดเห็น การซักถาม การอภิปราย และการสรุป ของนิสิต

2. แบบวัดการร่วมรู้สึก(Empathy)

2.1 ผู้วิจัยทำการ ศึกษาทฤษฎี เอกสาร ตำรา บทความ และงานวิจัย ที่เกี่ยวข้องกับการร่วมรู้สึกทั้งในและต่างประเทศเพื่อเป็นแนวทางในการสร้างแบบวัด การร่วมรู้สึก

2.2 แบบวัดการร่วมรู้สึกนี้ เป็นแบบวัดที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยอาศัยแนวคิด การร่วมรู้สึก (Empathy) ของโกลแมนเป็นพื้นฐาน และวัดความสามารถในการร่วมรู้สึก ที่ประกอบด้วย 5 ด้าน ได้แก่

2.2.1 การเข้าใจผู้อื่น (Understanding others) หมายถึง การเข้าใจถึง ความรู้สึก มุมมอง และข้อวิตกกังวลของผู้อื่น รวมทั้งเป็นการรู้สึกเข้าใจว่าผู้อื่นมีความ ต้องการอะไร อย่างไร ในสถานการณ์ที่แตกต่างกัน

2.2.2 การพัฒนาผู้อื่น (Developing others) หมายถึง การที่เรารู้สึกถึง สิ่งที่ไม่ดี ไม่ถูกต้อง และข้อควรปรับปรุงของผู้อื่น รวมทั้งการมีความรู้สึกต้องการสนับสนุน ส่งเสริม ความรู้และความสามารถของผู้อื่นให้พัฒนาสูงขึ้น โดยไม่สนใจถึงข้อบกพร่องต่าง ๆ ของบุคคลเหล่านั้น

2.2.3 การมีจิตใจใฝ่บริการ (Service orientation) หมายถึง การที่เรา สามารถ รับรู้ คาดการณ์ คาดคะเนความต้องการของผู้อื่นได้ว่ามีความต้องการอะไร อย่างไร รวมทั้งเป็นการที่เรารู้สึกว่าต้องการตอบสนองในความต้องการเหล่านั้น โดยมีความ ต้องการที่จะทำสิ่งที่บุคคลอื่นต้องการ โดยไม่คาดหวังผลตอบแทนอย่างใด

2.2.4 การเข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคล (Leveraging diversity) หมายถึง การมีความรู้สึกเห็นอกเห็นใจผู้ที่ด้อยโอกาสกว่าเรา และมีความรู้เข้าใจในสิ่งที่เขา เป็นหรือกระทำ โดยเข้าใจว่าเป็นสิ่งที่ทุกคนแตกต่างกัน รวมทั้งเป็นการที่มีความรู้สึก ว่า ต้องการให้ออกสาบุคคลที่ด้อยโอกาสได้เป็นหรือกระทำในสิ่งที่ทัดเทียมผู้อื่นได้

2.2.5 การตระหนักรู้สถานการณ์ในกลุ่ม (Political awareness) หมายถึง การเข้าใจความคิดเห็นของกลุ่ม อารมณ์ของกลุ่ม ในสถานการณ์ต่างๆ รวมทั้ง เป็นการเข้าใจและทราบถึงความสัมพันธ์ของคนในกลุ่มว่าเป็นอย่างไรในสถานการณ์ ที่แตกต่างกัน

2.3 นำแบบวัดการร่วมรู้สึกที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นให้ผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ท่านพิจารณาความเหมาะสมความสอดคล้องด้านเนื้อหา วัดอุปสงค์ วิธีดำเนินการ และรูปแบบ จากนั้นผู้วิจัยนำมาปรับปรุงแก้ไขให้มีความสมบูรณ์มากยิ่งขึ้น เพื่อให้แบบวัดมีความเที่ยงตรง (Validity) เชิงเนื้อหามากที่สุด

2.4 นำแบบวัดการร่วมรู้สึกไปทดลองใช้กับนิสิตที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง

2.5 นำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์หาค่าอำนาจจำแนกรายข้อ (Discrimination) โดยการคำนวณค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Item Total Correlation Coefficient) และคัดเลือกข้อที่มีค่าอำนาจจำแนกมากกว่า .30 มาใช้ โดยค่าอำนาจจำแนกรายข้อที่ได้มีค่าอยู่ระหว่าง 0.31 – 0.64

2.6 หาความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบวัดการร่วมรู้สึกโดยใช้วิธีการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบัค (α - Coefficient) ซึ่งเป็นค่าความเชื่อมั่นชนิดความสอดคล้องภายในโดยค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามการร่วมรู้สึกเท่ากับ 0.9182

ตัวอย่างแบบวัดการร่วมรู้สึก

ด้านที่ 1 การเข้าใจผู้อื่น

ข้อ 0 โดยปกติฉันเป็นคนตั้งใจฟังคนอื่นพูดเสมอ

<u>จริงที่สุด</u>	<u>จริง</u>	<u>ค่อนข้างจริง</u>	<u>ค่อนข้างไม่จริง</u>	<u>ไม่จริง</u>	<u>ไม่จริงเลย</u>
-------------------	-------------	---------------------	------------------------	----------------	-------------------

ด้านที่ 2 การพัฒนาผู้อื่น

ข้อ 0 ฉันให้กำลังใจและส่งเสริมเพื่อนร่วมงาน

<u>จริงที่สุด</u>	<u>จริง</u>	<u>ค่อนข้างจริง</u>	<u>ค่อนข้างไม่จริง</u>	<u>ไม่จริง</u>	<u>ไม่จริงเลย</u>
-------------------	-------------	---------------------	------------------------	----------------	-------------------

ด้านที่ 3 การมีจิตใจใฝ่บริการ

ข้อ 0 ฉันรู้สึกมีความสุขเมื่อทำให้ผู้อื่นพอใจ

<u>จริงที่สุด</u>	<u>จริง</u>	<u>ค่อนข้างจริง</u>	<u>ค่อนข้างไม่จริง</u>	<u>ไม่จริง</u>	<u>ไม่จริงเลย</u>
-------------------	-------------	---------------------	------------------------	----------------	-------------------

ด้านที่ 4 การเข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคล

ข้อ 0 ฉันสามารถคุยกับคนได้ทุกระดับ

<u>จริงที่สุด</u>	<u>จริง</u>	<u>ค่อนข้างจริง</u>	<u>ค่อนข้างไม่จริง</u>	<u>ไม่จริง</u>	<u>ไม่จริงเลย</u>
-------------------	-------------	---------------------	------------------------	----------------	-------------------

ด้านที่ 5 การตระหนักรู้สถานการณ์ในกลุ่ม

ข้อ 0 ฉันท้ใจความต้องการของกลุ่ม

จริงที่สุด จริง ก่อนข้างจริง ก่อนข้างไม่จริง ไม่จริง ไม่จริงเลย

แบบวัดการร่วมรู้สึก (Empathy) นี้ประกอบด้วยข้อความทั้งหมด 50 ข้อ เป็นข้อความที่เกี่ยวข้องกับการร่วมรู้สึกทั้ง 5 ด้าน โดยมีเกณฑ์สำหรับผู้ตอบ ดังนี้

จริงที่สุด	หมายถึง	ข้อความตรงกับตัวท่านมากที่สุด
จริง	หมายถึง	ข้อความตรงกับตัวท่านมาก
ก่อนข้างจริง	หมายถึง	ข้อความตรงกับตัวท่านก่อนข้างมาก
ก่อนข้างไม่จริง	หมายถึง	ข้อความตรงกับตัวท่านก่อนข้างน้อย
ไม่จริง	หมายถึง	ข้อความตรงกับตัวท่านน้อย
ไม่จริงเลย	หมายถึง	ข้อความตรงกับตัวท่านน้อยที่สุด

นอกจากนี้ข้อความในแบบวัดการร่วมรู้สึกจะมี 2 ลักษณะ คือ

1. ข้อความทางบวก ให้คะแนน 6 5 4 3 2 1 เมื่อกลางในช่อง จริงที่สุด
จริง ก่อนข้างจริง ก่อนข้างไม่จริง ไม่จริง ไม่จริงเลย ตามลำดับ
2. ข้อความทางลบ ให้คะแนน 1 2 3 4 5 6 เมื่อกลางในช่อง จริงที่สุด จริง
ก่อนข้างจริง ก่อนข้างไม่จริง ไม่จริง ไม่จริงเลย ตามลำดับ

สำหรับเกณฑ์การพิจารณาขอบเขตของคะแนนเฉลี่ย เพื่อใช้ในการแปลความหมายของข้อมูล กำหนดไว้ดังนี้

5.50 - 6.00	หมายถึง	มีการร่วมรู้สึกในระดับมากที่สุด
4.50 - 5.49	หมายถึง	มีการร่วมรู้สึกในระดับมาก
3.50 - 4.49	หมายถึง	มีการร่วมรู้สึกในระดับก่อนข้างมาก
2.50 - 3.49	หมายถึง	มีการร่วมรู้สึกในระดับก่อนข้างน้อย
1.50 - 2.49	หมายถึง	มีการร่วมรู้สึกในระดับน้อย
1.00 - 1.49	หมายถึง	มีการร่วมรู้สึกในระดับน้อยที่สุด

วิธีดำเนินการวิจัย

แบบแผนการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง (Experiment research) ใช้แบบแผนการวิจัยแบบ Randomized control group pretest – posttest design (ชูศรี วงศ์รัตน์. 2528 : 91 - 98)

กลุ่ม	สอบก่อน	ทดลอง	สอบหลัง
RE1	T1	X1	T2
RC1	T1	-	T2
RE2	T1	X1	T2
RC2	T1	-	T2

เมื่อ	RE1	แทน	กลุ่มทดลองเพศชาย
	RE2	แทน	กลุ่มทดลองเพศหญิง
	RC1	แทน	กลุ่มควบคุมเพศชาย
	RC2	แทน	กลุ่มควบคุมเพศหญิง
	T1	แทน	การสอบก่อนการได้รับการฝึกการรับความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น
	X1	แทน	ได้รับวิธีการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น
	-	แทน	ไม่ได้รับวิธีการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น
	T2	แทน	การสอบหลังการได้รับการฝึกการรับความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ในการดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยแบ่งการดำเนินการเป็น 3 ระยะ คือ

1. ระยะเตรียมการทดลอง

1.1 ผู้วิจัยติดต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อขออนุญาตเก็บรวบรวมข้อมูล

1.2 ผู้วิจัยเตรียมอุปกรณ์ที่จะใช้ในการฝึกการรับความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น

1.3 ผู้วิจัยให้นิสิตคณะแพทยศาสตร์ ชั้นปีที่ 1 ทั้งหมดทำการสอบกักร่วมรู้สึกก่อนจัดกิจกรรม (Pretest)

1.4 คัดเลือกจากนิสิตเพศชายที่มีคะแนนการร่วมรู้สึกต่ำที่สุดในกลุ่ม จำนวน 18 คน และนิสิตเพศหญิงที่มีคะแนนการร่วมรู้สึกต่ำที่สุดในกลุ่ม จำนวน 20 คน รวมเป็นจำนวน 38 คน

1.5 จากนั้นทำการสุมนิสิตทั้งเพศชายและเพศหญิงเพื่อเข้ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมโดยมีขั้นตอนของการสุ่มดังนี้

1.5.1 สุ่มนิสิตเพศชายที่มีคะแนนการร่วมรู้สึกต่ำที่สุดโดยเรียงลำดับจากนิสิตที่มีคะแนนการร่วมรู้สึกต่ำที่สุดไปหานิสิตที่มีคะแนนการร่วมรู้สึกสูงที่สุดจำนวน 18 คน โดยวิธีการสุ่มอย่างง่าย (Simple random sampling) เพื่อเข้ากลุ่มทดลอง จำนวน 9 คน และกลุ่มควบคุมจำนวน 9 คน

1.5.2 สุ่มนิสิตเพศหญิงที่มีคะแนนการร่วมรู้สึกต่ำที่สุดโดยเรียงลำดับจากนิสิตที่มีคะแนนการร่วมรู้สึกต่ำที่สุดไปหานิสิตที่มีคะแนนการร่วมรู้สึกสูงที่สุดจำนวน 20 คน โดยวิธีการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) เพื่อเข้ากลุ่มทดลอง จำนวน 10 คน และกลุ่มควบคุมจำนวน 10 คน

ดังนั้นในกลุ่มทดลองทั้งหมดจำนวน 19 คนนั้นจะประกอบด้วยนิสิตเพศชายจำนวน 9 คนและนิสิตเพศหญิงจำนวน 10 คน

ส่วนกลุ่มควบคุมทั้งหมดจำนวน 19 คนก็จะประกอบด้วยนิสิตเพศชายจำนวน 9 คนและนิสิตเพศหญิงจำนวน 10 คน ด้วยเช่นกัน

2. ระยะดำเนินการทดลอง

การทดลองครั้งนี้ใช้ระยะเวลาในการทดลอง 7 ครั้ง ครั้งๆละ 2 คาบ โดยใช้เวลาคาบละ 60 นาที โดยผู้วิจัยจะใช้เวลาในการให้การทดลอง (Treatment) ในช่วงเวลาหลังเลิกเรียนเพื่อมิให้เป็นภาระกระทบกระเทือน เวลาเรียนของกลุ่มตัวอย่าง โดยผู้วิจัยจะฝึกตามโปรแกรมที่กำหนดซึ่งแต่ละโปรแกรมที่ใช้ฝึกนั้นมีจุดประสงค์ดังนี้

ครั้งที่ 1 ปฐมนิเทศ

1. เพื่อให้สมาชิกทุกคนได้รู้จักและคุ้นเคยกัน
2. เพื่อสร้างความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างผู้วิจัยกับนิสิต และระหว่างนิสิตด้วยกัน
3. เพื่อให้นิสิตทราบวัตถุประสงค์ในการเข้ากลุ่มและกำหนดการต่างๆในการเข้ากลุ่ม
4. เพื่อให้นิสิตทราบบทบาทหน้าที่และมีเจตคติที่ดีในการเข้าร่วมกิจกรรม
5. เพื่อให้นิสิตทราบความหมายของ การร่วมรู้สึก ได้อย่างถูกต้อง

ครั้งที่ 2 การรู้จักและเข้าใจตนเองและผู้อื่น

1. เพื่อให้นิสัยได้รู้จัก เข้าใจ และยอมรับพฤติกรรมหรือบุคลิกภาพหรือบุคลิกลักษณะของตนเองและผู้อื่น
2. เพื่อให้เกิดความรู้สึกในการเห็นอกเห็นใจผู้อื่น
3. เกิดความรู้สึกในการที่ต้องการปรับปรุงตนเองในเรื่องต่างๆ

ครั้งที่ 3 การฝึกการพัฒนาผู้อื่น

1. เพื่อให้นิสัยสวมบทบาทแทนคนอื่นทางความคิดทั้งในข้อควรส่งเสริมและปรับปรุง
2. เพื่อให้นิสัยเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่นทั้งข้อควรส่งเสริมและปรับปรุง

ครั้งที่ 4 การมีจิตใจใฝ่บริการ

1. เพื่อให้นิสัยเข้าใจความหมายและประโยชน์ของการมีจิตใจใฝ่บริการ
2. เพื่อให้นิสัยสามารถคาดคะเน รับรู้ และตอบสนองความต้องการของบุคคลอื่นโดยผ่านทางกิจกรรมนี้

ครั้งที่ 5 การฝึกการสร้างโอกาส

1. เพื่อให้นิสัยได้รู้จักและเข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคล รวมทั้งสามารถสร้างโอกาสจากความแตกต่างระหว่างบุคคลได้
2. เพื่อฝึกให้นิสิตเกิดความรู้สึกที่ต้องการสร้างโอกาสจากเหตุการณ์ต่างๆ ในส่วนที่เกี่ยวกับความแตกต่างระหว่างบุคคลได้ดี

ครั้งที่ 6 การฝึกการตระหนักรู้สถานการณ์ในกลุ่ม

1. เพื่อให้นิสัยทราบถึงความคิดเห็นของกลุ่มและความสัมพันธ์ของคนในกลุ่ม
2. เพื่อฝึกให้นิสิตได้เข้าใจถึงประโยชน์ของการตระหนักรู้

ครั้งที่ 7 ปัจฉิมนิเทศ

1. เพื่อให้นิสัยนำประสบการณ์การเรียนรู้จากกิจกรรมต่างๆไปใช้ในการดำรงชีวิตในวัยเรียนได้อย่างมีความสุข
2. เพื่อให้นิสัยได้รู้จักเข้าใจความรู้สึกของตนเองและผู้อื่นได้ รวมถึงตอบสนองได้สอดคล้องกับสถานการณ์ของผู้อื่น

ส่วนกลุ่มตัวอย่างที่เป็นกลุ่มควบคุมผู้วิจัยจะไม่ให้วิธีการฝึกใดๆแก่นิสิตกลุ่มควบคุม

3. ระยะเวลาหลังการทดลอง

หลังจากสิ้นสุดการทดลอง ผู้วิจัยทำการวัดการร่วมรู้สึก (Posttest) กับกลุ่มที่ได้รับการฝึกการรับความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นและกลุ่มที่ไม่ได้รับการฝึกเมื่อได้คะแนนทั้งหมดแล้วนำคะแนนที่ได้มาวิเคราะห์ทางสถิติเพื่อทดสอบสมมติฐาน

การวิเคราะห์ข้อมูล

เมื่อเก็บรวบรวมข้อมูลได้ตามความต้องการแล้ว นำข้อมูลทั้งหมดมาตรวจสอบความถูกต้องสมบูรณ์ แล้วทำการวิเคราะห์ด้วยโปรแกรมสำเร็จรูป เพื่อพิสูจน์สมมติฐานและนำมาเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล โดยมีสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

1. สถิติที่ใช้ในการหาคูณภาพเครื่องมือ ประกอบด้วย
 - 1.1 สถิติหาค่าความเชื่อมั่นแบบแอลฟา (α -Coefficient)
 - 1.2 สถิติหาค่าอำนาจจำแนกรายข้อ (Item total correlation coefficient)
2. สถิติที่ใช้ในการทดสอบสมมติฐาน ประกอบด้วย
 - 2.1 ร้อยละ (Percent)
 - 2.2 ค่าเฉลี่ย (Mean)
 - 2.3 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD)
 - 2.4 t – test แบบกลุ่มตัวอย่าง 2 กลุ่มไม่เป็นอิสระต่อกัน (t - test dependent sample)
 - 2.5 t – test แบบกลุ่มตัวอย่าง 2 กลุ่มเป็นอิสระต่อกัน (t - test independent sample)
 - 2.6 การวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบ 2 ทิศทาง (Two way ANOVA)

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการศึกษาวิจัย เรื่อง ผลของกิจกรรมการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นที่มีต่อการร่วมรู้สึกของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เป็นการวิจัยเชิงทดลองที่มีจุดมุ่งหมายของการวิจัยคือ เพื่อศึกษาผลของการใช้วิธีการฝึกกับการไม่ใช้วิธีการฝึกต่อการร่วมรู้สึก (Empathy) ของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ และเพื่อศึกษาปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพศกับวิธีการฝึกต่อการร่วมรู้สึก (Empathy) ของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ โดยทำการทดลองกับนิสิตคณะแพทยศาสตร์ ชั้นปีที่ 1 โดยมีแบบแผนการวิจัย คือ Randomized control group pretest – posttest design

สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลและแปลผลของการศึกษาในครั้งนี้ ผู้วิจัยได้กำหนดสัญลักษณ์ต่างๆที่ใช้แทนความหมาย ดังต่อไปนี้

n	แทน	จำนวนนิสิตที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง
\bar{X}	แทน	ค่าคะแนนเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่าง
SD	แทน	ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน
\bar{D}	แทน	ค่าเฉลี่ยผลต่างของคะแนนการร่วมรู้สึกหลังการทดลองระหว่างกลุ่มที่ได้รับการฝึกและกลุ่มที่ไม่ได้รับการฝึก
S_D	แทน	ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐานผลต่างของคะแนนกลุ่มตัวอย่าง
SE	แทน	ค่าความคลาดเคลื่อนมาตรฐานของคะแนนกลุ่มตัวอย่าง
t	แทน	ค่าอัตราส่วนวิกฤตของการแจกแจงแบบที
p	แทน	ระดับนัยสำคัญทางสถิติ

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการศึกษาค้นคว้า ผู้วิจัยจะดำเนินการวิเคราะห์และนำเสนอตามลำดับ ดังนี้

1. ข้อมูลพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่าง
2. ค่าสถิติพื้นฐานของคะแนนการร่วมรู้สึกหลังการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

3. ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยผลต่างของคะแนนการร่วมรู้สึกหลังการทดลอง รายด้าน และโดยรวม ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

4. ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนการร่วมรู้สึกหลังการทดลอง รายด้าน และโดยรวมพิจารณาตามตัวแปรเพศ และการได้รับการฝึกอบรมการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น

ดังแสดงผลการวิเคราะห์ข้อมูลในตาราง 1, 2, 3, 4, 5, 6 และ 7 ตามลำดับ

ตาราง 1 ข้อมูลพื้นฐานของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม		รวม	
	N = 19		N = 19		N = 38	
	N	%	N	%	N	%
เพศชาย	9	47.4	9	47.4	18	47.4
เพศหญิง	10	52.6	10	52.6	20	52.6
พิสัยของอายุ	17 – 20		17 – 20		17 - 20	
อายุเฉลี่ย	18.26		18.21		18.24	

