Chulalongkorn University
Chula Digital Collections

Chulalongkorn University Theses and Dissertations (Chula ETD)

2021

การศึกษาสภาพการจัดการอารมณ์ของนักเรียนระดับประถมศึกษา: กรณีศึกษาโรงเรียนนานาชาติ

ปิ่นประไพ โชติชัชวาลย์กุล
คณะครุศาสตร์

Follow this and additional works at: https://digital.car.chula.ac.th/chulaetd

Part of the Elementary Education Commons

Recommended Citation

โชติชัชวาลย์กุล, ปิ่นประไพ, "การศึกษาสภาพการจัดการอารมณ์ของนักเรียนระดับประถมศึกษา: กรณีศึกษาโรงเรียนนานาชาติ" (2021). *Chulalongkorn University Theses and Dissertations (Chula ETD)*. 5275.
https://digital.car.chula.ac.th/chulaetd/5275

This Thesis is brought to you for free and open access by Chula Digital Collections. It has been accepted for inclusion in Chulalongkorn University Theses and Dissertations (Chula ETD) by an authorized administrator of Chula Digital Collections. For more information, please contact ChulaDC@car.chula.ac.th.

การศึกษาสภาพการจัดการอารมณ์ของนักเรียนระดับประถมศึกษา: กรณีศึกษาโรงเรียนนานาชาติ

น.ส.ปิ่นประไพ โชติชัชวาลย์กุล

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาประถมศึกษา ภาควิชาหลักสูตรและการสอน
คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
ปีการศึกษา 2564

ลิขสิทธิ์ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

A study of emotional regulation in elementary student: case study of international school

Miss Pinprapai Chotchatchawalkul

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements
for the Degree of Master of Education in Elementary Education
Department of Curriculum and Instruction
FACULTY OF EDUCATION
Chulalongkorn University
Academic Year 2021
Copyright of Chulalongkorn University

หัวข้อวิทยานิพนธ์	การศึกษาสภาพการจัดการอารมณ์ของนักเรียนระดับประถมศึกษา: กรณีศึกษาโรงเรียนนานาชาติ
โดย	น.ส.ปิ่นประไพ โชติชัชวาลย์กุล
สาขาวิชา	ประถมศึกษา
อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.กีรติ คุวสานนท์

คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้นับวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต

..... คณบดีคณะครุศาสตร์

(รองศาสตราจารย์ ดร.ศิริเดช สุชีวะ)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

..... ประธานกรรมการ

(ศาสตราจารย์ ดร.สมพงษ์ จิตระดับ)

..... อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.กีรติ คุวสานนท์)

..... กรรมการภายนอกมหาวิทยาลัย

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ชนิพรรณ จาติเสถียร)

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

ปิ่นประไพ โชติชัชวาลย์กุล : การศึกษาสภาพการจัดการอารมณ์ของนักเรียนระดับประถมศึกษา: กรณีศึกษาโรงเรียนนานาชาติ. (A study of emotional regulation in elementary student: case study of international school) อ.ที่ปรึกษาหลัก : ผศ. ดร. กีรติ คุวสานนท์

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อวิเคราะห์ปัจจัยที่ส่งผลต่อการจัดการอารมณ์ของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษา ในโรงเรียนนานาชาติ และนำเสนอแนวทางสำหรับครูในการส่งเสริมให้นักเรียนมีการจัดการอารมณ์ที่เหมาะสม โดยใช้วิธีการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative research) ระเบียบวิธีวิจัยกรณีศึกษา (case study) ทำการเก็บข้อมูลจากแหล่งข้อมูล 3 ส่วน ด้วยวิธีการรวบรวมข้อมูลทั่วไปที่เกี่ยวกับนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ในโรงเรียนนานาชาติ ทำการสังเกตการณ์นักเรียนที่เป็นกรณีศึกษาจำนวน 6 คน และสัมภาษณ์ครูและบุคลากรทางการศึกษา

ผลการวิจัยพบว่า 1) ปัจจัยที่ส่งผลต่อการจัดการอารมณ์ของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาในโรงเรียนนานาชาติ มี 3 ปัจจัย ได้แก่ ปัจจัยด้านความเครียดจากการศึกษา ปัจจัยด้านครอบครัว และปัจจัยด้านความขัดแย้งระหว่างเพื่อนร่วมชั้นเรียน 2) แนวทางการส่งเสริมให้นักเรียนมีการจัดการอารมณ์ที่เหมาะสม สำหรับครูและผู้เกี่ยวข้องกับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ในโรงเรียนนานาชาติ ประกอบด้วย 2 แนวทาง โดยแนวทางแรก คือ แนวทางในการส่งเสริมให้นักเรียนมีการแสดงออกทางอารมณ์ที่เหมาะสม ได้แก่ การใช้กลยุทธ์วิธีการจัดการอารมณ์ การฝึกสมาธิ และการสร้างระบบกลุ่มย่อยภายในโรงเรียน แนวทางที่สอง คือ แนวทางในการลดการแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่เหมาะสมของนักเรียน ได้แก่ การรับฟังสภาพอารมณ์ของนักเรียน การฝึกฝนวิธีการแสดงออกทางอารมณ์ที่เหมาะสมกับครูแนะแนว การใช้อุปกรณ์เสริมเพื่อเบี่ยงเบนความสนใจ และการขอความร่วมมือจากผู้ปกครอง

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

สาขาวิชา	ประถมศึกษา	ลายมือชื่อนิสิต .....
ปีการศึกษา	2564	ลายมือชื่อ อ.ที่ปรึกษาหลัก .....

5983944327 : MAJOR ELEMENTARY EDUCATION

KEYWORD: EMOTIONAL EXPRESSION, ELEMENTARY STUDENTS, INTERNATIONAL SCHOOL

Pinprapai Chotchatchawalkul : A study of emotional regulation in elementary student: case study of international school. Advisor: Asst. Prof. Kirati Khuvasanond, Ph.D.

The purpose of this research were 1) to analysis of factors affecting coping with emotional of elementary school students in international schools. 2) Presenting guidelines for teachers to encourage students to have appropriate emotional management. This research is qualitative collect data from three data sources. Data was collected by gather general information about students, observing 6 students from fifth grade in international schools and interviewing teachers and educational personnel.

The results revealed that there are 3 factors affecting the coping with emotional of elementary students in international schools including the factor of stress from education, factor of family and the factor of conflict between classmates. Moreover, there are 2 approaches of the guideline for teachers and related person of fifth grade students in international school, first is an approach to encourage students to express their emotions appropriately: 1) Using emotional management strategies, 2) Meditation practice, and 3) The establishment of a small group system within the school. The second guideline is an approach to reducing inappropriate emotional expressions of students: 1) Listening to the student’s emotional state, 2) practicing how to express emotions appropriate to the guidance teacher, 3) using accessories to distract attention and 4) asking for cooperation from parents.

Field of Study:	Elementary Education	Student's Signature .....
Academic Year:	2021	Advisor's Signature .....

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงได้ด้วยความกรุณาจากผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.กีรติ คุวสานนท์ อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ที่กรุณาให้คำแนะนำ ข้อเสนอแนะ และสละเวลาในการตรวจสอบแก้ไขข้อบกพร่องในเนื้อหาวิทยานิพนธ์ อีกทั้งยังมีเมตตาและคอยให้กำลังใจ ดูแลเอาใจใส่ในเรื่องต่าง ๆ ซึ่งทำให้ผู้วิจัยเกิดแรงผลักดันจนพยายามทำให้วิทยานิพนธ์ฉบับนี้เสร็จสมบูรณ์ ผู้วิจัยจึงขอกราบขอบพระคุณความกรุณาของอาจารย์เป็นอย่างสูงไว้ ณ ที่นี้

ขอกราบขอบพระคุณ ศาสตราจารย์ ดร.สมพงษ์ จิตระดับ ประธานกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ และผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ชนิพรรณ จาติเสถียร ที่ให้เกียรติเป็นกรรมการสอบวิทยานิพนธ์และกรุณาให้คำแนะนำในการปรับปรุงแก้ไขทำให้วิทยานิพนธ์ฉบับนี้มีความสมบูรณ์มากยิ่งขึ้น และขอขอบพระคุณผู้ทรงคุณวุฒิ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ยุรวัฒน์ คล้ายมงคล ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.กนิษฐ์ ศรีเคลือบ และอาจารย์ ดร.ภัทรพร แจ่มใส ที่กรุณาตรวจสอบเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ตลอดจนให้ข้อเสนอแนะข้อคิดเห็นต่าง ๆ ที่เป็นประโยชน์ต่อการวิจัยครั้งนี้

ขอขอบคุณโรงเรียนนานาชาติที่ให้ความอนุเคราะห์ อนุญาตให้ผู้วิจัยได้ทำการวิจัยและเก็บข้อมูลจากนักเรียน ขอบคุณผู้อำนวยการโรงเรียนฝ่ายประถม ครูประจำชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ทั้งสองท่าน ครูแนะแนว และครูประจำวิชา ที่ให้ข้อมูลในการสัมภาษณ์และให้ความช่วยเหลือในการเก็บข้อมูลกับนักเรียนเป็นอย่างดี ทำให้ได้ข้อมูลที่เป็นประโยชน์ต่อการวิจัยเป็นอย่างมาก

ขอขอบพระคุณคณาจารย์สาขาวิชาประถมศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยทุกท่าน ที่คอยให้คำแนะนำ ให้กำลังใจ และเป็นแรงบันดาลใจให้ผู้วิจัยเดินหน้าทำวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ให้สำเร็จลุล่วง

สุดท้ายนี้ขอขอบคุณเพื่อน ๆ ป.โท รหัส 59 ที่คอยให้กำลังใจกันเสมอ ขอขอบคุณครอบครัว คุณแม่ คุณพ่อ พี่จ๊ะที่คอยลุ้น คอยให้การสนับสนุนแต่ไม่กดดันจนทำให้ผู้วิจัยสามารถก้าวผ่านอุปสรรคได้ และขอขอบคุณคุณวันนิวัฒน์ และน้องปริญญ์ที่เป็นกำลังใจสำคัญ ทำให้เกิดแรงใจครั้งสุดท้ายในการทำวิทยานิพนธ์ให้สำเร็จ

ปิ่นประไพ โชติชัชวาลย์กุล

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

สารบัญ

หน้า

บทคัดย่อภาษาไทย ..... ค

บทคัดย่อภาษาอังกฤษ ..... ง

กิตติกรรมประกาศ ..... จ

สารบัญ ..... ฉ

สารบัญตาราง ..... ญ

สารบัญภาพ ..... ฎ

บทที่ 1 บทนำ 1

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา 1

วัตถุประสงค์การวิจัย 4

ขอบเขตของการวิจัย 4

คำจำกัดความ 4

ประโยชน์ที่ได้รับ 4

บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง 6

ตอนที่ 1 แนวคิดเกี่ยวกับความสามารถทางอารมณ์ (Emotional Quotient) 7

1.1 ความหมายของความสามารถทางอารมณ์ 7

1.2 องค์ประกอบของความสามารถทางอารมณ์ 8

1.3 ทฤษฎีพัฒนาการทางอารมณ์ 12

1.4 ความสำคัญของความสามารถทางอารมณ์ต่อเด็กประถมศึกษา 17

ตอนที่ 2 แนวคิดเกี่ยวกับการจัดการอารมณ์ 18

2.1 ความหมายของการจัดการอารมณ์ 18

2.2 การจัดการอารมณ์ในเด็กประถมศึกษา 19

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

2.3 การจัดการอารมณ์ของเด็กในสังคมพหุวัฒนธรรม 21
ตอนที่ 3 แนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์จากปัญหาการจัดการอารมณ์ที่มีผลมาจากการศึกษา 22
3.1 ความหมายของพฤติกรรม 22
3.2 ความหมายของพฤติกรรมที่ไม่พึ่งประสงค์ 24
3.3 พฤติกรรมไม่พึงประสงค์ในชั้นเรียนและการแก้ปัญหา 24
3.4 พฤติกรรมไม่พึงประสงค์นอกชั้นเรียนและการแก้ปัญหา 27
3.5 การจัดการชั้นเรียนในระดับชั้นประถมศึกษา 28
ตอนที่ 4 โรงเรียนนานาชาติในประเทศไทย 29
4.1 หลักสูตรโรงเรียนนานาชาติในประเทศไทย 29
4.2 ความต้องการศึกษาในโรงเรียนนานาชาติของผู้ปกครองชาวไทย 34
4.3 บริบทของโรงเรียนนานาชาติ 35
ตอนที่ 5 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง 36
5.1 งานวิจัยในประเทศ 36
5.2 งานวิจัยต่างประเทศ 37
กรอบแนวคิดงานวิจัย 39
บทที่ 3 วิธีดำเนินงานวิจัย 40
1. ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง 41
2. ขอรับรองจริยธรรมการวิจัยในคน 41
3. กำหนดกรณีศึกษา 41
4. สร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย 43
5. ติดต่อกรณีศึกษา และผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย 46
5.1 การติดต่อกรณีศึกษา ผู้วิจัยทำการส่งจดหมายถึงผู้อำนวยการโรงเรียน เพื่อให้ติดต่อนักเรียนกรณีศึกษาผ่านครูประจำชั้น โดยจดหมายจำเป็นต้องได้รับการตอบรับจากกรณีศึกษาและผู้ปกครอง 46

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

5.2 การติดต่อผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย ผู้วิจัยทำการส่งจดหมายถึงผู้อำนวยการโรงเรียน เพื่อติดต่อครูประจำชั้น และครูประจำวิชา 46

6. การเก็บรวบรวมข้อมูล 46

7. ตรวจสอบและวิเคราะห์ข้อมูล 47

8. นำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล 47

9. ข้อจำกัดในงานวิจัย 48

บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล 49

ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์สภาพการจัดการอารมณ์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ในโรงเรียนนานาชาติ 50

1.1 พฤติกรรมการแสดงออกทางอารมณ์ที่เกิดขึ้นในบรรยากาศภายในชั้นเรียน 51

1.2 พฤติกรรมการแสดงออกทางอารมณ์ที่เกิดขึ้นในบรรยากาศภายนอกชั้นเรียน 55

ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์ปัจจัยที่ส่งผลต่อการจัดการอารมณ์ของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาในโรงเรียนนานาชาติ 57

2.1 ปัจจัยด้านความเครียดจากการศึกษา 57

2.2 ปัจจัยด้านครอบครัว 58

2.3 ปัจจัยด้านความขัดแย้งระหว่างเพื่อนร่วมชั้นเรียน 59

ตอนที่ 3 แนวทางการส่งเสริมให้นักเรียนมีการจัดการอารมณ์ที่เหมาะสม สำหรับครูผู้สอนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ในโรงเรียนนานาชาติ 60

3.1 แนวทางในการส่งเสริมให้นักเรียนมีการแสดงออกทางอารมณ์ที่เหมาะสม 60

3.2 แนวทางในการลดการแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่เหมาะสมของนักเรียน 64

บทที่ 5 สรุปผลการวิจัย อภิปรายผลการวิจัย และข้อเสนอแนะ 70

การสรุปผลการวิจัย 70

1. สภาพการจัดการอารมณ์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ในโรงเรียนนานาชาติ 70

2. ปัจจัยที่ส่งผลต่อการจัดการอารมณ์ของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาในโรงเรียนนานาชาติ 71

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

3. แนวทางการส่งเสริมให้นักเรียนมีการจัดการอารมณ์ที่เหมาะสม สำหรับครูผู้สอนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ในโรงเรียนนานาชาติ 72

อภิปรายผล 73

1. การแสดงออกทางอารมณ์ในบรรยากาศในชั้นเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ในโรงเรียนนานาชาติ 74

2. การแสดงออกทางอารมณ์ในบรรยากาศนอกชั้นเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ในโรงเรียนนานาชาติ 78

ข้อเสนอแนะ 83

ข้อเสนอแนะจากการวิจัย 83

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป 84

บรรณานุกรม 86

ภาคผนวก 93

ภาคผนวก ก รายนามผู้ทรงคุณวุฒิในการตรวจเครื่องมือวิจัย 94

ภาคผนวก ข เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย 96

ประวัติผู้เขียน 108

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

สารบัญตาราง

หน้า

ตารางที่ 1 เกณฑ์อายุ ชั้นปี และ ช่วงชั้นการศึกษาของโรงเรียนนานาชาติหลักสูตรแห่งสหราชอาณาจักรอังกฤษ และเวลส์ 32

ตารางที่ 2 ข้อมูลทั่วไปของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5..... 42

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

สารบัญภาพ

หน้า

ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย 39

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

บทที่ 1
บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ในสังคมแห่งศตวรรษที่ 21 ทักษะชีวิตถือเป็นทักษะสำคัญสำหรับทุกคน เนื่องจากมนุษย์มีความเจริญก้าวหน้าด้านวัตถุ มีความสะดวกสบายในการดำเนินชีวิต และเคยชินกับสิ่งอำนวยความสะดวกต่าง ๆ จนถือได้ว่าสังคม ณ ปัจจุบันเป็นสังคมแห่งเทคโนโลยี ความล้ำสมัยของเทคโนโลยีส่งผลต่อความรวดเร็วในการรับข้อมูลและการสื่อสาร ทำให้สังคมมีความหลากหลายทางเชื้อชาติ วัฒนธรรม ตลอดจนความคิดและความเชื่อของคนในสังคม ด้วยสภาพสังคมที่เปลี่ยนแปลงอย่างมากนี้เอง การพัฒนาและเสริมสร้างทักษะชีวิตจึงมีความสำคัญในการเตรียมคนให้พร้อมที่จะตั้งรับกับวิถีชีวิตที่เปลี่ยนแปลงอย่างมีวิจารณญาณ โดยองค์การอนามัยโลก (World Health Organization) ให้ความหมายของคำว่า ทักษะชีวิต ว่าเป็น ความสามารถของพฤติกรรมในการปรับตัวและพฤติกรรมที่พึงประสงค์ของแต่ละบุคคล ซึ่งจะช่วยให้สามารถรับมือความต้องการและความท้าทายที่ต้องเผชิญในชีวิตประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยทักษะชีวิต ที่องค์การอนามัยโลกให้คำนิยามประกอบด้วย 10 ทักษะ ดังต่อไปนี้ 1) ทักษะการตัดสินใจ 2) ทักษะการแก้ปัญหา 3) ทักษะการคิดสร้างสรรค์ 4) ทักษะการคิดอย่างมีวิจารณญาณ 5) ทักษะการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ 6) ทักษะการสร้างความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล 7) ทักษะการตระหนักรู้ในตนเอง 8) ทักษะการเห็นใจผู้อื่น 9) ทักษะการจัดการอารมณ์ และ 10) ทักษะการจัดการความเครียด (World Health Organization, 1997) โดยที่ทักษะชีวิตมีความสำคัญกับบุคคลทุกช่วงวัย ดังนั้นการเตรียมความพร้อมทางด้านทักษะชีวิตจึงควรเตรียมพร้อมตั้งแต่เด็ก โดยที่เด็กประถมศึกษา คือ เด็กวัยเรียนช่วงอายุ 6 – 12 ปี เด็กวัยนี้จะมีพัฒนาการทางสังคมที่เด่นชัด เช่น การอยู่ร่วมกันเป็นกลุ่มในโรงเรียนเพื่อเรียนหนังสือ เล่น และทำกิจกรรมอื่น ๆ ร่วมกัน เรียนรู้กติกา กฎระเบียบของสังคม เคารพและปฏิบัติตาม จึงเป็นช่วงวัยที่เหมาะสมในการเสริมสร้างและฝึกฝนด้านทักษะชีวิต โดยเฉพาะอย่างยิ่งเกี่ยวกับการพัฒนาความสามารถทางอารมณ์ (Emotional Quotient: EQ) และการจัดการอารมณ์ (coping with emotional)

