

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

แนวคิดและทฤษฎี

ในการศึกษาแนวทางการพัฒนาความสามารถในการสื่อสารทางอารมณ์ คุณธรรม และจริยธรรมของเด็กไทยอายุ 6 – 12 ปี ผู้วิจัยได้รวบรวมแนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อเป็นข้อสนับสนุนต่อปัญหานำวิจัยที่ได้กล่าวไปแล้วในบทที่ 1 ดังต่อไปนี้

- แนวคิดเกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์
- แนวคิดเกี่ยวกับคุณธรรมและจริยธรรม
- แนวคิดความสามารถทางการสื่อสาร
- แนวคิดการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์
- แนวคิดการพัฒนาคุณธรรมและจริยธรรม

1. แนวคิดเกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์

ความฉลาดทางอารมณ์ (Emotional Intelligence) ได้มีผู้พยายามให้ความหมายไว้เป็นจำนวนมาก ซึ่งนักวิชาการและนักจิตวิทยาได้เสนอแนวคิดเกี่ยวกับเชาว์อารมณ์ที่สำคัญไว้ดังนี้

1.1 ความหมายของอารมณ์

Bar-On (1992 อ้างถึงใน วีระวัฒน์ บัณฑิตามัย, 2542) ได้ให้ความหมายว่าเป็นองค์ประกอบของความสามารถส่วนบุคคลด้านอารมณ์และด้านสังคมของบุคคลที่จะปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมได้เป็นอย่างดี

Goleman (1995) ได้ให้ความหมายของอารมณ์ไว้ว่า "เป็นความรู้สึกที่ประกอบจากความคิดเฉพาะตน เป็นภาวะทางจิตใจและชีววิทยา เป็นวิสัย แนวโน้มที่จะแสดงออก"

Mayer and Salovey (1997) ได้ให้ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์ คือ เป็นความสามารถในการรับรู้ ประเมินและแสดงอารมณ์ออกมาได้อย่างเหมาะสม เข้าถึงหรือสร้างความรู้สึกที่ดีที่เกื้อกูลความคิดได้ เข้าใจอารมณ์และกระบวนการของอารมณ์ได้ดี คิดใคร่ครวญ และควบคุมภาวะอารมณ์ได้ดีในทางสุขภาพจิตและเซาว์ปัญญา

Goleman (1998, p.317) ได้ให้ความหมายของอารมณ์ ไว้อย่างชัดเจนว่า หมายถึง "ความสามารถในการตระหนักรู้ถึงความรู้สึกของตนเอง และของผู้อื่นเพื่อการสร้างแรงจูงใจในตัวเอง บริหารจัดการอารมณ์ต่างๆ ของตน และอารมณ์ที่เกิดจากความสัมพันธ์ต่างๆ ได้"

สรุป อารมณ์ คือ ความสามารถของบุคคลในการตระหนักรู้ความรู้สึกของตนเอง และผู้อื่น และสามารถประยุกต์ใช้อารมณ์ที่เกิดขึ้นให้เกิดประโยชน์ และปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อมได้เป็นอย่างดี

1.2 พัฒนาการทางด้านอารมณ์

พัฒนาการทางด้านอารมณ์ของเด็กแบ่งออกเป็น 3 ระยะด้วยกัน คือ

1. วัยเด็กตอนต้นหรือวัยก่อนเข้าเรียน (2-5 ปี)

เด็กวัยนี้มักจะเป็นคนเจ้าอารมณ์ หงุดหงิด โกรธง่าย จะมีอาการต่อต้าน ทั้งนี้เพราะต้องขัดขืนคำสั่งพ่อแม่อยู่เสมอ มีอารมณ์กลัวง่ายเนื่องจากการจินตนาการสูง การพัฒนาอารมณ์จะดีหรือไม่ขึ้นอยู่กับกรอบเลี้ยงดูเป็นสำคัญ

2. วัยเด็กตอนกลาง (6-10 ปี)

เป็นวัยหัวเลี้ยวหัวต่อ เด็กจะมีการปรับตัวเนื่องจากต้องไปโรงเรียน เด็กจะเริ่มรู้จักยับยั้งชั่งใจไม่แสดงอารมณ์ออกมาในทันที รู้จักระงับความรู้สึกที่ผู้อื่นมีต่อตน ต้องการได้รับการยอมรับจากหมู่คณะ นอกจากนี้ยังมีอารมณ์สนุกสนาน ร่าเริง แจ่มใส เพราะได้มีโอกาสทำกิจกรรมกลุ่ม

3. วัยเด็กตอนปลาย (10-12 ปี)

อารมณ์ของเด็กวัยนี้อยู่ในระดับปานกลาง คือ ไม่ดีหรือร้ายเกินไป เวลาโกรธจะใช้เวลาสั้น ไม่มีพฤติกรรมต่อสู้อย่างรุนแรง มีการควบคุมอารมณ์ได้ดีขึ้น ชอบการยกย่องสรรเสริญแต่ไม่ชอบการเปรียบเทียบ ความกลัวเริ่มลดลงเปลี่ยนมาเป็นความกังวล อารมณ์เปลี่ยนแปลงง่าย ครอบครัวและสิ่งแวดล้อมเป็นปัจจัยที่สำคัญมากในการพัฒนา ควรรับฟังความคิดเห็น ใ่วางใจ และให้อิสระแก่เด็กในวัยนี้บ้าง เพื่อให้เด็กมีประสบการณ์ที่จะเลือกคิดและตัดสินใจเป็น

เด็กในช่วงอายุ 6-12 ปี เป็นช่วงเปลี่ยนชีวิตทางสังคม เพราะเป็นระยะที่เด็กต้องเริ่มเข้าโรงเรียน เด็กจะเปลี่ยนสังคมจากครอบครัวมาสู่สังคมนอกบ้านจึงทำให้เด็กต้องเกิดการปรับตัวเพื่อให้สามารถอยู่ในสังคมนั้นได้ (สุชา จันทน์เอม, 2543 ; ศรีเรือน แก้วสังวาล, 2543) ดังนั้นเด็กจะค่อยๆพัฒนาอารมณ์ต่างๆตลอดช่วงระยะเวลาของการเจริญเติบโต การแสดงออกของปฏิกิริยาทางอารมณ์ก็เปลี่ยนแปลงไปด้วย เด็กเริ่มมีลักษณะอารมณ์ประเภทต่างๆ เช่น อารมณ์โกรธ อารมณ์อิจฉา อารมณ์เห็นใจ อารมณ์อยากรู้ อารมณ์ก้าวร้าว อารมณ์กลัว เป็นต้น

1.3 องค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์

Goleman (1995) ได้ให้องค์ประกอบโดยการปรับปรุงงานจากแนวคิดเดิมของ Mayer และ Salovey คือ

1. การรู้จักอารมณ์ตนเอง (Self awareness) เป็นความสามารถที่จะรับรู้และเข้าใจ ความรู้สึก ความคิดและอารมณ์ของตนได้ตามความเป็นจริง
2. การบริหารจัดการอารมณ์ของตน (Manage emotion) เป็นความสามารถที่จะควบคุมจัดการความรู้สึกหรือภาวะอารมณ์ที่เกิดขึ้นได้อย่างถูกต้องเหมาะสมและชาญฉลาด
3. การจูงใจตนเอง (Motivating Oneself / Innovate inspiration) หมายถึง ความสามารถในการอดทนรอคอยเพื่อความสำเร็จ ผลักดันตนเองไปสู่เป้าหมายที่ตั้งไว้โดยกระทำในสิ่งที่ดี มองโลกในแง่ดี
4. การตระหนักรู้อารมณ์ของผู้อื่น (Recognizing Emotions in Others / Listen with head and heart) หมายถึง ความสามารถที่จะเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น มีความเห็นอกเห็นใจ เอาใจเขามาใส่ใจเรา สามารถแสดงออกทางอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม
5. ความสามารถในการจัดการความสัมพันธ์กับผู้อื่น (Handling Relationships / Enhance social skill) หมายถึง ความสามารถในการอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข และติดต่อสื่อสารกับผู้อื่นอย่างมีสัมพันธภาพอันดี

ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิด Bar-on (1992 อ้างในวีระวัฒน์ ปันนิตามัย, 2542) ได้เสนอแนวคิดเกี่ยวกับองค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์ โดยแบ่งเป็น 5 ด้าน 15 คุณลักษณะที่สำคัญ ดังนี้

1. ความสามารถภายในตน ซึ่งเป็นความสามารถที่มีองค์ประกอบย่อย ดังนี้
 - 1.1 ความสามารถในการเข้าใจภาวะอารมณ์ของตน
 - 1.2 มีความกล้าที่จะแสดงความคิดเห็นและความรู้สึกของตน
 - 1.3 การตระหนักรู้งาน คือ มีสติ
2. ทักษะด้านมนุษยสัมพันธ์ ได้แก่
 - 2.1 ความสามารถในการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น
 - 2.2 มีน้ำใจ เอื้ออาทร ห่วงใยผู้อื่น
 - 2.3 ตระหนักรู้เท่าทัน ในความรู้สึกนึกคิดของผู้อื่น
3. ความสามารถในการปรับตัว ประกอบด้วย
 - 3.1 ความสามารถในการตรวจสอบความรู้สึกของตน
 - 3.2 เข้าใจสถานการณ์ต่างๆ และสามารถตีความได้ถูกต้อง ตรงความเป็นจริง
 - 3.3 มีความยืดหยุ่น ในความคิดและความรู้สึกของตนเองเป็นอย่างดี
 - 3.4 มีความสามารถในการแก้ไขปัญหาสถานการณ์เฉพาะหน้าได้เป็นอย่างดี
4. มียุทธวิธีในการจัดการกับความเครียด ประกอบด้วย
 - 4.1 การจัดการกับความเครียด บริหารความเครียด
 - 4.2 ควบคุมอารมณ์ได้อย่างดีแสดงออกได้อย่างเหมาะสม
5. การจูงใจตนเอง และสภาวะทางอารมณ์ ได้แก่
 - 5.1 การมองโลกในแง่ดี
 - 5.2 การแสดงออกและมีความรู้สึกที่เป็นสุขที่สามารถสังเกตเห็นได้
 - 5.3 สร้างความสนุกสนานให้เกิดแก่ตนเองและผู้อื่น

สรุปว่าจากแนวคิดทฤษฎี ความฉลาดทางอารมณ์ ผู้วิจัยได้ใช้กรอบแนวคิดของ Goleman (1995) ซึ่งมีองค์ประกอบที่มีความคล้ายคลึงกับแนวคิดของนักจิตวิทยาหลายท่าน เช่น Salovey และ Mayer (1990) Bar – On (1992) หรือแนวคิดของแสงอุสา โลกจนาพันธ์ และกฤษณ์ รุยาพร (2543) เป็นการบริหารอารมณ์ด้วยรอยยิ้มแบบไทยๆ โดยใช้สูตร smile ซึ่งมีความหมายเดียวกันกับทฤษฎีของ Goleman

1.4 ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความฉลาดทางอารมณ์

ความฉลาดทางอารมณ์เป็นความฉลาดและความสามารถทางสมองอย่างหนึ่ง (จอม ชุมช่วย, 2540) การที่คนเราจะมี ความฉลาดทางอารมณ์มากหรือน้อยขึ้นอยู่กับ 2 ปัจจัยหลัก คือ

1. พันธุกรรมหรือพื้นอารมณ์ ซึ่งเป็นตัวกำหนดให้มนุษย์มีพื้นฐานอารมณ์ที่แตกต่างกันไป เช่น ในขณะที่แม่ตั้งครรภ์แล้วเกิดความเครียด อาจส่งผลต่อลูกทำให้เป็นเด็กอารมณ์ไม่ดี ซึมโหม ส่วนแม่ที่ตั้งครรภ์แล้วมีอารมณ์ดีก็จะทำให้ลูกเป็นเด็กเลี้ยงง่าย ร่าเริง

2. สภาพแวดล้อม และการอบรมเลี้ยงดู พื้นอารมณ์ที่ถูกกำหนดโดยพันธุกรรม เป็นปัจจัยที่ไม่สามารถเปลี่ยนแปลงได้ เราจึงควรเปลี่ยนแปลงสิ่งแวดล้อมและการอบรมเลี้ยงดู ดังนั้นการอบรมเลี้ยงดูและการสอนทักษะทางอารมณ์ในลักษณะที่เหมาะสมกับเด็ก จะช่วยพัฒนาและควบคุมพื้นอารมณ์ด้านลบได้ ขณะเดียวกันก็สามารถส่งเสริมพื้นอารมณ์ทางบวกให้ดียิ่งขึ้น เนื่องจากเด็กที่มีพื้นอารมณ์ไม่ดีนั้น เมื่อไม่ได้รับการเลี้ยงดูที่เข้าใจอาจทำให้อารมณ์ที่ไม่ดีเหล่านั้นเกิดมากขึ้นจนฝังรากลึก ไร้การควบคุม กลายเป็นปัญหาทั้งต่อตนเองและสังคม

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ชญญา บัวประเสริฐ (2546) ที่ได้ศึกษาผลการใช้กิจกรรมกลุ่มที่มีต่อความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ โรงเรียนมักกะสันพิทยาคาร เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร ผลการวิจัยโดยสรุปพบว่า ภายหลังจากที่นักเรียนได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม นักเรียนจะมีความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่าก่อนเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม และมีความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

ภูฟ้า เสวกพันธ์ (2543) ได้ทำการวิจัยเรื่อง ผลของโปรแกรมนันทนาการที่มีต่อการพัฒนาเชาว์อารมณ์ของนักศึกษาในระดับมหาวิทยาลัย ตัวอย่าง คือ เป็นนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จำนวน 45 คน แบ่งออกเป็น 3 กลุ่ม ได้แก่ กลุ่มทดลองที่ 1 โปรแกรมนันทนาการการละครและค่ายพักแรมจำนวน 15 คน กลุ่มทดลองที่ 2 โปรแกรมนันทนาการการกีฬาและเกมจำนวน 15 คน และกลุ่มควบคุมจำนวน 15 คน ทำการประเมินเชาว์อารมณ์โดยใช้แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ ของกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข ปี 2543 กับกลุ่มตัวอย่างทั้ง 3 กลุ่ม ก่อนการทดลอง 1 สัปดาห์ จากนั้นนำกลุ่มทดลองที่ 1 และ 2 เข้าโปรแกรมเป็นเวลา 8 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 3 วัน วันละ 2 ชั่วโมง หลังการทดลอง 1 สัปดาห์ ทำการประเมินเชาว์อารมณ์