จากตาราง 1 แสดงว่า กลุ่มตัวอย่างที่เป็นกลุ่มที่ได้รับและไม่ได้รับการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น เป็นเพศชายจำนวน 9 คน คิดเป็น 47.4 % เป็นเพศหญิงจำนวน 10 คน คิดเป็น 52.6 % มีพิสัยของอายุเท่ากับ 17 – 20 ปี และอายุของนิสิตกลุ่มตัวอย่างโดยเฉลี่ยเท่ากับ 18.26 ปีและ 18.21 ปีตามลำดับ และโดยรวมแล้ว นิสิตกลุ่มตัวอย่างทั้งหมดเป็นเพศชายจำนวน 18 คน คิดเป็น 47.4 % เป็นเพศหญิงจำนวน 20 คน คิดเป็น 52.6 % มีพิสัยของอายุเท่ากับ 17 – 20 ปี และอายุของนิสิตกลุ่มตัวอย่างโดยเฉลี่ยเท่ากับ 18.24 ปี

ตาราง 2 ค่าสถิติพื้นฐานของคะแนนการร่วมรู้สึก หลังการทดลองของกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม

การร่วมรู้สึก	กลุ่ม	N	\bar{X}	SD	ระดับ
ด้านการเข้าใจผู้อื่น	ทดลอง	19	4.75	.46	มาก
	ควบคุม	19	4.28	.49	ค่อนข้างมาก
ด้านการพัฒนาผู้อื่น	ทดลอง	19	4.23	.47	ค่อนข้างมาก
	ควบคุม	19	3.94	.45	ค่อนข้างมาก
ด้านการมีจิตใจใฝ่บริการ	ทดลอง	19	4.48	.49	ค่อนข้างมาก
	ควบคุม	19	4.10	.57	ค่อนข้างมาก
ด้านการเข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคล	ทดลอง	19	5.07	.53	มาก
	ควบคุม	19	4.60	.40	มาก
ด้านการตระหนักรู้สถานการณ์ในกลุ่ม	ทดลอง	19	4.38	.59	ค่อนข้างมาก
	ควบคุม	19	4.15	.56	ค่อนข้างมาก
การร่วมรู้สึกโดยรวม	ทดลอง	19	4.58	.39	มาก
	ควบคุม	19	4.21	.31	ค่อนข้างมาก

จากตาราง 2 แสดงว่า หลังจากการทดลองกลุ่มทดลองมีคะแนนการร่วมรู้สึกโดยรวม ด้านการเข้าใจผู้อื่น และด้านการเข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคล อยู่ในระดับมาก ในขณะที่มีคะแนนการร่วมรู้สึกด้านการพัฒนาผู้อื่น ด้านการมีจิตใจใฝ่บริการ และด้านการตระหนักรู้สถานการณ์ในกลุ่มอยู่ในระดับค่อนข้างมาก

ส่วนกลุ่มควบคุมมีคะแนนการร่วมรู้สึกโดยรวม ด้านการเข้าใจผู้อื่น ด้านการพัฒนาผู้อื่น ด้านการมีจิตใจใฝ่บริการ และด้านการตระหนักรู้สถานการณ์ในกลุ่มอยู่ในระดับค่อนข้างมาก แต่จะมีคะแนนการร่วมรู้สึกด้านการเข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคลอยู่ในระดับมาก

ตาราง 3 ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยผลต่างของคะแนนการร่วมรู้สึกรายด้าน และโดยรวม ก่อนและหลังการทดลอง ของกลุ่มทดลอง

การร่วมรู้สึก	ทดลอง	N	\bar{X}	SD	\bar{D}	S_D	t	p																																																												
ด้านการเข้าใจผู้อื่น	ก่อน	19	4.69	.43	.58	.06	.90	.37																																																												
	หลัง	19	4.75	.46					ด้านการพัฒนาผู้อื่น	ก่อน	19	3.79	.46	.44	.10	4.26**	.00	หลัง	19	4.23	.47	ด้านการมีจิตใจใฝ่บริการ	ก่อน	19	4.12	.46	.36	.07	4.82**	.00	หลัง	19	4.48	.49	ด้านการเข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคล	ก่อน	19	4.96	.46	.10	.09	1.01	.32	หลัง	19	5.07	.53	ด้านการตระหนักรู้สถานการณ์ในกลุ่ม	ก่อน	19	4.23	.55	.15	.07	1.92	.07	หลัง	19	4.38	.59	การร่วมรู้สึกโดยรวม	ก่อน	19	4.35	.32	.22	.06	3.67**
ด้านการพัฒนาผู้อื่น	ก่อน	19	3.79	.46	.44	.10	4.26**	.00																																																												
	หลัง	19	4.23	.47					ด้านการมีจิตใจใฝ่บริการ	ก่อน	19	4.12	.46	.36	.07	4.82**	.00	หลัง	19	4.48	.49	ด้านการเข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคล	ก่อน	19	4.96	.46	.10	.09	1.01	.32	หลัง	19	5.07	.53	ด้านการตระหนักรู้สถานการณ์ในกลุ่ม	ก่อน	19	4.23	.55	.15	.07	1.92	.07	หลัง	19	4.38	.59	การร่วมรู้สึกโดยรวม	ก่อน	19	4.35	.32	.22	.06	3.67**	.00	หลัง	19	4.58	.39								
ด้านการมีจิตใจใฝ่บริการ	ก่อน	19	4.12	.46	.36	.07	4.82**	.00																																																												
	หลัง	19	4.48	.49					ด้านการเข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคล	ก่อน	19	4.96	.46	.10	.09	1.01	.32	หลัง	19	5.07	.53	ด้านการตระหนักรู้สถานการณ์ในกลุ่ม	ก่อน	19	4.23	.55	.15	.07	1.92	.07	หลัง	19	4.38	.59	การร่วมรู้สึกโดยรวม	ก่อน	19	4.35	.32	.22	.06	3.67**	.00	หลัง	19	4.58	.39																					
ด้านการเข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคล	ก่อน	19	4.96	.46	.10	.09	1.01	.32																																																												
	หลัง	19	5.07	.53					ด้านการตระหนักรู้สถานการณ์ในกลุ่ม	ก่อน	19	4.23	.55	.15	.07	1.92	.07	หลัง	19	4.38	.59	การร่วมรู้สึกโดยรวม	ก่อน	19	4.35	.32	.22	.06	3.67**	.00	หลัง	19	4.58	.39																																		
ด้านการตระหนักรู้สถานการณ์ในกลุ่ม	ก่อน	19	4.23	.55	.15	.07	1.92	.07																																																												
	หลัง	19	4.38	.59					การร่วมรู้สึกโดยรวม	ก่อน	19	4.35	.32	.22	.06	3.67**	.00	หลัง	19	4.58	.39																																															
การร่วมรู้สึกโดยรวม	ก่อน	19	4.35	.32	.22	.06	3.67**	.00																																																												
	หลัง	19	4.58	.39																																																																

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตาราง 3 แสดงว่า หลังการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น กลุ่มทดลองมีคะแนนการร่วมรู้สึกในด้านการพัฒนาผู้อื่น ด้านการมีจิตใจใฝ่บริการ และการร่วมรู้สึกโดยรวมสูงกว่าก่อนการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และมีคะแนนการร่วมรู้สึกในด้านการเข้าใจผู้อื่น ด้านการตระหนักรู้สถานการณ์ในกลุ่ม ด้านการเข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคล และด้านการตระหนักรู้สถานการณ์กลุ่มไม่แตกต่างจากก่อนฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น

ตาราง 4 ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยผลต่างของคะแนนการร่วมรู้สึกรายด้าน และโดยรวม ก่อนและหลังการทดลอง ของกลุ่มควบคุม

การร่วมรู้สึก	ทดลอง	N	\bar{x}	SD	\bar{D}	S_D	t	p
ด้านการเข้าใจผู้อื่น	ก่อน	19	4.53	.35	-.25	.12	-2.07	.06
	หลัง	19	4.28	.49				
ด้านการพัฒนาผู้อื่น	ก่อน	19	3.83	.48	.11	.09	1.15	.26
	หลัง	19	3.94	.45				
ด้านการมีจิตใจใฝ่บริการ	ก่อน	19	4.09	.43	.01	.09	.11	.92
	หลัง	19	4.10	.57				
ด้านการเข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคล	ก่อน	19	4.73	.28	-.13	.11	-1.15	.27
	หลัง	19	4.60	.40				
ด้านการตระหนักรู้สถานการณ์ในกลุ่ม	ก่อน	19	4.25	.46	-.10	.10	-.99	.34
	หลัง	19	4.15	.56				
การร่วมรู้สึกโดยรวม	ก่อน	19	4.29	.21	-.07	.06	-1.28	.22
	หลัง	19	4.21	.31				

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตาราง 4 แสดงว่า หลังการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น กลุ่มควบคุมมีคะแนนการร่วมรู้สึกโดยรวม และรายด้านทุกด้าน (ด้านการเข้าใจผู้อื่น, ด้านการพัฒนาผู้อื่น, ด้านการมีจิตใจใฝ่บริการ, ด้านการเข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคล และด้านการตระหนักรู้สถานการณ์ในกลุ่ม) ไม่แตกต่างจากก่อนฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น

ตาราง 5 ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยผลต่างของคะแนนการร่วมรู้สึกรายด้าน และ
คะแนนการร่วมรู้สึกโดยรวม ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

การร่วมรู้สึก	กลุ่ม	N	\bar{X}	SD	\bar{D}	S_D	t	p																																																												
ด้านการเข้าใจผู้อื่น	ทดลอง	19	4.75	.46	.47	.15	3.06**	.00																																																												
	ควบคุม	19	4.28	.49					ด้านการพัฒนาผู้อื่น	ทดลอง	19	4.23	.47	.29	.15	1.98*	.05	ควบคุม	19	3.94	.45	ด้านการมีจิตใจ ใฝ่บริการ	ทดลอง	19	4.48	.49	.38	.17	2.20*	.03	ควบคุม	19	4.10	.57	ด้านการเข้าใจความ แตกต่างระหว่าง บุคคล	ทดลอง	19	5.07	.53	.47	.15	3.06**	.00	ควบคุม	19	4.60	.40	ด้านการตระหนักรู้ สถานการณ์ในกลุ่ม	ทดลอง	19	4.38	.59	.23	.18	1.24	.22	ควบคุม	19	4.15	.56	การร่วมรู้สึกโดยรวม	ทดลอง	19	4.58	.39	.37	.12	3.18**
ด้านการพัฒนาผู้อื่น	ทดลอง	19	4.23	.47	.29	.15	1.98*	.05																																																												
	ควบคุม	19	3.94	.45					ด้านการมีจิตใจ ใฝ่บริการ	ทดลอง	19	4.48	.49	.38	.17	2.20*	.03	ควบคุม	19	4.10	.57	ด้านการเข้าใจความ แตกต่างระหว่าง บุคคล	ทดลอง	19	5.07	.53	.47	.15	3.06**	.00	ควบคุม	19	4.60	.40	ด้านการตระหนักรู้ สถานการณ์ในกลุ่ม	ทดลอง	19	4.38	.59	.23	.18	1.24	.22	ควบคุม	19	4.15	.56	การร่วมรู้สึกโดยรวม	ทดลอง	19	4.58	.39	.37	.12	3.18**	.00	ควบคุม	19	4.21	.31								
ด้านการมีจิตใจ ใฝ่บริการ	ทดลอง	19	4.48	.49	.38	.17	2.20*	.03																																																												
	ควบคุม	19	4.10	.57					ด้านการเข้าใจความ แตกต่างระหว่าง บุคคล	ทดลอง	19	5.07	.53	.47	.15	3.06**	.00	ควบคุม	19	4.60	.40	ด้านการตระหนักรู้ สถานการณ์ในกลุ่ม	ทดลอง	19	4.38	.59	.23	.18	1.24	.22	ควบคุม	19	4.15	.56	การร่วมรู้สึกโดยรวม	ทดลอง	19	4.58	.39	.37	.12	3.18**	.00	ควบคุม	19	4.21	.31																					
ด้านการเข้าใจความ แตกต่างระหว่าง บุคคล	ทดลอง	19	5.07	.53	.47	.15	3.06**	.00																																																												
	ควบคุม	19	4.60	.40					ด้านการตระหนักรู้ สถานการณ์ในกลุ่ม	ทดลอง	19	4.38	.59	.23	.18	1.24	.22	ควบคุม	19	4.15	.56	การร่วมรู้สึกโดยรวม	ทดลอง	19	4.58	.39	.37	.12	3.18**	.00	ควบคุม	19	4.21	.31																																		
ด้านการตระหนักรู้ สถานการณ์ในกลุ่ม	ทดลอง	19	4.38	.59	.23	.18	1.24	.22																																																												
	ควบคุม	19	4.15	.56					การร่วมรู้สึกโดยรวม	ทดลอง	19	4.58	.39	.37	.12	3.18**	.00	ควบคุม	19	4.21	.31																																															
การร่วมรู้สึกโดยรวม	ทดลอง	19	4.58	.39	.37	.12	3.18**	.00																																																												
	ควบคุม	19	4.21	.31																																																																

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตาราง 5 แสดงว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนการร่วมรู้สึกด้านการเข้าใจผู้อื่น
ด้านการเข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคล และการร่วมรู้สึกโดยรวม สูงกว่ากลุ่มควบคุม
อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนกลุ่มทดลองมีคะแนนการร่วมรู้สึกด้านการพัฒนา
ผู้อื่น ด้านการมีจิตใจใฝ่บริการ สูงกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
และกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีคะแนนการร่วมรู้สึกด้านการตระหนักรู้สถานการณ์ในกลุ่ม
ไม่แตกต่างกัน

ตาราง 6 ค่าสถิติพื้นฐานของคะแนนการร่วมรู้สึก หลังการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมจำแนกตามกลุ่มและเพศ

การร่วมรู้สึก	กลุ่ม	เพศ	N	\bar{X}	SD
ด้านการเข้าใจผู้อื่น	ทดลอง	ชาย	9	4.76	.43
		หญิง	10	4.75	.52
	ควบคุม	ชาย	9	4.02	.47
		หญิง	10	4.51	.39
ด้านการพัฒนาผู้อื่น	ทดลอง	ชาย	9	4.42	.31
		หญิง	10	4.06	.53
	ควบคุม	ชาย	9	3.92	.48
		หญิง	10	3.95	.44
ด้านการมีจิตใจใฝ่บริการ	ทดลอง	ชาย	9	4.63	.42
		หญิง	10	4.34	.53
	ควบคุม	ชาย	9	4.08	.39
		หญิง	10	4.12	.72
ด้านการเข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคล	ทดลอง	ชาย	9	5.23	.39
		หญิง	10	4.92	.61
	ควบคุม	ชาย	9	4.43	.42
		หญิง	10	4.75	.33
ด้านการตระหนักรู้สถานการณ์ในกลุ่ม	ทดลอง	ชาย	9	4.50	.50
		หญิง	10	4.27	.67
	ควบคุม	ชาย	9	4.04	.43
		หญิง	10	4.24	.66
การร่วมรู้สึกโดยรวม	ทดลอง	ชาย	9	4.71	.34
		หญิง	10	4.47	.43
	ควบคุม	ชาย	9	4.10	.28
		หญิง	10	4.31	.32

จากตาราง 6 แสดงว่า ในการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นที่มีต่อการร่วมรู้สึกนี้มีจำนวนนิสิตในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมจำนวนเท่ากัน คือ มีเพศชายจำนวนกลุ่มละ 9 คน และมีเพศหญิงจำนวนกลุ่มละ 10 คน โดยกลุ่มทดลองเพศชายมีคะแนนการร่วมรู้สึกโดยรวมและรายด้านทุกด้านสูงกว่ากลุ่มควบคุม (ด้านการเข้าใจผู้อื่น ด้านการพัฒนาผู้อื่น ด้านการมีจิตใจใฝ่บริการ ด้านการเข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคล

ด้านการตระหนักรู้สถานการณ์ในกลุ่ม และการร่วมรู้สึกโดยรวมในกลุ่มทดลองมีค่าเท่ากับ 4.76, 4.42, 4.63, 5.23, 4.50 และ 4.71 ตามลำดับ) และกลุ่มทดลองเพศหญิงมีคะแนนการร่วมรู้สึกโดยรวมและรายด้านทุกด้านสูงกว่ากลุ่มควบคุม (ด้านการเข้าใจผู้อื่น ด้านการพัฒนาผู้อื่น ด้านการมีจิตใจใฝ่บริการ ด้านการเข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคล ด้านการตระหนักรู้สถานการณ์ในกลุ่ม และคะแนนการร่วมรู้สึกโดยรวมในกลุ่มทดลองมีค่าเท่ากับ 4.75, 4.06, 4.34, 4.92, 4.27 และ 4.47 ตามลำดับ) เมื่อพิจารณาในกลุ่มทดลองจะพบว่า นิสิตเพศชายในกลุ่มทดลองจะมีคะแนนการร่วมรู้สึกโดยรวมและรายด้านทุกด้านสูงกว่า นิสิตเพศหญิงในกลุ่มทดลอง

ในกลุ่มทดลองนั้น นิสิตเพศชายที่ได้รับการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น มีคะแนนการร่วมรู้สึกด้านการเข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคลสูงสุด และกลุ่มตัวอย่างเพศหญิงที่ได้รับการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น มีคะแนนการร่วมรู้สึกด้านได้คะแนนการร่วมรู้สึกด้านการพัฒนาผู้อื่นต่ำที่สุด (5.23 และ 4.06 ตามลำดับ)

ในขณะที่ในกลุ่มควบคุมนั้น นิสิตเพศหญิงจะมีคะแนนการร่วมรู้สึกโดยรวมและรายด้านทุกด้านสูงกว่าเพศชาย (เพศหญิงในกลุ่มควบคุมมีคะแนนการร่วมรู้สึกด้านการเข้าใจผู้อื่น ด้านการพัฒนาผู้อื่น ด้านการมีจิตใจใฝ่บริการ ด้านการเข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคล ด้านการตระหนักรู้สถานการณ์ในกลุ่ม และการร่วมรู้สึกโดยรวมในกลุ่มทดลองมีค่าเท่ากับ 4.51, 3.95, 4.12, 4.75, 4.24 และ 4.31 ตามลำดับ และเพศชายในกลุ่มควบคุมมีคะแนนการร่วมรู้สึกด้านการเข้าใจผู้อื่น ด้านการพัฒนาผู้อื่น ด้านการมีจิตใจใฝ่บริการ ด้านการเข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคล ด้านการตระหนักรู้สถานการณ์ในกลุ่ม และการร่วมรู้สึกโดยรวมในกลุ่มทดลองมีค่าเท่ากับ 4.02, 3.92, 4.08, 4.43, 4.04 และ 4.10 ตามลำดับ)

ตาราง 7 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนการร่วมรู้สึกหลังการทดลอง (posttest) รายด้าน และโดยรวม พิจารณาตามตัวแปรเพศ และการได้รับการฝึกอบรม การฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น

ด้าน	N	\bar{X}	SD	F			p – value		
				กลุ่ม	เพศ	(กลุ่ม* เพศ)	กลุ่ม	เพศ	(กลุ่ม* เพศ)
ด้านการเข้าใจผู้อื่น	38	4.52	.53	10.82**	2.66	2.78	.002	.112	.105
ด้านการพัฒนาผู้อื่น	38	4.08	.48	4.34*	1.31	1.78	.045	.261	.192
ด้านการมีจิตใจใฝ่บริการ	38	4.29	.56	4.98*	.52	.93	.032	.475	.341
ด้านการเข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคล	38	4.83	.52	10.70**	.00	4.51*	.002	.991	.041
ด้านการตระหนักรู้สถานการณ์ในกลุ่ม	38	4.26	.58	1.65	.01	1.27	.208	.928	.269
การร่วมรู้สึกโดยรวม	38	4.39	.39	11.37**	.01	4.04	.002	.906	.052

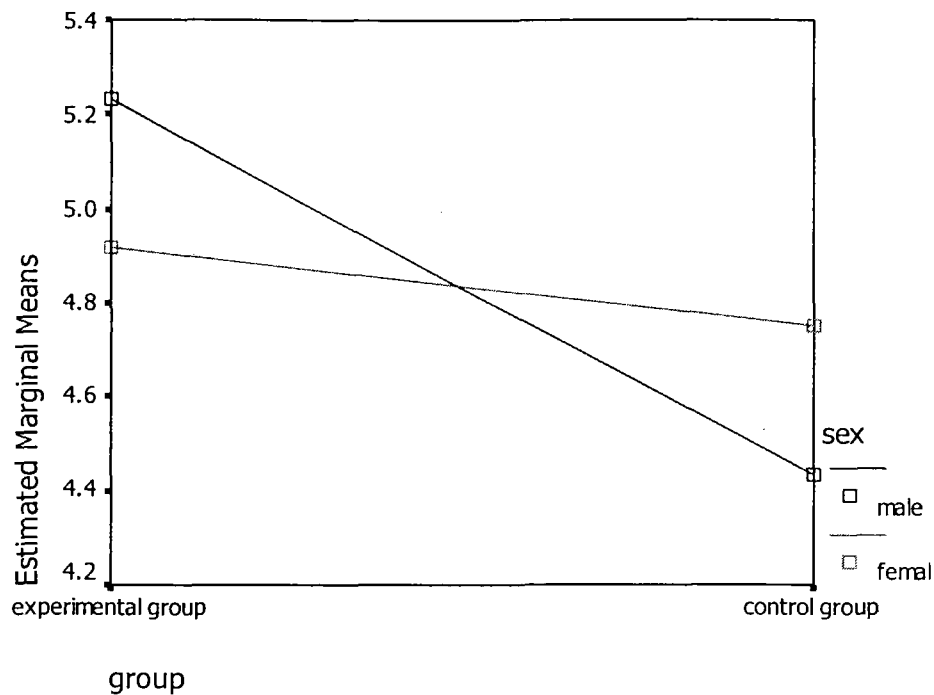
* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตาราง 7 แสดงว่า คะแนนการร่วมรู้สึกโดยรวม และด้านการเข้าใจผู้อื่น ด้านการพัฒนาผู้อื่น ด้านการมีจิตใจใฝ่บริการ และด้านการเข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคล จะแปรปรวนไปตามตัวแปรกลุ่ม กล่าวคือ คะแนนการร่วมรู้สึกด้านการเข้าใจผู้อื่น ด้านการเข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคล และการร่วมรู้สึกโดยรวมของกลุ่มทดลอง (ค่าเฉลี่ย = 4.75 5.07 4.58 ตามลำดับ) สูงกว่ากลุ่มควบคุม (ค่าเฉลี่ย = 4.28 4.60 4.21 ตามลำดับ) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และมีการร่วมรู้สึกด้านการพัฒนาผู้อื่น และด้านการมีจิตใจใฝ่บริการ (ค่าเฉลี่ย = 4.23 และ 4.48) สูงกว่ากลุ่มควบคุม (ค่าเฉลี่ย = 3.94 และ 4.10) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ในขณะที่คะแนนการร่วมรู้สึกด้านการตระหนักรู้สถานการณ์ในกลุ่มของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม (ค่าเฉลี่ย = 4.38 และ 4.15) ไม่แตกต่างกัน