ความสามารถทางอารมณ์ เป็นประเด็นที่ได้รับความสนใจในช่วงปลายศตวรรษที่ 20 ว่ามีส่วนสำคัญในการทำให้บุคคลประสบความสำเร็จ โดยแดเนียล โกลแมน ให้ความหมายของความสามารถทางอารมณ์ว่า เป็นความสามารถหลายด้าน ได้แก่ การกระตุ้นตนเองให้สำเร็จตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ การควบคุมความขัดแย้งที่เกิดขึ้นในตนเอง การรอคอยเพื่อให้ได้ผลลัพธ์ที่ดีขึ้น การเห็นใจผู้อื่น ความสามารถในการจัดการกับอารมณ์ที่ไม่เหมาะสมต่าง ๆ และการมีชีวิตอยู่ด้วย

ความหวัง (Goleman, 1995a) ซึ่งนักการศึกษาในประเทศไทยเห็นความสำคัญกับความสามารถทางอารมณ์เช่นกัน โดยนายแพทย์เทอดศักดิ์ เดชคง (2542) ได้ให้ความหมายของความสามารถทางอารมณ์ว่า เป็นความสามารถในการนำไปสู่การเป็นคนดี มีคุณค่า และมีความสุข โดยนักการศึกษา นักวิชาการ และกรมสุขภาพจิตในประเทศไทยเองให้ความสำคัญกับความสามารถทางอารมณ์ ควบคู่ไปกับความฉลาดทางสติปัญญา ซึ่งกรมสุขภาพจิตให้ความหมายของความสามารถทางอารมณ์ว่า เป็นปัจจัยที่ทำให้บุคคลประสบความสำเร็จในชีวิต หน้าที่การงานและการศึกษา ส่วน0และเกิดความเจ็บป่วยทางร่างกายจากอารมณ์ของตนเอง นำไปสู่การทำร้ายตนเองและผู้อื่น (ศรีเรือน แก้วกังวาล, 2549) ซึ่งการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ในเด็กต้องมีการพัฒนาร่วมกันจากหลายส่วน ทั้งจากครอบครัว การศึกษาและสังคม เด็กที่ถูกฝึกและได้รับคำแนะนำเรื่องความฉลาดทางอารมณ์ จะมีความอดทนและสามารถปรับตัวเมื่อเกิดความเครียดได้ดี และช่วยให้คงความสามารถในการตัดสินใจหรือคิดวิเคราะห์ได้ แม้อยู่ท่ามกลางสถานการณ์ที่ตึงเครียด (John M. Gottman, 1997) ซึ่งเมื่อเด็กมีความสามารถทางอารมณ์ก็จะส่งผลให้สามารถจัดการและรับมือกับอารมณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นได้ด้วยวิธีที่เหมาะสม

การจัดการอารมณ์เป็นความสามารถที่เป็นคุณสมบัติหนึ่งของความสามารถทางอารมณ์ หมายถึง การตระหนักถึงอารมณ์ความรู้สึกของตนเองและผู้อื่น การรับรู้ถึงอิทธิพลของอารมณ์ที่มีต่อพฤติกรรม และสามารถจัดการกับอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม เนื่องจากอารมณ์ความรู้สึกที่รุนแรง เช่น ความโกรธหรือความเศร้า อาจมีผลต่อสุขภาพได้ถ้าไม่มีวิธีรับมือกับอารมณ์ที่เกิดขึ้นอย่างเหมาะสม (World Health Organization, 1997) และจากปัญหาสังคมในปัจจุบันหลายกรณี มีสาเหตุมาจากบุคคลที่มีความสามารถทางอารมณ์น้อยและมีปัญหาเกี่ยวกับการจัดการอารมณ์โดยเห็นได้จากข่าว เช่น ข่าวเด็กชายชาวจีนอายุ 10 ปี เตะแม่ผู้ให้กำเนิดด้วยความโมโหเพียงเพราะแม่ห้ามไม่ให้เด็กชายเล่นสมาร์ทโฟน (โพสต์ ทู เดย์, 2560b) จากเหตุการณ์นี้แพทย์หญิงจิราภรณ์ อรุณากูรได้กล่าวถึงสาเหตุที่เด็กมีอาการก้าวร้าวรุนแรงว่าอาจมีหลายประการ ได้แก่ ตัวเด็กซึ่งอาจมีความเสี่ยงที่จะมีอารมณ์ก้าวร้าวรุนแรงเป็นพื้นฐานของจิตใจ มีอาการสมาธิสั้น โตมากับความก้าวร้าว รวมไปถึงการถูกตามใจ ก็มีส่วนที่ทำให้เด็กมีปัญหาความก้าวร้าวได้ (จิราภรณ์ อรุณากูร, 2560) นอกจากนี้ยังมีข่าวเด็กวัยรุ่นอายุ 19 ปี ใช้คำหยาบคายกับตำรวจเนื่องจากถูกจับฐานขับขี่รถจักรยานยนต์โดยไม่สวมหมวกนิรภัย ขับขี่รถจักรยานยนต์โดยไม่ติดแผ่นป้ายทะเบียน และขับขี่รถจักรยานยนต์โดยไม่มีใบอนุญาตขับขี่ (เดลินิวส์ ออนไลน์, 2560) และข่าวกลุ่มวัยรุ่นรุมทำร้ายพนักงานเติมน้ำมันในสถานีบริการน้ำมัน โดยมีสาเหตุเพราะพนักงานเติมน้ำมันมากเกินไปจนล้นออกมาจากถังของรถจักรยานยนต์ ทำให้รถจักรยานยนต์คันนั้นสกปรก ซึ่งได้มีการรุมทำร้ายอย่างรุนแรงและใช้อาวุธปืนพยายามยิงคู่กรณีอีกด้วย (ข่าวสด ออนไลน์, 2560) ทั้งสองข่าวเป็นเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในช่วงสัปดาห์เดียวกัน ทำให้เห็นว่าสังคมไทยมีกลุ่มคนที่มีพฤติกรรมการใช้ความรุนแรงซึ่งมาจากปัญหาด้านการ

จัดการอารมณ์ การดูแลเอาใจใส่และเลี้ยงดูบุตรหลานด้วยความรัก ความอบอุ่น ตอบสนองความต้องการของเด็กในแต่ละช่วงวัยอย่างเหมาะสมและต่อเนื่อง เล่น แสดงออกถึงความรัก คอยสังเกตสอบถามอารมณ์ความรู้สึกของเด็กจะช่วยลดโอกาสที่เด็กจะมีพฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรงเมื่อเขาเติบโตขึ้น (กรมสุขภาพจิต, 2545)

ปัญหาการจัดการอารมณ์และสามารถเกิดขึ้นได้ในเด็กทุกกลุ่ม เห็นได้จากข่าวความรุนแรงของเด็กชายชาวจีนและหลายเหตุการณ์ในประเทศไทย ไม่ว่าจะเป็นเด็กประถมศึกษาในโรงเรียนรัฐบาล เอกชน หรือเด็กประถมศึกษาในโรงเรียนนานาชาติ โดยในโรงเรียนรัฐบาลและเอกชนตามวิถีที่สืบต่อกันมานั้น เด็กจะไม่สามารถแสดงออกทางอารมณ์ได้มากนัก ปัญหาจึงเกิดจากการที่นักเรียนเก็บอารมณ์ไว้จนเกิดเป็นความเครียด แต่ในโรงเรียนนานาชาติมีความต่างออกไปเกี่ยวกับนโยบายและแนวทางที่ครูและบุคลากรปฏิบัติต่อเด็ก ซึ่งโรงเรียนนานาชาติมักให้อิสระกับเด็กได้แสดงออกในทุกด้าน เด็กสามารถกล้าคิด กล้าทำ กล้าแสดงออก จนอาจมากเกินไปสำหรับสังคมไทย ความกล้าแสดงออกเปลี่ยนเป็นความก้าวร้าวและไม่เคารพผู้อื่น ทำให้ปัญหาด้านอารมณ์ของเด็กนานาชาติมีสาเหตุมาจากการไม่สามารถจัดการกับอารมณ์ที่แสดงออกได้อย่างเหมาะสม ก่อให้เกิดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ สร้างความกังวลให้กับผู้ปกครองหลายครอบครัวที่ต้องการให้บุตรหลานได้รับการจัดการศึกษาในโรงเรียนนานาชาติเพื่อพัฒนาความสามารถด้านภาษาอังกฤษที่สำคัญและจำเป็นต่อเด็กในการประสบความสำเร็จในอนาคต รวมถึงจากสถิติจำนวนโรงเรียนนานาชาติในปีการศึกษา 2560 มีโรงเรียนระดับประถมศึกษาที่มีพื้นฐานหลักสูตรมาจากประเทศต่าง ๆ ได้รับการกำหนดประเภทจากกระทรวงศึกษาธิการให้เป็นโรงเรียนในระบบประเภทนานาชาติจำนวน 185 โรงเรียน ซึ่งมีจำนวนเพิ่มขึ้นจากปีการศึกษา 2558 ถึง 24 โรงเรียน ภายในระยะเวลา 2 ปี (สำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมการศึกษาเอกชน, 2560) โดยโรงเรียนนานาชาติสามารถจำแนกหลักสูตรได้เป็น 4 รูปแบบ ได้แก่ โรงเรียนนานาชาติหลักสูตระบบอเมริกัน โรงเรียนนานาชาติหลักสูตรแห่งสหราชอาณาจักรอังกฤษและเวลส์ โรงเรียนนานาชาติหลักสูตร International Baccalaureate และโรงเรียนนานาชาติหลักสูตรจากประเทศอื่น ๆ อาทิ ประเทศเกาหลี แคนาดา ฝรั่งเศส ญี่ปุ่น เยอรมัน สิงคโปร์ สวิตเซอร์แลนด์ ออสเตรเลีย อินเดีย ฯลฯ (International Schools Association of Thailand, 2014)

จำนวนที่เพิ่มขึ้นของโรงเรียนนานาชาติในประเทศไทยสามารถบอกถึงแนวโน้มของความนิยมในการส่งบุตรหลานเข้ารับการศึกษาตามหลักสูตรนานาชาติของผู้ปกครองไทยที่เพิ่มขึ้นอย่างชัดเจน เด็กที่ศึกษาในโรงเรียนนานาชาติจึงถือเป็นนักเรียนกลุ่มที่ควรให้ความสำคัญและศึกษาสภาพปัญหา เนื่องจากเด็กประถมศึกษาที่เรียนในโรงเรียนนานาชาติเป็นกลุ่มที่มีความหลากหลายทางเชื้อชาติ ภาษา ศาสนา ประเพณีและวัฒนธรรม เมื่อเด็กชาวต่างชาติย้ายถิ่นฐานเข้ามาในประเทศไทย เด็กจำเป็นต้องมีความสามารถในการปรับตัวให้เข้ากับสถานการณ์ต่าง ๆ เพื่อให้เติบโตได้ในสังคมอย่างมี

ความสุข จากที่กล่าวไปข้างต้น การรับมือและส่งเสริมความสามารถในการจัดการอารมณ์ของเด็กประถมศึกษาในโรงเรียนนานาชาติจึงเป็นสิ่งที่ควรพัฒนาเพื่อให้เด็กสามารถรับรู้และเข้าใจอารมณ์ของตนเอง แสดงออกได้อย่างเหมาะสม เป็นพื้นฐานสำคัญในการอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างสากล และเป็นบันไดสู่การประสบความสำเร็จในการใช้ชีวิตต่อไปในอนาคต งานวิจัยในครั้งนี้ ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาสภาพการจัดการอารมณ์ของนักเรียนระดับประถมศึกษาในโรงเรียนนานาชาติ

วัตถุประสงค์การวิจัย

งานวิจัยในครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ อธิบายสภาพการจัดการอารมณ์ และเพื่อวิเคราะห์ปัจจัยที่ส่งผลต่อการจัดการอารมณ์ของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษา ในโรงเรียนนานาชาติ และนำเสนอแนวทางสำหรับครูในการส่งเสริมให้นักเรียนมีการจัดการอารมณ์ที่เหมาะสม

ขอบเขตของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาสภาพการจัดการอารมณ์ของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาในโรงเรียนนานาชาติ ผู้วิจัยทำการเก็บข้อมูลในโรงเรียนนานาชาติแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร

1. กำหนดกรณีศึกษาด้วยการเลือกอย่างเจาะจง เป็นนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ทั้งหมด 2 ห้องเรียน รวม 22 คน
2. เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้ ตารางการเก็บข้อมูล การสังเกตการณ์ และการสัมภาษณ์ ทำการตรวจสอบข้อมูลด้วยวิธีการสามเส้าด้านการเก็บรวบรวมข้อมูล (Triangulation of data collection) ดำเนินการเก็บข้อมูลจริงตั้งแต่เดือนกุมภาพันธ์ – เมษายน พ.ศ. 2564

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

คำจำกัดความ

ความสามารถทางอารมณ์ คือ ความสามารถในการเข้าใจอารมณ์และความรู้สึกที่เกิดขึ้นของตนเองและผู้อื่น ไม่ว่าจะเป็นอารมณ์ หรือความรู้สึกที่เป็นไปในด้านบวก เช่น ความรู้สึกดีใจ ความรู้สึกพอใจ ความรู้สึกตื่นเต้น ความรู้สึกรัก และอารมณ์ ความรู้สึก ที่เป็นไปในด้านลบ เช่น ความรู้สึกหงุดหงิด ความรู้สึกเสียใจ ความรู้สึกกดดัน อารมณ์โกรธ อารมณ์โมโห

การจัดการอารมณ์ คือ การควบคุมการแสดงออกทางอารมณ์ ทั้งอารมณ์ในเชิงบวก และอารมณ์ในเชิงลบ ให้มีการแสดงออกทางอารมณ์ที่เหมาะสม ถูกกาลเทศะ

ประโยชน์ที่ได้รับ

ผลการวิจัยในครั้งนี้จะทำให้ทราบสภาพการจัดการอารมณ์ของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษา และทราบถึงปัจจัยที่ส่งผลต่อการจัดการอารมณ์ของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษา ใน

โรงเรียนนานาชาติ เพื่อเป็นข้อมูลพื้นฐานในการส่งเสริมนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาที่กำลังศึกษาในโรงเรียนนานาชาติ รวมถึงโรงเรียนอื่น ๆ ที่มีบริบทคล้ายกัน ให้มีความสามารถในการจัดการอารมณ์ที่เกิดขึ้นของตนเองได้อย่างเหมาะสมและเติบโตขึ้นเป็นบุคคลที่มีความสามารถทางอารมณ์ สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้ มีคุณภาพชีวิตที่ดีและประสบความสำเร็จ

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

บทที่ 2
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

งานวิจัยเรื่องการศึกษาสภาพการจัดการอารมณ์ด้านพฤติกรรมที่มีผลมาจากการศึกษาของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาในโรงเรียนนานาชาติ ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาค้นคว้าจากหนังสือ ตำรา เอกสาร บทความและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง โดยนำเสนอข้อมูลเป็น 5 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 แนวคิดเกี่ยวกับความสามารถทางอารมณ์ (Emotional Quotient)

1.1 ความหมายของความสามารถทางอารมณ์

1.2 องค์ประกอบของความสามารถทางอารมณ์

1.3 ทฤษฎีพัฒนาการทางอารมณ์

1.4 ความสำคัญของความสามารถทางอารมณ์ต่อเด็กประถมศึกษา

ตอนที่ 2 แนวคิดเกี่ยวกับการจัดการอารมณ์

2.1 ความหมายของการจัดการอารมณ์

2.2 การจัดการอารมณ์ในเด็กประถมศึกษา

2.3 การจัดการอารมณ์ของเด็กในสังคมพหุวัฒนธรรม

ตอนที่ 3 แนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ในชั้นเรียน

3.1 ความหมายของพฤติกรรม

3.2 ความหมายของพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์

3.3 พฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ในชั้นเรียนและการแก้ปัญหา

3.4 การจัดการชั้นเรียนในระดับชั้นประถมศึกษา

ตอนที่ 4 โรงเรียนนานาชาติในประเทศไทย

4.1 หลักสูตรโรงเรียนนานาชาติในประเทศไทย

4.2 ความต้องการศึกษาในโรงเรียนนานาชาติของผู้ปกครองชาวไทย

4.3 บริบทของโรงเรียนนานาชาติ

ตอนที่ 5 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

5.1 งานวิจัยในประเทศ

5.2 งานวิจัยต่างประเทศ

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

ตอนที่ 1 แนวคิดเกี่ยวกับความสามารถทางอารมณ์ (Emotional Quotient)

1.1 ความหมายของความสามารถทางอารมณ์

J. D. Mayer and Salovey (1990) ให้ความหมายของความสามารถทางอารมณ์ ว่าหมายถึง ความสามารถของบุคคลในการตระหนักและรู้ทันอารมณ์ของตนเองและผู้อื่น รวมถึงความสามารถในการแสดงออกทางอารมณ์ โดยที่สามารถใช้อารมณ์ในการเพิ่มประสิทธิภาพการคิด การจำ และสามารถแก้ปัญหาเพื่อสนองเป้าหมายในการทำงานและการดำเนินชีวิต