ทั้ง 3 กลุ่ม ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มทดลองที่ 1 และ กลุ่มทดลองที่ 2 มีพัฒนาการคะแนนเฉลี่ยของเชาว์อารมณ์ดีกว่าก่อนการทดลอง ภายหลังจากสัปดาห์ที่ 8 โดยกลุ่มทดลองที่ 1 พบว่า มีพัฒนาการคะแนนเฉลี่ยเชาว์อารมณ์ดีกว่าก่อนทดลอง ทั้ง 8 ด้าน ได้แก่ ด้านการควบคุมตนเอง ด้านเห็นใจผู้อื่น ด้านรับผิดชอบ ด้านมีแรงจูงใจ ด้านตัดสินใจและแก้ปัญหา ด้านสัมพันธภาพ ด้านภูมิใจตนเอง และด้านพอใจชีวิต กลุ่มทดลองที่ 2 พบว่า มีพัฒนาการคะแนนเฉลี่ยเชาว์อารมณ์ดีกว่าก่อนการทดลอง ทั้ง 5 ด้าน ได้แก่ ด้านการควบคุมตนเอง ด้านเห็นใจผู้อื่น ด้านมีแรงจูงใจ ด้านตัดสินใจและแก้ปัญหา ด้านสัมพันธภาพ

อัจฉรา สุขารมณ, อรพินทร์ ชูชม (2548) การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อสร้างโปรแกรมการส่งเสริมและพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ตามแนวตะวันออก การวิจัยนี้แบ่งออกเป็น 2 ระยะ ได้แก่ ระยะแรกเป็นการสำรวจความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนอายุระหว่าง 12 – 15 ปี จำนวน 1,204 คน โดยใช้แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของกรมสุขภาพจิต ระยะที่สองเป็นการทดลองใช้โปรแกรมการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ตามแนวตะวันออก ซึ่งเป็นโปรแกรมที่ยึดหลักการบูรณาการระหว่างร่างกายและจิตใจให้เป็นหนึ่งเดียวกัน โดยด้านร่างกาย เน้นที่การออกกำลังกาย การรำมวย กายบริหาร และการทำนันทนาการ ด้านจิตใจเน้นที่การฝึกสมาธิ มีเทพบรรยายคุณธรรมและจริยธรรม ทางด้านการปรับเปลี่ยนความคิดทุกกิจกรรมใช้เสียงดนตรีเป็นองค์ประกอบหลัก โดยทำการวิจัยกับกลุ่มตัวอย่าง 108 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 54 คน และกลุ่มควบคุม 54 คน ผลการวิจัยพบว่า ภายหลังจากการทดลองนักเรียนที่ได้รับโปรแกรมการส่งเสริมและพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ตามแนวตะวันออก มีความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้รับโปรแกรกดังกล่าว

Arsenio & Kramer (1982) ได้ทำการศึกษาถึงความเข้าใจอารมณ์ในสถานการณ์ที่สมมติขึ้น โดยผู้วิจัยจะถามเด็กรู้สึกอย่างไร ถ้าปลั๊กเพื่อนออกจากชิงช้าและไปเล่นชิงช้าแทน ผลการศึกษาพบว่า เด็กอายุ 4 ปี มีความรู้สึกทางบวก เช่น ดีใจ โดยเด็กจะให้เหตุผลว่า เพราะตนเองได้รับสิ่งที่ต้องการ คือ การได้เล่นชิงช้า แต่เด็กอายุ 8 ปี จะอธิบายถึงความรู้สึกที่เพิ่มมากขึ้นจากความรู้สึกดีใจ เด็กจะบอกถึงความรู้สึกที่ไม่เหมาะสมรวมอยู่ด้วย เช่น เสียใจ เลวร้าย เพราะเด็กทำอันตรายผู้อื่นด้วย

ในสหรัฐอเมริกาได้มีสถานศึกษาหลายแห่ง ออกแบบโปรแกรมการพัฒนาระดับเชาว์อารมณ์ให้แก่ นักเรียน เช่น Social Development Project, Social Skill Project ตั้งแต่ระดับอนุบาลจนถึงเกรด 12 (ระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย) พบว่า นักเรียนที่มีระดับเชาว์อารมณ์สูงมัก

เป็นผู้มีความรับผิดชอบ กล้าแสดงสิทธิของตน เป็นที่รู้จักในหมู่เพื่อนฝูง ชอบช่วยเหลือผู้อื่น แสดงความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น ห่วงใย มีทักษะในการแก้ไขปัญหาหรือความขัดแย้งได้ดี ควบคุมตนเองได้ คิดก่อนพูด คิดก่อนทำ มีความรู้สึกที่ดี ผูกพันต่อครอบครัวและโรงเรียน เด็กชายแสดงความก้าวร้าวลดลง เด็กหญิงลดการทำร้ายตัวเองลง แสดงความเป็นอันธพาลหรือเข้าหาสารเสพติดน้อยลง เด็กที่มีระดับผลสัมฤทธิ์ต่ำก็มีโอกาสการถูกพักการเรียน หรือถูกไล่ออกน้อยลง คะแนนผลการตอบแบบทดสอบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเพิ่มขึ้น มีความสามารถในการแก้ไขปัญหา ควบคุมอารมณ์ว่าความของตน มีทักษะในการต่อสู้กับความเครียดได้ดี พฤติกรรมในชั้นเรียนดีขึ้น

2. แนวคิดเกี่ยวกับคุณธรรมและจริยธรรม

ในสังคมปัจจุบันนี้เด็กเติบโต และพัฒนาพฤติกรรมทางสังคมตามวุฒิภาวะของเขา พฤติกรรมทางสังคมของเด็กถูกควบคุมให้แสดงออกในทิศทางที่ถูกที่ควรตามค่านิยมของสังคม การพัฒนาที่ถูกที่ควรนี้ เราเรียกได้ว่าเป็นพัฒนาการทางคุณธรรมจริยธรรม พัฒนาการทางจริยธรรมเป็นผลของกระบวนการทางปัญญากับการเรียนรู้ทางสังคม ซึ่งนักจิตวิทยาแต่ละกลุ่มได้ให้ความหมายของคำว่า คุณธรรมและจริยธรรมแตกต่างกันออกไป อาจสรุปได้ดังนี้

นักจิตวิทยาวิเคราะห์เชื่อว่าจริยธรรมคือ สิ่งที่ได้รับการปลูกฝังขัดเกลา กระบวนการขัดเกลานั้นอยู่ในรูปของการเลียนแบบ (identification) ด้วยวัตถุประสงค์ที่จะปรับตัวตามมาตรฐานพฤติกรรมที่กำหนดไว้ในสังคม

นักจิตวิทยาปัญญานิยมเชื่อว่าจริยธรรม คือกระบวนการเรียนรู้ที่เกิดควบคู่กับสติปัญญาของมนุษย์เพื่อการอยู่ร่วมกันอย่างสันติสุขในสังคม

นักจิตวิทยาทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมเชื่อว่าจริยธรรม หมายถึง การควบคุมพฤติกรรมมนุษย์ให้เข้ากับกฎเกณฑ์หรือมาตรฐานความประพฤติได้ถูกต้องหรือดั่งงามที่กำหนดโดยสังคม

ดังนั้นคุณธรรมจึงมีความสำคัญอย่างยิ่งสำหรับมนุษย์ที่ต้องอาศัยอยู่ร่วมกัน เพราะคุณธรรมเป็นหลักแห่งความประพฤติตนให้อยู่ในกรอบความดี มีความรู้สึกผิดชอบชั่วดี ซึ่งเป็นแรงผลักดันให้บุคคลนั้นประพฤติ ปฏิบัติตนในทางที่ถูกต้องและดั่งงาม

2.1 องค์ประกอบคุณธรรมและจริยธรรม

พัฒนาการทางด้านศีลธรรมจรรยาเป็นปัจจัยหนึ่งที่ส่งผลต่อการพัฒนาทางด้านคุณธรรมและจริยธรรมของเด็ก ซึ่ง Piaget (1965) ได้ศึกษาเรื่องพัฒนาการทางศีลธรรมจรรยาและแบ่งระยะพัฒนาการทางศีลธรรมจรรยาเป็น 4 ข้อใหญ่ๆ ดังนี้