แต่คะแนนการร่วมรู้สึกจะไม่แปรปรวนไปตามตัวแปรเพศ กล่าวคือ คะแนนการร่วมรู้สึกโดยรวมและรายด้านทุกด้าน ของเพศชายไม่แตกต่างจากเพศหญิง

เมื่อนำคะแนนเฉลี่ยของการร่วมรู้สึก ด้านการเข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคล ของกลุ่มตัวอย่างในแต่ละกลุ่มมาเขียนกราฟจำแนกตามเพศ ได้ดังภาพประกอบที่ 2



ภาพประกอบ 2 ปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพศและกลุ่มของคะแนนการร่วมรู้สึก ด้านการเข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคล

จากภาพประกอบ 2 จะแสดงว่า เกิดปฏิสัมพันธ์ระหว่างกลุ่มตัวอย่างแต่ละกลุ่ม เนื่องจากได้เส้นกราฟที่ตัดกัน ซึ่งแสดงว่าเพศและการฝึกอบรมความไวต่อการรับรู้ ความรู้สึกของผู้อื่นร่วมกันส่งผลต่อคะแนนเฉลี่ยการร่วมรู้สึกด้านการเข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคล และเมื่อพิจารณาลักษณะของเส้นตรงสามารถอธิบายได้ว่า กลุ่มทดลองพบว่า เพศชายมีคะแนนเฉลี่ยการร่วมรู้สึกด้านการเข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคลมากกว่าเพศหญิง และในกลุ่มควบคุมพบว่าเพศหญิงมีคะแนนเฉลี่ยการร่วมรู้สึกด้านการเข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคลมากกว่าเพศชาย

เพื่อให้เห็นความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยการร่วมรู้สึกด้านการเข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคล โดยใช้วิธีการหา Simple effect ได้ผลดังตาราง 8

ตาราง 8 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนการร่วมรู้สึกด้านด้านการเข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคล เมื่อพิจารณาตามกลุ่มและเพศ โดยจำแนกเป็นระดับ

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F
กลุ่ม (A)	2.2280	1	2.2280	10.6979*
กลุ่มที่เพศชาย (B1)	25.7724	1	25.7724	123.7482*
กลุ่มที่เพศหญิง (B2)	21.0832	1	21.0832	101.2327*
เพศ (B)	2.632E-05	1	2.632E-05	0.0001
เพศที่กลุ่มทดลอง (A1)	23.3608	1	23.3608	112.1687*
เพศที่กลุ่มควบคุม (A2)	23.3773	1	23.3773	112.2475*
กลุ่ม x เพศ (AB)	0.9400	1	0.9400	4.5134*
ภายในเซลล์	7.0810	34	0.2083	
รวม	898.1500	38		

* มีนัยสำคัญที่ระดับ .05 ($F_{(.05; df 1,34)} = 4.08$)

จากตาราง 8 แสดงปฏิสัมพันธ์ระหว่างกลุ่มและเพศดังต่อไปนี้คือ พบความแตกต่างของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมทั้งเพศชายและเพศหญิงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยเพศชายในกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยการร่วมรู้สึกด้านการเข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคลสูงกว่าเพศชายกลุ่มควบคุม (ค่าเฉลี่ย = 5.23 และ 4.43 ตามลำดับ) อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 ส่วนเพศหญิงในกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยการร่วมรู้สึกด้านการเข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคลสูงกว่าเพศหญิงกลุ่มควบคุม (ค่าเฉลี่ย = 4.92 และ 4.75 ตามลำดับ) อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

นอกจากนี้ยังพบความแตกต่างของเพศชายและเพศหญิงในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยในกลุ่มทดลองนั้นเพศชายมีคะแนนเฉลี่ยการร่วมรู้สึกด้านการเข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคลสูงกว่าเพศหญิง (ค่าเฉลี่ย = 5.23 และ 4.92 ตามลำดับ) อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 และในกลุ่มควบคุมเพศหญิงมีคะแนนเฉลี่ยการร่วมรู้สึกด้านการเข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคลสูงกว่าเพศชายในกลุ่มควบคุม (ค่าเฉลี่ย = 4.75 และ 4.43 ตามลำดับ) อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

บทที่ 5

สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

งานวิจัยเรื่อง ผลของกิจกรรมการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นที่มีต่อการร่วมรู้สึกของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ในครั้งนี้เป็นงานวิจัยเชิงทดลองที่เก็บรวบรวมข้อมูลจากนิสิตชั้นปีที่ 1 คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ผู้วิจัยจะได้ทำการประมวลผลการวิเคราะห์ข้อมูล สรุปและอภิปรายผลตาม สมมติฐานที่ตั้งไว้เป็นอันดับแรก เพื่อให้ทราบว่าข้อมูลที่รวบรวมมาสนับสนุนการคาดหมายหรือเป็นไปตามจุดประสงค์ ที่ตั้งไว้มากน้อยเพียงใด ต่อจากนั้นจะเป็นการอภิปรายผลในประเด็นที่เชื่อมโยงการพัฒนาลักษณะต่างๆของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ที่เข้าร่วมกิจกรรมการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น โดยสามารถสรุปขั้นตอนการวิจัยและผลของการวิจัยได้ดังนี้ คือ

ความมุ่งหมายของการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ให้ความมุ่งหมายของการวิจัยไว้ดังนี้

1. เพื่อศึกษาผลของการใช้วิธีการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นที่มีต่อการร่วมรู้สึก (Empathy) ของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
2. เพื่อศึกษาปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพศกับวิธีการฝึกต่อการร่วมรู้สึก (Empathy) ของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

วิธีการดำเนินการศึกษาค้นคว้า

การกำหนดประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

การวิจัยครั้งนี้ ประชากร คือ นิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ระดับปริญญาตรี ปีการศึกษา 2546 ชั้นปีที่ 1 คณะแพทยศาสตร์ ภาคเรียนที่ 1

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ เป็นนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ระดับปริญญาตรี ปีการศึกษา 2546 ชั้นปีที่ 1 คณะแพทยศาสตร์ ภาคเรียนที่ 1 ที่อาสาสมัครเข้าร่วมกิจกรรมของผู้วิจัย โดยมีวิธีการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง ดังนี้

1. ให้นิสิตคณะแพทยศาสตร์ ชั้นปีที่ 1 ที่อาสาสมัครเข้าร่วมกิจกรรมทำแบบทดสอบการร่วมรู้สึก

2. คัดเลือกจากนิสิตเพศชายที่มีคะแนนการร่วมรู้สึกต่ำที่สุดในกลุ่ม จำนวน 18 คน และนิสิตเพศหญิงที่มีคะแนนการร่วมรู้สึกต่ำที่สุดในกลุ่ม จำนวน 20 คน รวมนิสิตทั้งหมด มีจำนวน 38 คน

3. จากนั้นทำการสุ่มนิสิตทั้งเพศชายและเพศหญิงเพื่อเข้ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ด้วยวิธีการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling)

4. สุ่มนิสิตเพศชาย เพื่อเข้ากลุ่มทดลอง จำนวน 9 คน และกลุ่มควบคุมจำนวน 9 คน

5. สุ่มนิสิตเพศหญิง เพื่อเข้ากลุ่มทดลอง จำนวน 10 คน และกลุ่มควบคุมจำนวน 10 คน

ดังนั้นในกลุ่มทดลองทั้งหมดจำนวน 19 คนนั้นจะประกอบด้วยนิสิตเพศชายจำนวน 9 คนและนิสิตเพศหญิงจำนวน 10 คน

ส่วนกลุ่มควบคุมทั้งหมดจำนวน 19 คนก็จะประกอบด้วยนิสิตเพศชายจำนวน 9 คนและนิสิตเพศหญิงจำนวน 10 คน ด้วยเช่นกัน

ระยะเวลาในการทดลอง

การทดลองครั้งนี้ใช้ระยะเวลาในการทดลอง 7 ครั้ง ครั้งๆละ 2 คาบ โดยใช้เวลา คาบละ 60 นาที โดยผู้วิจัยจะใช้เวลาในการให้การทดลอง (Treatment) ในช่วงเวลาหลังเลิกเรียนเพื่อมิให้เป็นการกระทบกระเทือนเวลาเรียนของกลุ่มตัวอย่างที่เป็นทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยผู้วิจัยจะฝึกตามโปรแกรมที่กำหนดในภาคต้นของปีการศึกษา 2546

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

1. โปรแกรมการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น
2. แบบสอบถามการร่วมรู้สึก (Empathy) ที่ประกอบด้วยองค์ประกอบ 5 ด้าน ได้แก่
 - 2.1 การเข้าใจผู้อื่น (Understanding others)
 - 2.2 การพัฒนาผู้อื่น (Developing others)
 - 2.3 การมีจิตใจใฝ่บริการ (Service orientation)
 - 2.4 การเข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคล (Leveraging diversity)
 - 2.5 การตระหนักรู้สถานการณ์ในกลุ่ม (Political awareness)

วิธีดำเนินการทดลอง

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง (Experiment research) ใช้แบบแผนการวิจัยแบบ Randomized control group pretest – posttest design

กลุ่ม	สอบก่อน	ทดลอง	สอบหลัง
RE1	T1	X1	T2
RC1	T1	-	T2
RE2	T1	X1	T2
RC2	T1	-	T2

เมื่อ	RE1	แทน	กลุ่มทดลองเพศชาย
	RE2	แทน	กลุ่มทดลองเพศหญิง
	RC1	แทน	กลุ่มควบคุมเพศชาย
	RC2	แทน	กลุ่มควบคุมเพศหญิง
	T1	แทน	การสอบก่อนการได้รับการฝึกการรับความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น
	X1	แทน	ได้รับวิธีการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น
	-	แทน	ไม่ได้รับวิธีการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น
	T2	แทน	การสอบหลังการได้รับการฝึกการรับความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น

การวิจัยในครั้งนี้มีการดำเนินการแบ่งเป็น 3 ระยะ ดังนี้

1. ระยะเตรียมการทดลอง

1.1 ผู้วิจัยติดต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อขออนุญาตเก็บรวบรวมข้อมูล

1.2 ผู้วิจัยเตรียมอุปกรณ์ที่จะใช้ในการฝึกการรับความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น

1.3 ผู้วิจัยให้นิสิตคณะแพทยศาสตร์ ชั้นปีที่ 1 ทั้งหมดทำการสอบการร่วมรู้สึกก่อนจัดกิจกรรม (Pretest)

1.4 คัดเลือกจากนิสิตเพศชายที่มีคะแนนการร่วมรู้สึกต่ำที่สุดในกลุ่ม จำนวน 18 คน และนิสิตเพศหญิงที่มีคะแนนการร่วมรู้สึกต่ำที่สุดในกลุ่ม จำนวน 20 คน รวมเป็นจำนวน 38 คน

1.5 จากนั้นทำการสุ่มนิสิตทั้งเพศชายและเพศหญิงเพื่อเข้ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมโดยมีขั้นตอนของการสุ่มดังนี้

1.5.1 สุ่มนิสิตเพศชายที่มีคะแนนการร่วมรู้สึกต่ำที่สุดโดยเรียงลำดับจากนิสิตที่มีคะแนนการร่วมรู้สึกต่ำที่สุดไปหานิสิตที่มีคะแนนการร่วมรู้สึกสูงที่สุดจำนวน 18 คน โดยวิธีการสุ่มอย่างง่าย (Simple random sampling) เพื่อเข้ากลุ่มทดลอง จำนวน 9 คน และกลุ่มควบคุมจำนวน 9 คน

1.5.2 สุ่มนินิตเพศหญิงที่มีคะแนนการร่วมรู้สึกต่ำที่สุดโดยเรียงลำดับจาก นินิตที่มีคะแนนการร่วมรู้สึกต่ำที่สุดไปหานินิตที่มีคะแนนการร่วมรู้สึกสูงที่สุดจำนวน 20 คน โดยวิธีการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) เพื่อเข้ากลุ่มทดลอง จำนวน 10 คน และกลุ่มควบคุมจำนวน 10 คน

ดังนั้นในกลุ่มทดลองทั้งหมดจำนวน 19 คนนั้นจะประกอบด้วยนินิตเพศชายจำนวน 9 คนและนินิตเพศหญิงจำนวน 10 คน

ส่วนกลุ่มควบคุมทั้งหมดจำนวน 19 คนก็จะประกอบด้วยนินิตเพศชายจำนวน 9 คนและนินิตเพศหญิงจำนวน 10 คน ด้วยเช่นกัน

2. ระยะดำเนินการทดลอง

การทดลองครั้งนี้ใช้ระยะเวลาในการทดลอง 7 ครั้ง ครั้งๆละ 2 คาบ โดยใช้เวลาคาบละ 60 นาที โดยผู้วิจัยจะใช้เวลาในการให้การทดลอง (Treatment) ในช่วงเวลาหลังเลิกเรียนเพื่อมิให้เป็นภาระกระทบกระเทือน เวลาเรียนของกลุ่มตัวอย่าง โดยผู้วิจัยจะฝึกตามโปรแกรมที่กำหนด ดังนี้

- ครั้งที่ 1 ปฐมนิเทศ
- ครั้งที่ 2 การรู้จักและเข้าใจตนเองและผู้อื่น
- ครั้งที่ 3 การฝึกการพัฒนาผู้อื่น
- ครั้งที่ 4 การมีจิตใจใฝ่บริการ
- ครั้งที่ 5 การฝึกการสร้างโอกาส
- ครั้งที่ 6 การฝึกการตระหนักรู้สถานการณ์ในกลุ่ม
- ครั้งที่ 7 ปัจฉิมนิเทศ

ส่วนกลุ่มตัวอย่างที่เป็นกลุ่มควบคุมผู้วิจัยจะไม่ให้วิธีการฝึกใดๆแก่นินิตกลุ่มควบคุม

3. ระยะหลังการทดลอง

หลังจากสิ้นสุดการทดลอง ผู้วิจัยทำการวัดการร่วมรู้สึก (Posttest) กับกลุ่มที่ได้รับ การฝึกการรับความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นและกลุ่มที่ไม่ได้รับการฝึกเมื่อได้คะแนน ทั้งหมดแล้วนำคะแนนที่ได้มาวิเคราะห์ทางสถิติเพื่อทดสอบสมมติฐาน

การวิเคราะห์ข้อมูล

เมื่อเก็บรวบรวมข้อมูลได้ตามความต้องการแล้ว นำข้อมูลทั้งหมดมาตรวจสอบ ความถูกต้องสมบูรณ์ แล้วทำการวิเคราะห์ด้วยโปรแกรมสำเร็จรูป เพื่อพิสูจน์สมมติฐาน และนำมาเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล โดยมีสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

1. t – test แบบกลุ่มตัวอย่าง 2 กลุ่มไม่เป็นอิสระต่อกัน (t - test dependent sample) เพื่อเปรียบเทียบคะแนนการร่วมรู้สึกของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ก่อนและหลังได้รับกิจกรรมการฝึกการรับความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น และเพื่อเปรียบเทียบคะแนนการร่วมรู้สึกของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒที่ไม่ได้รับกิจกรรมการฝึกการรับความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น

2. t – test แบบกลุ่มตัวอย่าง 2 กลุ่มเป็นอิสระต่อกัน (t - test independent sample) เพื่อเปรียบเทียบคะแนนการร่วมรู้สึกของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒที่ได้รับและไม่ได้รับกิจกรรมการฝึกการรับความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น

3. การวิเคราะห์ความแบบ 2 ทิศทาง (Two way ANOVA) เพื่อเปรียบเทียบความแปรปรวนของคะแนนการร่วมรู้สึกหลังการทดลอง พิจารณาตามตัวแปรเพศ และกลุ่ม (การได้รับการฝึกอบรมการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น)

สรุปผลการศึกษาค้นคว้า

จากการศึกษาค้นคว้าสามารถสรุปผลกาทดลองได้ดังนี้

1. ภายหลังจากการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น กลุ่มทดลองมีคะแนนการร่วมรู้สึกด้านการพัฒนาผู้อื่น ด้านการมีจิตใจใฝ่บริการ และการร่วมรู้สึกโดยรวมสูงกว่าก่อนได้รับการฝึกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และมีคะแนนการร่วมรู้สึกในด้านการตระหนักรู้สถานการณ์ในกลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2. กลุ่มทดลองมีคะแนนการร่วมรู้สึกด้านการเข้าใจผู้อื่น ด้านการเข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคล และคะแนนการร่วมรู้สึกโดยรวมสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และมีคะแนนการร่วมรู้สึกด้านการพัฒนาผู้อื่นด้านการมีจิตใจใฝ่บริการ สูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3. กลุ่มทดลองเพศชายมีการร่วมรู้สึกด้านการเข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคล สูงกว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีลักษณะอื่นๆ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

อภิปรายผล

1. จากสมมติฐาน 1 กล่าวว่า “ภายหลังจากที่นิสิตได้รับการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น จะมีการร่วมรู้สึก (Empathy) โดยรวมและรายด้าน สูงกว่าก่อนได้รับการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น” สมมติฐานนี้ได้คาดหมายว่าคะแนนการร่วมรู้สึก (Empathy) โดยรวมและรายด้าน ของนิสิตที่ได้รับการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นสูงกว่าก่อนได้รับการฝึก

ในการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อตรวจสอบสมมติฐานนี้ ผู้วิจัยได้ทำการวิเคราะห์ข้อมูลโดยวิธีการ t – test แบบกลุ่มตัวอย่าง 2 กลุ่มไม่เป็นอิสระต่อกัน (t - test dependent sample) และพบว่า ภายหลังจากการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น กลุ่มทดลอง (ได้รับการ

ฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น) มีคะแนนการร่วมรู้สึกในด้านการพัฒนาผู้อื่น ด้านการมีจิตใจใฝ่บริการ และคะแนนการร่วมรู้สึกโดยรวมสูงกว่าก่อนการฝึกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และมีคะแนนการร่วมรู้สึกในด้านการตระหนักรู้สถานการณ์ในกลุ่มสูงกว่าก่อนการฝึกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และยังพบอีกว่าภายหลังการฝึกกลุ่มทดลองมีการร่วมรู้สึกในด้านการเข้าใจผู้อื่นและด้านการเข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคลไม่แตกต่างจากก่อนฝึก และเพื่อให้ผลการวิจัยที่ได้มีความสมบูรณ์มากยิ่งขึ้น ผู้วิจัยได้ทำการวิเคราะห์ข้อมูลของกลุ่มควบคุมเพิ่มเติม (ตาราง 4) โดยพบว่า ภายหลังการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น กลุ่มควบคุม (ไม่ได้รับการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น) มีคะแนนการร่วมรู้สึกโดยรวม และรายด้านทุกด้าน (ด้านการเข้าใจผู้อื่น, ด้านการพัฒนาผู้อื่น, ด้านการมีจิตใจใฝ่บริการ, ด้านการเข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคล และด้านการตระหนักรู้สถานการณ์ในกลุ่ม) ไม่แตกต่างจากก่อนฝึก ทั้งนี้อาจเป็นเพราะ การร่วมรู้สึก (Empathy) ซึ่งหมายถึง การแสดงถึงความเห็นอกเห็นใจ เอาใจใส่ สามารถ เข้าใจความรู้สึก อารมณ์ พฤติกรรมของผู้อื่น รวมทั้งสามารถให้เหตุผลในลักษณะที่เอาใจเขามาใส่ใจเรา เข้าใจลักษณะในจิตใจ และนำตนไปอยู่ในบทบาททางความคิดของผู้อื่น โดยสามารถแสดงออก หรือคาดเดาความรู้สึกของผู้อื่นได้อย่างถูกต้อง ซึ่งประกอบด้วยองค์ประกอบ 5 ด้าน ได้แก่ การเข้าใจผู้อื่น (Understanding others) การพัฒนาผู้อื่น (Developing others) การมีจิตใจใฝ่บริการ (Service orientation) การเข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคล (Leveraging diversity) และการตระหนักรู้สถานการณ์ในกลุ่ม (Political awareness) นั้น เป็นสิ่งที่นิสิตแพทย์ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างนั้น มีความเข้าใจและมีสิ่งๆ อยู่ในตัวเองอยู่แล้วเป็นพื้นฐาน แต่อาจจะยังไม่เข้าใจถึงการแสดงออกและความหมายของการร่วมรู้สึกแต่ละด้านอย่างถูกต้อง เมื่อได้รับกิจกรรมการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นที่เป็นวิธีการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ที่ทำให้ นิสิตกลุ่มตัวอย่างได้ทำกิจกรรมต่างๆ ที่ส่งเสริมให้มีการร่วมรู้สึก (Empathy) ร่วมกันแล้วนั้น นิสิตจึงได้รับความเข้าใจในด้านความหมายและการแสดงออกที่สามารถแสดงออกถึงการร่วมรู้สึกในด้านต่างๆ ได้ดีมากขึ้น