โดยสามารถแบ่งความสามารถทางอารมณ์ของแต่ละบุคคลออกเป็น 2 ลักษณะ ดังนี้

1) Interpersonal Intelligence หมายถึง ความสามารถในการรับรู้ และตอบสนองต่ออารมณ์ ความต้องการของผู้อื่นอย่างเหมาะสม

2) Intrapersonal Intelligence หมายถึง การรับรู้อารมณ์ของตนเอง และสามารถแยกแยะอารมณ์ที่เกิดขึ้นภายในตนเองได้ ตลอดจนสามารถรับมือและจัดการกับอารมณ์ของตนเองเพื่อนำไปสู่การแสดงออกทางพฤติกรรมที่เหมาะสม

สอดคล้องกับ R. Cooper and A. Sawaf (1997) ที่กล่าวว่า ความสามารถทางอารมณ์ คือ ความสามารถที่ช่วยให้บุคคลรู้สึก เข้าใจ สามารถประยุกต์ใช้พลังและเชาว์ทางอารมณ์เช่นเดียวกับข้อมูลต่าง ๆ สามารถสร้างเครือข่ายความสัมพันธ์เพื่อโน้มน้าวผู้อื่นได้อย่างมีประสิทธิภาพ

รวมถึง Goleman (1998b) ได้ให้ความหมายของความสามารถทางอารมณ์ว่า เป็นความสามารถในการตระหนักถึงความรู้สึกของทั้งตนเอง และของผู้อื่น สามารถบริการจัดการอารมณ์ของตนเอง ทำให้เกิดแรงจูงใจ และมีทักษะในการสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่นได้อีกด้วย ถือเป็นสิ่งที่มีความสำคัญในหลายแง่มุม ไม่ว่าจะเป็น เรื่องส่วนบุคคล ด้านการศึกษา รวมถึงการดำรงชีวิตเพื่ออยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคม

สามารถสรุปได้ว่า ความสามารถทางอารมณ์ หมายถึง ความสามารถของบุคคลที่จะรับรู้ เข้าใจ จัดการ และใช้ประโยชน์จากอารมณ์ของตนเองในการเพิ่มประสิทธิภาพการทำงานของสมอง ได้แก่ การคิด และการจำ สามารถดำเนินชีวิตอย่างสร้างสรรค์ โดยแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นอย่างมีเหตุผล แล้วยังสามารถเข้าใจอารมณ์ ความรู้สึกของผู้อื่น สามารถสร้างสัมพันธภาพที่ดีระหว่างบุคคล โน้มโน้มผู้อื่น และสามารถดำเนินชีวิตอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างมีความสุข

นอกจากนั้น Mark T. Greenberg and Jennie L. Snell (1997) กล่าวไว้ว่าการศึกษาเกี่ยวกับความสามารถทางอารมณ์ของมนุษย์ คลอบคลุม 4 ด้าน ดังนี้

1. ด้านการแสดงออก ได้แก่ การศึกษาการแสดงอารมณ์ทางสีหน้า แววตา น้ำเสียง และกิริยา ซึ่งการรับรู้การแสดงออกเหล่านี้ต้องอาศัยระยะเวลาในการเรียนรู้

2. ด้านเกี่ยวกับประสบการณ์ การศึกษาการรับรู้หรือรู้สึกถึงอารมณ์ ซึ่งเป็นผลมาจากการตระหนักรู้สิ่งบ่งบอกจากระบบประสาทส่วนกลาง จากการตีความของสมอง และจากปฏิกิริยาของสรีระ ทำให้สามารถตีความอารมณ์ความรู้สึกได้แตกต่างกันตามประสบการณ์

3. ด้านการควบคุมอารมณ์ เป็นการศึกษาพฤติกรรมที่อาจเป็นผลมาจากอารมณ์ เช่น เมื่อดีใจ ร่างกายจะเคลื่อนไหวมากกว่าปกติ ตื่นเต้น เมื่อเศร้า เสียใจ ร่างกายจะเคลื่อนไหวน้อย เมื่อโกรธร่างกายอาจจะจู่โจมเป้าหมาย

4. ด้านการยอมรับอารมณ์ของผู้อื่น เป็นการศึกษาการรับรู้อารมณ์ของบุคคลอื่นๆ ว่ามีสภาวะของอารมณ์เป็นอย่างไร โดยเชื่อกันว่าความสามารถนี้มีการพัฒนาตั้งแต่วัยทารกหรือวัยเด็กตอนต้น

1.2 องค์ประกอบของความสามารถทางอารมณ์

J. D. Mayer and Salovey (1990) ได้แบ่งความสามารถทางอารมณ์ ออกเป็น 3 ขั้นด้วยกัน ได้แก่ ขั้นประเมินและแสดงออกทางอารมณ์ ขั้นควบคุมอารมณ์ และขั้นใช้ประโยชน์จากอารมณ์

1) ขั้นประเมินและแสดงออกทางอารมณ์ (Appraisal and Expression of Emotion) คือ การที่บุคคลสามารถประเมินสภาวะอารมณ์ได้ถูกต้อง และสามารถแสดงออกทางอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม การรับรู้ ระบุ และจำแนกอารมณ์ที่เกิดขึ้นกับตัวเองได้ ถือเป็นปัจจัยสำคัญที่เอื้อต่อความสามารถในการปรับตัวด้านการแสดงออกทางอารมณ์ได้ดี การประเมินและแสดงออกทางอารมณ์ ประกอบด้วย 2 ส่วน คือ ประเมินและแสดงออกทางอารมณ์ของตนเอง และประเมินและแสดงออกทางอารมณ์ของผู้อื่น

2) ขั้นควบคุมอารมณ์ (Regulation of Emotion) คือ สามารถสังเกตและดูแลสภาวะทางอารมณ์ของตนเองและผู้อื่นได้อย่างถูกต้องเหมาะสม บุคคลที่มีความสามารถในขั้นควบคุมอารมณ์จะสามารถปรับใช้ความสามารถนี้เพื่อโน้มน้าวตนเองหรือผู้อื่นให้บรรลุวัตถุประสงค์ที่ตนเองต้องการได้ รวมถึงสร้างแรงกระตุ้นให้ผู้อื่นสามารถใช้พรสวรรค์ของตนเองอย่างคุ้มค่า

3) ขั้นใช้ประโยชน์จากอารมณ์ (Utilization of Emotion) คือ ความสามารถในการแก้ปัญหา เนื่องจากอารมณ์ที่มีการขึ้นและลง จะทำให้เกิดการวางแผนที่แตกต่างกันออกไป ในขณะที่บุคคลมีอารมณ์เป็นไปในทางบวก หรืออารมณ์ดี การบริหารจัดการความจำและความคิดจะดีขึ้น ทำให้สร้างสรรค์แนวคิดใหม่ๆ นอกจากนั้นยังช่วยให้รังสรรค์ผลงานที่มีประสิทธิภาพอีกด้วย

ส่วนความสามารถทางอารมณ์ ตามแนวคิดของ Goleman (1998b) เป็นการแบ่งองค์ประกอบออกเป็นความสามารถ 2 ส่วน ได้แก่ ความสามารถส่วนบุคคล (Personal Competence) และความสามารถทางสังคม (Social Competence)

1) ความสามารถส่วนบุคคล (Personal Competence) ประกอบด้วย การตระหนักตนเอง การกำกับตนเอง และการจูงใจ

1.1) การตระหนักตนเอง (Self-awareness) คือ การรู้ว่าตนเองรู้สึกอย่างไรในขณะนั้น และใช้ความตระหนักนั้นชี้นำเพื่อตัดสินใจ โดยประเมินความสามารถของตนเองตามความเป็นจริงบนพื้นฐานของการมีความเชื่อมั่นในตนเอง

1.1.1 การตระหนักในอารมณ์ (Emotional awareness) คือ การยอมรับและรู้เท่าทันอารมณ์ของตนเอง และผลกระทบที่จะเกิดของอารมณ์นั้น บุคคลประเภทนี้จะตระหนักในคุณค่าและเป้าหมายของตนเอง

1.1.2 สามารถประเมินตนเอง (Accurate self-assessment) คือ การประเมินตนเองให้รู้ถึงจุดแข็งและข้อจำกัดของตนเองได้ บุคคลประเภทนี้จะสามารถแสดงอารมณ์ขันและมุมมองเกี่ยวกับตนเอง

1.1.3 ความมั่นใจในตนเอง (Self-confidence) คือ การรู้ถึงคุณค่า และความสามารถของตนเอง บุคคลประเภทนี้จะแสดงออกถึงความแน่ใจในตนเอง สามารถออกเสียงแสดงความคิดเห็นในมุมมองที่ไม่เป็นที่ยอมรับ เพื่อสิ่งที่ตนเองคิดว่าถูกต้อง กล้าตัดสินใจไม่ว่าจะอยู่ในสถานการณ์เช่นไร

1.2) การกำกับตนเอง (Self-regulation) คือ การรับมือกับอารมณ์ของตนเองได้ดี โดยไม่ให้สิ่งนั้นมารบกวนสิ่งที่กระทำอยู่ เป็นผู้ที่รอบคอบและสามารถรอคอยเพื่อสิ่งที่มุ่งหวังได้ สามารถทำตัวตามปกติได้แม้จะมีความทุกข์ใจ

1.2.1 การควบคุมตนเองได้ (Self-control) คือ การจัดการกับภาวะอารมณ์ที่สับสน และกิเลสต่าง ๆ ได้ บุคคลประเภทนี้จัดจัดการกับความรู้สึกที่เข้ามากระตุ้นและจัดการกับอารมณ์ถูกใจได้ดี ทำให้ตนเองสงบ ไม่อ่อนแอ มีสมาธิ คิด และมีจิตใจจดจ่อแม้อยู่ภายใต้แรงกดดัน

1.2.2 เป็นผู้ที่ไว้วางใจได้ (Trustworthiness) คือ การรักษาความซื่อสัตย์ รักษาคำพูด บุคคลประเภทนี้จะประพฤติตนอย่างมีจริยธรรม สร้างความไว้วางใจกับผู้อื่นด้วยความเที่ยงตรง สามารถยอมรับผิดและเผชิญหน้ากับการไร้มารยาทของผู้อื่นได้ มีความเข้มแข็ง แม้ตนเองจะไม่ได้รับการยอมรับ

1.2.3 มีจิตสำนึก (Conscientiousness) มีความรู้ผิดรู้ชอบ รับผิดชอบในสิ่งที่ตัวเองกระทำ บุคคลประเภทนี้จะทำตามข้อผูกพัน รักษาสัญญา รับผิดชอบ วางแผนจัดการและมีความระมัดระวังในงานที่ทำ

1.2.4 สามารถปรับตัวได้ (Adaptability) สามารถยืดหยุ่นต่อสิ่งที่เปลี่ยนแปลงได้ บุคคลประเภทนี้จะรับมือกับความต้องการอันหลากหลาย และ

การเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วได้ สามารถปรับการตอบสนองและยุทธวิธีที่จะอยู่ในสถานการณ์ที่ผ่านเข้ามา มีมุมมองที่ยืดหยุ่นกับสถานการณ์ต่าง ๆ

1.2.5 นวัตกรรม (Innovation) เปิดรับแนวคิดและข้อมูลใหม่ๆ ได้ดี บุคคลประเภทนี้จะพยายามแสวงหาข้อมูลใหม่ๆ สร้างสรรค์ความคิดใหม่ๆ กล้าที่จะมองในมุมใหม่และเสี่ยงกับความคิดของตน

1.3) การจูงใจ (Motivation) การใช้ความชอบจากส่วนที่ลึกที่สุดมาชี้นำการกระทำให้ไปสู่สิ่งที่มุ่งหวังได้ ช่วยให้เกิดความคิดริเริ่ม เสริมสร้างความพยายามที่จะพัฒนาและนำมาช่วยในการเผชิญความท้อแท้สิ้นหวังได้

1.3.1 มีพลังขับดับสู่ความสำเร็จ (Achievement drive) พยายามที่จะพัฒนาหรือปรับปรุงสู่มาตรฐานอันเป็นเลิศ บุคคลประเภทนี้จะตั้งเป้าหมายที่ท้าทายและคำนวณความเสี่ยงต่าง ๆ ได้ ติดตามข้อมูลที่ลดความไม่แน่นอนและหาทางออกที่ดีกว่า เรียนรู้ที่จะพัฒนาความสามารถของตนเอง

1.3.2 มีความผูกพัน (Commitment) ยึดมั่นในเป้าหมายของกลุ่ม บุคคลประเภทนี้จะพยายามหาโอกาสที่จะเติมเต็มเป้าหมายของกลุ่ม เสียสละให้ได้มาซึ่งประโยชน์ของกลุ่ม

1.3.3 มีความคิดริเริ่ม (Initiative) พร้อมเสมอที่จะกระทำการต่าง ๆ เมื่อมีโอกาส บุคคลประเภทนี้จะมีความพยายามในการคิดริเริ่ม ทำตามจุดประสงค์ให้เกิดกว่าความคาดหวัง

2) ความสามารถทางสังคม (Social Competence) คือ ความสามารถที่ทำให้ทราบว่าควรรับมือกับความสัมพันธ์กับผู้อื่นได้อย่างไร ซึ่งมีองค์ประกอบย่อย คือ การเอาใจเขามาใส่ใจเรา และทักษะทางสังคม

2.1) การเอาใจเขามาใส่ใจเรา (Empathy) รับรู้ถึงความรู้สึกของตนเองและผู้อื่น โดยสามารถมองในมุมมองของพวกเขาได้ มีความเห็นอกเห็นใจ และสามารถปรับความคิดให้มีความหลากหลายได้

2.1.1 การเข้าใจผู้อื่น (Understanding other) สัมผัสได้ถึงความรู้สึกและมุมมองของผู้อื่น บุคคลประเภทนี้จะสนใจและรับฟังผู้อื่นได้ดี สามารถแสดงถึงความเข้าใจในมุมมองของผู้อื่น และให้ความช่วยเหลือบนพื้นฐานของความเข้าใจว่าผู้อื่นรู้สึกและต้องการอะไร

2.1.2 พัฒนาผู้อื่น (Developing other) สัมผัสได้ถึงความต้องการที่จะพัฒนาของผู้อื่น และสนับสนุนความสามารถของพวกเขา บุคคลประเภทนี้จะให้ผลป้อนกลับ และชี้แจงในสิ่งที่เป็นประโยชน์ต่อความก้าวหน้าของผู้อื่น

2.1.3 มีพื้นฐานในการบริการ (Service orientation) สามารถคาดการณ์ล่วงหน้า รับรู้ และตอบสนองความต้องการของผู้บริโภคได้

2.1.4 คำนึงถึงความแตกต่าง (Leveraging diversity) เพิ่มพูนโอกาสจากบุคคลต่างประเภทกันได้ บุคคลประเภทนี้จะเคารพและมีความสัมพันธ์อันดีกับผู้ที่มีภูมิหลังต่างกับตนเอง ไวต่อความรู้สึกกับผู้อื่น

2.1.5 ตระหนักถึงความเป็นไปของกลุ่ม (Political awareness) สามารถอ่านกระแสอารมณ์และอิทธิพลทางอารมณ์ที่เกิดขึ้นรอบตัวได้

2.2) ทักษะทางสังคม (Social Skills) สามารถรับมือกับอารมณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นในความสัมพันธ์ได้ดี และสามารถเข้าใจสถานการณ์และเครือข่ายทางสังคมได้อย่างถูกต้อง ตอบสนองได้อย่างเหมาะสม สามารถใช้ทักษะในการโน้มน้าวและชักนำได้ สามารถต่อรองและจัดการโต้ตอบในการร่วมมือและทำงานกับผู้อื่นได้

2.2.1 มีอิทธิพล (Influence) สามารถโน้มน้าวใจได้อย่างมีประสิทธิผล บุคคลประเภทนี้จะใช้กลวิธีที่ซับซ้อน เช่น การมีอิทธิพลทางอ้อม เพื่อสร้างความเป็นเอกฉันท์

2.2.2 การติดต่อสื่อสาร (Communication) เปิดรับฟังความคิดและส่งสารที่เชื่อถือได้ บุคคลประเภทนี้จะรับสารและอารมณ์ที่ส่งมา เพื่อส่งสารกลับได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยรับฟังเพื่อทำความเข้าใจและแบ่งปันข้อมูลซึ่งกันและกัน

2.2.3 จัดการกับความขัดแย้ง (Conflict management) บุคคลประเภทนี้จะสามารถต่อรองและแก้ปัญหาความขัดแย้งที่เกิดขึ้นได้

2.2.4 ความเป็นผู้นำ (Leadership) สามารถกระตุ้นและชี้นำบุคคลหรือกลุ่มคนได้ บุคคลประเภทนี้จะมีความชัดเจน และจะคอยกระตุ้นความกระตือรือร้นในการทำงานของผู้อื่น ร่วมแบ่งปันมุมมองและเป้าหมาย ชี้แนะแนวทางปฏิบัติและแนะนำผู้อื่น

2.2.5 กระตุ้นความเปลี่ยนแปลง (Change Catalyst) สามารถริเริ่มให้เกิดความเปลี่ยนแปลง และรับมือกับความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นได้

2.2.6 สร้างสิ่งผูกพัน (Building bonds) ส่งเสริมความสัมพันธ์ บุคคลประเภทนี้จะรักษามิตรภาพภายในกลุ่มเพื่อน แสวงหาความสัมพันธ์ที่ให้ผลประโยชน์ซึ่งกันและกัน

2.2.7 ให้ความร่วมมือ (Collaboration and cooperation) ทำงานกับผู้อื่นที่มีเป้าหมายร่วมกัน บุคคลประเภทนี้จะสร้างความเป็นมิตร และให้ความร่วมมือ พร้อมทั้งร่วมแบ่งปันผลงาน ข้อมูล และทรัพยากร

2.2.8 สมรรถนะของทีมงาน (Team capability) สร้างความร่วมมือกันภายในกลุ่ม ให้สามารถบรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้ บุคคลประเภทนี้จะทำให้สมาชิกภายในกลุ่มของตนมีความกระตือรือร้น และปกป้องชื่อเสียงของกลุ่ม

ในประเทศไทย กรมสุขภาพจิต (2545) ได้แบ่งองค์ประกอบของความสามารถทางอารมณ์ออกเป็น 3 ด้าน คือ

1) ความดี หมายถึง ความสามารถในการควบคุมอารมณ์ และความต้องการของตนเองได้ สามารถแสดงความต้องการของตนเองได้อย่างเหมาะสม รู้จักเห็นอกเห็นใจผู้อื่น เข้าใจ และยอมรับผู้อื่น รวมทั้งความสามารถแสดงความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นได้อย่างเหมาะสม มีความรับผิดชอบต่อส่วนรวม รู้จักให้ รู้จักรับ รู้จักอภัย และเห็นแก่ประโยชน์ส่วนรวม