1. **ขั้นก่อนจริยธรรม (Pre - moral stage)** ในช่วง 4 ปีแรกของชีวิต เด็กยังไม่มี ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับกฎระเบียบของสังคม และไม่รู้วาระเบียบหรือกฎต่างๆ มีไว้เพื่ออะไร หรือรู้ก็น้อยมาก เด็กวัยนี้จะเล่นโดยไม่คำนึงถึงกฎกติกาใดๆ อย่างไรก็ตาม เพียเจท์เชื่อว่าแนวคิดที่ว่า อะไรผิดอะไรถูก ได้รับการเริ่มฝังรากมาบ้างตั้งแต่วัยทารก (Kuhmerker, 1976)
2. **ขั้นรู้ความหมายของจริยธรรม (Moral realism)** เป็นการพัฒนาทางจริยธรรม ของเด็กในช่วงอายุ 5 ถึง 7 ปี ขั้นตอนนี้หรืออาจเรียกว่า Stage of Heteronomous Morality (ขั้น ยอมรับกฎเกณฑ์ระเบียบหรือคำสั่งจากผู้มีอำนาจเหนือตนโดยเฉพาะอย่างยิ่งพ่อแม่และครู) การที่ เด็กจะตัดสินใจว่าอะไรผิดมากหรือน้อย จะถือเอาขนาดของความเสียหายที่เด็กได้ทำไป คือ ทำ ของเสียหายมากก็ผิดมาก ทำของเสียหายน้อยก็ผิดน้อย ส่วนในเรื่องของเจตนาจะทำผิดหรือไม่ได้ เจตนา นั้นเด็กไม่คำนึงถึง ในวัยนี้เด็กจะมีความเชื่อวากฎเกณฑ์หรือระเบียบต่างๆ เกิดจากบิดา มารดา หรือครู รู้จักเกรงกลัวผู้ใหญ่และเห็นว่าคำสั่งหรือกฎเกณฑ์ต่างๆ เป็นสิ่งที่ต้องปฏิบัติตาม
3. **ขั้นระยะช่วงต่อระหว่าง ขั้นที่ 2 และ ขั้นที่ 4 (Transitional stage)** เป็นการ พัฒนาทางจริยธรรมของเด็กในช่วงอายุ 7 ถึง 9 ปี โดยประมาณ เด็กในวัยนี้จะมีการเล่นกับเพื่อน คบเพื่อนและผูกความสัมพันธ์กับเพื่อนมากขึ้น ใกล้ชิดกับเพื่อนมากขึ้น เด็กเริ่มมีการให้และรับ ระหว่างกันและกัน เด็กในวัยนี้จะรู้ว่าการทำผิดจะต้องได้รับโทษเป็นการตอบแทน และขั้นตอนนี้จะเป็นช่วงวัยที่เด็กเริ่มคำนึงถึงความคิดเห็นของผู้อื่น คือไม่ได้คิดถึงความเห็นของตนฝ่ายเดียว
4. **ขั้นพิจารณาจริยธรรมจากความเกี่ยวข้อง (Stage of moral relativism)** เป็น ขั้นพัฒนาทางจริยธรรมของเด็กอายุประมาณ 10 ถึง 11 ปี เป็นระยะที่เด็กเริ่มพัฒนาจริยธรรมขึ้น สูงระดับมีความคิดว่าอะไรผิดอะไรถูกโดยใช้เหตุผล โดยคำนึงถึงความยุติธรรมในความคิดอ่าน ของเขา เด็กมีเพื่อนมากขึ้นและสังคมกับเพื่อนมากขึ้น เด็กเริ่มมีกฎเกณฑ์ มีความคิดของตัวเอง หรือยึดหลักแห่งตน (Autonomous moral thinking) เด็กจะพิจารณาจากผลที่เกิดจากการกระทำ ด้วย เด็กโตจะตัดสินใจผิดถูกจากสถานการณ์และความเกี่ยวข้องของสถานการณ์หรือความเกี่ยวข้องของเหตุการณ์นั้นกับบุคคล เด็กวัยนี้ยังเชื่อวากฎระเบียบต่างๆ อาจเปลี่ยนแปลงได้บ้าง ตามแต่สถานการณ์และการยอมรับหรือการตกลงกันในกลุ่มกับเพื่อนๆ เช่น ในการเล่นเกม เป็นต้น

ในเรื่องเกี่ยวกับกฎระเบียบ เด็กถือว่าเป็นผลผลิตของการปฏิสัมพันธ์กับเพื่อนในสังคมจึงอาจเปลี่ยนแปลงได้

เพียเจต์ได้สรุปว่า เมื่อเด็กเจริญเติบโตมีอายุมากขึ้น จะมีความคิดอ่านในเรื่องจริยธรรม อย่างมีเหตุผลยิ่งขึ้น เพียเจต์อธิบายว่า เด็กอายุ 4 ถึง 7 ปี รู้เรื่องจริยธรรมแบบ Heteronomy คือระเบียบวินัย หรือความดี ความชั่ว กำหนดโดยผู้มีอำนาจ เช่น พ่อแม่ หรือครู ถ้าผู้ใหญ่ตั้งกฎว่าผิดหรือถูกก็ต้องเป็นไปตามนั้น เมื่อเด็กอายุย่างเข้าวัย 10 ปีหรือกว่านั้น เด็กจะมีความคิดอ่านในเรื่องจริยธรรม มีเหตุผลลึกซึ้งยิ่งขึ้น ซึ่งเรียกว่า Autonomous thinking คือ เด็กเริ่มมีเหตุผลของตัวเองโดยเชื่อมโยงกับเรื่อง หรือปัจจัยอื่นๆ และที่สำคัญยังโยงเกี่ยวกับความคิดเห็นของเพื่อนๆ ของเขาด้วยการที่เปิดใจ การให้เด็กได้เล่นด้วยกันแบบร่วมมือซึ่งกันและกัน (cooperation) จะทำให้มีการพัฒนาจริยธรรมดียิ่งขึ้นและมี Autonomous thinking มากขึ้น

นอกจากนี้ยังมีนักจิตวิทยาการศึกษาทางสังคมหลายท่านเชื่อว่าการพัฒนาการทางจริยธรรมเกิดจากการประพฤติปฏิบัติตามกฎเกณฑ์ของสังคมโดยมีแรงจูงใจพื้นฐานมาจากความต้องการทางชีววิทยา การแสวงหารางวัลตลอดจนการหลีกเลี่ยงการถูกลงโทษ และมนุษย์จะมีปทัสถาน (norm) ของจริยธรรมตามโครงสร้างทางสังคมที่มนุษย์อยู่นั้นเอง (Sears, Hoffman, Bandura and Walters อ้างถึงใน พรพนทิพย์ ศิริวรรณบุญ, 2547) รวมถึงสิ่งที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมจริยธรรม ได้แก่ ตัวเสริมแรงทางบวกและทางลบ ตัวแบบพฤติกรรมที่มีอิทธิพล เช่น บิดา มารดา หรือผู้ที่มีอิทธิพลต่อสังคมนั้นๆ

ผู้วิจัยได้นำหลักคุณธรรมตามแนวกระทรวงศึกษาธิการ หลักสูตรประถมศึกษา 2521 (ฉบับปรับปรุง 2533) มาเป็นแนวทางในการศึกษาลักษณะการพูดและแสดงออกที่สะท้อนถึงคุณธรรมและจริยธรรมในการสื่อสารของเด็กไทยอายุ 6 - 12 ปี กรอบคุณธรรมมีทั้งสิ้น 16 ประการ ได้แก่