จะเห็นได้ว่าภายหลังจากการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น กลุ่มตัวอย่างมีคะแนนการร่วมรู้สึกในด้านการพัฒนาผู้อื่น ด้านการมีจิตใจใฝ่บริการ และการร่วมรู้สึกโดยรวม สูงกว่าก่อนการฝึกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และมีคะแนนการร่วมรู้สึกในด้านการตระหนักรู้สถานการณ์ในกลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทั้งนี้อาจเป็นเพราะ ในกิจกรรมการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นที่มีต่อการร่วมรู้สึกของผู้อื่นนั้นประกอบด้วยกิจกรรมต่างๆ เช่น การละลายพฤติกรรม การใช้กรณีศึกษา การแสดงบทบาทสมมติ การสร้างสถานการณ์จำลอง การอภิปรายผล และการให้ข้อมูลย้อนกลับ เป็นต้น ส่งผลให้กลุ่มตัวอย่างสามารถที่จะเข้าใจ และตอบสนองได้ตรงกับจุดมุ่งหมายของการฝึกได้อย่างถูกต้อง ซึ่งตลอดการฝึกความไวต่อการรับรู้

ความรู้สึกของผู้อื่นนั้นกลุ่มตัวอย่างได้ให้ความสนใจและเข้าร่วมกิจกรรมด้วยความตั้งใจตลอดการฝึก ซึ่งนับเป็นส่วนสำคัญที่ทำให้กลุ่มตัวอย่าง เข้าใจ ตอบสนอง และแสดงออกถึงการร่วมรู้สึกในด้านการพัฒนาผู้อื่น ด้านการมีจิตใจใฝ่บริการ ด้านการตระหนักรู้สถานการณ์ในกลุ่ม และการร่วมรู้สึกโดยรวม สูงกว่าก่อนเข้ารับการฝึกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ส่วนการร่วมรู้สึกในด้านการเข้าใจผู้อื่นและด้านการเข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคลของนิสิตที่ไม่แตกต่างกันทั้งก่อนและหลังฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นนั้น อาจเป็นเพราะนิสิตคณะแพทยศาสตร์ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างมีการร่วมรู้สึกในสองด้านนี้อยู่ในระดับสูงอยู่แล้ว เนื่องจากบุคคลที่จะเข้าเรียนต่อในคณะแพทยศาสตร์นั้น จำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องมีความเสียสละ และอุทิศตนเองเพื่อส่วนรวม ซึ่งสิ่งต่างๆเหล่านี้เป็นพื้นฐานที่สำคัญของการร่วมรู้สึกในด้านการเข้าใจผู้อื่นและการเข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคล และจากการพิจารณาคะแนนเฉลี่ยของการร่วมรู้สึกในสองด้านดังกล่าวนี้ของนิสิตกลุ่มตัวอย่างมีคะแนนค่อนข้างสูงทั้งก่อนและหลังทดลอง (4.69 - 4.75 , 4.96 - 5.07 ตามลำดับ) จึงทำให้การฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นที่มีต่อการร่วมรู้สึกเพื่อพัฒนาการร่วมรู้สึกในสองด้านดังกล่าวสูงขึ้นได้เพียงเล็กน้อย และเมื่อใช้สถิติขั้นสูงในการวิเคราะห์ข้อมูลจึงทำให้การร่วมรู้สึกที่สูงขึ้นเพียงเล็กน้อยนั้นแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

ส่วนกลุ่มควบคุม (ไม่ได้รับการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น : ปล่อยให้ไปไปตามธรรมชาติ) มีการร่วมรู้สึกโดยรวมและรายด้านทุกด้านไม่แตกต่างกัน ทั้งก่อนและหลังการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นนั้น อาจเนื่องมาจาก นิสิตชั้นปีที่ 1 ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างนั้นศึกษาอยู่มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ องค์กรักษ์ ซึ่งจะต้องปรับตัวเป็นอย่างมากทั้งในด้านการเรียนที่ต้องเรียนหนัก รวมทั้งทำกิจกรรมต่างๆที่ทางมหาวิทยาลัยจัดขึ้น รวมทั้งการปรับตัวเข้ากับสภาพแวดล้อมใหม่ของมหาวิทยาลัย เป็นต้น ทำให้นิสิตต้องเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมหลายๆอย่างของตนเองโดยลึ้มนึกถึงบุคคลรอบข้างไปซึ่งก็จะส่งผลให้การร่วมรู้สึกโดยรวมลดลง และในบางด้านก็ลดลงอย่างเห็นได้ชัด (ด้านการเข้าใจผู้อื่น ด้านเข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคล ด้านการตระหนักรู้สถานการณ์ในกลุ่ม และการร่วมรู้สึกโดยรวม ตามลำดับ)

มีงานวิจัยของผู้ที่ทำการศึกษเกี่ยวกับกรร่วมรู้สึกที่เกี่ยวข้องกับผลการวิจัยข้างต้น ได้แก่ งานวิจัยของยัง (มานะ พ่วงความสุข. 2536 : 26 ; อ้างอิงมาจาก Young. 1970 : 3696 - 3697) ที่ศึกษาผลของการฝึกอบรมแบบห้องทดลองที่มีต่ออัตมโนทัศน์ปรัชญาเกี่ยวกับธรรมชาติของมนุษย์และการรับรู้พฤติกรรมของกลุ่มผู้รับการฝึกที่เป็นนักศึกษาและ ผลการวิจัยพบว่า อัตมโนทัศน์และปรัชญาเกี่ยวกับธรรมชาติของมนุษย์ของกลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ส่วนการรับรู้พฤติกรรมของบุคคลไม่มีการเปลี่ยนแปลง และงานวิจัยของ วลัยรัตน์ วรรณโพธิ์(2545) ที่ได้ทำ

การศึกษาผลการใช้กิจกรรมฝึกความรู้สึกไวที่มีต่อการร่วมรู้สึกของเด็กวัยรุ่น พบว่า นักเรียนกลุ่มที่ได้รับการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นมีการร่วมรู้สึกสูงกว่ากลุ่มที่ไม่ได้รับการฝึกอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01

2. จากสมมติฐาน 2 กล่าวว่า “นิสิตที่ได้รับการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นมีการร่วมรู้สึก (Empathy) โดยรวมและรายด้าน สูงกว่านิสิตที่ไม่ได้รับการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น” สมมติฐานนี้ได้คาดหมายว่า การร่วมรู้สึก (Empathy) โดยรวมและรายด้าน ของกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุม

ในการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อตรวจสอบสมมติฐานนี้ ผู้วิจัยได้ทำการวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้วิธีการ t - test แบบกลุ่มตัวอย่าง 2 กลุ่มเป็นอิสระต่อกัน (t - test independent sample) และพบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนการร่วมรู้สึกด้านการเข้าใจผู้อื่น ด้านการเข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคล และการร่วมรู้สึกโดยรวม สูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และมีคะแนนการร่วมรู้สึกด้านการพัฒนาผู้อื่น ด้านการมีจิตใจใฝ่บริการสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ในขณะที่กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีคะแนนการร่วมรู้สึกด้านการตระหนักรู้สถานการณ์ในกลุ่มไม่แตกต่างกัน ทั้งนี้อาจเป็นเพราะ กิจกรรมการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น (Sensitivity training) มีประสิทธิภาพสามารถนำมาใช้พัฒนาการร่วมรู้สึกของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒให้มากกว่าเดิมได้ ทั้งนี้เพราะในระหว่างการทดลองผู้วิจัยได้จัดกิจกรรมเกี่ยวกับการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นโดยให้นิสิตทดลองทำกิจกรรมร่วมกัน ทั้งการละลายพฤติกรรม การใช้กรณีศึกษา การแสดงบทบาทสมมติ การสร้างสถานการณ์จำลอง การอภิปรายผล การให้ข้อมูลย้อนกลับ และการสรุปสิ่งที่ได้ร่วมกัน ทำให้กลุ่มทดลองได้รับประสบการณ์ ได้รับความเข้าใจ และตอบสนองได้ตรงกับจุดมุ่งหมายของการฝึกได้อย่างถูกต้อง ซึ่งส่งผลให้กลุ่มทดลองพัฒนาการร่วมรู้สึกโดยรวมและรายด้านทุกด้านให้สูงขึ้น

ด้วยเหตุผลดังกล่าวข้างต้นแสดงให้เห็นว่า กิจกรรมการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นสามารถพัฒนาการร่วมรู้สึกของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒได้ โดยมีงานวิจัยที่สอดคล้องกับการวิจัยข้างต้นได้แก่ งานวิจัยของเรดดี (มานะ พ่วงความสุข, 2536 : 26 ; อ้างอิงมาจาก Reddy, 1973 : 407 - 412) ที่ได้ทำการติดตามผลของการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นต่อการยอมรับตนเองตามความเป็นจริงในเวลาหนึ่งปี ของเจ้าหน้าที่ระดับบริหารของ YMCA ผลการวิจัยพบว่า ผู้เข้ารับการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นมีการเปลี่ยนแปลงด้านการยอมรับตนเองตามความเป็นจริงและระดับการเปลี่ยนแปลงนั้นยังคงอยู่แม้เวลาจะผ่านไป และการเปลี่ยนแปลงก็แตกต่างกันไป ผู้เข้าฝึกอบรมบางคนมีการเปลี่ยนแปลงหลังสิ้นสุดการฝึก บางคนเปลี่ยนเมื่อกลับสู่สภาพแวดล้อมเดิมแล้ว นั่นคือ การเรียนรู้และการแสดง

เปลี่ยนแปลงในอัตราและเวลาที่ต่างกัน สอดคล้องกับงานวิจัยของแมคอินไทร์ (Mcintire. 1973 : 465 - 469) ที่ได้ทำการวิจัยเกี่ยวกับอิทธิพลของการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น ที่มีต่อระดับความเข้าใจในตนเองตามความเป็นจริงของนิสิตบัณฑิตศึกษา ผลการวิจัยปรากฏว่า มีการเปลี่ยนแปลงด้านการนำตนเองและการยอมรับตนเองเพิ่มขึ้นและการเปลี่ยนแปลงยังคงอยู่เมื่อเวลาผ่านไปแล้ว 1 ปี และยังสอดคล้องกับงานวิจัยของมานะ พวงความสุข (2536 : 56) ที่ได้ทำการศึกษาผลของการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นที่มีต่อความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนหาดอมราอักษรลักษณ์วิทยา จังหวัดสมุทรปราการ ที่มีความเชื่อมั่นในตนเองต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 จำนวน 16 คน ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มทดลองที่ได้รับการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นมีความเชื่อมั่นในตนเองสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และเมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มให้ข้อเสนอแนะนักเรียนที่ได้รับการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นมีความเชื่อมั่นในตนเองสูงกว่านักเรียนที่ได้รับการให้ข้อเสนอแนะที่ระดับ .01 ในขณะที่งานของเบค (มานะ พวงความสุข. 2536 : 26 ; อ้างอิงมาจาก Beck. 1988 : 342 - 362) ที่ได้ศึกษาผลของการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นที่มีต่อการยอมรับตนเองของนักศึกษาระดับปริญญาตรี จำนวน 22 คน ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษาที่ได้รับการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นมีการยอมรับตนเองละเปิดเผยตนเองมากขึ้น และงานวิจัยของเกษณีย์ ฉัตรวิทยานนท์ (2537 : 80) ได้ศึกษาผลการเข้ากลุ่มฝึกความรู้สึกไวที่มีต่อความมีน้ำใจของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนศรีพฤฒาราม กรุงเทพมหานคร ผลการวิจัยพบว่านักเรียนมีความมีน้ำใจสูงขึ้นหลังจากเข้ากลุ่มฝึกความรู้สึกไวอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และนักเรียนที่ได้รับการฝึกมีความมีน้ำใจสูงกว่านักเรียนที่ได้รับการให้ข้อเสนอแนะอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

3. จากสมมติฐาน 3 กล่าวว่า **“มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพศและวิธีการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น โดยนิสิตเพศหญิงที่ได้รับการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นจะมีการร่วมรู้สึก (Empathy) โดยรวมและรายด้านสูงกว่านิสิตที่มีลักษณะอื่น”** สมมติฐานนี้ได้คาดหมายว่า เพศและกลุ่ม (การฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น) จะมีผลต่อการร่วมรู้สึกโดยรวมและรายด้าน โดยกลุ่มทดลองเพศหญิงจะมีการร่วมรู้สึกโดยรวมและรายด้านสูงกว่ากลุ่มทดลองเพศชายกลุ่มควบคุมเพศหญิง และกลุ่มควบคุมเพศชาย

ในการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อตรวจสอบสมมติฐานนี้ ผู้วิจัยได้ทำการวิเคราะห์ข้อมูลโดยวิธีการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบ 2 ทิศทาง (Two way ANOVA) และพบว่ากลุ่มทดลองเพศชาย (นิสิตเพศชายที่ได้รับการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น) มีคะแนนการร่วมรู้สึกด้านการเข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคลสูงมากกว่ากลุ่มตัวอย่าง

ที่มีลักษณะอื่นๆอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทั้งนี้อาจเป็นเพราะ กลุ่มทดลองเพศชายซึ่งได้รับการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นนั้นมีการเรียนรู้ความหมายและกิจกรรมที่จะช่วยในการพัฒนาการร่วมรู้สึกโดยรวมและรายด้านทุกด้านได้ดีกว่าเพศหญิง ซึ่งกิจกรรมการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นที่ผู้วิจัยจัดขึ้นในครั้งนี้จะประกอบด้วย กิจกรรมการละลายพฤติกรรม การใช้กรณีศึกษา การแสดงบทบาทสมมติ การสร้างสถานการณ์จำลอง การอภิปรายผล การให้ข้อมูลย้อนกลับ และการสรุปสิ่งที่ได้ร่วมกัน ซึ่งจะเห็นได้ว่ามีกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับการแสดงออกเป็นส่วนมาก ซึ่งกลุ่มทดลองเพศชายน่าจะมีความกล้าแสดงออกมากกว่ากลุ่มทดลองเพศหญิง รวมทั้งการจัดประสบการณ์ในการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นนั้นยังเป็นกิจกรรมที่ดีและมีส่วนช่วยให้ผู้เข้ารับการฝึกได้รับความรู้และประโยชน์ต่างๆเกี่ยวกับการร่วมรู้สึก และสามารถนำไปปรับใช้กับชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสม ดังนั้น ภายหลังจากการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นแล้ว กลุ่มทดลองเพศชายจึงมีคะแนนการร่วมรู้สึกโดยรวมและรายด้านสูงกว่านิสิต กลุ่มอื่นๆ ทุกกลุ่ม โดยเฉพาะในด้านการเข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคลนั้น กลุ่มทดลองเพศชายจะมีคะแนนสูงกว่านิสิตกลุ่มอื่นๆอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ส่วนในกลุ่มควบคุมนั้นพบว่า เพศหญิงจะมีคะแนนการร่วมรู้สึกโดยรวมและรายด้านทุกด้านมากกว่ากลุ่มควบคุมเพศชาย

ซึ่งอาจจะสรุปได้ว่า กิจกรรมการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นที่ผู้วิจัยจัดทำขึ้นเพื่อพัฒนาการร่วมรู้สึกนั้นประกอบด้วยกิจกรรมต่างๆที่เน้นการแสดงออกเป็นส่วนใหญ่ จึงทำให้กลุ่มทดลองเพศชายซึ่งมีการกล้าแสดงออกมากกว่าเพศหญิงสามารถเข้าใจและพัฒนาการร่วมรู้สึกด้านการเข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคลในตนเองได้มากกว่ากลุ่มทดลองเพศหญิง ในขณะที่กลุ่มควบคุมเพศหญิงซึ่งไม่ได้เข้ารับกิจกรรมการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นแต่อย่างใดนั้นจะมีการร่วมรู้สึกโดยรวมและรายด้านสูงกว่านิสิตกลุ่มควบคุมอื่น

โดยมีงานวิจัยบางส่วนที่สอดคล้องกับผลการวิจัยข้างต้น ได้แก่ งานวิจัยของ วีระวัฒน์ ปันนิตมัย (2542) ได้สร้างเครื่องมือวัดปรีชาเชิงอารมณ์ร่วมกับบุุสา สิทธิสาคร โดยใช้กรอบแนวคิดของเมเยอร์ และ สโลเวย์ (1997) และโกลแมน (1998) เพื่อศึกษาองค์ประกอบด้านชีวประวัติของนักศึกษากับความสามารถด้านปรีชาเชิงอารมณ์แบบทดสอบประกอบด้วยลักษณะปรีชาเชิงอารมณ์ 7 ด้าน ได้แก่ การรู้จักอารมณ์ของตนเอง การตระหนักรู้อารมณ์ของผู้อื่น การควบคุมอารมณ์ของตนเอง วุฒิภาวะทางอารมณ์ ความเอื้ออาทร การมีแรงจูงใจที่ดีและทักษะทางสังคม ผลการศึกษาพบว่า เพศหญิงมีความสามารถด้านความเอื้ออาทร วุฒิภาวะทางอารมณ์และการควบคุมด้านอารมณ์ของตนเองสูงกว่าเพศชายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ สถานภาพทางเศรษฐกิจและสังคมของครอบครัวมีผลต่อปรีชาเชิงอารมณ์ด้านความเอื้ออาทร

ทางเศรษฐกิจและสังคมของครอบครัวมีผลต่อปรีชาเชิงอารมณ์ด้านความเอื้ออาทร การตระหนักรู้ถึงสภาวะอารมณ์ของผู้อื่น การรู้จักอารมณ์ของตนเอง และการมีแรงจูงใจที่ดี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ การปรึกษาหารือกับพี่น้องหรือครู อาจารย์ เมื่อเวลามีปัญหา มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับทักษะทางปรีชาเชิงอารมณ์ สภาพความสัมพันธ์กับบิดามารดา มีผลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับความเอื้ออาทร การมีแรงจูงใจที่ดี การใส่สัมพันธและมุ่งสู่อำนาจ มีผลต่อความสามารถด้านความเอื้ออาทร และการมีแรงจูงใจที่ดีอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน มีความสัมพันธ์กับคะแนนรวมจากการวัดปรีชาเชิงอารมณ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ในขณะที่ซูทาร์โซ และคนอื่นๆ (Sutarso and others. 1996) ได้ศึกษาผลของเพศและเกรดเฉลี่ยที่มีต่อความฉลาดทางอารมณ์ โดยใช้แบบสำรวจความฉลาดทางอารมณ์ (Emotional intelligence inventory) โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนระดับอาชีวศึกษาจำนวน 138 คน ตัวแปรตามประกอบด้วย 3 องค์ประกอบ คือ การช่วยเหลือผู้อื่น การรับรู้ตัวเอง และการจัดการกับอารมณ์ และมีตัวแปรอิสระ 2 ตัว คือ เพศและเกรดเฉลี่ย ผลการศึกษาพบว่า เพศมีผลต่อความฉลาดทางอารมณ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยเพศหญิงจะมีคะแนนด้านการช่วยเหลือผู้อื่นและการรับรู้ตนเองสูงกว่าเพศชายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และไม่มีความแตกต่างระหว่างเพศต่อองค์ประกอบด้านการจัดการกับอารมณ์ ส่วนผลของเกรดเฉลี่ยที่มีต่อความฉลาดทางอารมณ์ทั้ง 3 องค์ประกอบไม่แตกต่างกัน

ส่วนทาเปีย (Tapai. 1998) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างคะแนนที่ได้จากแบบวัดปรีชาเชิงอารมณ์ที่สร้างขึ้นกับคะแนนจากแบบวัดปรีชาเชิงอารมณ์อื่นๆ ได้แก่ คะแนนจากแบบวัด SAT โอทิส - เลนนอน คะแนนวิชาภาษาและคณิตศาสตร์จากแบบวัด Preliminary Scholastic Assessment คะแนนผลการเรียนเฉลี่ย (GPA) นอกจากนี้ยังศึกษาความแตกต่างของปรีชาเชิงอารมณ์กับตัวแปรสถานภาพทั่วไป เช่น เพศ การนับถือศาสนา และระดับการศึกษาของผู้ปกครอง การศึกษาครั้งนี้ พบว่าแบบวัดปรีชาเชิงอารมณ์มีความเชื่อมั่นเท่ากับ .81 และไม่มีความสัมพันธ์ระหว่างปรีชาเชิงอารมณ์กับคะแนนผลการเรียนเฉลี่ย และไม่มีความแตกต่างระหว่างกลุ่มที่พื้นฐานศาสนาและระดับการศึกษาของผู้ปกครองต่างกัน แต่เพศหญิงจะมีคะแนนจากแบบทดสอบวัดปรีชาเชิงอารมณ์สูงกว่าเพศชายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ข้อเสนอแนะเพื่อการปฏิบัติ