2) ความเก่ง หมายถึง ความสามารถในการรู้จักตนเอง มีแรงจูงใจ มีความมุ่งมั่นที่จะไปถึงเป้าหมาย สามารถตัดสินใจ แก้ปัญหา มีขั้นตอนในการแก้ปัญหาได้อย่างเหมาะสม กล้าแสดงออกอย่างเหมาะสม และสามารถแสดงความเห็นที่ขัดแย้งได้ด้วยวิธีที่สร้างสรรค์

3) ความสุข หมายถึง ความสามารถในการดำเนินชีวิตอย่างมีความสุข ภูมิใจในตนเอง เห็นคุณค่า เชื่อมั่นศรัทธาในตนเอง มองโลกในแง่ดี มีอารมณ์ขัน พอใจในสิ่งที่ตนเองมีอยู่ รู้จักผ่อนคลายและมีความสงบทางจิตใจ

เห็นได้ว่านักวิชาการทั้งไทยและต่างประเทศ มีการกำหนดองค์ประกอบของความสามารถทางอารมณ์ โดยใช้เกณฑ์ที่แตกต่างกัน ไม่ว่าจะเป็นลำดับขั้นของความสามารถทางอารมณ์ การใช้ความสามารถทางอารมณ์ต่อตนเองหรือต่อผู้อื่น และความสามารถทางอารมณ์ในการใช้ชีวิต แต่นักวิชาการทั้งหมดมีความเห็นตรงกันในแง่ของการนำความสามารถทางอารมณ์มาใช้เพื่อให้เกิดประโยชน์ทั้งต่อตนเอง และต่อผู้อื่น ซึ่งจะทำให้ผู้ที่มีความสามารถทางอารมณ์เป็นบุคคลที่มีความคิดสร้างสรรค์ ยืดหยุ่น สามารถแก้ไขสถานการณ์ได้ มองโลกในแง่ดี เข้าใจตนเองและผู้อื่น เป็นความสามารถสำคัญที่จะทำให้สังคมดำเนินไปด้วยความสงบสุข

1.3 ทฤษฎีพัฒนาการทางอารมณ์

พัฒนาการทางอารมณ์จะพัฒนาขึ้นตามช่วงวัยของมนุษย์ ซึ่งแต่ละคนมีปัจจัยที่จะทำให้พัฒนาการทางอารมณ์แตกต่างกัน ทฤษฎีพัฒนาการต่าง ๆ จึงสามารถอธิบายลักษณะของพัฒนาการทางอารมณ์ตามแต่ละช่วงวัยได้ ฟรอยด์ (Freud, 1949) ได้กล่าวถึงทฤษฎีจิตวิเคราะห์ (Psychoanalysis theory) โดยแบ่งจิตของมนุษย์ออกเป็น 3 ระดับ คือ จิตสำนึก จิตก่อนสำนึก และจิตไร้สำนึก ซึ่งมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมมนุษย์ และยังตั้งสมมุติฐานว่ามนุษย์มีพลังงานที่เรียกว่า ลิบิโด

(Libido) เป็นแรงขับเคลื่อนให้คนอยากมีชีวิตอยู่ อยากสร้างสรรค์สิ่งต่าง ๆ อยากมีความรักและมีแรงขับทางด้านเพศ เพื่อเป้าหมายคือความสุขและความพึงพอใจ ซึ่งความพึงพอใจในส่วนต่าง ๆ ของร่างกายนี้ ฟรอยด์กล่าวว่าจะพัฒนาไปตามช่วงอายุของเด็ก เริ่มตั้งแต่วัยทารก ไปจนถึงวัยผู้ใหญ่ แบ่งได้ 5 ขั้น ดังนี้

ขั้นที่ 1 ขั้นปาก (Oral stage) ได้แก่ เด็กอายุ 0 – 18 เดือน ความพึงพอใจของเด็กวัยนี้อยู่ที่ช่องปาก ทารกพึงพอใจกับการใช้ปากทำกิจกรรมต่าง ๆ เพื่อให้เกิดความสุข เช่นการดูด กลืน กัด เคี้ยว แทะ กิน เป็นต้น เด็กวัยนี้จะเกิดความพึงพอใจเมื่อได้รับการตอบสนองที่เหมาะสม แต่หากไม่ได้รับการตอบสนองในสิ่งที่ต้องการ เด็กจะเกิดความคับข้องใจ จนทำให้เกิดภาวะการติดตรึงอยู่กับที่ ก่อให้เกิดปัญหาทางด้านบุคลิกภาพเรียกว่า Oral Personality คือ จะมีลักษณะที่อาจติดเหล้า บุหรี่ ดูด กัดสิ่งของเมื่อเกิดความเครียด กินจุบจิบ รวมถึงลักษณะการชอบพูดจาถากถาง เหน็บแนม เสียดสีผู้อื่น

ขั้นที่ 2 ขั้นทวารหนัก (Anal stage) ได้แก่ เด็กอายุ 18 เดือน – 3 ปี เด็กวัยนี้เกิดความพึงพอใจจากการได้ขับถ่ายอุจจาระ แต่ในขณะเดียวกัน ผู้ปกครองมักจะต้องการฝึกให้เด็กขับถ่ายในกระโถนและเป็นเวลา ซึ่งเป็นสาเหตุให้เด็กเกิดความขัดแย้ง เพราะความพึงพอใจของเด็ก คือ อยากขับถ่ายในเวลาที่ร่างกายต้องการ ในกรณีที่เด็กรู้สึกขัดแย้งมาก อาจทำให้เด็กมีบุคลิกภาพที่เรียกว่า Anal Personality ผู้ที่มีพฤติกรรมแบบนี้อาจจะเป็นคนที่ชอบความเป็นระเบียบเรียบร้อย ประหยัด หรืออาจมีพฤติกรรมตรงกันข้าม คือ ไม่มีความเป็นระเบียบ สุรุ่ยสุร่าย

ขั้นที่ 3 ขั้นอวัยวะเพศ (Phallic stage) เด็กอายุ 3 – 5 ปี ความพึงพอใจของเด็กวัยนี้อยู่ที่อวัยวะสืบพันธุ์ แสดงออกด้วยการจับต้องลูบคลำอวัยวะเพศ สนใจความแตกต่างระหว่างเพศหญิงและเพศชาย เด็กผู้ชายมีปมเอ็ดดิปุส เด็กผู้หญิงมีปมอีเล็คตรา โดยปมเอ็ดดิปุสในเด็กผู้ชายเกิดจากการติดแม่ รักแม่มาก ต้องการเป็นเจ้าของแม่ ขณะเดียวกันก็รู้ว่าแม่และพ่อรักกัน จึงพยายามเก็บความรู้สึกและทำตัวเลียนแบบพ่อ ส่วนปมอีเล็คตราในเด็กผู้หญิงเกิดจากเด็กผู้หญิงมีความรักพ่อ แต่รู้ว่าไม่สามารถแย่งพ่อไปจากแม่ได้จึงเลียนแบบแม่ คือ ถือแม่เป็นแบบฉบับพฤติกรรมของผู้หญิง ในขั้นนี้การที่พ่อแม่ยอมรับพฤติกรรมที่เด็กแสดงออกทางเพศเป็นเรื่องสำคัญ หากพ่อแม่ไม่เข้าใจจะทำให้เด็กรู้สึกผิด เมื่อโตขึ้นอาจมีปัญหาในเรื่องการรักเพศตรงข้าม เกิดความขัดแย้งในตนเองอย่างรุนแรง ไม่เห็นคุณค่าในตนเอง ไม่กล้าคิดสิ่งใหม่ ๆ และไม่กล้าตั้งคำถาม

ขั้นที่ 4 ขั้นแฝง (Latency stage) เด็กอายุ 6 - 12 ปี เด็กวัยนี้จะมุ่งความสนใจไปที่พัฒนาการด้านสังคมและด้านสติปัญญา พร้อมที่จะเรียนรู้การมีเหตุผล รู้ผิดชอบชั่วดี สนใจสิ่งแวดล้อมรอบตัว เรียนรู้การมีค่านิยม ทัศนคติ มีการปรับตัวและเตรียมตัวเข้าสู่วัยผู้ใหญ่ต่อไป เด็กจะเก็บกดความต้องการทางเพศหรือความต้องการทางเพศในตนเองของเด็กจะสงบลงในช่วงวัยนี้ มัก

เล่นหรือจับกลุ่มกับเพศเดียวกัน เริ่มมีเพื่อนสนิทกับเพศเดียวกัน มีความสนใจในบทบาททางเพศของตนเอง

ขั้นที่ 5 ขั้นสนใจเพศตรงข้าม (Genital stage) อายุ 12 ปีขึ้นไป ในช่วงแรกของขั้นนี้ เด็กวัยรุ่นจะเริ่มสนใจเพศตรงข้าม มีแรงจูงใจที่จะรักผู้อื่น มีความต้องการทางเพศ ต้องการเป็นอิสระจากพ่อแม่ เป็นระยะเริ่มต้นของวัยผู้ใหญ่ ต้องการความสนใจและได้รับการยอมรับจากสังคม มีการเตรียมตัวเป็นผู้ใหญ่

จากทฤษฎีจิตวิเคราะห์ ทั้ง 5 ขั้นนี้ หากเด็กสามารถเติบโตผ่านแต่ละช่วงวัยได้โดยไม่เกิดปัญหา ก็จะเป็นบุคคลที่มีบุคลิกภาพปกติ ดังนั้นการตอบสนองที่เหมาะสมของผู้ปกครองและบุคคลรอบตัวในช่วงที่ขั้นที่ 1 ถึงขั้นที่ 3 ถือเป็นปัจจัยสำคัญที่มีอิทธิพลต่อบุคลิกภาพของเด็กและส่งผลไปจนกระทั่งโตเป็นผู้ใหญ่

เช่นเดียวกับอีริคสัน (Erikson, 1968) ได้กล่าวถึงทฤษฎีจิตสังคม (Psychosocial theory) ซึ่งมีแนวคิดคล้ายกับฟรอยด์ผู้เป็นอาจารย์ อิริสันกล่าวว่าบุคลิกภาพของคน สามารถเปลี่ยนแปลงไปเรื่อย ๆ ตามช่วงวัย โดยมีประสบการณ์และอุปสรรคที่ไม่ปรารถนา ทำให้เกิดเป็นความแตกต่างทางพัฒนาการของบุคลิกภาพตามแต่ละขั้นของชีวิตคน ทฤษฎีจิตสังคมของอีริคสัน แบ่งพัฒนาการทางบุคลิกภาพออกเป็น 8 ขั้น ดังนี้

ขั้นที่ 1 วัยทารก อยู่ในช่วงอายุ 0 – 2 ปี เป็นขั้นไว้วางใจและไม่ไว้วางใจ (Trust vs. Mistrust) เด็กวัยแรกเกิดเป็นวัยที่จำเป็นต้องพึ่งพาผู้ดูแลในทุก ๆ ด้าน ความไว้วางใจของทารกจะเกิดขึ้นเมื่อผู้ดูแลให้ความเอาใจใส่ ไม่ปล่อยให้หิว หรือไม่สบายตัวจากการขับถ่าย ให้ความรัก ความอบอุ่นกับทารกอย่างสม่ำเสมอ เมื่อเด็กทารกรู้สึกพึงพอใจทั้งทางร่างกายและอารมณ์ จึงเรียนรู้ที่จะไว้วางใจผู้อื่น แต่ในทางตรงกันข้ามหากเด็กทารกไม่ได้รับการเอาใจใส่ที่เหมาะสม ไม่ได้รับการตอบสนองในสิ่งที่ต้องการ เด็กทารกจะเกิดความไม่ไว้วางใจผู้อื่น ซึ่งความไว้วางใจเป็นรากฐานที่สำคัญของพัฒนาการบุคลิกภาพ เด็กที่ขาดความไว้วางใจผู้อื่นจะกลายเป็นคนก้าวร้าว ไม่เข้าสังคม หรือในบางคนอาจมีอาการทางจิต

ขั้นที่ 2 วัยเริ่มต้น ช่วงอายุ 2 – 3 ปี เป็นขั้นที่มีความเป็นตัวของตัวเองอย่างอิสระและความสงสัยไม่แน่ใจในตนเอง (Autonomy vs. Shame and doubt) เด็กในวัยเริ่มต้นนี้ จะเริ่มเดินได้ พูดได้และทำกิจกรรมต่าง ๆ ด้วยตนเอง มีความอยากรู้อยากเห็น อยากสำรวจสิ่งรอบ ๆ ตัว รวมถึงเริ่มจะต้องเรียนรู้พฤติกรรมที่เหมาะสม ผู้ปกครองจึงต้องรู้จักใช้วิธีการที่จะไม่ทำให้เด็กรู้สึกอึดอัด ในการอธิบายว่าสิ่งใดควรทำ สิ่งใดไม่ควรทำ หลีกเลี่ยงการดุเวลาที่เด็กทำสิ่งที่ไม่ถูกต้องและผู้ปกครองควรยอมรับในสิ่งที่เด็กได้ลองทำด้วยตนเองบ้าง ไม่บังคับเด็กให้อยู่ในกฎระเบียบจนเกินไป เพราะอาจทำให้เด็กเกิดความสงสัยไม่แน่ใจในตนเอง จนขาดความมั่นใจ ไม่กล้าตัดสินใจทำอะไรด้วยตนเอง

ขั้นที่ 3 ระยะก่อนเข้าโรงเรียน เด็กอายุประมาณ 3 – 5 ปี เป็นขั้นมีความคิดริเริ่มและความรู้สึกผิด (Initiative vs. Guilt) ในระยะนี้เด็กจะมีความคิดที่จะทำอะไรจากจินตนาการของตนเอง ชอบการเรียนรู้และทดลองอะไรใหม่ๆ การเล่นจึงเป็นโอกาสสำคัญที่จะทำให้เด็กได้ทดลองสมมุติฐานว่าเป็นจริงได้หรือไม่ เด็กวัยนี้จะมีการเลียนแบบผู้ใหญ่ รวมถึงต้องการการยอมรับและสนับสนุนจากทั้งพ่อและแม่ในการหาข้อดีของตนเอง เด็กที่ไม่ได้รับการสนับสนุนให้มีความริเริ่ม กล้าทำสิ่งต่าง ๆ ด้วยตนเอง จะเกิดความรู้สึกผิดเมื่อทำอะไรตามใจตน รวมถึงมีทัศนคติที่ไม่ดีต่อตนเองด้วย

ขั้นที่ 4 ระยะเข้าโรงเรียน เด็กอายุประมาณ 6 – 12 ปี เป็นขั้นมีความขยันและความรู้สึกด้อย (Industry vs. Inferiority) เนื่องจากพัฒนาการทางสติปัญญาและด้านร่างกายทำให้เด็กในช่วงวัยนี้ต้องการทำสิ่งต่าง ๆ ไม่ปล่อยให้ตนเองว่าง ความพึงพอใจทางอารมณ์ของเด็ก คือ การประสบความสำเร็จในสิ่งที่ทำจากความอุตสาหะของตนเอง เกิดเป็นความภาคภูมิใจ ผู้ปกครองจึงควรสนับสนุนเด็กให้ทำสิ่งที่ท้าทายความสามารถของเขา เด็กที่ไม่สามารถทำอะไรที่อยากทำจะเกิดความรู้สึกด้อยค่า หรือหากทำแล้วไม่ดีเท่าคนอื่นก็จะเกิดความรู้สึกเป็นปมด้อยเช่นกัน ดังนั้นผู้ปกครองและครูจึงมีส่วนสำคัญมากในการช่วยให้กำลังใจเด็กที่มีความสามารถน้อยกว่าคนอื่น หรือมีโอกาสน้อยกว่าคนอื่น โดยพยายามพูดถึงข้อดีของเด็ก ชี้ให้เด็กเห็นถึงความสามารถพิเศษของตนเอง เนื่องจากเด็กวัย 6 – 12 ปีจะมีพัฒนาการทางอารมณ์ที่ละเอียดและซับซ้อนมากกว่าวัยก่อนหน้า เรียนรู้ที่จะเข้าใจอารมณ์ของตนเองและผู้อื่น สามารถควบคุมและแสดงอารมณ์ให้เหมาะสมในรูปแบบที่สังคมยอมรับได้ นอกจากนี้ เด็กวัยนี้มีการเปลี่ยนแปลงความรู้สึกอย่างรวดเร็ว เช่น บางครั้งทำตัวเป็นผู้ใหญ่ บางครั้งทำตัวเป็นเด็ก จึงเกิดความขัดแย้งทางอารมณ์ขึ้นได้เสมอ พัฒนาการทางอารมณ์ของเด็กวัยนี้จึงมีผลสำคัญอย่างยิ่งต่อการพัฒนาความรู้สึกมั่นคงของเด็กเมื่อโตขึ้น

ขั้นที่ 5 ระยะวัยรุ่น อายุประมาณ 12 - 18 ปี เป็นขั้นมีความเป็นอัตลักษณ์และความสับสนในบทบาททางสังคม (Ego Identity vs. Role Confusion) เด็กในช่วงวัยรุ่นนี้จะรู้สึกว่าตนเองมีความเจริญเติบโตด้านร่างกายเหมือนกับผู้ใหญ่ มีความเปลี่ยนแปลงทั้งเพศหญิงและเพศชาย ประกอบกับพัฒนาการด้านสติปัญญาของเด็กจะทำให้รู้จักครุ่นคิด หาคำตอบว่าตนเองเป็นใคร ต้องการมีชีวิตแบบใด ประกอบอาชีพอะไร ซึ่งเด็กวัยรุ่นส่วนมากยังสับสนและต้องการการสนับสนุนสิ่งที่ตนเองเลือกจากผู้ปกครอง ทำให้เมื่อโดนห้ามหรือตักเตือนจะเกิดความไม่พอใจ นอกจากนั้น เด็กจะหาคำตอบว่าประสบการณ์ทั้งหมดของตัวเองตั้งแต่เด็กสามารถช่วยให้ต่อยอดในสิ่งที่ปรารถนาได้หรือไม่ สิ่งสำคัญของเด็กวัยรุ่น คือ ความเป็นอัตลักษณ์ของตนเองเพื่อที่จะได้มีความมั่นใจพร้อมที่จะก้าวไปสู่วัยผู้ใหญ่ แต่ถ้าหากเด็กขาดความมั่นใจในตนเอง ไม่รู้ว่าจะทำอะไรเมื่อโตเป็นผู้ใหญ่ มีความสับสนในบทบาททางสังคม เด็กจะเลียนแบบผู้อื่นหรืออาจจะต้องใช้เวลานานกว่าจะพบว่าตนเองต้องการอะไร รวมถึงการเลียนแบบตัวอย่างที่ไม่ดีในสังคมเพราะความสับสนและไม่มั่นใจในตนเอง โดยอารมณ์ของเด็ก