1. ความรับผิดชอบ หมายถึง การมีความมุ่งมั่นตั้งใจปฏิบัติหน้าที่การทำงานให้บรรลุผลสำเร็จและปรับปรุงการปฏิบัติหน้าที่ให้ดียิ่งขึ้นอยู่เสมอ และมีความรับผิดชอบต่อภาระทำของตนเอง
2. ความมีระเบียบวินัย หมายถึง การควบคุมตนเองให้ประพฤติปฏิบัติ ตามระเบียบแบบแผน กฎหมาย ข้อบังคับ กติกาของสังคม

3. การรู้จักสามัคคี หมายถึง การแสดงออกซึ่งความสามารถในการทำงานเป็นกลุ่ม มีการร่วมแรงร่วมใจกันเพื่อสร้างสรรค์และแก้ปัญหา เพื่อให้การปฏิบัติงานสำเร็จลุล่วงด้วยดี และมีประสิทธิภาพ
4. ความยุติธรรม หมายถึง การปฏิบัติตนด้วยความเที่ยงตรง สอดคล้องกับความเป็นจริงและเหตุผล ปราศจากความลำเอียง
5. ความเมตตากรุณา หมายถึง การมีความรัก ปราบปรามดีที่จะทำให้ผู้อื่นเป็นสุข และช่วยให้ผู้อื่นพ้นทุกข์
6. ความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ หมายถึง การกระทำที่แสดงถึงไมตรีจิต แบ่งปันและช่วยเหลือเจือจุน เพื่อให้ผู้อื่นมีความสุข
7. การมีสติรู้ผิดชอบชั่วดี หมายถึง การรู้ตัวในสิ่งที่ตนกำลังกระทำ หรือจะกระทำ ว่ามีความถูกต้องตามที่คลองธรรมอย่างไร
8. การตรงต่อเวลา หมายถึง การปฏิบัติ ภารกิจต่างๆ ตรงตามเวลาที่กำหนดอย่างสม่ำเสมอ
9. ความใฝ่รู้ หมายถึง ความอยากรู้ อยากทำในสิ่งต่างๆ และพยายามขวนขวายแสวงหาความรู้เพิ่มเติมอยู่เสมอ
10. ความกตัญญูกตเวที หมายถึง ความสำนึกในบุญคุณของบุคคลหรือสิ่งอื่นที่มีต่อตนเองและสังคม อีกทั้งพยายามตอบแทนพระคุณของบุคคลหรือสิ่งอื่นๆ อย่างถูกต้องตามที่คลองธรรม
11. ความมัธยัสถ์ ประหยัด หมายถึง การรู้จักใช้ทรัพย์สิน เวลา ทรัพยากรทั้งส่วนตนและส่วนรวม ตามความจำเป็นให้เกิดประโยชน์ คุ่มค่ามากที่สุด
12. การพึ่งตนเอง หมายถึง ความสามารถที่จะกระทำการใดๆ ให้สำเร็จได้ด้วยตนเองและไม่ทำตัวให้เป็นปัญหาหรือเป็นภาระแก่ผู้อื่นหรือหมู่คณะ
13. ความซื่อสัตย์สุจริต หมายถึง การประพฤติ ปฏิบัติอย่างเหมาะสมและตรงต่อความเป็นจริงทั้งกาย วาจา ใจ ต่อตนเองและผู้อื่น
14. ความอดทน อดกลั้น หมายถึง การรู้จักควบคุมการกระทำ และอารมณ์ของตนให้อยู่ในขอบเขตที่สังคมยอมรับ ไม่ก่อปฏิกริยาใดๆ เมื่อได้รับการกระทบจากการยั่วยุอารมณ์ การประสบภัย ผิดหวังหรือมีอุปสรรคเกิดขึ้น
15. การรู้จักประมาณตน หมายถึง การรู้จักดำรงชีวิตให้เหมาะสมกับสภาพฐานะ ความเป็นอยู่ของตนเอง เพื่อนำไปสู่การดำรงชีวิตที่เป็นสุขและเหมาะสมในสังคม

16. ความเป็นผู้มีวัฒนธรรม รู้จักกาลเทศะ และมีสัมมาคารวะ หมายถึง การแสดงออกทางกาย วาจา ใจ ที่สังคมนั้นยอมรับว่าเป็นการกระทำที่งดงาม ถูกต้อง เหมาะสม กับกาลเทศะ

2.2 ปัจจัยที่เกี่ยวข้องต่อการพัฒนาทางคุณธรรมและจริยธรรม

ธีระพร กุลนันทน์, (2544) ได้รวบรวมความคิดของเลขา ปิยะอัจริยะ และธีระพร อุวรรณโน ซึ่งได้สรุปปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการพัฒนาจริยธรรมของเด็กปฐมวัย ไว้ว่า

ลักษณะจริยธรรมของเด็กจะพัฒนาได้จะต้องประกอบด้วยพื้นฐานต่อไปนี้

1. พื้นฐานที่เกี่ยวกับตัวเด็กเองคือเด็กจะต้องมีสุขภาพที่แข็งแรง ความแข็งแรงจะช่วยให้เด็กทนต่อสิ่งเข้ายวนยั่วได้ดีกว่าการที่ร่างกายอ่อนแอเป็นโรคเรื้อรัง นอกจากสุขภาพแข็งแรงแล้ว เด็กจะต้องมีความมั่นคงทางอารมณ์รู้สึกว่าเป็นที่รักที่ต้องการของบิดามารดาเป็นส่วนหนึ่งของสังคมครอบครัวและมีความผูกพันกับครอบครัว
2. พื้นฐานที่เกี่ยวกับบิดามารดา คือ ทศนคติของบิดามารดาและความสัมพันธ์ระหว่างบิดามารดาถูกต้องเป็นไปในทางที่ทำให้เด็กได้รับการดูแลเอาใจใส่อย่างรักใคร่อบอุ่นและมีความสัมพันธ์ทางใจใกล้ชิดกับเด็ก รวมทั้งบิดามารดาต้องสามารถเป็นแบบอย่างที่ดีของลูกได้ด้วย
3. พื้นฐานที่เกี่ยวข้องกับโรงเรียนคือโรงเรียนจะต้องจัดหลักสูตรกิจกรรมการเรียนการสอนและสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการพัฒนาทัศนคติที่ดีงามและการฝึกปฏิบัติสิ่งที่ดีควรกระทำของนักเรียนครูและเพื่อนจะต้องมีทัศนคติและความสัมพันธ์ที่เป็นไปในทำนองเข้าใจและยอมรับเด็ก รวมทั้งต่างก็เป็นแบบอย่างอันดีแก่เด็กในเรื่องของการแสดงพฤติกรรมที่ถูกต้องเหมาะสม นอกจากนี้ครูยังต้องมีความสามารถในการจัดการเรียนการสอนที่ส่งเสริมพัฒนาจริยธรรมให้แก่เด็กด้วย
4. พื้นฐานเกี่ยวข้องกับสังคมทั่วไป คือ สภาพสังคมทั่วไปจะต้องไม่ยั่วยู่ให้เด็กมีความลุ่มหลงในสิ่งที่ไม่ดีงาม ตรงกันข้ามสังคมจะต้องสร้างแบบอย่างที่ดีให้แก่เด็กและมีบรรยากาศที่สอดคล้องกับแนวการปลูกฝังจริยธรรมของครอบครัวและโรงเรียน

ส่วนธีระพร อุวรรณโน (อ้างถึงในธีระพร กุลนันทน์, 2544) ได้กล่าวถึงปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการพัฒนาลักษณะนิสัยทางจริยธรรมของเด็กปฐมวัย ไว้ว่า

1. ปัจจัยส่วนบุคคล

ปัจจัยส่วนบุคคลที่เกี่ยวกับพัฒนาการทางจริยธรรมของเด็ก หมายถึง ปัจจัยที่เป็นลักษณะของเด็กเอง ปัจจัยเหล่านี้รวมถึงอายุ เพศ สถิติปัญญา ความรู้สึก และลักษณะทางจิต