1. จากการศึกษาครั้งนี้แสดงให้เห็นว่า การฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นที่มีต่อการร่วมรู้สึกสามารถทำให้นิสิตชั้นปีที่ 1 คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒมีการร่วมรู้สึก (Empathy) เพิ่มสูงขึ้น ดังนั้นอาจารย์ ผู้ที่เกี่ยวข้อง

และผู้ที่มีสนใจสามารถนำกิจกรรมดังกล่าวไปปรับใช้กับนิสิต นักศึกษา เด็กและเยาวชน กลุ่มต่างๆได้ตามความเหมาะสมกับโอกาส และสถานที่

2. ผู้ที่จะนำการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น (Sensitivity training) ไปใช้ในโอกาสต่างๆ กับกลุ่มตัวอย่างต่างๆ ควรศึกษาจุดมุ่งหมาย ลำดับขั้นตอนให้เข้าใจ และควรมีประสบการณ์ในการฝึก หรือทักษะความชำนาญก่อนที่จะนำวิธีการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นดังกล่าวไปปรับใช้ เพื่อที่จะสามารถให้คำอธิบายและสามารถดำเนินการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม

ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยต่อไป

1. ในการดำเนินการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น (Sensitivity training) ควรมีการติดตามและประเมินผลของการร่วมรู้สึก และการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น โดยให้มีการทำแบบวัดการร่วมรู้สึก (Empathy) เป็นระยะ เช่น หลังจากการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นเป็นเวลา 3 เดือน หลังการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นเป็นเวลา 6 เดือน เพื่อศึกษา ความคงอยู่ของการร่วมรู้สึกภายหลังจากการได้รับการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นไปแล้ว

2. ควรทดลองใช้เทคนิคอื่นๆ ในการพัฒนาการร่วมรู้สึก (Empathy) เช่น การเสริมแรง การวางเงื่อนไขในกลุ่ม การฝึกสมาธิแบบอานาปนสติ และแบบอื่นๆ เป็นต้น เพื่อเป็นการหาและพัฒนากิจกรรมที่เป็นแนวทางการพัฒนาการร่วมรู้สึกของเด็กและเยาวชนไทยกลุ่มต่างๆ ได้อย่างเหมาะสม

3. ควรมีการใช้การฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น (Sensitivity training) ที่มีต่อการร่วมรู้สึก (Empathy) กับนิสิตคณะต่างๆในมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ หรืออาจจะใช้การฝึกกับกลุ่มตัวอย่างกลุ่มอื่นๆ ที่เหมาะสมหรือมีลักษณะใกล้เคียงกับนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อพัฒนาให้เด็กและเยาวชนไทยระดับต่างๆ ทั้ง เด็กและเยาวชนระดับประถมศึกษา เด็กและเยาวชนระดับมัธยมศึกษา เด็กและเยาวชนระดับอุดมศึกษา รวมทั้งผู้ที่ประกอบวิชาชีพต่างๆที่มีความสนใจและต้องการที่จะพัฒนาการร่วมรู้สึก

4. ควรมีการศึกษากการร่วมรู้สึก (Empathy) ในแง่มุมต่างๆให้มีมากขึ้น ทั้งในแง่ของการหาความสัมพันธ์ ในแง่ของการเปรียบเทียบการร่วมรู้สึกในกลุ่มตัวอย่างกลุ่มต่างๆ ในแง่ของการค้นหาตัวแปรที่สามารถทำนายการร่วมรู้สึกได้อย่างมีประสิทธิภาพ รวมทั้งศึกษาถึงตัวแปรที่สามารถส่งผลต่อการร่วมรู้สึกได้ เนื่องจาก การร่วมรู้สึกเป็นพื้นฐานที่สำคัญในการที่จะทำให้บุคคลสามารถเข้าใจผู้อื่น สามารถปรับตัวได้ดี สามารถอยู่กับบุคคลอื่นในสังคมได้อย่างมีความสุข

บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

- กมลรัตน์ หล้าสว่าง.(2536). จิตวิทยาการศึกษา. พิมพ์ครั้งที่2 .กรุงเทพฯภาควิชาการ
แนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ .มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
งามตา วนินทานนท์. (2529). ปัจจัยที่สัมพันธ์กับการพัฒนาการด้านการหยั่งลึกทางสังคม
ของนักเรียนระดับประถมศึกษาในกรุงเทพฯ. รายงานการวิจัยฉบับที่ 36 .กรุงเทพฯ
สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- _____. (2535). เอกสารประกอบการสอนวิชาจิตวิทยาสังคม(สค. 311). กรุงเทพฯ :
สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- จินดารัตน์ ปีมณี. (2545). การพัฒนาฉันทะในการเรียนของนักเรียนระดับปริญญาตรี.
ปริญญาานิพนธ์ วท.ด. (พฤติกรรมศาสตร์) กรุงเทพฯ. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ชวนจิต ฐระทอง. (2544). เซอร์ปัญญา เซอร์อารมณ์และความสามารถในการเผชิญและ
ฟื้นฝ่าอุปสรรคที่ส่งผลต่อการปฏิบัติงานของหัวหน้าแผนกขายในธุรกิจสรรพสินค้าใน
เขตกรุงเทพฯ. วิทยานิพนธ์. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- ช่อลัดดา ขวัญเมือง. (2542). การศึกษาความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาคณะ
ครุศาสตร์สถาบันราชภัฏกลุ่มภาคเหนือตอนล่าง. ปริญญาานิพนธ์. กศ.ม. กรุงเทพฯ .
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ชัยวัฒน์ วงศ์อาษา. (2539). ผลการฝึกอบรมที่มีต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียน
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5. ปริญญาานิพนธ์ วท.ม.(พฤติกรรมศาสตร์). กรุงเทพฯ.
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ดุษฐิ โยเหลา.(2534).สถิติสำหรับแบบแผนการทดลอง. สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์.
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ทศพร ประเสริฐสุข. (2543). “ความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์กับการศึกษา”
บทความทางวิชาการอีคิว. กรุงเทพฯ.
- ทิพย์สุดา จันท์แจ่มหล้า. (2544). ปัจจัยด้านจิตสังคมของผู้ดูแลที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรม
ให้การสนับสนุนทางสังคมแก่ผู้ติดเชื้อเอดส์. ปริญญาานิพนธ์ วท.ม.(พฤติกรรมศาสตร์)
กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ทศนา แชมมณีและคนอื่นๆ. (2522). กลุ่มสัมพันธ์ : ทฤษฎีและแนวปฏิบัติ เล่ม 1.
กรุงเทพฯ : บุรพราศัลป์การพิมพ์.
- ทศนา แชมมณี. (2525). การสอนโดยใช้บทบาทสมมติ.เอกสารประกอบการสอนวิชา
ทฤษฎีกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์. กรุงเทพฯ . ภาควิชาประถมศึกษา จุฬาลงกรณ์
มหาวิทยาลัย.
- เทอดศักดิ์ เดชคง.(2525). EQ มาตรฐานอารมณ์อัจฉริยะ. วารสารอัปเดต. 10(17). 55-61.

- _____. (2542). จากความฉลาดทางอารมณ์สู่สติและปัญญา. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์ มติชน. บรรณาธิการ ประยงค์ คงเมือง
- _____. (2542). ความฉลาดทางอารมณ์(EQ). พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพฯ. สำนักพิมพ์ มติชน.
- นาถสินี ศิลาว์ชรพล. (2531). ผลของการใช้สถานการณ์จำลองที่มีต่อความเห็นอกเห็นใจ ผู้ป่วยของนักศึกษาพยาบาล ชั้นปีที่2 วิทยาลัยพยาบาลเกื้อการุณย์ กรุงเทพฯ. ปรินญาณินพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- นิสร่า คำมณี. (2544). ผลของกิจกรรมกลุ่มเพื่อการพัฒนาความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์ ด้านการจูงใจของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศิลปากร จังหวัดนครปฐม. ปรินญาณินพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ . มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ปิยธิดา ศฤงคาร. (2542). พฤติกรรมความเข้าอกเข้าใจของพนักงานธนาคาร: กรณีศึกษา เฉพาะธนาคารพาณิชย์ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดยะลา. ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต คณะพัฒนาสังคม .สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์.
- ปิยะนุช ประจักษ์จิตต์. (2530). ทศนคติของผู้ปกครองและการอบรมเลี้ยงดูที่มีผลต่อ ประสบการณ์ในวัยก่อนเข้าเรียน.ศุนย์สุขวิทยาจิต. กองสุขภาพจิต. กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข.
- พรเทพ ช้อยหิรัญ.(2532). ผลการเข้ากลุ่มฝึกความไวที่มีต่อมนุษยสัมพันธ์ของนิสิตวิชา เอกจิตวิทยาการแนะแนวชั้นปีที่ 3 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ปรินญาณินพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- พวงรัตน์ ทวีรัตน์. (2531). วิธีการวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์และสังคมศาสตร์. กรุงเทพฯ : เจริญผลการพิมพ์.
- พิสิทธิ์ ปทุมบาล. (2530). ผลของการเข้ากลุ่มแบบ Sensitivity training ต่อการพัฒนาสัม พันธ์ภาพระหว่างบุคคล. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม.กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- เพียงใจ สินธุนาคร. (). ผลการฝึกความรู้สึกไวต่อการรับรู้ที่มีต่อทักษะและทัศนคติส่วน บุคคล. วิทยานิพนธ์ ค.ม. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ไพโรจน์ หวังใจชื่น. (2525). การศึกษาองค์ประกอบที่สัมพันธ์กับทัศนคติความเป็นพลเมืองดี ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในจังหวัดนครสวรรค์. ปรินญาณินพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- มานะ พ่วงความสุข. (2536). ผลของการฝึกความรู้สึกไวที่มีต่อความเชื่อมั่นในตนเองของ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนหาดอมราอักษรลักษณ์วิทยา จังหวัด สมุทรปราการ. ปรินญาณินพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- เมธาวี เวียงเกตุ. (2525). ผลของการฝึกความไวในการรับรู้ที่มีต่อลักษณะบุคลิกภาพที่ เกี่ยวข้องกับการอยู่ในสังคมโดยใช้แบบสำรวจ ซี พี ไอ. วิทยานิพนธ์ ค.ม.(จิตวิทยา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

- ยุพา ทิพย์อลงกต. (2538). ผลของการเข้ากลุ่มฝึกความไวที่มีต่อความสำนึกต่อความรับผิดชอบต่อการประกอบอาชีพพยาบาลของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 3 วิทยาลัยพยาบาลสภราชประชา จ.นครสวรรค์. ปรินิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- รชมน สุขชุม. (2533). การพัฒนาอัตมโนทัศน์ของข้าราชการครูระดับบริการโดยกระบวนการ *Sensitivity Training*. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. ถ่ายเอกสาร.
- วัลย์รัตน์ วรรณโพธิ์. (2545). ผลการใช้กิจกรรมฝึกความรู้สึกไวที่มีต่อการร่วมรู้สึกของเด็กวัยรุ่น. ปรินิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- วันเพ็ญ เกื้อหนุน. (2544). ผลของบทบาทสมมติที่มีต่อความเห็นอกเห็นใจผู้ป่วยของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 2 วิทยาลัยพยาบาลสภากาชาดไทย กรุงเทพฯ. ปรินิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- วิลาสลักษณ์ ชั่ววัลลี. (2542). "การพัฒนาสติปัญญาทางอารมณ์เพื่อความสำเร็จในการทำงาน," *วารสารพฤติกรรมศาสตร์*. 5(1): 152.
- วีรวัฒน์ ปันนิตามัย. (2542). *เชาว์อารมณ์(EQ) : ดัชนีวัดความสุขและความสำเร็จของชีวิต*. กรุงเทพฯ : เอกซ์เปอร์เนต จำกัด .
- สงวนศรี วิรัชชัย. (2527). *จิตวิทยาสังคมเพื่อการศึกษา*. กรุงเทพฯ :บริษัทศึกษาพร จำกัด.
- สาลิกา เมชนาวิน.(2545). *องค์ประกอบความฉลาดทางอารมณ์ของพยาบาลในการปฏิบัติการพยาบาล*. ปรินิพนธ์ กศ.ด. การวิจัยและพัฒนาหลักสูตร. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- สุกานดา นิ่มทองคำ. (2535). *ตัวแปรทางจิตสังคมและชีวพื้นฐานที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมเอื้อต่อสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมต้นในเขตกรุงเทพฯ*. ปรินิพนธ์ วท.ม. (พฤติกรรมศาสตร์). กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- สุขภาพจิต, กรม . *กระทรวงสาธารณสุข* .(2543). *คู่มือความฉลาดทางอารมณ์*. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ชุมนุม สหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด.
- สุธีรพันธ์ กรลักษณ์. (2516). *การฝึกฝนการร่วมรับความรู้สึก*. สมาคมจัดการธุรกิจแห่งประเทศไทย. กรุงเทพฯ.
- สุดารัตน์ หนูหอม. (2544). *อิทธิพลของเชาว์อารมณ์ที่มีต่อความเครียดและพฤติกรรมการเผชิญความเครียดของพยาบาล : ศึกษาเฉพาะกรณีโรงพยาบาลศิริราช : Influences of Emotional Intelligence on Stress and Stress Coping Behaviors of Nurses : A Case Study at Siriraj Hospital*. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

- สุนีย์ สิงหะเชนทร์. (2534). "หลักสูตรใหม่กับงานแนะแนว," *วารสารแนะแนว*. 25(132) : 6 ; ธันวาคม 2533 – มกราคม 2534.
- สุภาภรณ์ อุปลาบัติ. (2543). *การพัฒนาความเข้าใจความรู้สึกของบุคลากรต่อผู้ป่วยในหอผู้ป่วยจิตเวช*. พยาบาลศาสตร์มหาบัณฑิต. ขอนแก่น : มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- สุเมธนา พรหมบุญ. (2542). *ทิศทางการพัฒนามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ*. กรุงเทพฯ : คณะกรรมการนิสิตระดับบัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- อัจฉรา สุขารมณ์ . (2543). *บทความวิชาการเรื่องอีคิว* . พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพมหานคร.
- Alessanda, Tony. (2001). *Empathy*.(Online). <http://www.Alessandra.com/empathy.html>.
- Barker, Larry L., et al.(1983). *Special forms of small Group Communication, Group in Process an Introduction to small Group Communication*. P. 229 – 234. Print ice – Hall.inc.
- Bryant, Breded K. (1982). "An Index of Empathy for Children and Adolescent," *Child Development*. 53 : 413- 425.
- Danielson, Jessica.(2000). *Sensitivity Training*.(Online).
http://www.fags.org/fags/romance.fag/partz/section_3.html.
- Davis, Marks H. (1983). "Measuring Individual Differences in Empathy :Evidence for a multidimensional approach," *Journal of personality and social psychology*. cc(1:113-126)
- Eisenberg, Nancy. (1994). "Empathy," in *Encyclopedia of Human Behavior Volume II*. P. 247 – 253. Academic Press : Editor – In – Chief V.S. Ramachandran.
- Feshbach, Norma D. (1997). "Empathy : The Formative Years Implications for Clinical Practice," *Empathy Reconsidered New Directions in Psychotherapy*. Washington D.C. Amarican Psychological Association.
- Goleman. (1998) *Working with Emotional Intelligence*.Newyork : Bantam Books.
- Mehrabian, Albert & Norman, Eptein. (1972). "A Measure of Emotional Empathy," *Journal of Personality*. 40(1).
- Organization Development.(2001).*T-GroupHistory*.(Online).
http://www.orgdct.com/more_on_t_group.htm.
- Stephan, Waiter G. (1999). *The Role of Empathy in Improving Intergroup Relations*.(Online). <http://www.findarticles.com>

ภาคผนวก ก

1. โปรแกรมการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น
2. แบบวัดการร่วมรู้สึก

โปรแกรมการพัฒนาการร่วมรู้สึกของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ครั้งที่	ชื่อเรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ	อุปกรณ์
1	ปฐมนิเทศ -เกมส์ชอบเหมือนกัน.....คู่กัน	1.เพื่อละลายพฤติกรรมสร้างสัมพันธ์ที่ดีระหว่างผู้วิจัยกับนิสิตและระหว่างนิสิตด้วยกัน 2.เพื่อให้นิสิตทราบวัตถุประสงค์ในการเข้ากลุ่มและกำหนดการต่างๆในการเข้ากลุ่ม 3.เพื่อให้นิสิตทราบบทบาทหน้าที่ในการเข้าร่วมกิจกรรม 4.เพื่อให้นิสิตทราบความหมายของการร่วมรู้สึก (Empathy) ได้อย่างถูกต้อง	1.สร้างบรรยากาศที่ดี โดยผู้วิจัยจะทำการแนะนำตนเองและให้นิสิตแต่ละคนแนะนำตนเอง 2.ผู้วิจัยสร้างความคุ้นเคยให้เกิดขึ้นระหว่างผู้เข้าร่วมกิจกรรมโดยให้เล่นเกมส์ “ชอบเหมือนกันคู่กัน” 3.ผู้วิจัยอธิบายความหมายและชี้แจงให้นิสิตทราบถึงวัตถุประสงค์ วิธีดำเนินการ และขั้นตอนของการฝึก พร้อมทั้งให้ทราบถึงบทบาทและหน้าที่ของนิสิตในการเข้าร่วมกิจกรรมครั้งนี้	• กระดาษ • ปากกา • ตารางกำหนดการเข้าร่วมกิจกรรม
2	การฝึกการเข้าใจผู้อื่น -การเล่าประสบการณ์ -การอภิปรายและการให้ข้อมูลย้อนกลับ	1.เพื่อให้นิสิตได้รู้จักเข้าใจ และยอมรับพฤติกรรมหรือบุคลิกภาพหรือบุคลิกลักษณะของผู้อื่น 2.เพื่อให้เกิดความรู้สึกในการเห็นอกเห็นใจผู้อื่น 3. เพื่อให้เกิดความรู้สึกในการที่ต้องปรับปรุงตนเอง	1.ผู้วิจัยจัดกิจกรรมการเรียนรู้โดยใช้เกมส์ที่ต้องให้นิสิตเล่าประสบการณ์ของตน 2.ผู้วิจัยให้นิสิตร่วมกันอภิปราย แลกเปลี่ยนความคิดเห็น ให้ข้อมูลย้อนกลับซึ่งกันและกัน	• กระดาษ • ปากกา • แผ่นใส

ครั้งที่	ชื่อเรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ	อุปกรณ์
3	การฝึก การพัฒนาผู้ อื่น -บทบาท สมมติ -การ อภิปราย และ การ ให้ข้อมูล ย้อนกลับ	1.เพื่อให้ทัศนคติสมทบ บาทแทนคนอื่นทาง ความคิดทั้งในข้อควร ส่งเสริมและปรับปรุง 2.เพื่อให้ทัศนคติเข้าใจ ความรู้สึกของผู้อื่นทั้ง ข้อควรส่งเสริมและปรับ ปรุง	1.ผู้วิจัยจัดกิจกรรมการเรียนรู้ โดยใช้บทบาทสมมติ เพื่อให้ เกิดความเข้าใจ ความรู้สึกของ ผู้อื่นทั้งในด้านที่ควรส่งเสริม และควรปรับปรุง 2.ให้ทัศนคติแสดงความคิดเห็น และอภิปรายถึงเหตุการณ์ที่ เกิดขึ้น	• กระดาษ • ปากกา • เนื้อเรื่องของ กิจกรรมที่มี เนื้อหาเกี่ยว กับการฝึก การพัฒนาผู้ อื่น
4	การมีจิต ใจใฝ่ บริการ -สถาน การณ์ จำลอง -อภิปราย และข้อมูล ย้อนกลับ	1.เพื่อให้ทัศนคติเข้าใจ ความหมายและ ประโยชน์ของการมีจิต ใจใฝ่บริการ 2.เพื่อให้ทัศนคติสามารถ คาดคะเน รับรู้ และ ตอบสนองความ ต้องการของบุคคลอื่น โดยผ่านทางกิจกรรมนี้	1.ผู้วิจัยจัดกิจกรรมโดยใช้ สถานการณ์จำลอง ซึ่งจะมี เนื้อหาเกี่ยวกับการตอบสนอง ความต้องการของผู้อื่น 2.ให้ทัศนคติแสดงความคิดเห็น และอภิปรายต่อเหตุการณ์ที่ เกิดขึ้น	• กระดาษ • ปากกา • เนื้อเรื่องของ กิจกรรมที่มี เนื้อหาเกี่ยว กับการมีจิต ใจใฝ่บริการ
5	การฝึก การสร้าง โอกาส -กรณี ศึกษา, VCD -อภิปราย และข้อมูล ย้อนกลับ	1.เพื่อให้ทัศนคติได้รู้จัก และเข้าใจความแตก ต่างระหว่างบุคคล รวมทั้ง สามารถสร้างโอกาส จากความแตกต่าง ระหว่างบุคคลได้ 2.เพื่อฝึกให้ทัศนคติเกิด ความรู้สึกที่ต้องการ สร้างโอกาสจากเหตุ การณ์ต่างๆ ในส่วนที่ เกี่ยวกับ ความแตกต่าง ระหว่างบุคคลได้ดี	1.ให้ทัศนคติได้ร่วมกันแสดง ความคิดเห็นเกี่ยวกับเหตุ การณ์จริงที่มีปัญหาในเรื่อง ความแตกต่างระหว่างบุคคล ทั้งจากประสบการณ์ของนิสิต และจาก VCD เช่น การหาวิธี การสร้างโอกาสจากความขัด แย้งระหว่างคนผิวขาวและผิว ดำในอเมริกา เป็นต้น	• กระดาษ • ปากกา • VCD ที่มีเนื้อ หาเกี่ยวกับ ความขัดแย้ง ระหว่าง บุคคล