วัยรุ่นมักจะแปรปรวนง่าย อาจทำให้ซึมเศร้าโดยไม่มีสาเหตุและมีพฤติกรรมก้าวร้าวส่งผลต่อการเรียนและการดำเนินชีวิต

ขั้นที่ 6 วัยผู้ใหญ่ระยะเริ่มต้น ช่วงอายุ 18 – 40 ปี เป็นขั้นความใกล้ชิดผูกพันและความรู้สึกอ้างว้าง (Intimacy vs. Isolation) ทั้งผู้ชายและผู้หญิงเริ่มจะรู้เป้าหมายในชีวิตของตนเอง พร้อมที่จะมีความสัมพันธ์กับเพื่อนต่างเพศในฐานะเพื่อนสนิท มีความเห็นอกเห็นใจซึ่งกันและกัน เริ่มที่จะลงหลักปักฐาน สามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นได้ และแต่งงานมีครอบครัวของตนเอง มีการยอมรับอัตภาพระหว่างกันเกิดเป็นความใกล้ชิดผูกพันมีสัมพันธภาพที่ดีทั้งกับคู่สมรส เพื่อนร่วมงาน และเพื่อนสนิท แต่ตรงกันข้ามกับคนที่ไม่สามารถเชื่อมหรือยอมรับอัตภาพได้ มักจะต้องอยู่คนเดียวมีความรู้สึกอ้างว้าง ไม่มีใครให้พึ่งพา

ขั้นที่ 7 วัยผู้ใหญ่ ช่วงอายุ 40 – 60 ปี เป็นขั้นความเป็นห่วงคนรุ่นหลังและการคิดถึงแต่ตัวเอง (Generativity vs. Stagnation) คนในวัยนี้จะมีความเป็นห่วงเยาวชนรุ่นหลังตนเอง อยากแบ่งปันความรู้ สั่งสอนผู้อื่น เพื่อให้ความรู้ ความดีงามยังคงอยู่ต่อไปในอนาคต แต่มีคนวัยผู้ใหญ่บางคนที่สนใจ คิดถึงแต่เพียงตนเอง ยึดตนเองเป็นศูนย์กลางของทุกอย่าง เนื่องจากไม่ไว้วางใจผู้อื่น ก็จะไม่สามารถสอนหรือถ่ายทอดวัฒนธรรมให้คนรุ่นหลังได้แม้แต่บุตรหลานของตนเอง ดังนั้นการแต่งงานหรือการมีบุตรไม่สามารถรับรองได้ว่าทำให้คนอยู่ในขั้นที่มีความเป็นห่วงคนรุ่นหลัง

ขั้นที่ 8 วัยสูงอายุ ช่วงอายุ 60 ปีขึ้นไป เป็นขั้นมีความพอใจในตนเองและความสิ้นหวัง (Integrity vs. Despair) ในช่วงวัยนี้เป็นระยะบั้นปลายของชีวิต บุคลิกภาพของผู้สูงอายุมักจะเป็นผลของประสบการณ์ระหว่าง 7 ขั้นก่อนหน้า โดยส่วนใหญ่มักจะมีความสุขุม รอบคอบ ฉลาด ยอมรับความเป็นจริงของชีวิตและใช้ชีวิตที่เหลืออย่างมีความสุข พอใจในสภาพชีวิตของตนเอง ยอมรับความเจ็บป่วยและความตายได้ แต่หากบุคคลที่มีปัญหาชีวิตตั้งแต่ขั้นต้นๆ และไม่สามารถแก้ไขปัญหานั้นได้ ปัญหาจะยังคงอยู่ไปจนถึงช่วงสุดท้ายของชีวิต ไม่พอใจ ไม่มั่นใจในตนเอง รู้สึกว่าตนเองไม่มีประโยชน์ ใช้ชีวิตบั้นปลายด้วยความผิดหวังและไม่ยอมรับความตายเพราะรู้สึกว่าชีวิตยังไม่สมบูรณ์

จากทฤษฎีจิตสังคมของอีริคสัน จะเห็นได้ว่าช่วงวัยทารถถึงระยะก่อนเข้าโรงเรียน (อายุ 0 – 5 ปี) เด็กจะมีพัฒนาการทางบุคลิกภาพเป็นไปตามความต้องการพื้นฐานและพัฒนาการทางร่างกาย โดยผู้ปกครองจะต้องเอาใจใส่และตอบสนองความต้องการของเด็กอย่างเหมาะสม เนื่องจากความพึงพอใจของเด็กในวัยนี้มีผลต่อพัฒนาการทางอารมณ์ของเด็กด้วย แต่เมื่อเด็กอยู่ในระยะเข้าโรงเรียน (อายุ 6 – 12 ปี) เป็นวัยที่พัฒนาการทางสติปัญญา ทางร่างกาย สังคม บุคลิกภาพพัฒนาอย่างเต็มที่ รวมถึงเด็กจะมีพัฒนาการทางอารมณ์ที่มีความซับซ้อน ละเอียดอ่อน และพยายามควบคุมอารมณ์ของตนเองให้เป็นที่ยอมรับได้ในสังคมอันได้แก่ โรงเรียน และยังเป็นช่วงวัยที่เรียนรู้ที่จะสะสมประสบการณ์ของตนเองเพื่อให้เติบโตเป็นวัยรุ่นที่มีความมั่นใจ มีความมั่นคงทางอารมณ์และเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีคุณภาพ

1.4 ความสำคัญของความสามารถทางอารมณ์ต่อเด็กประถมศึกษา

จากความหมายของความสามารถทางอารมณ์ สามารถจำแนกเด็กที่มีความสามารถทางอารมณ์สูงได้เป็น 2 ประเด็น คือ เด็กที่มีความสามารถทางอารมณ์สูง ในส่วนที่มีต่อตนเอง และเด็กที่มีความสามารถทางอารมณ์สูง ในส่วนที่มีต่อผู้อื่น ซึ่งมีลักษณะดังนี้

1) เด็กที่มีความสามารถทางอารมณ์สูง ในส่วนที่มีต่อตนเอง จะรู้จักและเข้าใจตนเอง สามารถควบคุมอารมณ์ได้ดี มีความมั่นคงทางอารมณ์ นับถือตนเองสูง มีความรับผิดชอบและมีวินัย สามารถตัดสินใจและแก้ปัญหาได้ดี รู้จักปรับตัว สามารถจัดการกับความเครียดได้ มองโลกในแง่ดี มีแรงจูงใจและมีเป้าหมายในชีวิต

2) เด็กที่มีความสามารถทางอารมณ์สูง ในส่วนที่มีต่อผู้อื่น จะเข้าใจและรับมือกับอารมณ์ของผู้อื่นได้ดี มีมนุษยสัมพันธ์ดี เห็นอกเห็นใจผู้อื่น มีศีลธรรม สามารถสื่อสารได้อย่างมีประสิทธิภาพ แก้ไขความขัดแย้งที่เกิดขึ้นได้

นอกจากนี้ เมื่อเด็กมีความสามารถทางอารมณ์สูง จะมีลักษณะสำคัญ 9 ประการ ดังนี้

1) เป็นผู้เรียนที่ดี

2) มีปัญหาด้านพฤติกรรมน้อย

3) มีความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง

4) สามารถอดทนต่อแรงกระตุ้นทางอารมณ์จากเพื่อนได้

5) มีอารมณ์รุนแรงน้อย

6) สามารถแก้ไขปัญหาความขัดแย้งได้ดี

7) สามารถหลีกเลี่ยงพฤติกรรมที่เป็นภัยต่อตนเองได้ เช่น การติดยาเสพติด ดื่มสุรา คบเพื่อนที่ไม่ดี การตั้งครรภ์ในวัยเรียน

8) สามารถควบคุมตนเองจากสิ่งเร้าทางอารมณ์ได้ดี สามารถแสดงความพึงพอใจของตนเองได้ด้วยวิธีที่เหมาะสม

9) มีความสุข สุขภาพดี และประสบความสำเร็จ

ลักษณะทั้ง 9 ประการเป็นลักษณะสำคัญของเด็กที่มีความสามารถทางอารมณ์สูง ซึ่งเป็นลักษณะสำคัญที่จะทำให้เด็กเติบโตเป็นบุคคลที่ประสบความสำเร็จในอนาคต (Goleman, 1998b)

ความสามารถทางอารมณ์จึงเป็นสิ่งสำคัญสำหรับเด็กประถมศึกษา เนื่องจากเป็นช่วงวัยที่กำลังเรียนรู้การใช้ชีวิตอยู่ร่วมกับผู้อื่นในโรงเรียน เป็นสังคมขนาดเล็กที่เด็กจะต้องมีการเรียนรู้ เด็กที่มีความสามารถทางอารมณ์จะมีแนวโน้มที่จะมีการเรียนรู้ที่ดี เคารพตนเองและผู้อื่น สามารถแก้ไขปัญหาที่อาจเกิดขึ้น มีพฤติกรรมที่พึงประสงค์ และประสบความสำเร็จในด้านต่างๆ ในอนาคต

ตอนที่ 2 แนวคิดเกี่ยวกับการจัดการอารมณ์

2.1 ความหมายของการจัดการอารมณ์

การจัดการอารมณ์ เป็นความสามารถในการบริหารจัดการกับอารมณ์ของตนเองให้เหมาะสมตามสถานการณ์ สามารถควบคุมตนเองให้ไม่เกิดความเครียด มีเทคนิคในการผ่อนคลายความเครียด ขจัดความวิตกกังวลได้อย่างรวดเร็ว ไม่ฉุนเฉียวง่าย เมื่อเกิดอารมณ์ขุ่นมัวสามารถจัดการตนเองให้กลับสู่สภาวะปกติได้ และสามารถควบคุมความต้องการของตนเอง แสดงความต้องการได้อย่างเหมาะสม (Mayer & Salovey, 1990)

อีกแนวคิดหนึ่งที่เกี่ยวกับความหมายของคำว่า การจัดการอารมณ์ คือ กระบวนการภายในและภายนอกที่ทำการตรวจสอบ ประเมิน และแก้ไขปฏิกิริยาทางอารมณ์ เพื่อจัดการอารมณ์ความรู้สึกในทันที หรือเพื่อให้สามารถบรรลุวัตถุประสงค์ที่บุคคลต้องการ (Thompson, 1994 as cited in Sabatier, Cervantes, Torres, Rios, & Sanudo, 2017) ซึ่งแนวคิดนี้ยังเป็นแนวคิดที่นักวิจัยมักใช้เป็นแนวคิดหลักในการศึกษาเรื่อง การจัดการอารมณ์ อีกด้วย

โดยต่อมา John D. Mayer and Peter Salovey (1997) แบ่งความสามารถในการจัดการอารมณ์ออกเป็น 4 ขั้นตอน จากขั้นที่ง่ายไปสู่ขั้นที่ยาก ดังนี้

1) ขั้นรับรู้ (Perception) ประเมิน (Appraisal) และแสดงออก (Expression) ทางอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม

2) ขั้นสนับสนุนการคิดของอารมณ์

3) ขั้นเข้าใจ วิเคราะห์ และใช้ความรู้สึกเกี่ยวกับอารมณ์

4) ขั้นคิดใคร่ครวญและควบคุมอารมณ์ของตน เพื่อพัฒนาสติปัญญาและอารมณ์ต่อ ๆ ไป

เช่นเดียวกันกับ Nathan C. Hall and Thomas Goetz (2013) ได้สรุปความหมายของการจัดการอารมณ์ ว่าหมายถึง การพยายามขจัด เปลี่ยนแปลง ยุติ หรือหลีกเลี่ยงอารมณ์ที่เฉพาะเจาะจง โดยส่วนมากมีเป้าหมายเพื่อเพิ่มอารมณ์ในแง่บวกและลดอารมณ์ในแง่ลบ

ส่วน Gross (as cites in(T. English, I. A. Lee, O. P. John, & J. J. Gross, 2017) กล่าวไว้ว่า การจัดการอารมณ์ หมายถึง วิธีการต่าง ๆ ที่เราใช้รับมืออารมณ์ที่เกิดขึ้น สะสมจนเกิดเป็นประสบการณ์ จนสามารถแสดงออกทางอารมณ์เหล่านั้นได้อย่างเหมาะสม

ในปัจจุบัน การจัดการอารมณ์ เป็นที่เข้าใจตรงกันว่าเป็นกระบวนการทั้งภายในและภายนอก ทั้งตอนที่มีสติและไม่มีสติ เกิดขึ้นด้วยความเต็มใจและไม่ได้ตั้งใจ เป็นกระบวนการที่มีหน้าทีประเมินและปรับเปลี่ยนปฏิกิริยาทางอารมณ์ ทั้งทางกายภาพ ความคิด และพฤติกรรม โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อบรรลุเป้าหมายส่วนบุคคลและตอบสนองเพื่อให้เป็นที่ยอมรับสังคม (Sabatier, Cervantes, et al., 2017)

จากความหมายทางอารมณ์ทั้งหมดที่นักการศึกษาได้ให้คำจำกัดความ การจัดการอารมณ์ จึงหมายความว่า ความสามารถของกระบวนการบริหารจัดการอารมณ์ ทั้งภายในและภายนอก เพื่อควบคุมและจัดการตนเอง ให้ไม่เกิดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ โดยมากมีจุดประสงค์เพื่อเพิ่มอารมณ์ในแง่บวก และลดอารมณ์ในแง่ลบ เพื่อให้บุคคลสามารถแสดงออกทางอารมณ์และมีพฤติกรรมที่เหมาะสม ประสบความสำเร็จและเป็นที่ยอมรับในสังคม

2.2 การจัดการอารมณ์ในเด็กประถมศึกษา

การจัดการอารมณ์ในเชิงวิชาการ มักมีวัตถุประสงค์เพื่อส่งเสริมอารมณ์ในแง่บวกและเพื่อป้องกันหรือลดการเกิดอารมณ์ในแง่ลบ โดย Nathan C. Hall and Thomas Goetz (2013) ได้กล่าวถึงวิธีการจัดการอารมณ์ 5 วิธี ที่นักเรียนมักใช้ในการจัดการอารมณ์ของตนเอง รวมถึงวิธีการที่ครูสามารถช่วยส่งเสริมการจัดการอารมณ์ของนักเรียน ดังนี้

1. การจัดการอารมณ์โดยมุ่งเน้นที่อารมณ์ความรู้สึก (Emotion-oriented regulation) เป็นวิธีที่เกี่ยวข้องกับการเปลี่ยนแปลงอารมณ์ของบุคคลโดยตรง อาจทำให้ลักษณะของอาการทางอารมณ์ดีขึ้นหรือแย่ลง ยกตัวอย่างเช่น สามารถทำให้ความวิตกกังวลลดลงได้ด้วยการเสพนิโคติน ดื่มแอลกอฮอล์ รับประทานยากล่อมประสาท หรือด้วยการเข้าฝึกฝนการผ่อนคลาย ซึ่งวิธีการหลังที่จะช่วยลดความตึงเครียดทางอารมณ์ ด้วยการยอมรับอารมณ์ที่เกิดขึ้นโดยพยายามที่จะไม่เปลี่ยนแปลงลักษณะอาการ นอกจากนี้ ยังมีวิธีที่สามารถลดอารมณ์ในแง่ลบได้ ด้วยการเพิ่มอารมณ์ในแง่บวก เช่น อารมณ์ขัน เสียงดนตรี หรือการสนับสนุนทางอารมณ์จากผู้อื่น เห็นได้ชัดว่าวิธีการบางวิธีช่วยส่งเสริมสุขภาพและทำให้ประสบความสำเร็จ ในขณะที่บางวิธีการไม่เหมาะสมไม่ควรนำมาปฏิบัติ

2. การจัดการอารมณ์โดยการหลีกเลี่ยง (Avoidance-oriented regulation) สามารถพบได้ในบางกรณี การจัดการอารมณ์ด้วยวิธีนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อหลีกเลี่ยงความเครียดที่เกิดขึ้นในตนเอง ซึ่งอาจทำให้เกิดพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ หรือสถานการณ์ที่จะทำให้ขาดการยับยั้งชั่งใจ ยกตัวอย่างเช่น การมองหาช่องทางหลีกเลี่ยงชั้นเรียนที่ตนเองไม่ชอบ ด้วยการมีส่วนร่วมในงานที่ไม่เกี่ยวข้องกับ การแอบคุยกับเพื่อนหรือการนึกฝันถึงเรื่องอื่น ๆ การผลัดวันประกันพรุ่งหรือมีความสนใจทางการเรียนจำกัด ไม่เข้าชั้นเรียน ขาดสอบ และไม่ไปโรงเรียน กลวิธีการจัดการด้วยการหลีกเลี่ยง เป็นวิธีการชั่วคราวที่จะช่วยลดอารมณ์ในแง่ลบของนักเรียน แต่อย่างไรก็ตามวิธีนี้เป็นวิธีที่ส่งผลกระทบในระยะยาว

3. การจัดการอารมณ์ด้วยการประเมิน (Appraisal-oriented regulation) เกี่ยวข้องกับการเปลี่ยนแปลงตนเองของนักเรียนและการประเมินสถานการณ์ที่ส่งผลต่ออารมณ์ ยกตัวอย่างเช่น ความเชื่อมั่นของนักเรียนในด้านการควบคุมตนเอง สามารถเสริมสร้างได้โดยการเปลี่ยนทัศนคติเกี่ยวกับสาเหตุของความสำเร็จหรือความล้มเหลว เช่น สาเหตุของความล้มเหลวคือการขาดความพยายาม

ไม่ใช่ขาดความสามารถ เป็นต้น ในทางกลับกันการจัดการอารมณ์ด้วยการประเมิน จะช่วยส่งเสริมอารมณ์ในแง่บวกและลดอารมณ์ในแง่ลบ ตัวอย่างของอารมณ์ในแง่ลบ เช่น ความเบื่อ ครูสามารถช่วยเพิ่มความสนใจให้นักเรียนได้ด้วยการสร้างความเชื่อมั่นด้านคุณค่าของการเรียน ให้กำลังใจนักเรียนให้เห็นถึงประโยชน์ ความสำคัญ หรือคุณลักษณะที่เฉพาะของเนื้อหาที่เรียน นอกจากนั้นยังสามารถส่งเสริมสุขภาพจิตที่ดีและส่งเสริมสุขภาพร่างกายของตนเองได้ด้วยการประเมินเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นด้วยการมองโลกในแง่ดี เช่น การคิดว่าความล้มเหลว คือโอกาสในการเรียนรู้ การบำบัดความเครียดด้วยการประเมินเพื่อเข้าใจอารมณ์ เป็นวิธีที่เหมาะสมกับการจัดการอารมณ์ประเภทนี้