2. ปัจจัยทางบ้าน

บิดามารดาและผู้ปกครอง เป็นครูสอนจริยธรรมคนแรกของเด็ก วิธีการฝึกวินัยที่บิดามารดาใช้กับเด็กจะมีผลกับพัฒนาการทางจริยธรรมของเด็กไปชั่วชีวิต

3. ปัจจัยทางโรงเรียน

ครูเป็นแม่พิมพ์และเป็นผู้รับภาระในการสอนจริยธรรมให้กับเด็กควบคู่ไปกับการสอนของบิดามารดา และครูเป็นผู้ถ่ายทอดจริยธรรมให้กับอนาคตของชาติ

4. สื่อมวลชนเป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพัฒนาการทางจริยธรรม

โดยเฉพาะโทรทัศน์ นับว่าเป็นแหล่งการถ่ายทอดทางสังคมแหล่งใหม่ และเป็นครูสอนจริยธรรมคนใหม่ให้กับเด็ก ในเนื้อหาทั้งทางตรงและแฝงเร้นมีอิทธิพลต่อจริยธรรมของเด็กทั้งทางดีและไม่ดี

การพัฒนาจริยธรรมสำหรับเด็กปฐมวัยเกิดจากอิทธิพลการเรียนรู้ทางสังคมเป็นสำคัญ กล่าวคือ บุคคลที่เกิดมาในแต่ละสังคมจะต้องเรียนรู้ และยอมรับจริยธรรมประเพณีในสังคมของตน ซึ่งย่อมแตกต่างจากจริยธรรมประเพณีของสังคมอื่นๆ บุคคลที่อยู่ในสังคมเดียวกันหรือสังคมที่มีจริยธรรมประเพณีคล้ายคลึงกันจะมีความรู้ความเข้าใจทางจริยธรรมเกี่ยวกับพฤติกรรมต่างๆ ไปในแนวเดียวกันหรือคล้ายคลึงกัน ส่วนบุคคลที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูหรือการถ่ายทอดทางสังคม (Socialization) แตกต่างกัน ความรู้ความเข้าใจทางจริยธรรมเกี่ยวกับพฤติกรรมต่างๆ ก็จะไม่แตกต่างกันไปด้วย

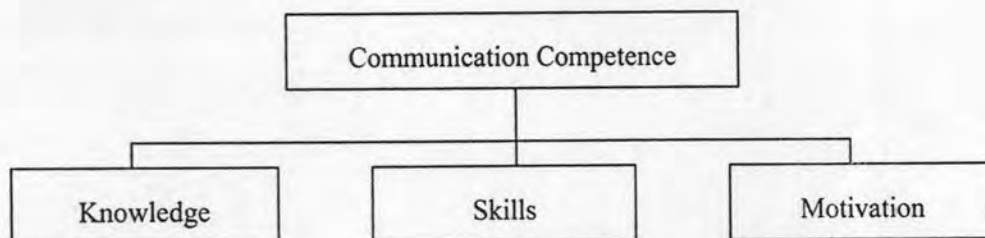
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

เดอตัน จอห์น ซี (อภิญา มานะโรจน์, 2539) ได้ศึกษาอิทธิพลของวัฒนธรรมกลุ่มเพื่อนเกี่ยวกับค่านิยมของนักศึกษา การที่จะเข้าใจอิทธิพลวัฒนธรรมกลุ่มเพื่อนที่มีต่อการกระทำเพื่อก่อให้เกิดกลยุทธ์เพื่อการพัฒนา งานที่สำคัญสำหรับผู้ทำงานกับนักศึกษาเกี่ยวข้องกับการฝึกฝนและการพัฒนาให้เกิดความตระหนักทั้งค่านิยม และพัฒนาการทางค่านิยมของนิสิต นักศึกษาพบว่า มีการเปลี่ยนแปลงของปกติวิสัยในกลุ่มวัฒนธรรมของกลุ่มเพื่อนและกลยุทธ์ที่จะเกิดการฝึกฝนและการพัฒนา

ดวงเดือน พันธุมนาวิน และ เพ็ญแข ประจวบจักษ์ (2520) งานวิจัยนี้มีจุดประสงค์ที่จะศึกษาป่อกัดและพัฒนาการทางจริยธรรมของเยาวชนไทยประเภทต่างๆ ผู้วิจัยได้ทำการวิจัยประเภทการศึกษาภาคสนาม โดยสร้างเครื่องมือวัดลักษณะการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม และลักษณะมุ่งอนาคตเพื่อใช้วัดนักเรียนตั้งแต่ชั้น ป.6 ถึงนิสิตนักศึกษาในชั้นปีที่ 2 (อายุตั้งแต่ 11 ปี – 25 ปี) จำนวนมากกว่า 1,400 คน ผลการวิจัยเกี่ยวกับพัฒนาทางจริยธรรม แสดงว่า ลักษณะการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมและลักษณะมุ่งอนาคตนั้น ควรปลูกฝังก่อนที่บุคคลจะมีอายุ 10 ปี ทั้งนี้ เพราะเมื่อเริ่มวัยรุ่นลักษณะทางจริยธรรมทั้งสองประการนี้จะเริ่มคงที่ ผู้ที่มาจากครอบครัวฐานะยากจนมีการพัฒนาทางจริยธรรมช้ากว่ากลุ่มอื่น ในช่วงวัยรุ่นตอนต้น แต่จะก้าวทันกลุ่มอื่นเมื่อวัยรุ่นตอนปลายหรือเมื่อเรียนในชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายและอุดมศึกษา ส่วนลักษณะมุ่งอนาคตนั้น กลุ่มวัยรุ่นตอนต้นมีลักษณะนี้สูง และจะเริ่มลดลงอย่างรวดเร็วเมื่ออายุมากขึ้น ซึ่งแสดงว่าวัยรุ่นตอนปลายมีนิสัยการบังคับใจตนเอง และความสามารถในการอดได้รอได้ต่ำกว่าผู้ที่มีอายุน้อยกว่าตน ผลการวิจัยนี้ได้ชี้ให้เห็นความสำคัญของการที่จะต้องทำการศึกษาลักษณะมุ่งอนาคตของเด็กที่อายุน้อยกว่า 11 ปี และ ผู้ใหญ่ที่อายุมากกว่า 20 ปี เพราะลักษณะมุ่งอนาคตเป็นลักษณะที่สำคัญมากทางจริยธรรม และเป็นประชาธิปไตยของชุมชน ผู้ใหญ่จะต้องมีลักษณะมุ่งอนาคตสูงกว่าวัยรุ่นและเด็ก สังคม นั้นจึงจะพัฒนาไปได้ด้วยดี

3. แนวคิดเรื่องความสามารถทางการสื่อสาร

ความสามารถทางการสื่อสารคือความสามารถในการเลือกใช้พฤติกรรมการสื่อสารในสถานการณ์หนึ่งได้อย่างเหมาะสมและมีประสิทธิภาพ ซึ่งมีรูปแบบโมเดลในการพัฒนาความสามารถทางการสื่อสารประกอบด้วย 3 ด้าน ดังนี้คือ