ครั้งที่	ชื่อเรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ	อุปกรณ์
6	การฝึก การ ตระหนักรู้ สถาน การณ์ใน กลุ่ม -การให้ข้อ มูลย้อน กลับของ สมาชิกใน กลุ่ม ทดลอง	1.เพื่อให้นิสิตทราบถึง ความคิดเห็นของกลุ่ม และความสัมพันธ์ของ คนในกลุ่ม 2.เพื่อฝึกให้นิสิตได้เข้าใจถึงประโยชน์ของการ ตระหนักรู้	1.ให้นิสิตได้ร่วมกันแสดง ความคิดเห็นหรืออภิปราย เกี่ยวกับความคิดเห็นและ ความสัมพันธ์ของคนในกลุ่ม จากการได้ร่วมกิจกรรมร่วม กัน	• กระดาษ • ปากกา
7	ปัจฉิม นิเทศ	1.เพื่อให้นิสิตนำ ประสบการณ์การเรียนรู้ จากกิจกรรมต่างๆไป ใช้ในการดำรงชีวิตใน วัยเรียนได้อย่างมีความ สุข 2.เพื่อให้นิสิตได้รู้จัก เข้าใจความรู้สึกของตน เองและผู้อื่นได้ รวมถึง ตอบสนองได้สนองได้ สอดคล้องกับสถาน การณ์ของผู้อื่น	1.ให้นิสิตสรุปประโยชน์จาก การฝึกนี้ 2.ผู้วิจัยสรุปผลการฝึกให้ฟัง คร่าวๆ 3.ผู้วิจัยมอบของที่ระลึกและ กล่าวขอบคุณทุกคน / ปิดการ ฝึกอบรม	• ประกาศนียบัตร สำหรับผู้ที่ เข้ารับการฝึก อบรม

หมายเหตุ การทดลองแต่ละครั้งใช้เวลาประมาณ 2 คาบ (180 นาที)

โปรแกรมการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น ครั้งที่ 1

หัวข้อเรื่อง	ปฐมนิเทศ
กิจกรรม	ชอบเหมือนกัน.....คู่กัน
เวลา	2 คาบ (120 นาที)

วัตถุประสงค์

1. เพื่อละลายพฤติกรรม และสร้างสัมพันธ์ที่ดีระหว่างนิสิตด้วยกัน และสร้างสัมพันธ์ที่ดีระหว่างผู้วิจัยกับนิสิต
2. เพื่อให้นิสิตเข้าใจวัตถุประสงค์ในการเข้ากลุ่มและกำหนดการต่างๆในการเข้าร่วมกิจกรรมการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น
3. เพื่อให้นิสิตทราบบทบาทหน้าที่ในการเข้าร่วมกิจกรรม
4. เพื่อให้นิสิตทราบความหมายและตระหนักถึงความสำคัญการร่วมรู้สึก (Empathy) ได้อย่างถูกต้อง

อุปกรณ์

1. กระดาษเปล่าและปากกา
2. ตารางกำหนดการเข้าร่วมกิจกรรม
3. ความหมายของการร่วมรู้สึก (Empathy)

วิธีดำเนินการ

1. สร้างความคุ้นเคยและความเป็นกันเองระหว่างกันด้วย กิจกรรม “ชอบเหมือนกัน.....คู่กัน” โดยมีวิธีการดังนี้
 - 1.1 ผู้วิจัยและนิสิตทุกคนแนะนำตัวเองที่ละคน โดยการบอกชื่อจริง นามสกุล และชื่อเล่น
 - 1.2 ผู้วิจัยแจกกระดาษเปล่าและปากกาให้นิสิตคนละ 1 ชุด จากนั้นผู้วิจัยให้นิสิตเขียนสถานที่ท่องเที่ยวที่นิสิตชอบหรืออยากไปมากที่สุดคนละ 1 แห่ง พร้อมทั้งอธิบายเหตุผลว่าทำไมจึงชอบสถานที่แห่งนั้น และอยากไปโดยแบ่งกว้างๆออกเป็น ทะเล ภูเขา (ดอย) น้ำตก เนื่องจากสถานที่ท่องเที่ยวเป็นสิ่งที่ง่ายต่อการที่จะทำให้นิสิตมีปฏิสัมพันธ์ต่อกัน
 - 1.3 ให้นิสิตรวบรวมกระดาษจดข้อมูลมารวมกันจากนั้นผู้วิจัยหยิบขึ้นมา 1 แผ่น อ่านให้จบและถามว่าเป็นของใคร ทำเช่นนั้นจนครบทุกคน
 - 1.4 ให้นิสิตที่ชื่นชอบสถานที่ท่องเที่ยวประเภทเดียวกันอยู่กลุ่มเดียวกัน เพื่อให้ นิสิตได้พูดคุยแลกเปลี่ยนประสบการณ์เกี่ยวกับสถานที่ท่องเที่ยวที่ตนเองประทับใจ

1.5 สรุปเชิงความสนใจร่วมกันระหว่างนิสิต เพื่อเสริมสร้างให้เกิดบรรยากาศที่ดี เป็นกันเอง

2. เมื่อบรรยากาศในกลุ่มมีความอบอุ่นเป็นกันเอง มีความคุ้นเคยกันดีและผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์ วิธีดำเนินการ และขั้นตอนของการฝึก เพื่อพัฒนาการร่วมรู้สึกของนิสิต ในการเข้าร่วมกิจกรรม

3. ผู้วิจัยและนิสิตร่วมกันอภิปรายความหมาย ความสำคัญและลักษณะของการร่วมรู้สึก และเปิดโอกาสให้นิสิตซักถามข้อสงสัย

4. ผู้วิจัยนัดหมายเวลาและสถานที่ในการทดลอง ตั้งแต่วันแรกจนถึงวันสิ้นสุดการทดลอง ตามตารางกำหนดการเข้าร่วมกิจกรรม

การประเมินผล

1. สังเกตจากความสนใจและตั้งใจในการเข้าร่วมกิจกรรม
2. สังเกตจากการแสดงความคิดเห็นของนิสิต

**กำหนดการในการเข้าร่วมกิจกรรม
การฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น**

30 กรกฎาคม 2546 ครั้งที่ 1 ปฐมนิเทศ

- 14:00 กล่าวต้อนรับนิสิตแพทย์ที่เข้าร่วมกิจกรรมทุกคน และแนะนำตัวผู้วิจัย และทีม Staff ที่ร่วมกิจกรรมการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น
- 14:10 Staff แจกอุปกรณ์ ป้ายชื่อ หมายถึงกำหนดการ ฯ ให้นิสิตที่เข้าร่วมกิจกรรมการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นทุกคน
- 14:20 ให้นิสิตทุกคนแนะนำตัวเอง
- 14:30 ให้นิสิตทำกิจกรรม “ชอบเหมือนกัน.....คู่กัน”
- 15:00 พักรับประทานอาหารว่าง
- 15:15 ผู้วิจัยอธิบายความหมายของ EQ / การร่วมรู้สึก / หมายถึงกำหนดการ และอื่นๆ
- 15:35 ผู้วิจัยและนิสิตร่วมกันอภิปรายถึงความหมาย ความสำคัญของการร่วมรู้สึก และเปิดโอกาสให้นิสิตได้ซักถามสงสัยต่างๆ
- 15:50 ผู้วิจัยนัดหมายเวลา และสถานที่ในการทำกิจกรรมในครั้งถัดไป

31 กรกฎาคม 2546 ครั้งที่ 2 การฝึกการเข้าใจผู้อื่น

- 16:30 ผู้วิจัยบอกวัตถุประสงค์ในการทำกิจกรรมในครั้งนี รวมทั้งแนะนำวิทยากร
- 16:40 วิทยากรดำเนินกิจกรรม เกริ่นนำ และเล่าเรื่องตามประสบการณ์
- 17:00 แบ่งกลุ่มนิสิตเป็นกลุ่มย่อยกลุ่มละ 5 คนเพื่อทำกิจกรรมการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นตามที่วิทยากรแนะนำ
- 17:30 ให้นิสิตในแต่ละกลุ่มออกมาเล่าเรื่องที่ประทับใจมากที่สุดกลุ่มละ 1 เรื่อง
- 17:45 วิทยากร ผู้วิจัย และนิสิตร่วมกันสรุปถึงความสำคัญของกิจกรรมในวันนี้
- 18:05 พักรับประทานอาหารว่าง
- 18:20 ผู้วิจัยนัดหมายเวลา และสถานที่ในการทำกิจกรรมในครั้งถัดไป

2 สิงหาคม 2546 ครั้งที่ 3 การฝึกการสร้างโอกาส

- 10:00 ผู้วิจัยบอกวัตถุประสงค์ในการทำกิจกรรมในครั้งนี
- 10:10 ผู้วิจัยเล่าเนื้อเรื่องคร่าวๆเกี่ยวกับ VCD ให้นิสิตทราบ
- 10:15 ให้นิสิตดู VCD ที่มีเนื้อหาเกี่ยวกับการให้โอกาสแก่บุคคล เรื่อง I AM SAM
- 12:15 พักรับประทานอาหารกลางวันและอาหารว่าง

- 12:30 ผู้วิจัยและนิสิตร่วมกันอภิปรายถึงความแตกต่างระหว่างบุคคล และการให้โอกาสแก่บุคคลต่างๆ
- 12:50 ผู้วิจัยนัดหมายเวลา และสถานที่ในการทำกิจกรรมในครั้งถัดไป

3 สิงหาคม 2546 ครั้งที่ 4 การฝึกการพัฒนาผู้อื่น

- 10:00 ผู้วิจัยบอกวัตถุประสงค์ในการทำกิจกรรมในครั้งนี้ และแนะนำวิทยากร
- 10:10 Staff แจกอุปกรณ์ที่ใช้ในกิจกรรม (เนื้อหาของกิจกรรม)
- 10:15 ให้นิสิตจับคู่กันทั้งหมด 10 คู่ เพื่อแสดงบทบาทสมมติตามเนื้อเรื่องที่กำหนด โดยคนหนึ่งเป็นคนที่แสดงบทบาทตามเนื้อเรื่องที่กำหนด อีกคนแสดงเป็นผู้มาปลอบโยนโดยผ่านการร่วมรู้สึกไปกับผู้แสดงบทบาทสมมติ นั้น และให้แสดงจนครบทุกคู่
- 11:15 วิทยากร ผู้วิจัยและนิสิตร่วมกันอภิปรายถึงการพัฒนาผู้อื่น
- 11:35 พักรับประทานอาหารกลางวันและอาหารว่าง
- 11:50 ผู้วิจัยนัดหมายเวลา และสถานที่ในการทำกิจกรรมในครั้งถัดไป

5 สิงหาคม 2546 ครั้งที่ 5 การฝึกการมีจิตใจใฝ่บริการ

- 16:30 ผู้วิจัยบอกวัตถุประสงค์ในการทำกิจกรรมในครั้งนี้
- 16:40 Staff แจกอุปกรณ์ที่ใช้ในกิจกรรม(เนื้อหาของกิจกรรม : สถานการณ์จำลอง)
- 16:45 ผู้วิจัยและนิสิตร่วมกันอภิปรายถึงสถานการณ์จำลองที่กำหนดมาให้
- 17:00 ให้นิสิตจับกลุ่มกันทั้งหมด 4 กลุ่ม ให้นิสิตทุกกลุ่มคิดสถานการณ์จำลอง และแสดงบทบาทตามสถานการณ์จำลองนั้นๆที่แสดงออกถึงร่วมรู้สึกในด้านของการมีจิตใจใฝ่บริการต่อบุคคลต่างๆ
- 17:50 วิทยากร ผู้วิจัยและนิสิตร่วมกันอภิปรายถึงการมีจิตใจใฝ่บริการ
- 18:05 พักรับประทานอาหารกลางวันและอาหารว่าง
- 18:20 ผู้วิจัยนัดหมายเวลา และสถานที่ในการทำกิจกรรมในครั้งถัดไป

6 สิงหาคม 2546 ครั้งที่ 6 การฝึกการตระหนักรู้สถานการณ์ในกลุ่ม

- 13:00 ผู้วิจัยบอกวัตถุประสงค์ในการทำกิจกรรมในครั้งนี้
- 13:15 ให้นิสิตนั่งล้อมกันเป็นวงกลม
- 13:20 ให้นิสิตทำกิจกรรมตามที่กำหนด
- 14:00 พักรับประทานอาหารว่าง
- 14:15 ผู้วิจัยและนิสิตร่วมกันอภิปรายถึงการตระหนักรู้สถานการณ์ในกลุ่ม
- 14:30 ผู้วิจัยนัดหมายเวลา และสถานที่ในการทำกิจกรรมในครั้งถัดไป

6 สิงหาคม 2546 ครั้งที่ 7 ปัจฉิมนิเทศ

- 15:00 ผู้วิจัยขอวัตถุประสงค์ในการทำกิจกรรมในครั้งนี้
- 15:15 ให้นิสิตนั่งล้อมกันเป็นวงกลม
- 15:20 ให้นิสิตประโยชน์จากการฝึกนี้ตามกิจกรรมที่กำหนด
- 16:00 พักรับประทานอาหารว่าง
- 16:15 ให้นิสิตออกมากล่าวถึงความมุ่งมั่นในการทำตามประโยชน์ของกิจกรรม
หลังจากวันนี้เป็นต้นไป
- 16:30 ผู้วิจัยสรุปผลการฝึก มอบของที่ระลึก กล่าวขอบคุณ และปิดการฝึกอบรม
- 14:30 ผู้วิจัยนัดหมายเวลา และสถานที่ในการทำ posttest ของกลุ่มทดลองและ
กลุ่มควบคุม

7 สิงหาคม 2546 posttest

- 17:00 ให้นิสิตแพทย์ที่เป็นกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองทำ posttest
-

อีคิว คือ อะไร

อีคิว หรือ EQ มาจากคำว่า Emotional Quotient หมายถึง ความฉลาดทางอารมณ์ โดยที่

ความฉลาดทางอารมณ์ คือ ความสามารถทางอารมณ์เป็นความสามารถในการรับรู้ และเข้าใจอารมณ์ทั้งของตัวเองและผู้อื่น ตลอดจนสามารถปรับหรือควบคุมได้อย่างเหมาะสมกับสภาวะการณ์

ความฉลาดทางอารมณ์ = เข้าใจตนเอง + เข้าใจผู้อื่น + แก้ไขความขัดแย้งได้

เข้าใจตนเอง	→	เข้าใจอารมณ์ ความรู้สึก และความต้องการในชีวิตของตนเอง
เข้าใจผู้อื่น	→	เข้าใจอารมณ์ความรู้สึกของผู้อื่น และสามารถแสดงออกมาได้อย่างเหมาะสม
แก้ไขความขัดแย้ง	→	เมื่อมีปัญหาสามารถแก้ไขจัดการให้ผ่านพ้นไปได้เหมาะสมทั้งปัญหาความเครียดในใจหรือปัญหาที่เกิดจากการขัดแย้งกับผู้อื่น

ทำไมเราต้องเรียนรู้เรื่องอีคิว

การเรียนรู้เรื่องอีคิว ก็คือการเรียนรู้ที่จะขับเคลื่อนชีวิตให้ก้าวเดินไปสู่จุดหมายที่ปรารถนาได้อย่างปลอดภัย และมีความรับผิดชอบต่อผู้อื่นด้วย

เพราะชีวิตมนุษย์ดำเนินไปภายใต้อิทธิพลของอารมณ์และความรู้สึก ดังคำกล่าวที่ว่า “จิตเป็นนาย กายเป็นบ่าว” หรือ “ทุกข์ สุข อยู่ที่ใจ” การกระทำหลายครั้งในชีวิตเรา จึงมีที่มาจากภาวะของอารมณ์มากกว่าเรื่องเหตุผลเพียงอย่างเดียว

คนที่มีความฉลาดทางอารมณ์สูงหรือมีทักษะทางอารมณ์ที่ได้รับการพัฒนามาเป็น อย่างดี จะเป็นคนที่สามารถรับรู้ เข้าใจและจัดการกับความรู้สึกของตนเองได้ดี รวมทั้งเข้าใจ ความรู้สึกของผู้อื่น จึงมักจะประสบความสำเร็จ มีความพึงพอใจในชีวิต สามารถสร้าง สรรค์งานใหม่ๆ ออกมาได้เสมอ ตรงกันข้ามกับคนที่ไม่สามารถควบคุมอารมณ์มักจะเต็มไปด้วย ความขัดแย้งภายในจิตใจ พลอยทำให้ขาดสมาธิในการทำงานและมีความคิดที่หมกมุ่น กังวล ไม่ปลอดโปร่ง

ปัจจุบัน นักวิจัยต่างยืนยันว่าชาวมนุษย์มีส่วนเกี่ยวข้องต่อความสำเร็จในชีวิต เช่น การเรียนหรือการทำงานทำงานเพียง ๒๐ เปอร์เซ็นต์เท่านั้น ที่เหลือเป็นเป้าหมาย ที่เหลือเป็นปัจจัยค่าอื่นๆซึ่งรวมทั้งความฉลาดทางอารมณ์

เพราะฉะนั้น การเรียนรู้เรื่องความฉลาดทางอารมณ์จึงเป็นเรื่องที่มีประโยชน์ต่อการ พัฒนาชีวิต ให้ก้าวไปข้างหน้าอย่างสร้างสรรค์และมีความสุข

การร่วมรู้สึก คืออะไร

การร่วมรู้สึก (Empathy) หมายถึง การแสดงถึงความเห็นอกเห็นใจ เอาใจใส่ สามารถเข้าใจความรู้สึก อารมณ์ พฤติกรรมของผู้อื่น รวมทั้งสามารถให้เหตุผลในลักษณะที่เอาใจเขามาใส่ใจเรา เข้าใจลักษณะในจิตใจ และนำตนไปอยู่ในบทบาททางความคิดของผู้อื่นโดยสามารถแสดงออก หรือคาดเดาความรู้สึกของผู้อื่นได้อย่างถูกต้อง

องค์ประกอบของการร่วมรู้สึก มี 5 ด้าน ดังนี้

1. **การเข้าใจผู้อื่น (Understanding others)** หมายถึง การเข้าใจถึงความรู้สึก มุมมอง และข้อวิตกกังวลของผู้อื่น รวมทั้งเป็นการรู้สึกเข้าใจว่าผู้อื่นมีความต้องการอะไร อย่างไร ในสถานการณ์ที่แตกต่างกัน

2. **การพัฒนาผู้อื่น (Developing others)** หมายถึง การที่เรารู้สึกถึงสิ่งที่ไม่ดี ไม่ถูกต้อง และข้อควรปรับปรุงของผู้อื่น รวมทั้งการมีความรู้สึกต้องการสนับสนุน ส่งเสริม ความรู้และความสามารถของผู้อื่นให้พัฒนาสูงขึ้น โดยไม่สนใจถึงข้อบกพร่องต่างๆ ของบุคคลเหล่านั้น

3. **การมีจิตใจใฝ่บริการ (Service orientation)** หมายถึง การที่เราสามารถ รับผิดชอบต่อการณ์ คาดคะเนความต้องการของผู้อื่นได้ว่ามีความต้องการอะไร อย่างไร รวมทั้งเป็นการที่เรารู้สึกว่าต้องการตอบสนองในความต้องการเหล่านั้น โดยมีความต้องการที่จะทำสิ่งที่บุคคลอื่นต้องการ โดยไม่คาดหวังผลตอบแทนอย่างไร

4. **การเข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคล (Leveraging diversity)** หมายถึง การมีความรู้สึกเห็นอกเห็นใจผู้ที่ด้อยโอกาสกว่าเรา และมีความรู้เข้าใจในสิ่งที่เขาเป็นหรือกระทำ โดยเข้าใจว่าเป็นสิ่งที่ทุกคนแตกต่างกัน รวมทั้งเป็นการที่มีความรู้สึกว่าต้องการให้โอกาสบุคคลที่ด้อยโอกาสได้เป็นหรือกระทำในสิ่งที่ทัดเทียมผู้อื่นได้

5. **การตระหนักรู้สถานการณ์ในกลุ่ม (Political awareness)** หมายถึง การเข้าใจความคิดเห็นของกลุ่ม อารมณ์ของกลุ่ม ในสถานการณ์ต่างๆ รวมทั้งเป็นการเข้าใจและทราบถึงความสัมพันธ์ของคนในกลุ่มว่าเป็นอย่างไรในสถานการณ์ที่แตกต่างกัน

อีดิว / การร่วมรู้สึก มีผลต่อเราอย่างไรบ้าง

ความฉลาดทางอารมณ์ / การร่วมรู้สึก มีประโยชน์ต่อชีวิตประจำวันของเราอย่างมากมายมหาศาล หากจะแยกให้เห็นชัดเจน ก็อาจแบ่งได้เป็น ๔ ด้าน คือ

- ประโยชน์ต่อการทำงาน
- ประโยชน์ต่อความรักและครอบครัว
- ประโยชน์ต่อการเรียน
- ประโยชน์ต่อตัวเอง

โปรแกรมการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น ครั้งที่ 2

หัวข้อเรื่อง	การฝึกการเข้าใจผู้อื่น
กิจกรรม	การเล่าประสบการณ์ และการอภิปราย
เวลา	2 คาบ (120 นาที)

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้ฝึกได้รู้จัก เข้าใจ และยอมรับพฤติกรรมหรือบุคลิกลักษณะหรือบุคลิกของผู้อื่น
2. เพื่อให้เกิดความรู้สึกในการเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