4. การจัดการอารมณ์ที่มุ่งเน้นความสามารถ (Competence-oriented regulation) มีจุดประสงค์เพื่อส่งเสริมการเรียนรู้ด้านทักษะและความสามารถที่จำเป็นสำหรับการประสบความสำเร็จทางวิชาการ ดังเช่น การสร้างความมั่นคงทางอารมณ์ในแง่บวกและลดอารมณ์ในแง่ลบ โดยสามารถใช้วิธีการมุ่งเน้นการจัดการทรัพยากร วิธีการเรียนรู้ด้วยความเข้าใจ และวิธีการเรียนรู้อภิปัญญา สามารถช่วยให้นักเรียนบรรลุวัตถุประสงค์ในการจัดการอารมณ์นี้

5. การจัดการอารมณ์โดยการควบคุมสถานการณ์ (Situation-oriented regulation) เนื่องจากอารมณ์เป็นสิ่งที่สามารถบริหารจัดการได้ โดยการเลือกและเปลี่ยนแปลงสถานการณ์ให้เป็นไปในทิศทางที่ส่งเสริมให้เกิดการปรับปรุงและลดอารมณ์ที่อ่อนไหว ในบริบทด้านการศึกษา การจัดการอารมณ์โดยควบคุมสถานการณ์เกี่ยวข้องกับการเลือกและการออกแบบบรรยากาศทางการเรียนรู้ให้เข้ากับอารมณ์ความรู้สึก โรงเรียนและครูเป็นผู้ที่รับผิดชอบการออกแบบภาระงานและบรรยากาศในชั้นเรียน เพื่อกระตุ้นแรงจูงใจในการเรียน ทำให้นักเรียนมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดีขึ้นและให้นักเรียนมีอิสระทางการศึกษา อย่างไรก็ตามหากโรงเรียนและครูมีการจัดเตรียมกิจกรรมการเรียนรู้ที่เหมาะสม ให้อิสระกับนักเรียน นักเรียนต้องให้ความร่วมมือด้วยเช่นเดียวกัน

การจัดการอารมณ์ เป็นกระบวนการที่คนใช้ในการเปลี่ยนแปลงประเภทของอารมณ์ ระดับความมากน้อยของอารมณ์ ระยะเวลาที่อารมณ์เกิดขึ้น และการแสดงออกของอารมณ์ (Koole as cited in(Elizabeth L. Davis & Linda J. Levine, 2013) โดยอารมณ์ของเด็กสามารถปรับเปลี่ยนได้ตามเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น การที่เด็กรู้จักพิจารณาว่าอารมณ์เหล่านั้นเกิดขึ้นได้อย่างไรจึงเป็นสิ่งที่จำเป็น จากทฤษฎีหน้าที่นิยม (Functionalist theory) คนจะเกิดอารมณ์ต่าง ๆ เมื่อพวกเขาประเมินเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นว่าเป็นไปตามที่พวกเขาต้องการ ค่านิยม หรือทำให้พวกเขามีความเป็นอยู่ที่ดีขึ้นหรือไม่ ซึ่งหนึ่งในวิธีการจัดการอารมณ์ คือ การลดอารมณ์ในแง่ลบ ด้วยการพิจารณาเหตุการณ์

ในแง่ดี เป็นการพิจารณาเหตุการณ์ในมุมมองที่ทำให้เกิดข้อดี หรือนำเหตุการณ์เหล่านั้นมาเป็นบทเรียนที่จะพัฒนาตนเองให้ดียิ่งขึ้น แต่ผลจากการศึกษา บุคคลที่สามารถจัดการอารมณ์ด้วยวิธีการพิจารณาเหตุการณ์ในแง่ดีนั้น คือ บุคคลในวัยรุ่นและวัยผู้ใหญ่ โดยที่ยังไม่มีข้อสรุปว่า การพิจารณาเหตุการณ์ในแง่ดี จะเป็นวิธีการที่เด็กสามารถทำได้หรือไม่ เนื่องจากเด็กจะต้องนึกถึงเหตุการณ์เหล่านั้นอีกครั้งและอาจจะทำให้อารมณ์ที่ไม่ดียาวนานขึ้น แทนที่จะลดลง (Elizabeth L. Davis & Linda J. Levine, 2013)

จึงสามารถสรุปได้ว่า อารมณ์ ส่งผลกระทบทั้งด้านร่างกาย จิตใจและพฤติกรรมของตนเอง รวมทั้งส่งผลต่อผู้อื่นด้วย เด็กวัยประถมศึกษาเป็นวัยที่กำลังเรียนรู้การอยู่ร่วมกันในสังคม และเรียนรู้การจัดการอารมณ์ของตนเองและผู้อื่น การจัดการอารมณ์จึงเป็นความสามารถ ที่มีวิธีการและเทคนิคต่าง ๆ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อลดอารมณ์ในแง่ลบ หรือควบคุมอารมณ์ในแง่ลบให้มีการแสดงออกทางอารมณ์ที่เหมาะสม ซึ่งบุคคลในวัยรุ่นและวัยผู้ใหญ่มีประสบการณ์ในการจัดการอารมณ์ที่มากกว่า จึงมักจะสามารถจัดการอารมณ์ที่ไม่เหมาะสมได้ดีกว่าบุคคลในวัยเด็ก การจัดการอารมณ์ในเด็กจึงมีความสำคัญที่ควรต้องได้รับการพัฒนาอย่างถูกต้องเหมาะสม เพื่อให้เด็กมีประสบการณ์ทางอารมณ์ที่ดีสามารถนำไปใช้ได้จริงในอนาคต

2.3 การจัดการอารมณ์ของเด็กในสังคมพหุวัฒนธรรม

สังคมพหุวัฒนธรรม (Multicultural Society) เป็นสังคมที่ประกอบด้วยกลุ่มคนที่มีความหลากหลาย มีความแตกต่างกันทางสังคมและวัฒนธรรม ไม่ว่าจะเป็นด้านศาสนา ภาษา การแต่งกาย ความเชื่อ วัฒนธรรม ประเพณี ฯลฯ เมื่อคนที่มีความแตกต่างกันมาอยู่รวมกันย่อมต้องมีการปรับตัวเข้าหากันในหลาย ๆ ด้านเพื่อให้สามารถอยู่ร่วมกันได้อย่างสันติ (พระมหามงคลกานต์ จิตธมฺโม และคณะ, 2562)

นักเรียนในโรงเรียนนานาชาติ เป็นการอยู่ร่วมกันแบบสังคมพหุวัฒนธรรมในระดับโรงเรียน เด็ก ๆ ที่มาจากครอบครัวที่มีเชื้อชาติ ศาสนา และภาษาที่แตกต่างกันย่อมต้องมีการปรับตัว และเรียนรู้ซึ่งกันและกันภายใต้เงื่อนไขของสังคม มีลักษณะคล้ายการมีวุฒิภาวะ ถือเป็นกระบวนการที่มนุษย์พยายามรักษาความสมดุลของจิตใจเมื่อจะต้องเผชิญกับเหตุ ปัจจัยทั้งภายในและภายนอก ให้เป็นไปเพื่อประโยชน์ต่อตนเอง และไม่ทำให้คนอื่นเดือดร้อน (มุกดา ศรียงค์ และคณะ, 2561) แต่บ่อยครั้งที่เด็กบางคนไม่สามารถปรับตัวให้เข้ากับสังคมแบบพหุวัฒนธรรมได้ นำไปสู่ปัญหาด้านพฤติกรรม ปัญหาทางอารมณ์ และปัญหาในการเรียน จากสถิติพบว่าเด็กกลุ่มที่มีความหลากหลาย

ทางเพศ และกลุ่มเด็กชาติพันธุ์ มักตกเป็นกลุ่มเป้าหมายของการถูกเพื่อนรังแก ลักษณะการรังแกที่พบบ่อย คือ ทำร้ายจิตใจ ด้วยการพูดจาล้อเลียน การทำร้ายร่างกาย รีดไถเงิน แย่งชิงสิ่งของ กีดกันไม่ให้เข้ากลุ่ม และที่น่าห่วงมากที่สุดขณะนี้ การกลั่นแกล้งผ่านสื่อออนไลน์ต่าง ๆ ทุกรูปแบบ ไม่ว่าจะเป็นการใช้ข้อความ รูปภาพ คลิปวิดีโอ (ข่าวไทยพีบีเอส, 2561)

เด็ก ๆ ที่ต้องอยู่ร่วมกันในสังคมพหุวัฒนธรรมควรได้รับการเตรียมความพร้อมเพื่อให้สามารถปรับตัวเข้ากับสังคมในโรงเรียนนานาชาติได้ รุ่งกานต์ รุจิวรางกุล (2564) แนะนำวิธีการเตรียมตัวสำหรับเด็กที่จะเข้าเรียนในโรงเรียนนานาชติดไว้ดังนี้

1) ฝึกให้เด็กเล่าประสบการณ์ที่พบในโรงเรียนเป็นประจำทุกวัน โดยผู้ปกครองต้องหมั่นสังเกตสีหน้าท่าทางว่าเด็กมีความสุขดีหรือไม่ มีอาการซึมเศร้า วติกกังวลหรือพบปัญหาใดในโรงเรียนหรือไม่ เพื่อจะได้สามมารถช่วยเหลือได้ทัน

2) ฝึกให้เด็กเข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคล สีผิว เชื้อชาติ รูปร่างหน้าตา และต้องฝึกให้รู้จักเคารพและให้เกียรติซึ่งกันและกัน ไม่ล้อเลียนกัน และสอนให้เด็กเข้าใจว่าทุกคนสามารถเป็นเพื่อนกันได้

3) สนับสนุนให้แสดงออก ฝึกให้รู้จักตั้งคำถามและแสดงความคิดเห็นอย่างเหมาะสม มีส่วนร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ ในชั้นเรียน โดยอาจฝึกให้อ่านหนังสือ ร้องเพลงให้คนอื่น ๆ ฟัง

4) สนับสนุนการมีส่วนร่วมในกิจกรรมของโรงเรียน เช่น งานวันสำคัญ งานประเพณีต่าง ๆ งานวันเกิดเพื่อน หรือแม้แต่การไปบ้านเพื่อนเป็นครั้งคราวเพื่อให้เด็กได้เรียนรู้วัฒนธรรมที่หลากหลายและฝึกการเข้าสังคม

5) ส่งเสริมด้านภาษา ในช่วงแรกเด็กต้องปรับตัวในการใช้ภาษา ซึ่งอาจทำให้เกิดความเครียดและเกิดปัญหาในการเรียน ผู้ปกครองจึงควรเตรียมความพร้อมทางด้านภาษา เช่น การฝึกสนทนาด้วยประโยคง่าย ๆ ให้ดูการ์ตูนหรือฟังเพลงภาษาอังกฤษ ซึ่งโดยปกติแล้วเด็กจะปรับตัวกับการเรียนได้ในไม่ช้า

ตอนที่ 3 แนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์จากปัญหาการจัดการอารมณ์ที่มีผลมาจากการศึกษา

3.1 ความหมายของพฤติกรรม

พฤติกรรมมนุษย์ เป็นคำกว้างๆ ที่ใช้เรียกการประพฤติปฏิบัติของมนุษย์ หมายถึง ทุกๆ อย่างที่บุคคลทำ อาจสามารถสังเกตได้หรืออาจเป็นกระบวนการภายในจิตใจ อันได้แก่ ความคิด ความรู้สึกและแรงจูงใจซึ่งแตกต่างกันตามประสบการณ์ของแต่ละบุคคล (L. Allen & J. W. Santrock, 1993)

จิราภรณ์ ตั้งกิตติภาภรณ์ (2556) กล่าวว่า พฤติกรรมมนุษย์สามารถแบ่งออกเป็น 2 ประเภท ได้แก่ พฤติกรรมภายนอก และพฤติกรรมภายใน

1) พฤติกรรมภายนอก คือ พฤติกรรมที่แสดงออกมาแล้ว บุคคลอื่นๆ สามารถสังเกตได้ แบ่งออกเป็น 2 ชนิด ได้แก่

1.1) พฤติกรรมโมลาร์ เป็นพฤติกรรมที่สามารถสังเกตได้ชัดเจน เช่น การกิน การหัวเราะ การร้องไห้ การวิ่ง การกระพริบตา การขมวดคิ้ว เหล่านี้เป็นพฤติกรรมภายนอกที่สามารถสังเกตได้ผ่านประสาทสัมผัส โดยไม่ต้องใช้เครื่องมือช่วยในการสังเกต

1.2) พฤติกรรมโมเลกุลาร์ เป็นพฤติกรรมที่ต้องใช้เครื่องมือ หรือ วิธีการทางวิทยาศาสตร์ในการวิเคราะห์ เช่น การเต้นของหัวใจ การทำงานของระบบประสาท การเปลี่ยนแปลงของสารเคมีในกระแสเลือด เป็นต้น

2) พฤติกรรมภายใน คือ พฤติกรรมที่เกิดขึ้นภายในตัวบุคคล ไม่ว่าจะโดยรู้สึกตัว หรือไม่รู้สึกตัว พฤติกรรมภายในเป็นพฤติกรรมที่บุคคลอื่นไม่สามารถสังเกตได้ หากเจ้าของพฤติกรรมนั้นไม่แสดงพฤติกรรมภายนอกออกมาให้บุคคลอื่นรับรู้ หรือจำเป็นต้องให้เจ้าของพฤติกรรมเป็นผู้บอก ดังนั้น พฤติกรรมภายในจึงเป็นประสบการณ์ส่วนบุคคล มีเพียงเจ้าของพฤติกรรมเท่านั้นที่จะรับรู้ถึงพฤติกรรมที่เกิดขึ้น เช่น ความคิด ความต้องการ ความจำ ความฝัน แรงจูงใจ รวมไปถึงความรู้สึกต่างๆ เช่น หิว เจ็บ อ่อนเพลีย ชื่นชม กลัว ตื่นเต้น เสียใจ เนื่องจากพฤติกรรมเหล่านี้ไม่สามารถสังเกตได้โดยตรง ผู้สังเกตจึงต้องใช้การสังเกตทางอ้อม คือ เทคนิคการสัมภาษณ์ การใช้แบบทดสอบ เพื่อกระตุ้นให้บุคคลเจ้าของพฤติกรรม แสดงพฤติกรรมภายในออกมาในรูปของพฤติกรรมภายนอกที่สามารถสังเกตได้ จากนั้นผู้สังเกตจึงจะใช้ข้อมูลที่ได้เพื่ออนุมานถึงพฤติกรรมภายในของบุคคลนั้นๆ โดยพฤติกรรมภายใน แบ่งออกเป็น 2 ชนิด ได้แก่

2.1) พฤติกรรมภายในที่เกิดขึ้นโดยรู้สึกตัว เช่น ความเจ็บปวด ความตื่นเต้น ความโกรธ ความหิว ความเหนื่อย เจ้าของพฤติกรรมจะรู้ตัวเมื่อมีพฤติกรรมเหล่านี้เกิดขึ้น ถ้าบุคคลนั้นๆ ควบคุมความรู้สึก พฤติกรรมภายในต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นได้ โดยไม่แสดงอาการและไม่บอกบุคคลอื่น ก็ไม่มีใครสามารถรู้ได้ว่าบุคคลนั้นมีพฤติกรรมภายในเกิดขึ้น เป็นประสบการณ์ส่วนตัวของเจ้าของพฤติกรรมเพียงคนเดียว ซึ่งประสบการณ์ส่วนตัวของพฤติกรรมภายในนั้นแตกต่างกันออกไปตามแต่ละบุคคล ผู้ที่สังเกตจะต้องมีเกณฑ์ที่รอบคอบ ชัดเจน และรัดกุม เพื่ออนุมานพฤติกรรมภายในให้ใกล้เคียงที่สุด

2.2) พฤติกรรมที่เกิดขึ้นโดยไม่รู้สึกตัว เป็นพฤติกรรมภายในที่เกิดขึ้นโดยที่เจ้าของพฤติกรรมเองไม่รู้ตัว แต่พฤติกรรมนี้มีผลต่อพฤติกรรมภายนอกของบุคคลนั้น เช่น ความวิตกกังวล แรงจูงใจ ความต้องการ ความคาดหวัง

3.2 ความหมายของพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์

L. Allen and J. W. Santrock (1993) ให้คำจำกัดความของคำว่า พฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ ว่าหมายถึง พฤติกรรมที่ไม่ปกติและเป็นอันตราย ไม่สามารถทำให้บุคคลมีคุณภาพชีวิตและพัฒนาการที่ดี ไม่สามารถทำให้เกิดประโยชน์ทั้งต่อตนเองและผู้อื่น โดยพฤติกรรมที่ไม่ปกติและเป็นอันตรายมีหลายรูปแบบ ยกตัวอย่างเช่น ความหดหู่ วิตถาร มีความเชื่อในเรื่องแปลกประหลาด ทำร้ายร่างกายตนเอง และผู้อื่น รวมถึงการติดยาเสพติด เป็นต้น พฤติกรรมไม่พึงประสงค์เหล่านี้เป็นอันตรายต่อคุณภาพชีวิตของผู้อื่น

ในส่วนของ ผดุง อารยะวิญญู (2542) กล่าวถึงพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ โดยเน้นพฤติกรรมที่พบได้บ่อยทั้งในผู้ใหญ่และเด็ก ว่าหมายถึง พฤติกรรมภายนอกของบุคคลที่ประพฤติตนไปในทางที่ไม่เหมาะสม เช่น ใช้ความรุนแรง ก้าวร้าว ไม่เป็นมิตร รวมถึงบุคคลที่มีความประพฤติถดถอย เช่น ซึมเหงาหงอย เพ้อฝัน ไม่ยอมรับความจริง โดยพฤติกรรมที่ถือว่ามีปัญหานั้น คือพฤติกรรมทุกชนิดที่แตกต่างออกไปจากพฤติกรรมของคนปกติ ซึ่งจะสร้างปัญหาให้บุคคลนั้นและคนอื่น โดยลักษณะของพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ที่มักพบในเด็ก ได้แก่ ก่อความวุ่นวาย สร้างปัญหา เพ้อเจอ ขี้เกียจ ไม่รับผิดชอบงานตามที่ได้รับมอบหมาย ประหม่า ไม่มีความกล้า ขี้กลัว หวาดกลัวโดยไม่มีเหตุผล ร้องไห้ง่าย โกหก ก้าวร้าว ชอบใช้ความรุนแรง เบื่ออาหาร มีลักษณะการพูดที่ผิดปกติ ขโมย มีปัญหาสุขภาพดื้อ เหนื่อยง่าย โมโหง่าย ขี้บ่น ไม่เข้าสังคม และไม่อยู่นิ่ง เด็กที่มีพฤติกรรมไม่พึงประสงค์อาจมีพฤติกรรมที่มีลักษณะข้างต้นเพียงหนึ่งลักษณะ หรืออาจหลายลักษณะ

3.3 พฤติกรรมไม่พึงประสงค์ในชั้นเรียนและการแก้ปัญหา

ในระหว่างการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนในชั้นเรียน เมื่อเกิดเหตุการณ์ที่ส่งผลต่ออารมณ์ที่ไม่พึงประสงค์ของนักเรียน นักเรียนที่สามารถจัดการและควบคุมอารมณ์ของตนเองได้จะสามารถรับมือกับอารมณ์ดังกล่าวของตนเองและร่วมกิจกรรมการเรียนการสอนที่ครูจัดขึ้นได้อย่างต่อเนื่อง ในทางตรงกันข้ามจะมีนักเรียนจำนวนหนึ่งในชั้นเรียนที่ไม่สามารถรับมือกับอารมณ์ที่ไม่พึงประสงค์ของตนเองได้ โดยจะแสดงพฤติกรรมต่าง ๆ ที่ทำให้ไม่สามารถร่วมกิจกรรมการเรียนการสอนได้ เช่น การร้องไห้ การทะเลาะถกเถียง และการก้าวร้าวต่อเพื่อน (Little, Hudson, & Wilks (2002) ; Stephenson, Linfoot, & Martin, (2000) ; Wheldall, (1991) Beaman, (2006)).