จากโมเดลในการพัฒนาความสามารถทางการสื่อสารข้างต้น สามารถอธิบายได้ ดังนี้

1. Knowledge (ความรู้) คือ การที่รู้ว่าพฤติกรรมการสื่อสารใดเป็นการสื่อสารที่เหมาะสมกับสถานการณ์ รู้กลยุทธ์ที่เหมาะสมในการสื่อสารคือ การตระหนักถึงว่าควรสื่อสารเรื่องอะไร ที่ไหน เมื่อไหร่ และประเด็นในการสื่อสารนั้นมีจุดประสงค์เพื่ออะไร
2. Skills (ทักษะ) คือ การที่สามารถประยุกต์พฤติกรรมที่เหมาะสมนั้นไปใช้ในสถานการณ์ต่างๆ กันไป ซึ่งทักษะนี้หมายรวมถึง วิธีการสื่อสาร กระบวนการคิด ทักษะการคิด ความสามารถที่จะบรรลุเป้าหมาย และทักษะที่จะสื่อสารเพื่อให้บรรลุเป้าหมายของผู้สื่อสาร
3. Motivation (แรงจูงใจ) คือ การที่มีความปรารถนาที่จะสื่อสารความตั้งใจที่จะส่งสารของผู้ส่งสาร เพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์ตามที่ผู้ส่งสารต้องการ

จากโมเดลนี้สามารถไปประยุกต์ใช้กับการพัฒนาความสามารถทางการสื่อสารได้หลากหลายรูปแบบ ซึ่งเราจะเน้นที่ว่าทำอะไรถึงจะพัฒนาความสามารถทางการสื่อสารให้มีประสิทธิภาพ ซึ่งจากงานวิจัยชิ้นนี้ได้เน้นในเรื่องของการพัฒนาความสามารถในการสื่อสารทางอารมณ์ คุณธรรมและจริยธรรมในการสื่อสารของเด็กไทยอายุ 6-12 ปี นอกจากรูปแบบโมเดลซึ่งสามารถพัฒนาความสามารถในการสื่อสารได้แล้ว ผู้ที่จะมีความสามารถในการสื่อสารได้ดีทั้งในด้านอารมณ์ คุณธรรมและจริยธรรมนั้น จะต้องมิตักษะในเรื่องต่างๆ ดังนี้

การเข้าใจผู้อื่น (Empathic Skill)

คำว่า "empathy" หรือความเข้าอกเข้าใจ มาจากคำว่า "empathia" ในภาษากรีก ซึ่งหมายถึง ความรู้สึกร่วม (feeling into) โดยมีนัยว่าความสามารถที่จะสะท้อนประสบการณ์ทางอารมณ์ของบุคคลอื่นได้

นอกจากนี้ ยังมีแนวความคิดที่นอกเหนือไปจากนั้นอีกว่า ความเข้าอกเข้าใจคือความสามารถที่จะรู้อารมณ์ของบุคคลอื่นด้วย ซึ่งโดยปกติระหว่างสนทนากันนั้นคู่สนทนาจะอยู่ในระยะห่าง ฉะนั้นเรื่องนี้จึงไม่ใช่พิจารณาเฉพาะเรื่องของภาษาทางกาย หรือน้ำเสียงที่ใช้ในการสนทนาเท่านั้น เพราะการแสดงออกทางด้านร่างกายและน้ำเสียงอาจไม่ก่อให้เกิดความรู้สึกที่ดีแก่ฝ่ายร่วมสนทนาด้วย เพราะอาจถูกมองว่าสิ่งที่แสดงออกนั้นปราศจากซึ่งความเข้าใจก็ได้ ดังที่กล่าวว่าการแสดงออกซึ่งความเข้าอกเข้าใจนั้นจำเป็นต้องใช้ทักษะทั้งทางด้านวจนภาษาและอวัจนภาษา

นอกจากนี้ Irvin, Mitnick และ Niemi (2004: 1 อ้างถึงใน ชัยเสฏฐ์ พรหมศรี, 2548) กล่าวว่าความเข้าอกเข้าใจเกี่ยวข้องกับกระบวนการแลกเปลี่ยนอารมณ์ของบุคคลใดบุคคลหนึ่งผ่านความตระหนัก การยอมรับและการตอบรับจากบุคคลที่มีปฏิสัมพันธ์ด้วย และมองว่าการจะแสดงความเข้าอกเข้าใจนั้น บุคคลที่รับฟังปัญหาของอีกบุคคลหนึ่งไม่จำเป็นที่จะต้องมีส่วนร่วมเดียวกัน หรือต้องมีความรู้สึกอย่างชัดเจนว่าบุคคลที่ร่วมสนทนาด้วยมีความรู้สึกอย่างไร แต่เป็นการแลกเปลี่ยนที่ยอมรับของการตอบสนองทางอารมณ์ของอีกฝ่ายได้

โดยสรุปความรู้สึกเห็นอกเห็นใจหรือเข้าอกเข้าใจคือ ความสามารถในการรับรู้ความรู้สึกและมุมมองของบุคคลอื่น และมุ่งความสนใจไปยังที่คนเหล่านั้นต้องการ หรือที่เรียกว่าง่าย ๆ ตามหลักพุทธศาสนาว่า “การเอาใจเขามาใส่ใจเรา (put yourself in someone's shoes)” เรื่องความเข้าอกเข้าใจเป็นเรื่องที่สามารถพัฒนาได้ ถ้าได้รับการฝึกฝนและพัฒนาทักษะทางด้านความเข้าอกเข้าใจ (empathic skill) อย่างสม่ำเสมอและถูกวิธี

การเตือนตนเอง (Self-Monitoring)

การเตือนตนเอง จัดได้ว่าเป็นเทคนิคที่มีความสำคัญมากในการควบคุมตนเอง การเตือนตนเองสามารถใช้เป็นเทคนิคหนึ่งของการควบคุมตนเอง หรืออาจจะเป็นส่วนหนึ่งของกระบวนการควบคุมตนเองทั้งหมดที่เรียกว่าการจัดการตนเอง (Self-Management) ก็ได้ (สมโภชน์ เขียมสุภาษิต, 2536)

การเตือนตนเองนั้น สามารถใช้ได้กับพฤติกรรมทุกประเภท ไม่ว่าจะเป็นพฤติกรรมภายนอกหรือพฤติกรรมภายใน อีกทั้งสามารถใช้ได้ทั้งในการเพิ่มพฤติกรรมที่พึงประสงค์ และลดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์อีกด้วย เช่น การเพิ่มระดับความสนใจในการเรียน การทำให้ผลการเรียนดีขึ้น การลดพฤติกรรมการกินและสูบบุหรี่ การหยุดพฤติกรรมการกัดนิ้วตัวเอง การลดพฤติกรรมการก่อกวนในชั้นเรียน การลดการพูดเสียงดังและพฤติกรรมก้าวร้าว และลดพฤติกรรมการย้ำคิด เป็นต้น เนื่องจากการเตือนตนเองนั้น ประกอบด้วยกระบวนการสังเกตตนเอง และบันทึกพฤติกรรมตนเองเท่านั้น การเตือนตนเองจึงอาจกล่าวได้ว่า อาจจะเป็นเพราะว่าบุคคลได้บันทึกพฤติกรรมของตนเองเมื่อเห็นข้อมูลที่ตนเองบันทึกนั้น ก็อาจจะพูดกับตนเองภายในใจว่า เราเป็นคนดี หรือเราทำได้ตามเป้าหมายนะ ซึ่งการพูดเช่นนั้นทำหน้าที่เป็นการเสริมแรงการกระทำพฤติกรรมก็ได้ หรือในขณะที่การเตือนตนเองนั้นทำให้พฤติกรรมของบุคคลดีขึ้น อาจเป็นเพราะว่าเกิดกระบวนการควบคุมความรู้สึกผิด (Guilt Control) ขึ้น เนื่องจากพบว่าพฤติกรรมที่ตนเองบันทึกนั้น

ต่ำกว่าเป้าหมายที่ตนเองตั้งไว้ ก็อาจจะพุดใจให้ตนเองรู้สึกผิดขึ้นมา และการที่จะหลีกเลี่ยงความรู้สึกผิดได้ก็คือจะทำให้ตัวเองดีขึ้น