วิธีการ

1. การเล่าประสบการณ์หรือความรู้สึกที่ตนเองทำให้พ่อแม่ / บุคคลที่เรารักเสียใจที่สุด หรือประสบการณ์ ความรู้สึกที่ทำให้เกิดความประทับใจมากที่สุด
2. การอภิปราย และการให้ข้อมูลย้อนกลับ

วิธีดำเนินการ

1. ชั้นเริ่มต้น
 - 1.1 ผู้วิจัยบอกวัตถุประสงค์และขั้นตอนของทำกิจกรรมในวันนี้
2. ชั้นดำเนินการ
 - 2.1 ผู้วิจัยเกริ่นนำและเล่าถึงประสบการณ์หรือความรู้สึกของตนเองที่ทำให้พ่อแม่ / บุคคลที่เรารักเสียใจที่สุด และอยากจะทำอะไรบ้างเพื่อเป็นการทดแทนหรือตอบแทนพระคุณ หรือแก้ไขสิ่งที่ได้ทำผิดพลาดไป เพื่อให้สภาพบรรยากาศในห้องเกิดความรู้สึกที่ร่วมกับเรื่องราวที่จะเล่าให้มากที่สุด
 - 2.2 ผู้วิจัยแบ่งกลุ่มนิสิตออกเป็น 4 กลุ่มๆละ 5 คน
 - 2.3 ผู้วิจัยให้นิสิตภายในกลุ่มผลัดกันเล่าประสบการณ์ หรือความรู้สึกของตนเองที่ทำให้พ่อแม่ / บุคคลที่เรารักเสียใจที่สุด และอยากจะทำอะไรบ้างเพื่อเป็นการทดแทนหรือตอบแทนพระคุณ หรือแก้ไขสิ่งที่ได้ทำผิดพลาดไป และถ้านิสิตคนใดที่ไม่มีเรื่องที่ทำให้เสียใจ ก็ให้เล่าเรื่องที่ทำให้คนที่เรารักประทับใจมากที่สุด
 - 2.4 ผู้วิจัยให้สมาชิกแต่ละกลุ่มร่วมแสดงอารมณ์ ความรู้สึก ความเห็นอกเห็นใจแก่สมาชิกที่เป็นผู้เล่าเรื่อง

2.5 ผู้วิจัยให้นิสิตกลุ่มตัวอย่างร่วมอภิปรายแลกเปลี่ยนความคิดเห็นเกี่ยวกับเรื่องที่แต่ละคนเล่าเพื่อให้เกิดความรู้สึกร่วมกับเหตุการณ์ที่เล่าและร่วมกันแสดงความคิดเห็นออกเห็นใจ เช่น การปลอบใจ เป็นต้น

2.6 ให้นิสิตในกลุ่มย่อยเลือกเรื่องที่ประทับใจมากที่สุด เพื่อนำมาเล่าให้นิสิตกลุ่มใหญ่ฟัง

3. ขั้นยุติ

ผู้วิจัยให้นิสิตร่วมกันสรุปให้เป็นหลักการเดียวกันและผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม

การประเมินผล

สังเกตจากการแสดงความคิดเห็น การซักถาม การอภิปราย และการสรุปของนิสิต

โปรแกรมการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น ครั้งที่ 3

หัวข้อเรื่อง	การฝึกการพัฒนาผู้อื่น
กิจกรรม	บทบาทสมมติ การอภิปราย การให้ข้อมูลย้อนกลับ
เวลา	2 คาบ (120 นาที)

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นิสิตสวมบทบาทแทนคนอื่นทางความคิดทั้งในข้อควรส่งเสริมและปรับปรุง
2. เพื่อให้นิสิตเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่นในข้อที่ควรส่งเสริม ข้อที่ควรปรับปรุง และฝึกความสามารถในการพัฒนาสิ่งที่ดีและที่ควรปรับปรุงของผู้อื่นได้อย่างเหมาะสม

อุปกรณ์

1. กระดาษเปล่าและปากกา
2. เนื้อเรื่องของกิจกรรมที่มีเนื้อหาเกี่ยวกับการฝึกพัฒนาผู้อื่น

วิธีดำเนินการ

1. ขั้นเริ่มต้น
 - 1.1 ผู้วิจัยแจกกระดาษที่มีเนื้อหาเกี่ยวกับการฝึกพัฒนาผู้อื่นให้แก่ นิสิตทุกคน
 - 1.2 ผู้วิจัยจับคู่กันด้วยวิธีจับสลาก และต่อจากนั้นให้นิสิตจับสลากเลือกบทบาทสมมติที่จะต้องแสดง คู่ละ 1 เรื่อง
 - 1.3 ให้นิสิตทำความเข้าใจกับเนื้อหา อารมณ์ ความรู้สึกของบุคคลต่างๆตามตัวอย่างเนื้อหาที่จับสลากได้ และปรึกษากันเพื่อหาวิธีในการพัฒนาอารมณ์ ความรู้สึกของตนเอง และแสดงออกมาให้สื่อถึงความรู้สึกของบุคคลต่างๆเหล่านั้นอย่างเหมาะสม
2. ขั้นดำเนินการ
 - 2.1 ผู้วิจัยทำการคัดเลือกนิสิตให้ออกมาแสดงบทบาทสมมติในการปรับปรุงหรือส่งเสริมอารมณ์ ความรู้สึกของบุคคลต่างๆตามเนื้อเรื่องที่เกี่ยวข้องกับการฝึกพัฒนาผู้อื่นตามที่กำหนด
 - 2.2 ให้นิสิตออกมาแสดงบทบาทสมมติทีละคู่ โดยจะให้นิสิตคนหนึ่งแสดงบทบาทตามเนื้อเรื่องที่กำหนดให้ ส่วนอีกคนหนึ่งที่เป็นคู่กันนั้นให้แสดงบทบาทสมมติในการปรับปรุงหรือส่งเสริมอารมณ์ ความรู้สึกของบุคคลต่างๆตามเนื้อเรื่องนั้นให้เกี่ยวข้องกับการฝึกพัฒนาผู้อื่นตามที่กำหนด

3. ขั้นยุติ

3.1 เมื่อนิสิตแสดงจบหนึ่งคู่แล้ว ผู้วิจัยดำเนินการให้นิสิตร่วมกันแสดงความคิดเห็น และอภิปรายเกี่ยวกับการแสดงบทบาทสมมติของนิสิตที่ออกมาแสดงว่านิสิตมีความคิดเห็นตรงกับบทบาทที่นิสิตคู่กันแสดงตามเนื้อเรื่อง รวมทั้งสื่อถึงวิธีการที่จะพัฒนาผู้อื่นของตัวละครที่แสดงนั้นเหมาะสมหรือไม่ หรือให้นิสิตเพิ่มเติมข้อเสนอแนะ เพื่อให้นิสิตเกิดความรู้สึกร่วมกับบทบาทที่เพื่อนแสดงมากที่สุด

3.2 ร่วมกันแสดงความคิดเห็นและอภิปรายผลจนครบทุกคู่ และผู้วิจัยทำการสรุปถึงเนื้อหาเกี่ยวกับการพัฒนาผู้อื่น

การประเมินผล

สังเกตจากการแสดงบทบาทสมมติ การแสดงความคิดเห็น การซักถาม การอภิปราย และการสรุปของนิสิต

เนื้อเรื่องของกิจกรรมบทบาทสมมติ

1. สมชายไม่ยอมไปโรงเรียน ไม่ยอมทานข้าว เอาแต่ร้องไห้ฟูมฟาย เนื่องจากสุนัขตัวโปรดหายไป
2. สมศรีเป็นคนที่ร้องเพลงเพราะ และตั้งใจฝึกซ้อมร้องเพลง แต่ไม่มั่นใจในการประกวดร้องเพลงที่ใกล้จะมาถึงในเร็วนี้
3. สมหมายวิตกถึงเรื่องสอบที่ใกล้จะมาถึง เนื่องจากเขายังไม่ได้อ่านหนังสือ ไม่เข้าใจเนื้อหา และอ่านหนังสือเตรียมตัวสอบไม่ทัน
4. สมหญิงชอบการท่องเที่ยวแบบอนุรักษ์ ผจญภัย แต่ไม่รู้ว่าจะเลือกสอบ Entrance เข้าคณะใด มหาวิทยาลัยใด และต่อไปจะประกอบอาชีพใดจึงจะเหมาะสม
5. สมสมรมักถูกผู้อื่นรังแก และสมมรมักจะมาพาลเอาเรื่องกับคนอื่น ครอบตัวเสมอ

วิธีการฝึก

ให้นิสิตพยายามเข้าใจอารมณ์ของบุคคลต่างๆข้างต้น และพยายามทำการแสดงบทบาทต่างๆเพื่อทำการปลอบใจให้เขาได้รู้ว่าเราเข้าใจในความรู้สึกของเขาได้เป็นอย่างดี และพยายามจะทำวิธีการต่างๆให้เขารู้สึกดีขึ้น เมื่อได้รับการปลอบใจจากเรา

โปรแกรมการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น ครั้งที่ 4

หัวข้อเรื่อง	การมีจิตใจใฝ่บริการ
กิจกรรม	สถานการณ์จำลอง, อภิปราย และการให้ข้อมูลย้อนกลับ
เวลา	2 คาบ (120 นาที)

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้หนีสิตทราบความสนใจและค่านิยมในการทำงานของตนเอง
2. เพื่อให้หนีสิตได้รู้จักอาชีพที่สอดคล้องกับความสนใจและค่านิยมของตนเอง

อุปกรณ์

1. กระดาษเปล่าและปากกา
2. เนื้อเรื่องของกิจกรรมที่มีเนื้อหาเกี่ยวกับเหตุการณ์จำลอง

วิธีดำเนินการ

1. ชั้นเริ่มต้น

- 1.1 ผู้วิจัยแบ่งหนีสิตออกเป็นกลุ่ม ๆ ละ 5 คน
- 1.2 ผู้วิจัยแจกเนื้อเรื่องเกี่ยวกับการแสดงบทบาทตามสถานการณ์จำลอง ซึ่งเป็นสถานการณ์ตัวอย่าง เพื่อเป็นแนวทางให้หนีสิตได้คิดสถานการณ์ต่างๆ ได้อย่างเหมาะสม
- 1.3 ให้หนีสิตร่วมกันแสดงกันอภิปราย และแสดงความคิดเห็นที่มีต่อเนื้อเรื่องดังกล่าว

1.4 ให้หนีสิตในแต่ละกลุ่มร่วมกันคิดสถานการณ์จำลองอื่นๆ ที่มีลักษณะแตกต่างไปจากสถานการณ์ตัวอย่างที่ยกมาให้ โดยให้มีเนื้อหาเกี่ยวกับการแสดงออกถึงการมีจิตใจใฝ่บริการต่อผู้อื่น เช่น ความต้องการรู้สึกว่ามีความต้องการช่วยเหลือผู้อื่นเมื่อเขาได้รับความเดือดร้อน เป็นต้น เพื่อนำมาใช้ในการแสดงบทบาทโดยแสดงทีละกลุ่ม

2. ชั้นดำเนินการ

2.1 ผู้วิจัยจับสลากเพื่อให้หนีสิตแสดงบทบาทตามสถานการณ์จำลองที่แต่ละกลุ่มร่วมกันคิดขึ้น

2.2 ให้หนีสิตแสดงบทบาทสมมติตามเนื้อเรื่องที่แต่ละกลุ่มร่วมกันแต่งขึ้น โดยมีเนื้อหาเกี่ยวกับการมีจิตใจใฝ่บริการ รวมทั้งอธิบายถึงอารมณ์ ความรู้สึกของแต่ละคนแต่ละตัว รวมทั้งเหตุนำเสนอให้เห็นถึงเหตุผลของการแสดงบทบาทสมมติดังกล่าวด้วย

3. ชั้นยุติ

3.1 หลังจากทีมนิสิตแต่ละกลุ่มแสดงบทบาทสมมติตามสถานการณ์จำลองที่คิดขึ้นเรียบร้อยแล้ว ให้นิสิตที่เป็นผู้ชมร่วมกันอภิปราย และแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับเรื่องราวดังกล่าวว่ามีความเหมาะสมในด้านแสดงออกถึงการมีจิตใจใฝ่บริการหรือไม่อย่างไร

3.2 ร่วมกันอภิปรายผล และแสดงความคิดเห็นต่อการแสดงของแต่ละกลุ่มจนครบทุกกลุ่ม

3.3 ผู้วิจัยร่วมสรุปและให้แนวคิดในเรื่องที่เกี่ยวกับการมีจิตใจใฝ่บริการ

การประเมินผล

สังเกตจากการแสดงความคิดเห็น การซักถาม การอภิปราย และการสรุปของนิสิต

ตัวอย่างสถานการณ์จำลอง

ต้องการให้นิสิตได้รับความรู้สึกร่วมของคนอื่นๆ และพยายามที่จะเรียนรู้ในการช่วยเหลือ หรือบริการในสิ่งต่างๆ รวมทั้งเรียนรู้ที่จะเป็นกัลยาณมิตรต่อกัน ด้วยการช่วยเหลือ และมีจิตใจใฝ่บริการ โดยรายละเอียดของตัวละครต่างๆ มีดังนี้

สมศรี	มีฐานะยากจน เธอต้องรับผิดชอบงานมากมายทำให้เรียนไม่ทันเพื่อน และส่งผลให้เธอมีผลการเรียนที่ไม่ดีนัก
สมชาย	เป็นคนขยัน เรียนเก่ง เป็นนิสิตที่รักของอาจารย์ทุกท่าน ชอบค้นหาทุนการศึกษาจากแหล่งข้อมูลต่างๆ อยู่เสมอ
สมพร	มีฐานะค่อนข้างดี มีผลการเรียนปานกลาง แต่ไม่ชอบเรียนวิชาคณิตศาสตร์
สมรักษ์	มีฐานะยากจน ผลการเรียนไม่ค่อยดีนัก
สมใจ	มีฐานะดี ขยัน มีมารยาท เป็นที่รักของทุกคน

นิสิตทั้ง 5 คนนี้เป็นเพื่อนกัน และในอาทิตย์หน้าจะมีการสอบวิชาคณิตศาสตร์ ทุกคนควรจะทำอย่างไรจึงจะถือได้ว่าเป็นกัลยาณมิตรต่อกันและช่วยเหลือกัน รวมทั้งแสดงถึงการมีจิตใจใฝ่บริการต่อกันมากที่สุด

ให้นิสิตร่วมกันอภิปรายสถานการณ์ข้างต้น และให้แต่ละกลุ่มร่วมกันสร้างสถานการณ์จำลองที่มีเนื้อหาที่สื่อถึงการมีจิตใจใฝ่บริการให้เพื่อได้เข้าใจและสามารถรับรู้ถึงการมีจิตใจใฝ่บริการได้มากที่สุด

โปรแกรมการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น ครั้งที่ 5

หัวข้อเรื่อง	การฝึกการสร้างโอกาส
กิจกรรม	กรณีศึกษา, VCD อภิปราย และให้ข้อมูลย้อนกลับ
เวลา	3 คาบ (180 นาที)

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้ฝึกได้รู้จักและเข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคล รวมทั้งสามารถสร้างโอกาสจากความแตกต่างระหว่างบุคคลได้
2. เพื่อฝึกให้ผู้ฝึกเกิดความรู้สึกที่ต้องการสร้างโอกาสจากเหตุการณ์ต่างๆในส่วนที่เกี่ยวข้องกับความแตกต่างระหว่างบุคคลได้ดี

อุปกรณ์

1. กระดาษเปล่าและปากกา
2. VCD ที่มีเนื้อหาเกี่ยวกับความแตกต่างระหว่างบุคคล เรื่อง "I AM SAM"

วิธีดำเนินการ

1. ขั้นเริ่มต้น
 - 1.1 ผู้วิจัยเนื้อเรื่องคร่าวๆเกี่ยวกับ VCD ให้ผู้ฝึกทุกคนทราบ
2. ขั้นดำเนินการ
 - 2.1 ให้ผู้ฝึกดู VCD บางช่วงที่มีเนื้อหาเกี่ยวกับความแตกต่างระหว่างบุคคล เรื่อง "I AM SAM" รวมถึงการให้โอกาสแก่บุคคลที่ด้อยโอกาสมากกว่าเรา
3. ขั้นยุติ
 - 3.1 หลังจากที่ผู้ฝึกชม VCD เรื่อง "I AM SAM" จบเรียบร้อยแล้ว ให้ผู้ฝึกเขียนความรู้สึกของตนเองเกี่ยวกับภาพยนตร์เรื่องดังกล่าวในแง่ของการให้โอกาสแก่บุคคลอื่นว่ามีความเหมาะสมหรือไม่อย่างไร
 - 3.2 ให้ผู้ฝึกออกมาเล่าเรื่องราวประสบการณ์ของตนเองเกี่ยวกับการให้ความเข้าใจ เห็นใจ และการให้โอกาสแก่บุคคลที่ด้อยโอกาสมากกว่าในสังคม
 - 3.3 ร่วมกันอภิปรายถึงความแตกต่างระหว่างบุคคล และการให้โอกาสแก่บุคคลต่างๆที่ด้อยโอกาส ที่ผู้ฝึกเคยให้ความช่วยเหลือให้โอกาส

การประเมินผล

1. สังเกตจากความสนใจและตั้งใจในการร่วมกิจกรรม
2. สังเกตจากการแสดงความคิดเห็นและมีส่วนร่วมของนิสิต

ตัวอย่างเนื้อหา VCD เรื่อง “I AM SAM”

SAM เป็นชายวัยกลางคนที่มีอายุสมองเท่ากับเด็ก 7 ขวบ ทำงานอยู่ที่ร้านกาแฟสตาร์บัค ภรรยาได้ทอดทิ้งเขาไปหลังจากที่คลอดลูกสาวให้เขา 1 คน SAM สามารถเลี้ยงดูบุตรสาวของตนได้โดยอาศัยความช่วยเหลือจากคนข้างบ้านจนกระทั่งลูกสาวอายุ 8 ขวบ และเริ่มเห็นถึงความไม่ปกติของ SAM จนเกิดการน้อยใจที่ตนเองมีพ่อที่ไม่เหมือนกับพ่อของเพื่อนคนอื่น

จนกระทั่งสถานสงเคราะห์รับรู้เรื่องราวโดยบังเอิญและต้องการที่จะหาคครอบครัวใหม่ให้เป็นผู้ดูแลบุตรสาวของ SAM แทนเนื่องจากต้องการให้เด็กหญิงมีชีวิตครอบครัวที่สมบูรณ์กว่านี้ แต่ SAM ก็พยายามที่จะทนayiที่เก่งที่สุดมาต่อสู้คดี พยายามทุกวิถีทางที่จะได้ใกล้ชิดกับลูกสาว และพยายามทุกวิถีทางที่จะทำให้ทุกคนในสังคมเชื่อว่าเขาสามารถดูแลลูกสาวของตนเองจนเติบโตใหญ่ได้

ในที่สุดคดีจบสิ้น SAM แพ้คดี เด็กหญิงได้อยู่กับครอบครัวใหม่ และเด็กหญิงก็ได้เข้าใจว่าสิ่งที่ตนเองต้องการไม่ใช่ครอบครัวที่ดีพ่น้อมสมบูรณ์ แต่เป็นความจากบิดาของตนเอง และสุดท้ายครอบครัวใหม่ได้เข้าใจถึงความรัก และความพยายามที่แท้จริงของ SAM และลูกสาว จึงได้แบ่งเวลาและโอกาสในการเลี้ยงดูบุตรให้แก่ SAM โดยที่พวกเขาทั้งสองช่วยร่วมเลี้ยงดูเด็กหญิงนี้ด้วยอีกแรงหนึ่ง

โปรแกรมการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น ครั้งที่ 6

หัวข้อเรื่อง	การฝึกการตระหนักรู้สถานการณ์ในกลุ่ม
กิจกรรม	การให้ข้อมูลย้อนกลับของสมาชิกในกลุ่มทดลอง
เวลา	2 คาบ (180 นาที)

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้สันทราบถึงความคิดเห็นของกลุ่มและความสัมพันธ์ของคนในกลุ่ม
2. เพื่อฝึกให้ผู้สังเกตได้เข้าใจถึงประโยชน์ของการตระหนักรู้สถานการณ์ในกลุ่ม

อุปกรณ์

วิธีดำเนินการ

1. ขั้นเริ่มต้น
 - 1.1 ผู้วิจัยให้ผู้สังเกตนั่งล้อมกันเป็นวงกลม
 - 1.2 ผู้วิจัยอธิบายถึงการตระหนักรู้สถานการณ์ในกลุ่ม
2. ขั้นดำเนินการ
 - 2.1 ให้ผู้สังเกตออกมาเล่าถึงความรู้สึกของตนเองว่ามีความรู้สึกอย่างไร และได้รับอะไรบ้างจากการได้เข้าร่วมกิจกรรมในครั้งนี้ โดยให้ออกมาเล่าทุกคน
 - 2.2 ให้ผู้สังเกตเล่าถึงความประทับใจของตนเองที่มีต่อกลุ่มเพื่อนที่เข้าร่วมกิจกรรมในครั้งนี้ว่าเป็นอย่างไร โดยให้ออกมาเล่าทีละคน
 - 2.3 ให้เพื่อนๆในกลุ่มบอกเล่าถึงสิ่งที่ประทับใจในตัวของผู้สังเกตที่ออกไปเล่าเรื่องที่ละคนจนครบทุกคน
3. ขั้นยุติ
 - 3.1 ผู้วิจัยและผู้สังเกตร่วมกันสรุปแนวคิดและอภิปรายถึงการตระหนักรู้สถานการณ์ในกลุ่ม