พฤติกรรมไม่ดีหรือพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ของนักเรียน หมายถึง พฤติกรรมที่ก่อกวนการจัดการเรียนการสอน ไม่เอื้อต่อการเรียนรู้ของนักเรียนและผู้อื่น ซึ่งพฤติกรรมไม่ดีอาจมีหลายระดับ (สุรางค์ โค้วตระกูล, 2556)

นอกจากนี้ ผดุง อารยะวิญญู (2542) ได้กล่าวถึงลักษณะพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ของนักเรียนที่มักพบในห้องเรียน ได้แก่

- พฤติกรรมก้าวร้าว ทั้งต่อครูและเพื่อน

- การพูดคำหยาบ
- ไม่รับผิดชอบงานที่ได้รับมอบหมาย ผลการเรียนต่ำ
- ทะเลาะวิวาท

ในกรณีที่นักเรียนแสดงพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมในชั้นเรียน แต่ไม่รุนแรงและไม่บ่อยครั้งนัก เอมเมอร์และคณะ (1994) เสนอว่าครูควรใช้เทคนิคดังต่อไปนี้

1. ส่งเสริมให้นักเรียนใช้การควบคุมตนเอง โดยครูอาจเพิกเฉยไม่ต้องจัดการอะไร

2. เดินเข้าใกล้นักเรียนที่แสดงพฤติกรรมไม่เหมาะสม เพื่อให้นักเรียนทราบว่า ครูรับรู้พฤติกรรมนั้นและกำลังเตือนให้นักเรียนหยุดแสดงพฤติกรรมที่กำลังทำอยู่

3. ห้ามด้วยกริยาท่าทาง (nonverbal language) เช่น ครูเอานิ้วมือแตะที่ริมฝีปากตนเอง เพื่อเตือนนักเรียนที่กำลังพูด หรือใช้การจ้องมองไปยังนักเรียนที่มีพฤติกรรมไม่เหมาะสม

4 ห้ามหรือบอกให้นักเรียนหยุดทำพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม ด้วยน้ำเสียงหนักแน่น แต่ไม่แสดงอารมณ์โกรธ

5. เรียกนักเรียนมาพบเพื่อชี้แจงถึงความไม่เหมาะสมของพฤติกรรมที่นักเรียนแสดงออก

แต่สำหรับกรณีที่นักเรียนมีพฤติกรรมที่รุนแรงและรบกวนการจัดการเรียนการสอน ครูควรช่วยปรับพฤติกรรมของนักเรียน โดยมีวิธีการดังนี้

1. เรียกนักเรียนมาพบเป็นการส่วนตัว เพื่อพูดคุยถึงสาเหตุของการแสดงพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม

2. สอนให้นักเรียนใช้การ ควบคุมกิจกรรมหรือความประพฤติของตนเอง ตามทฤษฎีการเรียนรู้สังคมเชิงพุทธิปัญญา โดย

2.1 ฝึกให้นักเรียนสังเกตพฤติกรรมของตนเอง การสังเกตพฤติกรรมของตนเองมีประโยชน์ในการที่นักเรียนจะได้รู้ว่าตนเองแสดงพฤติกรรมอะไรบ้างที่ไม่เหมาะสม และแสดงพฤติกรรมเหล่านั้นบ่อยเพียงไร

2.2 สอนให้นักเรียนประเมินพฤติกรรมของตนเองเพื่อหาสาเหตุและวิธีแก้ไขปัญหา

2.3 ส่งเสริมให้นักเรียนให้แรงเสริมแก่ตนเองเวลาที่มีพฤติกรรมที่เหมาะสม เป็นประโยชน์ต่อการเรียนรู้ของตนเอง เช่น เมื่อทำการบ้านเสร็จ อาจจะให้รางวัลตนเองด้วยการเล่นดนตรี ดูทีวี หรือทำกิจกรรมที่ชอบเป็นเวลาที่เหมาะสม

3. เสริมแรงทางบวกให้กับพฤติกรรมที่เหมาะสมและเป็นประโยชนต่อการเรียนรู้ของนักเรียน โดยแรงเสริมควรเป็นสิ่งที่ไม่เป็นรูปธรรม เช่น การใช้คำชม เมื่อนักเรียนทั้งห้อง กลุ่มย่อย หรือรายบุคคลแสดงพฤติกรรมเหมาะสม

4. ให้การเสริมแรงที่เป็นสิ่งของ เช่น รางวัลเกียรติบัตร ดาว หรือให้แต้มหรือคะแนนที่นักเรียนจะรวบรวมไว้แลกกับรางวัลตามจำนวนแต้มที่ได้รับ

5. ให้สิทธิพิเศษแก่นักเรียนที่แสดงพฤติกรรมดี หรือเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมอย่างใดอย่างหนึ่ง การใช้เทคนิคนี้ อาจทำได้โดยให้นักเรียนทำสัญญากับครู ว่าถ้านักเรียนสามารถเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมอย่างใดอย่างนึงได้ นักเรียนจะได้สิทธิพิเศษอะไรบ้าง เพื่อเป็นการสอนให้นักเรียนรู้จักควบคุมตนเองให้มีวินัยในการทำงาน

การแสดงพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมของนักเรียนในชั้นเรียนสามารถแสดงออกได้หลายรูปแบบ Ken Shore (2022) อธิบายว่าการแสดงพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมของนักเรียนอาจมาในรูปแบบของการร้องไห้ ซึ่งการร้องไห้ของนักเรียนถือเป็นเรื่องปกติ มีสาเหตุมาจากหลายประการ ได้แก่ ต้องการเรียกร้องความสนใจ ต้องการความเห็นอกเห็นใจจากผู้อื่น และต้องการชักจูงให้ได้มาในสิ่งที่ตนเองต้องการ เมื่อนักเรียนร้องไห้ ครูสามารถช่วยนักเรียนได้ดังนี้ พูดคุยกับนักเรียนอย่างมีเหตุผล แนะนำและสอนให้นักเรียนรับรู้เท่าทันอารมณ์ของตนเอง ปรึกษาและร่วมกันหาทางแก้ปัญหากับครูท่านอื่น ๆ และผู้ปกครอง เป็นต้น ส่วน Diana Rivera (2015) อธิบายว่าเมื่อนักเรียนแสดงออกทางอารมณ์ผ่านการร้องไห้ ครูไม่ควรแก้ปัญหาด้วยการสั่งให้นักเรียนหยุดร้องได้ โดยให้เหตุผลว่านักเรียนโตแล้ว ในทางตรงกันข้ามครูควรใช้วิธีการพูดคุยและทำความเข้าใจกับนักเรียนด้วยเหตุผล เพื่อให้นักเรียนทราบสาเหตุของการร้องไห้ และวิธีการควบคุมการแสดงออกด้วยการร้องได้ รวมไปถึงข้อดีและข้อเสียของการร้องไห้ เพื่อให้นักเรียนสามารถควบคุมอารมณ์ของตนเองได้ดีขึ้นและ Maria Inês Teixeira (2020) เสนอแนวทางการแก้ปัญหาเมื่อมีนักเรียนร้องไห้ในชั้นเรียนไว้ดังนี้ ครูควรให้เวลานักเรียนได้พักและสงบสติอารมณ์ ครูควรรักษาบรรยากาศในชั้นเรียนให้เป็นปกติ ไม่เห็นนักเรียนที่ร้องไห้เป็นจุดเด่นหรือจุดสนใจ ครูควรเปิดโอกาสให้นักเรียนได้ระบายความรู้สึกอย่างสบายใจ และครูควรสอนให้นักเรียนในชั้นเรียนเห็นอกเห็นใจผู้อื่นเป็นต้น (Michael Linsin, 2014)

นอกจากนี้การทะเลาะวิวาทก็เป็นปัญหาการแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่เหมาะสมของนักเรียนที่เกิดขึ้นค่อนข้างบ่อยและเป็นปัญหาใหญ่ของโรงเรียน เฉลิมลาภ ทองอาจ (2556) ประเด็นปัญหาการทะเลาะวิวาทของผู้เรียนในระดับชั้นต่าง ๆ นั้น เป็นปัญหาที่พบเห็นได้เป็นเรื่องปกติธรรมดา จนอาจจะกล่าวได้ว่า เริ่มมีการศึกษาให้แก่กลุ่มเด็กเมื่อใด ความขัดแย้งอันเนื่องมาจากการแข่งขันเพราะความรู้สึกว่าผู้อื่นอยู่เหนือกว่าตนบ้าง ไม่ถูกสีหน้าชะตาท่าทางบ้าง หรือจากการถูกสบประมาทก็เกิดขึ้นเมื่อนั้น สถาบันการศึกษา จึงมิได้มีหน้าที่แต่การสั่งสอนพัฒนาด้านความรู้ความสามารถในเชิงวิชาการอย่างเดียว แต่ยังจะต้องให้ความสำคัญต่อการระงับเหตุแห่งความขัดแย้งนั้น มิให้ลุกลามไปใหญ่โตอีกด้วย เพราะปัญหาความขัดแย้งนั้น จริงอยู่ แม้จะเป็นเรื่องระหว่างเด็ก ที่ธรรมดาควรจะเห็นเป็นเรื่องเล็กน้อย แต่หลายกรณีดังที่ปรากฏในข่าวสารต่าง ๆ ก็กลับขยายไปกลายเป็นโศกนาฏกรรมอันน่ารันทด ทำให้ผู้ใหญ่และสังคมทั่วไปต้องโศกเศร้า เพราะไม่ทันที่จะคิดหาทางควบคุมหรือแก้ไขมาก่อน

นอกจากนี้มีนักวิชาการอธิบายว่า ความก้าวร้าว การรังแกกัน การกลั่นแกล้งในโรงเรียนเป็นพฤติกรรมรุนแรงอย่างหนึ่งที่เป็นจุดเริ่มต้นและเป็นการปลูกฝังเด็กเรื่องความรุนแรง การทำร้ายกันมีผลกระทบต่อเด็กทั้ง 2 ฝ่ายทั้งอารมณ์จิตใจร่างกายและคุณภาพชีวิตในระยะยาว นักเรียนที่ถูกรังแกมักเครียด ซึมเศร้า มีปัญหาการเข้าสังคมและหากถูกกดดันรุนแรงหรือเรื้อรัง จนนำไปสู่การทำร้ายคนอื่นเพื่อแก้แค้นหรือทำร้ายตนเอง และรุนแรงถึงฆ่าตัวตาย ในอนาคตเด็กที่ถูกรังแกมักจะใช้ความรุนแรงในการตอบโต้ ในขณะที่นักเรียนที่รังแกคนอื่น เมื่อทำบ่อยครั้งจะกลายเป็นนิสัยเคยชิน จะมีปัญหาบุคลิกภาพแบบใช้ความก้าวร้าว ความรุนแรงต่อผู้อื่น ไม่มีความรู้สึกผิดใช้ความรุนแรงในการแก้ไขปัญหา ส่งผลต่อการเรียนและสุขภาพจิตได้ ดังนั้นปัญหาการรังแกกันเป็นสิ่งสำคัญที่จะต้องดำเนินการแก้ไขอย่างเร่งด่วนเนื่องจากส่งผลกระทบโดยตรงกับเด็กและเยาวชนซึ่งเป็นอนาคตของชาติ ซึ่งหากจะให้ประสบความสำเร็จได้นั้นก็ต้องได้รับความร่วมมือจากทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้อง ได้แก่ โรงเรียน ครู ผู้ปกครอง นักเรียน ภาครัฐและคนในสังคมที่จะร่วมกันบูรณาการในการศึกษาและวิเคราะห์ถึงประเด็นปัญหาของการรังแกกันอย่างละเอียด เพื่อให้ได้เข้าใจถึงรากเหง้าของบัญหานี้อย่างชัดเจน รวมถึงเสนอแนะวิธีการที่เป็นประโยชน์ในการป้องกันไม่ให้เด็กถูกรังแกและไม่ไปรังแกผู้อื่น และเพื่อลดการสูญเสียของคุณภาพประชากรในสังคมที่เกิดจากผลกระทบปัญหานี้ในระยะยาว (Baldry, A. C., Farrington, D. P., & Sorrentino, A., 2017; Longobardi, C., Iotti, N. O., Jungert, T., & Settanni, M.,2018) สำหรับการทะเลาะที่เกิดขึ้นในโรงเรียนนานาชาติ American Psychological association (2021) และ (Robers, S., Zhang, J., and Truman, 2010) กล่าวสอดคล้องกันว่า ในโรงเรียนที่มีนักเรียนหลายหลายเชื้อชาติจะพบปัญหาการก้าวร้าว ล้อเลียน และถูกรังแกเป็นจำนวนมาก โดยกลุ่มนักเรียนที่มีจำนวนน้อยกว่ามักจะถูกรังแกจากกลุ่มนักเรียนที่มีจำนวนมากกว่า รูปแบบการแสดงการก้าวร้าวและการกลั่นแกล้งได้แก่ การล้อเลียน การใส่ร้ายป้ายสี การข่มขู่ การทำร้ายร่างกาย ไปจนถึงการล่วงละเมิดทางร่างกาย เป็นต้น (Nassem, E., & Harris, A., 2015)

3.4 พฤติกรรมไม่พึงประสงค์นอกชั้นเรียนและการแก้ปัญหา

นักเรียนในวัยเรียนจะใช้เวลาอยู่ที่โรงเรียนเป็นส่วนใหญ่ เด็กในวัยเรียนจะมีปฏิสัมพันธ์กับครูและกลุ่มกลุ่ม อยากเป็นสมาชิกของกลุ่มเพื่อนและต้องการเป็นที่ยอมรับของกลุ่มเพื่อน นักเรียนมักแสวงหาและทำความรู้จักกับเพื่อนที่มีความชอบคล้ายคลึงกันไม่ว่าจะเป็นในด้านบุคลิกลักษณะหรือความชอบ ความสนใจ ความเป็นเพื่อนจะเริ่มลึกซึ้งและมีความหมายมากขึ้นผ่านการเล่นและทำกิจกรรมร่วมกัน นักเรียนจะรู้สึกถึงความไว้วางใจ เป็นพวงพ้องเดียวกัน และอยากช่วยเหลือกัน การเล่นของเด็กในวัยนี้จะเป็นการเล่มเชิงสังคม มีการเล่นเป็นกลุ่ม มีการสร้างกฎกติกาในการเล่น (Duong, J., & Bradshaw, C. P.,2017; Corsano, P., Musetti, A., & Favari, D.,2020) ธรรมชาติของเด็กวัยเรียนมักมีนิสัยชอบเอาชนะ ถือว่าการเล่นถือเป็นเรื่องจริงจังมาก เด็กวัยนี้ส่วนใหญ่จะถือเอาชัยชนะเป็นสิ่งที่อิ่มเอมใจ ชอบชนะไม่ว่าเรื่องใดๆ ก็ตาม เด็กมักจะถือเป็นความสำเร็จใจ

ช่วงเวลานั้น ในขณะที่เด็กหลายคนเมื่อแพ้จะรู้สึกล้มเหลว ล่มสลาย ยอมรับไม่ได้ การเล่นด้วยกันของเด็กแทนที่จะเน้นไปที่ความสนุกสนานกลับพุ่งเป้าไปที่ชัยชนะ ซึ่งเป็นจุดเริ่มต้นของการทะเลาะวิวาทกันของเด็กและเป็นที่มาของความล้มเหลวในการอยู่ร่วมกันในสังคม (SE-ED Learning Center, 2017) นอกจากนี้ Frank Hamilton (2020) เสนอแนวทางการแก้ปัญหาความขัดแย้งที่เกิดขึ้นของนักเรียนในระหว่างอยู่นอกชั้นเรียนว่า ครูควรเปิดโอกาสให้นักเรียนได้อธิบายเหตุการณ์ที่นำมาสู่การใช้ความรุนแรงที่เกิดขึ้น ครูควรสอนให้นักเรียนรู้จักรับฟังผู้อื่นอย่างมีสติและมีเหตุผล และครูควรสอนให้นักเรียนเห็นข้อเสียที่เกิดขึ้นตามมาจากการทะเลาะและการใช้ความรุนแรง อีกทั้ง Suzanne Capek Tingley เน้นว่า ครูไม่ควรมุ่งเป้าไปที่ผู้กระทำผิด เพราะจะทำให้นักเรียนรู้สึกหวาดกลัวและไม่กล้าบอกความจริง ครูควรใช้ถอยคำสุภาพในการไกล่เกลี่ยปัญหา และครูควรจบลงด้วยข้อสรุปที่ยุติเพื่อให้นักเรียนคลี่คลายปัญหาที่เกิดขึ้น และไม่ก่อให้เกิดปัญหาความขัดแย้งที่เรื้อรัง