4. แนวทางการพัฒนา

4.1 การจัดกิจกรรมเพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์

กรมสุขภาพจิต (2547 อ้างถึงในกรวิตา ศรีสุภา, 2549) กล่าวว่า การจัดกิจกรรมเพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์นั้นควรเน้นการจัดกิจกรรมที่ฝึกคิดแก้ปัญหา เน้นให้ศูนย์กลางการเรียนรู้และกระบวนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม (Participation Learning) เพราะจะทำให้นักเรียนเกิดการอภิปรายแลกเปลี่ยนทักษะต่างๆ ซึ่งการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมนั้นจะมีพื้นฐานสำคัญ คือ การเรียนรู้เชิงประสบการณ์และการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพ โดยมีองค์ประกอบสำคัญ คือ

1. ประสบการณ์ (Experience) คือ การนำประสบการณ์เดิมของตนมาพัฒนาเป็นองค์ความรู้
2. การสะท้อนความคิดและถกเถียง (Reflex and Discussion) คือ การได้มีโอกาสแสดงออกเพื่อแลกเปลี่ยนความคิดเห็นและเรียนรู้ซึ่งกันและกันอย่างลึกซึ้ง
3. เข้าใจและเกิดความคิดรวบยอด (Understanding and conceptualization) คือ การเกิดความเข้าใจและนำไปสู่การเกิดความคิดรวบยอด อาจมีช่วยกันแต่งเติมให้สมบูรณ์หรือสานต่อความคิดนั้นสมบูรณ์เป็นความคิดรวบยอด
4. การทดลองหรือประยุกต์แนวคิด (Experiment and Application) คือ การเรียนรู้ที่เกิดขึ้นใหม่ไปประยุกต์ใช้ในสถานการณ์ต่างๆ จนเกิดเป็นแนวทางปฏิบัติของสมาชิกเอง

มนัส บุญประกอบ (2544) เสนอเทคนิคการสอนเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญด้วยวิธีการที่หลากหลาย เช่น

1. กระบวนการ CM (Concept Mapping Process) ใช้หลักการเรียนรู้ร่วมกันในกลุ่มย่อยและกระบวนการกลุ่ม ซึ่งกระบวนการนี้จะทำให้ผู้เรียนมีโอกาสระดมทั้งความคิดและเป็นการแสดงความคิดอย่างอิสระ ส่งเสริมความคิดริเริ่ม เป็นการฝึกการจัดอารมณ์ของตน ฝึกการยอมรับผู้อื่น เรียนรู้อารมณ์ของผู้อื่น เกิดการพัฒนาทักษะทางสังคม (Social Skills)

2. การเรียนการสอนแบบตื่นตัว (Active Instruction) แบ่งออกเป็น

2.1 การอ่านแบบตื่นตัว (Active Reading) เช่น การเว้นคำ (Cloze) การเน้นคำ การเขียนแผนภาพ การเรียงลำดับ การรวบรวม การแยกแยะข้อมูลและการตั้งคำถาม

2.2 การเขียนแบบตื่นตัว (Active Writing) เช่น การเขียนบันทึกประจำวัน เขียนจดหมาย เขียนข่าว โคลงกลอน บทความ บทละคร บทสัมภาษณ์และการจัดการแสดง กิจกรรมเหล่านี้จะสามารถทำให้ผู้เรียนเกิดความสุขและสนุกได้ เพราะเป็นกิจกรรมที่น่าสนใจ แปลกใหม่ ไม่ซ้ำซาก ส่งเสริมความคิดริเริ่มสร้างสรรค์และจินตนาการได้

3. เกมที่มีกติกาการเล่นหรือมีการแข่งขันระหว่างกลุ่ม ซึ่งลักษณะของเกมจะมีหลากหลายรูปแบบ เช่น การใช้เกมเพื่อทบทวนบทเรียน ทำให้ผู้เรียนมีความสุขสนุกสนานและได้ผ่อนคลาย โดยสามารถสอดแทรกเรื่องการเรียนรู้ เรื่องการชื่นชมยินดีกับผู้ที่ชนะเกมช่วยเสริมสร้างการพัฒนาการรู้จักควบคุมอารมณ์ของตนเองและเพื่อน

นอกจากนี้ ยังมีกิจกรรมอื่นๆ อีกมากมายที่ช่วยพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ เช่น บทบาทสมมติ การอภิปรายกลุ่ม เป็นต้น ดังนั้น การจัดกิจกรรมเพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ควรที่จะเน้นกิจกรรมที่สามารถทำให้เด็กเกิดการเรียนรู้ใหม่ๆ ที่ท้าทาย มีการสื่อสารระหว่างกันและกันแลกเปลี่ยนความคิดเห็นต่างๆ เพื่อจะนำไปสู่การเกิดทักษะต่างๆ ที่เหมาะสมได้

4.2 แนวทางการพัฒนาคุณธรรมและจริยธรรม

เอกวิทย์ ณ ถลาง (อ้างถึงใน ศักดิ์ชัย นิรัญทวิ, 2525) ได้เสนอแนวทางการปลูกฝังคุณธรรมแก่นักศึกษาดังนี้

1. สร้างเสริมสิ่งแวดล้อมที่อยู่รอบตัวเด็ก ให้เด็กสามารถดูดซึมค่านิยมที่ต้องการปลูกฝังเอง
2. ให้เด็กได้อยู่ใกล้ชิดตัวอย่างที่ดี
3. เสนอปัญหาให้เด็กคิด เมื่อเด็กเห็นปัญหาของคนอื่นหรือของสังคมก็จะได้นำมาเปรียบเทียบกับประสบการณ์ของตนเอง และเกิดการเปลี่ยนแปลงในตัวคือ ได้ศึกษาวิเคราะห์จนเกิดความสำนึก (Self-Realization) มากขึ้น
4. แสวงหาแบบอย่างวัฒนธรรมที่ดีงามและชี้้นำให้เด็กเข้าใจ
5. จัดโอกาสให้เด็กได้ศึกษาหาประสบการณ์จากวิชาการบางอย่าง เช่น วิทยาศาสตร์ ช่วยสร้างค่านิยมให้เด็กรักความจริง มีเหตุมีผล ศิลปะช่วยขัดเกลาให้จิตใจละเอียดอ่อน

6. สร้างและปฏิบัติตามระเบียบวินัย อันหมายถึงค่านิยมที่ผู้ใหญ่และเด็กยอมรับนับถือร่วมกันเป็นวินัยที่มุ่งสร้างความมีวินัยให้แก่ตนเอง

7. สันทนาวิสาสะในชีวิตประจำวัน นำเรื่องที่พบเห็นมาถ้อยให้เห็นคุณค่า

จะเห็นได้ว่ารูปแบบกิจกรรม รวมถึงการปลูกฝังความฉลาดทางอารมณ์ คุณธรรมและ จริยธรรมให้กับเด็กนั้นเป็นสิ่งที่จะช่วยเสริมสร้างพัฒนาการทางความสามารถในการสื่อสารให้กับ เด็ก โดยเฉพาะเด็กที่อยู่ในช่วงวัย 6-12 ปี เพราะเด็กอยู่ในสภาพแวดล้อมปกติจะสามารถพัฒนา ไปได้อย่างมาก ทั้งในทางด้านร่างกาย สติปัญญา สังคม อารมณ์ บุคลิกภาพ และคุณธรรม จริยธรรม และเมื่อเราสนใจและปลูกฝังอย่างจริงจังแล้วเขาก็จะสามารถพัฒนาตนเองให้ดีขึ้นในวัย ต่อๆ ไป