การประเมินผล

1. สังเกตจากความสนใจและตั้งใจในการร่วมกิจกรรม
2. สังเกตจากการแสดงความคิดเห็นและมีส่วนร่วมของผู้สังเกต

โปรแกรมการพัฒนาการร่วมรู้สึกของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ครั้งที่ 7

หัวข้อเรื่อง	ปัจฉิมนิเทศ
กิจกรรม	แจกประกาศนียบัตร
เวลา	2 คาบ (180 นาที)

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นิสิตนำประสบการณ์จากการเรียนรู้จากกิจกรรมต่างๆไปใช้ในการดำรงชีวิตในวัยเรียนได้อย่างมีความสุข
2. เพื่อให้นิสิตได้รู้จักเข้าใจความรู้สึกของตนเองและผู้อื่นได้ รวมถึงตอบสนองได้สอดคล้องกับสถานการณ์ของผู้อื่น

อุปกรณ์

1. ประกาศนียบัตรสำหรับนิสิตเข้าร่วมกิจกรรมทุกคน

วิธีดำเนินการ

1. ชั้นเริ่มต้น
 - 1.1 ผู้วิจัยให้นิสิตสรุปประโยชน์จากการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น โดยเขียนเป็นข้อความสั้นที่กินใจความถึงความสำคัญของการมีส่วนร่วมรู้สึกไว้ในกระดาษที่เตรียมให้
2. ชั้นดำเนินการ
 - 2.1 ให้นิสิตออกมาเล่าถึงความความมุ่งมั่นหรือคำสัญญาที่จะบอกตัวเองทำให้ออกไปในอนาคตหลังจากได้ร่วมการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นนี้
3. ชั้นยุติ
 - 3.1 ผู้วิจัยสรุปผลการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นในครั้งนี้อย่างคร่าวๆให้นิสิตทุกคนฟัง และเรียนเชิญอาจารย์แจกประกาศนียบัตรแก่ผู้ฝึกกิจกรรมการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นในครั้งนี้ทุกคน
 - 3.2 ผู้วิจัยมอบของที่ระลึกและกล่าวขอบคุณทุกคน / ปิดการฝึกอบรม

การประเมินผล

1. สังเกตความสนใจและตั้งใจในการเข้าร่วมกิจกรรม

แบบสอบถาม

ผลของกิจกรรมการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นที่มีต่อการร่วมรู้สึก
ของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

เรียน ท่านผู้ตอบแบบสอบถาม

ดิฉัน นางสาว รัชฎา โสภณ นิสิตปริญญาโท สาขาวิชาเอก การวิจัยพฤติกรรม
ศาสตร์ประยุกต์ สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ มีความ
ประสงค์จะทำปริญญาโท เรื่อง “ผลของกิจกรรมการฝึกความไวต่อการรับรู้ความรู้สึก
ของผู้อื่นที่มีต่อการร่วมรู้สึกของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ”

ท่านเป็นผู้หนึ่งที่ได้รับเลือกเป็นกลุ่มตัวอย่าง ข้อมูลที่ได้จากท่านอย่างครบถ้วนตาม
ความเป็นจริงมากที่สุดจะช่วยให้ผลการวิจัยที่ได้รับมีความถูกต้องและสามารถนำไปใช้
ประโยชน์ในการศึกษาเกี่ยวกับการร่วมรู้สึก และผลของกิจกรรมการฝึกความไวต่อการรับรู้
ความรู้สึกของผู้อื่นได้ต่อไป ดังนั้น ดิฉันจึงใคร่ขอความร่วมมือจากท่านในการตอบแบบ
สอบถาม โดยคำตอบของท่านจะไม่มีเปิดเผยให้เกิดผลเสียต่อท่านในทุกๆด้าน การ
เสนอข้อมูลจะเสนอโดยภาพรวมเพื่อประโยชน์ในเชิงวิชาการเท่านั้น ผู้วิจัยหวังเป็นอย่างยิ่ง
ว่าจะได้รับความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามเป็นอย่างดี และขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

รายละเอียดของแบบสอบถาม

แบบสอบถามฉบับนี้ประกอบด้วย 2 ตอน คือ

ตอนที่ 1 ข้อมูลส่วนตัวของผู้ตอบแบบสอบถาม

ตอนที่ 2 การร่วมรู้สึก (Empathy)

โดยมีหลักเกณฑ์ในการตอบ ดังนี้

ระดับความเห็น 6	หมายถึง	ตรงกับตัวท่านมากที่สุด
ระดับความเห็น 5	หมายถึง	ตรงกับตัวท่านมาก
ระดับความเห็น 4	หมายถึง	ตรงกับตัวท่านค่อนข้างมาก
ระดับความเห็น 3	หมายถึง	ตรงกับตัวท่านค่อนข้างน้อย
ระดับความเห็น 2	หมายถึง	ตรงกับตัวท่านน้อย
ระดับความเห็น 1	หมายถึง	ตรงกับตัวท่านน้อยที่สุด

ขอแสดงความนับถือ

รัชฎา โสภณ

นิสิตปริญญาโท

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ตอนที่ 1 ข้อมูลส่วนตัว : กรุณาใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างหน้าข้อความที่ตรงกับความจริงของท่านมากที่สุด

1. เพศ () ชาย () หญิง
2. ชื่อ - สกุล
3. อายุ.....ปี
4. สาขาวิชาเอกที่ศึกษา.....

ตอนที่ 2 การร่วมรู้สึก : กรุณาใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างหน้าข้อความที่ตรงกับความจริงของท่านมากที่สุด

ข้อความ	6	5	4	3	2	1
1. ฉันชอบที่จะตั้งใจฟังผู้อื่นพูดเรื่องราวที่เขาเล่า						
2. ฉันเข้าใจรู้สึกของผู้อื่นได้ แม้ว่าเขาจะยังไม่ได้พูดอะไร						
3. ฉันสามารถเข้าใจความคิดเห็นของผู้อื่น						
4. ฉันชอบที่จะทำตามใจตัวเอง โดยไม่สนใจว่าคนอื่นจะรู้สึกอย่างไร						
5. เมื่อเพื่อนเล่าเรื่องความทุกข์ของเขา ฉันจะเดินหนีทันที						
6. ฉันไม่รู้ว่าเมื่อใดเพื่อนโกรธ						
7. ฉันไม่รู้ว่าเมื่อใดเพื่อนเสียใจ						
8. ฉันไม่รู้ว่าเมื่อใดเพื่อนมีความสุข						
9. ฉันไม่เข้าใจว่าทำไมเพื่อนถึงโกรธเมื่อโดนล้อเลียน						
10. ฉันไม่ชอบที่ต้องนั่งปลอบใจเพื่อน						
11. ฉันสามารถบอกได้ว่าแต่ละคนมีจุดใดที่สมควรปรับปรุง						
12. ฉันให้กำลังใจและส่งเสริมเพื่อนเสมอ						
13. ฉันจะพยายามส่งเสริมอย่างเต็มที่เพื่อเพื่อนให้ชนะการแข่งขันต่างๆ						
14. ฉันมักบอกให้เพื่อนที่เรียนไม่ดี ให้ขยันเรียนมากขึ้น						
15. ฉันตีหนังสือให้เพื่อน ในวิชาที่ฉันถนัด						
16. ฉันแนะนำให้เพื่อนพูดให้ชัดเจนในขณะที่พูดหน้าชั้นเรียน						

ข้อความ	6	5	4	3	2	1
17. ฉันแนะนำให้เพื่อนปรับปรุงข้อบกพร่องของตนเอง						
18. ฉันมักช่วยเหลือเพื่อนที่เก่งให้แสดงออกอย่างเต็มที่						
19. ฉันคิดว่าเพื่อนคนที่เก่งแล้ว ไม่จำเป็นต้องให้ความช่วยเหลือก็ได้						
20. ฉันคิดว่าเพื่อนคนที่เรียนเก่งน่าจะได้รับทุนการศึกษาเพื่อเป็นกำลังใจ						
21. ฉันเข้าใจถึงความต้องการของผู้อื่น						
22. ฉันทราบวิธีการที่จะทำให้ผู้อื่นพอใจ						
23. ถ้าฉันพบเด็กร้องไห้เพราะหลงทางฉันจะให้ความช่วยเหลืออย่างเต็มที่						
24. ฉันมักจะแบ่งปันหนังสือให้เพื่อนอ่านเสมอ						
25. ฉันเต็มใจที่จะช่วยหาข้อมูลเรียนพิเศษให้กับเพื่อนที่สนใจ						
26. เมื่อเพื่อน ๆ ยากได้อะไร ฉันจะพยายามหามาให้เสมอ						
27. ในขณะที่นำเสนองานหน้าชั้นเรียน ฉันมักจะเตรียมอุปกรณ์อำนวยความสะดวกให้						
28. ฉันพอใจที่จะให้ความช่วยเหลือเพื่อน ๆ ทุกคนที่ประสบปัญหา						
29. ฉันรู้ว่าเพื่อนต้องการอะไร เมื่อประสบปัญหาในการทำงาน						
30. ฉันเบื่อก่อนที่จะต้องคอยช่วยเหลือเพื่อนทุกครั้ง						
31. ฉันสามารถคุยกับคนได้ทุกระดับ						
32. ฉันเข้าใจว่าคนบางคนมีลักษณะพิเศษที่ไม่เหมือนผู้อื่น						
33. ฉันคิดว่าเพื่อนคนที่ถูกล้อเลียนนั้นไม่ได้แตกต่างจากคนอื่น จึงไม่ควรไปล้อเลียนในปมด้อยของเขา						
34. ฉันเข้าใจถึงความลำบากในการปรับตัวในการเรียนของเพื่อนบางคน						
35. ฉันคิดว่าเพื่อนสอบได้คะแนนไม่ดีเป็นเพราะเขามีเหตุจำเป็นบางอย่างจึงทำให้เขาไม่ได้อ่านหนังสือเท่าที่ควร						
36. ฉันคิดว่าผู้ที่ทำผิดสมควรที่จะมีโอกาสแก้ตัวใหม่ได้						
37. ฉันคิดว่าเราไม่ควรถือเนื้อถือตัว เพราะทุกคนมีความเท่าเทียมกัน						
38. ฉันไม่ชอบที่จะสูงส่งกับเพื่อนที่มีฐานะด้อยกว่าฉัน						

ข้อความ	6	5	4	3	2	1
39. ฉันไม่พอใจที่เพื่อนมักจะเข้ามาทำสนิทสนมกับฉัน						
40. เมื่อฉันจะทำอะไร ฉันมักจะเอาใจเขามาใส่ใจเราเสมอ						
41. ฉันสามารถบอกได้ว่าใครมีอิทธิพลต่อการตัดสินใจของกลุ่ม						
42. ฉันสามารถบอกถึงความสัมพันธ์ของคนในกลุ่มได้						
43. ฉันเข้าใจและยอมรับความคิดเห็นของกลุ่มเสมอ						
44. ฉันไม่เข้าใจว่าทำไมเพื่อนในกลุ่มจึงชอบแกล้งฉัน						
45. ฉันรู้สึกว่เพื่อนๆในกลุ่มชอบความสนุกสนานร่าเริง						
46. ฉันรู้สึกลำบากใจเมื่อต้องปรับตัวเข้ากับคนในกลุ่ม						
47. ฉันไม่เข้าใจว่าเพื่อนในกลุ่มอยู่ได้อย่างไรโดยไม่คุยกันเลย						
48. ฉันไม่รู้ว่าเพื่อนในกลุ่มคิดอย่างไรกับเรื่องที่ผมทำ						
49. ฉันรู้สึกสับสนในความสัมพันธ์ของคนในกลุ่มที่มีต่อฉัน						
50. ฉันรู้สึกได้ว่าเพื่อนๆทุกคนในกลุ่มให้ความรู้สึกที่ดีต่อกันเสมอ						

ขอขอบคุณในความร่วมมือในครั้งนี้

ภาคผนวก ข

1. ตารางแสดงค่าอำนาจจำแนกรายข้อและค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดการร่วมรู้สึก
2. แสดงผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบ 2 ทางของคะแนนการร่วมรู้สึก

ตาราง 9 แสดงค่าอำนาจจำแนกรายข้อและค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดการร่วมรู้สึก (Empathy) โดยรวมทั้งฉบับ

ข้อที่	Item total correlation	ข้อที่	Item total correlation
1	.33	26	.35
2	.34	27	.42
3	.39	28	.63
4	.34	29	.44
5	.45	30	.32
6	.39	31	.52
7	.34	32	.58
8	.40	33	.62
9	.31	34	.64
10	.55	35	.65
11	.32	36	.38
12	.54	37	.46
13	.51	38	.32
14	.39	39	.39
15	.35	40	.59
16	.42	41	.44
17	.44	42	.44
18	.55	43	.39
19	.43	44	.39
20	.37	45	.39
21	.62	46	.44
22	.48	47	.32
23	.55	48	.35
24	.43	49	.32
25	.58	50	.32

ค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดการร่วมรู้สึกทั้งฉบับ เท่ากับ .9182

ตาราง 10 แสดงค่าอำนาจจำแนกรายข้อและค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดการร่วมรู้สึก (Empathy) ด้านการเข้าใจผู้อื่น

ข้อที่	Item total correlation
1	.31
2	.32
3	.32
4	.31
5	.45
6	.61
7	.57
8	.67
9	.56
10	.52

ค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดการร่วมรู้สึกทั้งฉบับ เท่ากับ .7613

ตาราง 11 แสดงค่าอำนาจจำแนกรายข้อและค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดการร่วมรู้สึก (Empathy) ด้านการพัฒนาผู้อื่น

ข้อที่	Item total correlation
1	.31
2	.56
3	.48
4	.35
5	.39
6	.52
7	.55
8	.46
9	.31
10	.31

ค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดการร่วมรู้สึกทั้งฉบับ เท่ากับ .7378

ตาราง 12 แสดงค่าอำนาจจำแนกรายข้อและค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดการร่วมรู้สึก (Empathy) ด้านการมีจิตใจใฝ่บริการ

ข้อที่	Item total correlation
1	.64
2	.43
3	.71
4	.48
5	.67
6	.51
7	.33
8	.67
9	.57
10	.31

ค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดการร่วมรู้สึกทั้งหมด เท่ากับ .8276

ตาราง 13 แสดงค่าอำนาจจำแนกรายข้อและค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดการร่วมรู้สึก (Empathy) ด้านการเข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคล

ข้อที่	Item total correlation
1	.61
2	.77
3	.67
4	.76
5	.46
6	.59
7	.62
8	.55
9	.35
10	.46

ค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดการร่วมรู้สึกทั้งหมด เท่ากับ .8593

ตาราง 14 แสดงค่าอำนาจจำแนกรายข้อและค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดการร่วมรู้สึก (Empathy) ด้านการตระหนักรู้สถานการณ์ในกลุ่ม

ข้อที่	Item total correlation
1	.34
2	.33
3	.35
4	.32
5	.31
6	.47
7	.43
8	.48
9	.48
10	.41

ค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดการร่วมรู้สึกทั้งฉบับ เท่ากับ .7274

ตาราง 15 แสดงผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบ 2 ทางของคะแนนการร่วมรู้สึก
ด้านการเข้าใจผู้อื่น เมื่อพิจารณาตามเพศและกลุ่มการฝึก

Levene's Test of Equality of Error Variances^a

Dependent Variable: understanding others

F	df1	df2	Sig.
.442	3	34	.725

Tests the null hypothesis that the error variance of the dependent variable is equal across groups.

a. Design: Intercept+GR+SEX+GR * SEX

Tests of Between-Subjects Effects

Dependent Variable: understanding others

Source	Type III Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Corrected Model	3.259 ^a	3	1.086	5.237	.004
Intercept	770.593	1	770.593	3715.397	.000
GR	2.244	1	2.244	10.818	.002
SEX	.551	1	.551	2.655	.112
GR * SEX	.576	1	.576	2.779	.105
Error	7.052	34	.207		
Total	785.220	38			
Corrected Total	10.311	37			

a. R Squared = .316 (Adjusted R Squared = .256)

ตาราง 16 แสดงผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบ 2 ทางของคะแนนการร่วมรู้สึก
ด้านการพัฒนาผู้อื่น เมื่อพิจารณาตามเพศและกลุ่มการฝึก

Levene's Test of Equality of Error Variances^a

Dependent Variable: developing others

F	df1	df2	Sig.
1.010	3	34	.400

Tests the null hypothesis that the error variance of the dependent variable is equal across groups.

a. Design: Intercept+GR+SEX+GR * SEX

Tests of Between-Subjects Effects

Dependent Variable: developing others

Source	Type III Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Corrected Model	1.450 ^a	3	.483	2.382	.087
Intercept	633.476	1	633.476	3121.428	.000
GR	.881	1	.881	4.343	.045
SEX	.265	1	.265	1.305	.261
GR * SEX	.360	1	.360	1.775	.192
Error	6.900	34	.203		
Total	642.220	38			
Corrected Total	8.351	37			

a. R Squared = .174 (Adjusted R Squared = .101)

ตาราง 17 แสดงผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบ 2 ทางของคะแนนการร่วมรู้สึก
ด้านการมีจิตใจใฝ่บริการเมื่อพิจารณาตามเพศและกลุ่มการฝึก

Levene's Test of Equality of Error Variances^a

Dependent Variable: service orientation

F	df1	df2	Sig.
1.253	3	34	.306

Tests the null hypothesis that the error variance of the dependent variable is equal across groups.

a. Design: Intercept+GR+SEX+GR * SEX

Tests of Between-Subjects Effects

Dependent Variable: service orientation

Source	Type III Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Corrected Model	1.780 ^a	3	.593	2.077	.122
Intercept	698.322	1	698.322	2443.807	.000
GR	1.425	1	1.425	4.985	.032
SEX	.149	1	.149	.523	.475
GR * SEX	.267	1	.267	.933	.341
Error	9.716	34	.286		
Total	710.680	38			
Corrected Total	11.496	37			

a. R Squared = .155 (Adjusted R Squared = .080)

ตาราง 18 แสดงผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบ 2 ทางของคะแนนการร่วมรู้สึก
ด้านการเข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคลเมื่อพิจารณาตามเพศและกลุ่มการฝึก

Levene's Test of Equality of Error Variances^a

Dependent Variable: leveraging deversity

F	df1	df2	Sig.
1.484	3	34	.236

Tests the null hypothesis that the error variance of the dependent variable is equal across groups.

a. Design: Intercept+GR+SEX+GR * SEX

Tests of Between-Subjects Effects

Dependent Variable: leveraging deversity

Source	Type III Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Corrected Model	3.025 ^a	3	1.008	4.841	.007
Intercept	885.568	1	885.568	4252.129	.000
GR	2.228	1	2.228	10.700	.002
SEX	2.632E-05	1	2.632E-05	.000	.991
GR * SEX	.940	1	.940	4.514	.041
Error	7.081	34	.208		
Total	898.150	38			
Corrected Total	10.106	37			

a. R Squared = .299 (Adjusted R Squared = .237)

ตาราง 19 แสดงผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบ 2 ทางของคะแนนการร่วมรู้สึก
ด้านการตระหนักรู้สถานการณ์ในกลุ่มเมื่อพิจารณาตามเพศและกลุ่มการฝึก

Levene's Test of Equality of Error Variances^a

Dependent Variable: political awareness

F	df1	df2	Sig.
.811	3	34	.497

Tests the null hypothesis that the error variance of the dependent variable is equal across groups.

a. Design: Intercept+GR+SEX+GR * SEX

Tests of Between-Subjects Effects

Dependent Variable: empathy

Source	Type III Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Corrected Model	1.789 ^a	3	.596	4.918	.006
Intercept	732.883	1	732.883	6045.290	.000
GR	1.378	1	1.378	11.370	.002
SEX	1.712E-03	1	1.712E-03	.014	.906
GR * SEX	.490	1	.490	4.043	.052
Error	4.122	34	.121		
Total	740.711	38			
Corrected Total	5.911	37			

a. R Squared = .303 (Adjusted R Squared = .241)

ตาราง 20 แสดงผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบ 2 ทางของคะแนนการร่วมรู้สึก
โดยรวม เมื่อพิจารณาตามเพศและกลุ่มการฝึก

Levene's Test of Equality of Error Variances^a

Dependent Variable: empathy

F	df1	df2	Sig.
1.566	3	34	.216

Tests the null hypothesis that the error variance of the dependent variable is equal across groups.

a. Design: Intercept+GR+SEX+GR * SEX

Tests of Between-Subjects Effects

Dependent Variable: political awareness

Source	Type III Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Corrected Model	.941 ^a	3	.314	.925	.439
Intercept	688.865	1	688.865	2031.834	.000
GR	.558	1	.558	1.647	.208
SEX	2.810E-03	1	2.810E-03	.008	.928
GR * SEX	.429	1	.429	1.265	.269
Error	11.527	34	.339		
Total	703.100	38			
Corrected Total	12.468	37			

a. R Squared = .075 (Adjusted R Squared = -.006)

ประวัติย่อผู้วิจัย

ประวัติย่อผู้วิจัย

ชื่อสกุล	นางสาวรัชฎา โสภณ
วันเดือนปีเกิด	7 มีนาคม 2519
สถานที่เกิด	จังหวัดกรุงเทพฯ
สถานที่อยู่ปัจจุบัน	366 / 138 ถนนประชากรราษฎร์ เขตบางซื่อ กรุงเทพมหานคร 10800
ประวัติการศึกษา	
พ.ศ. 2541	นิเทศศาสตรบัณฑิต (นิเทศศาสตร์ธุรกิจ) คณะนิเทศศาสตร์ มหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิตย์
พ.ศ. 2546	วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต (การวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์) บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