3.5 การจัดการชั้นเรียนในระดับชั้นประถมศึกษา

การจัดการชั้นเรียนอย่างมีประสิทธิภาพ หมายถึง การสร้างและรักษาบรรยากาศในการเรียนรู้ของห้องเรียน ให้เอื้อต่อการเรียนรู้ของนักเรียน หรืออาจหมายถึง กิจกรรมที่ครูจัดขึ้นเพื่อช่วยให้การจัดการเรียนการสอนมีประสิทธิภาพ นักเรียนเกิดการเรียนรู้ตามวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้ในแต่ละบทเรียน รวมไปถึงการที่ครูสามารถใช้เวลาในการสอนได้อย่างเต็มประสิทธิภาพ การจัดที่นั่งของนักเรียนให้ไม่ชิดกันจนเกินไปเพื่อให้ครูสามารถมองเห็นนักเรียนทั้งชั้นและสามารถเดินเข้าไปหานักเรียนรายบุคคลได้ นอกจากนี้อุปกรณ์และสื่อที่ใช้ในการจัดกิจกรรมจะต้องอยู่ในสภาพพร้อมใช้งาน ซึ่ง Doyle (1986) กล่าวว่า การจัดการห้องเรียนไม่มีสูตรสำเร็จสำหรับทุกชั้นเรียน เพราะแต่ละชั้นเรียนมีความแตกต่างกัน ขึ้นอยู่กับปัจจัยหลายอย่าง จึงเป็นหน้าที่ของครูที่จะต้องจัดการชั้นเรียนให้เหมาะสมต่อการดำเนินการสอนเพื่อการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพของนักเรียน

การมีระเบียบวินัยในชั้นเรียน จะช่วยให้การจัดการชั้นเรียนของครูมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น โดยระเบียบวินัยในชั้นเรียน คือ กฎของชั้นเรียนที่ครูกำหนดขึ้นเพื่อป้องกันไม่ให้นักเรียนแสดงพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม โดยทั่วไปมักจะให้รางวัลหรือเสริมแรงทางบวกต่อนักเรียนที่มีพฤติกรรมเหมาะสม และลงโทษนักเรียนที่แสดงพฤติกรรมไม่เหมาะสมหรือพฤติกรรมที่รบกวนกิจกรรมการเรียนรู้ เอมเมอร์และคณะ (1994) ได้กล่าวว่าในชั้นเรียนระดับประถมศึกษา ควรมีข้อกำหนดร่วมกันในชั้นเรียน ดังนี้

1. มีความสุภาพ ช่วยเหลือกัน

2. ให้ความนับถือสิ่งของของผู้อื่น เช่น ขออนุญาตเพื่อนหรือครู ก่อนหยิบสิ่งของที่ไม่ใช่ของตนเอง

3. เป็นผู้ฟังที่ดี

4. ไม่ทำร้าย ตี ผลักเพื่อน ทั้งในและนอกห้องเรียน

5. ยึดถือกฎข้อบังคับของโรงเรียนเป็นหลักในการประพฤติตน

ซึ่งในส่วนของกฎในชั้นเรียนนี้ครูสามารถกำหนดกฎระเบียบร่วมกันในชั้นเรียนเพิ่มเติม หรืออาจให้นักเรียนมีส่วนร่วมในการกำหนดกฎร่วมกัน เพื่อให้นักเรียนไม่รู้สึกว่าถูกบังคับจนเกินไป และอยากปฏิบัติตามกฎที่ตนเองมีส่วนช่วยในการคิดขึ้น

ตอนที่ 4 โรงเรียนนานาชาติในประเทศไทย

4.1 หลักสูตรโรงเรียนนานาชาติในประเทศไทย

โรงเรียนนานาชาติในประเทศไทย คือ โรงเรียนที่จัดการศึกษาโดยใช้หลักสูตรที่มาจากต่างประเทศ อาจจะดัดแปลงมา หรือสร้างขึ้นเอง แต่ไม่ใช่หลักสูตรแก่นกลางการศึกษาของประเทศไทย จัดการเรียนการสอนหลักโดยใช้ภาษาอังกฤษ และภาษาอื่นที่ไม่ใช่ภาษาไทย ได้รับการกำหนดประเภทโรงเรียนจากกระทรวงศึกษาธิการ ให้เป็นโรงเรียนในระบบประเภทนานาชาติ (สมาคมโรงเรียนนานาชาติแห่งประเทศไทย, 2557) โดยสามารถจำแนกหลักสูตรได้เป็น 4 หมวดหลัก ดังนี้

1. หลักสูตรระบบอเมริกัน

2. หลักสูตรแห่งสหราชอาณาจักร อังกฤษ และเวลส์

3. หลักสูตรนานาชาติ International Baccalaureate (IB)

4. หลักสูตรนานาชาติประเทศอื่น ๆ อาทิ เกาหลี แคนาดา ฝรั่งเศส ญี่ปุ่น เยอรมัน สิงคโปร์ สวิตเซอร์แลนด์ ออสเตรเลีย อินเดีย ฯลฯ

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

นอกจากหลักสูตรที่ได้กล่าวมาแล้วข้างต้น ยังคงมีหลักสูตรอื่น ๆ ที่ไม่จัดอยู่ใน 4 หมวดข้างต้นอีกจำนวนหนึ่ง ซึ่งอาจเป็นหลักสูตรที่โรงเรียนพัฒนาขึ้นเองหรือมีนักการศึกษาพัฒนาขึ้นจนกลายเป็นทฤษฎีในทางการศึกษา มีรูปแบบการจัดการเรียนการสอนที่มีเอกลักษณ์เฉพาะตัว อย่างไรก็ตามระบบการศึกษาของแต่ละหลักสูตร ต่างมีคุณลักษณะเด่นและข้อจำกัดที่แตกต่างกันไปตามปรัชญาการศึกษาที่แต่ละโรงเรียนเลือกยึดถือ

4.1.1 โรงเรียนนานาชาติหลักสูตรระบบอเมริกัน

ในประเทศสหรัฐอเมริกา แต่ละมลรัฐจะรับผิดชอบพัฒนาหลักสูตรและระบบการจัดการเรียนการสอนของตนเอง โดยอิงมาตรฐานการเรียนรู้ บรรทัดฐานการจัดการศึกษาระดับรัฐ และระดับชาติเป็นลำดับ ดังนั้น หลักสูตรอเมริกันในแต่ละโรงเรียน และในแต่ละประเทศจึงมีความแตกต่างกันไป

ตามแต่ที่จะได้รับการพัฒนามาอย่างต่อเนื่องเป็นเวลายาวนาน ซึ่งหากจะกล่าวถึงคุณภาพแล้ว ถือได้ว่าโรงเรียนนานาชาติที่ใช้หลักสูตรอเมริกันในต่างประเทศ มักมีมาตรฐาน สูงกว่าโรงเรียนของรัฐบาลในสหรัฐอเมริกา นอกจากนี้ โรงเรียนนานาชาติในระบบอเมริกันในต่างประเทศ ยังต้องได้รับการประเมิน และประกันคุณภาพมาตรฐาน จากหนึ่งในสี่องค์กรจากสหรัฐอเมริกา ซึ่งองค์กรที่เป็นที่รู้จักสูงสุดในระดับสากล ได้แก่องค์กร Western Association of Schools and Colleges (WASC) และ New England Association of Schools and Colleges (NEASC)

การเรียนการสอนตามระบบการศึกษาอเมริกันนั้น เริ่มที่เด็กอายุ 5 ปี แต่ในบางโรงเรียนอาจเปิดรับนักเรียนที่มีอายุน้อยกว่านั้น คือในระดับเตรียมอนุบาล (Pre-school) ซึ่งการจัดการเรียนการสอนในช่วงปฐมวัยนี้ จะเน้นการพัฒนาทักษะทางสังคม เพื่อปรับตัวสู่สภาพแวดล้อมในสังคมโรงเรียนรอบตัว เสริมด้วยการจัดการเรียนการสอน และการเตรียมความพร้อมด้านการอ่านเขียน และคิดคำนวนตามวัย ส่วนการศึกษาสำหรับเด็กอายุ 6-18 ปีนั้น แบ่งเป็นระดับประถมศึกษา (Elementary Grades 1-5) มัธยมศึกษาตอนต้น (Middle School Grades 6-8) และมัธยมศึกษาตอนปลาย (High School Grades 9-12) โดยโรงเรียนส่วนใหญ่จะจัดการวัดผลรายวิชาเป็นการภายใน เพื่อให้นักเรียนสะสมหน่วยกิตเพียงพอแก่การจบหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐานตามระบบการศึกษาแบบอเมริกัน นอกจากนี้ บางโรงเรียนจะจัดให้นักเรียนได้รับการประเมินผลด้วยข้อสอบจากองค์กร หรือหน่วยงานทดสอบภายนอก เช่น Advanced Placement (AP) ซึ่งเป็นหลักสูตรการเรียนการสอน และวัดผลการเรียนรายวิชาในขั้นสูง ซึ่งจะช่วยเพิ่มโอกาสให้กับนักเรียน ในการสมัครเข้าศึกษาต่อในระดับมหาวิทยาลัยในสหรัฐอเมริกา นอกจากนี้ นักเรียนต่างชาติที่จะเข้าเรียนในระดับอุดมศึกษา ทั้งในสหรัฐอเมริกา และอีกบางประเทศ จะต้องสอบ SAT และ/หรือ ACT และ TOEFL หรืออาจต้องสอบหรือเสนองานในรูปแบบอื่น ทั้งนี้ ขึ้นอยู่กับข้อกำหนดในการรับนักเรียนเข้าศึกษาต่อของแต่ละมหาวิทยาลัย

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

เช่นเดียวกับโรงเรียนในประเทศสหรัฐอเมริกา โรงเรียนนานาชาติที่จัดการเรียนการสอนตามระบบอเมริกันในประเทศไทย จะต้องจัดหลักสูตรให้เกิดความสมดุล เพื่อพัฒนาผู้เรียนอย่างเป็นองค์รวม พร้อมทั้งส่งเสริมผู้เรียนให้พัฒนาเต็มศักยภาพ ตามความถนัด จึงต้องจัดการเรียนการสอน ทั้งด้านวิชาการและกิจกรรมเสริมหลักสูตรที่กว้างขวางหลากหลาย ทั้งด้านกีฬา ศิลปกรรมแขนงต่างๆ กิจกรรมเชิงวิชาการ การแนะแนว การสอนพิเศษเป็นรายบุคคลหรือกลุ่มย่อย และการทำโครงงานต่าง ๆ

4.1.2 โรงเรียนนานาชาติหลักสูตรแห่งสหราชอาณาจักรอังกฤษ และเวลส์

การศึกษาภาคบังคับตามหลักสูตรของสหราชอาณาจักร อังกฤษ และเวลส์ กำหนดให้อยู่ระหว่างอายุ 5-16 ปี นอกจากนี้ ยังมีหลักสูตรที่ขยายโอกาสทางการศึกษา และรองรับนักเรียนในกลุ่มอายุ 3-5 ปี และ 16-18 ปี อย่างชัดเจน โดยการจัดระดับชั้นของนักเรียน จะใช้วันเกิดของเด็กในการพิจารณา โดยใช้วันที่ 31 สิงหาคม เป็นวันกำหนด เพื่อรับนักเรียนเข้าเรียนในภาคเรียนแรกของปีการศึกษาในเดือนกันยายนของแต่ละปี ส่วนการเลื่อนระดับชั้น จะเป็นไปโดยอัตโนมัติ แต่แม้กระนั้นก็ตาม ยังคงมีนักเรียนที่เรียนในระดับชั้นที่ไม่ตรงกับเกณฑ์อายุ เนื่องจากสาเหตุเฉพาะบุคคล

หลักสูตรของสหราชอาณาจักร อังกฤษ และเวลส์ จะแบ่งออกเป็นช่วงชั้นการเรียนรู้ (Key Stages) โดยแต่ละช่วงชั้น จะระบุมาตรฐานการเรียนรู้ การทดสอบ และประเมินผลอย่างชัดเจน ช่วงชั้นที่ 1 นักเรียนจะอายุ 5-6 ปี (Years 1-2) ช่วงชั้นที่ 2 อายุ 7-10 ปี (Years 3-6) ช่วงขั้นที่ 3 อายุ 11-13 (Years 7-9) และช่วงชั้นที่ 4 อายุ 14-15 ปี (Years 10-11) ซึ่งถือเป็นช่วงชั้นสุดท้ายก่อนจบการศึกษาภาคบังคับของอังกฤษ

สำหรับนักเรียนในโรงเรียนนานาชาติ ที่จัดการเรียนการสอนในระบบอังกฤษส่วนใหญ่จะใช้เวลาสองปี ในการเรียนตามหลักสูตรมัธยมศึกษาตอนต้น ที่เรียกว่า International General Certificate of Secondary Education (IGCSE) ซึ่งนักเรียนจะเรียนราว 8-9 วิชา เป็นวิชาบังคับอย่างน้อย 3 วิชา ได้แก่ภาษาอังกฤษ คณิตศาสตร์และวิทยาศาสตร์ นอกจากนั้นจะเป็นวิชาเลือก โดยข้อสอบ IGCSE เป็นข้อสอบสากลที่ใช้สอบร่วมกันทั่วโลก จากนั้น นักเรียนที่ประสงค์จะศึกษาต่อในระดับมหาวิทยาลัยในต่างประเทศ จะต้องเรียนต่อในระดับช่วงชั้นที่ 5 หรือที่เรียกว่า Sixth Form นักเรียนจะเลือกเรียนเฉพาะวิชาที่จะใช้ในการสมัครเรียนต่อในระดับอุดมศึกษาหลังจบหลักสูตร 2 ปีสุดท้ายนี้

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

ตารางที่ 1 เกณฑ์อายุ ชั้นปี และ ช่วงชั้นการศึกษาของโรงเรียนนานาชาติหลักสูตรแห่งสหราชอาณาจักรอังกฤษ และเวลส์

อายุในวันที่ 31 สิงหาคม	ชั้นปี	หลักสูตรช่วงชั้น (การสอบ)	ระดับชั้น (แผนก)
3 ปี	EY1	ช่วงชั้นปฐมวัย Early Years Foundation Stage	ปฐมวัย Junior School (Pre-preparatory)
4 ปี	EY2		
5 ปี	Year 1	ช่วงชั้นที่ 1 Key Stage 1	
6 ปี	Year 2		
7 ปี	Year 3	ช่วงชั้นที่ 2 Key Stage 2	ประถมศึกษา Junior School (Preparatory)
8 ปี	Year 4		
9 ปี	Year 5		
10 ปี	Year 6		
11 ปี	Year 7	ช่วงชั้นที่ 3 Key Stage 3	มัธยมศึกษาตอนต้น Senior School
12 ปี	Year 8		
13 ปี	Year 9		
14 ปี	Year 10	ช่วงชั้นที่ 4 Key Stage 4 (IGCSE)	มัธยมศึกษาตอนต้น Senior School
15 ปี	Year 12		

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

16 ปี	Year 12	ช่วงชั้นที่ 5 Key Stage 5 (A Level)	มัธยมศึกษาตอนปลาย [Sixth Form]
17 ปี	Year 13		

4.1.3 โรงเรียนนานาชาติหลักสูตร International Baccalaureate (IB)

หลักสูตร IB ของมูลนิธิ International Baccalaureate Organization เป็นหลักสูตรที่นักการศึกษาผู้มีประสบการณ์ได้พัฒนาขึ้นเพื่อให้เป็นหลักสูตรนานาชาติโดยแท้ ที่ปลอดพ้นจากนโยบายทางเศรษฐกิจ สังคม และการเมืองของชาติใดชาติหนึ่ง สำหรับใช้จัดการศึกษาให้แก่นักเรียนนานาชาติ ที่มีอายุ 3-19 ปี จากจุดเริ่มต้นในการพัฒนาหลักสูตร เมื่อปี พ.ศ. 2511 จนถึงวันนี้ ในแต่ละปี หลักสูตร IB ถูกใช้จัดการเรียนการสอนให้นักเรียนทั่วโลกมากกว่า 1 ล้านคน ในโรงเรียนกว่า 3,500 แห่ง และในประเทศต่าง ๆ กว่า 140 ประเทศ ซึ่งจำนวนนี้ ยังคงเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่องและรวดเร็ว โดยหลักสูตร IB นี้ แบ่งออกเป็น 3 ระดับ คือ ระดับปฐมวัย และประถมศึกษา Primary Years Program ใช้เวลาเรียน 8 ปี จากอายุ 3-11 ปี ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น Middle Years Program ใช้เวลาเรียน 5 ปี จากอายุ 11-16 ปี และระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย Diploma Program ใช้เวลาเรียน 2 ปี จากอายุ 16-18/19 ปี โดยโรงเรียนสามารถเลือกจัดการเรียนการสอนทั้งสามระดับ หรือแยกเฉพาะระดับใด ระดับหนึ่งก็ได้ และมิได้มีข้อจำกัดว่านักเรียนจะต้องเรียนต่อกันทั้งสามระดับ

การเรียนในระดับปฐมวัย ประถมศึกษา และมัธยมศึกษาตอนต้น จะมุ่งเน้นพัฒนาทักษะการเรียนรู้ โดยใช้สิ่งแวดล้อมทั้งภายใน และภายนอกห้องเรียนเป็นแหล่งเรียนรู้ กระตุ้นธรรมชาติความอยากรู้อยากเห็นของเด็ก พัฒนาทักษะให้นักเรียนสามารถแสวงหาความรู้ได้ด้วยตนเอง มีความคิดสร้างสรรค์ สามารถคิดวิเคราะห์อย่างเป็นระบบ สังเคราะห์องค์ความรู้ เชื่อมโยงศาสตร์และศิลป์ที่เรียนรู้ในวิชาต่าง ๆ เข้ากับชีวิตประจำวันได้เป็นอย่างดี ส่วนการศึกษาในระดับมัธยมศึกษาตอนปลายสำหรับนักเรียนที่มีอายุ 16-18 ปี หลักสูตร IB Diploma จะสร้างรากฐานทางวิชาการที่แข็งแกร่งและสมดุล เพื่อเป็นทางลัดไปสู่ความสำเร็จ ในการสมัคร และเรียนต่อ ในระดับมหาวิทยาลัย และปลูกฝังพื้นฐานสู่ความเป็นผู้ใหญ่ที่มีความรับผิดชอบต่อการพัฒนา ทั้งนี้ นอกจากคุณสมบัติของหลักสูตร IB Diploma จะให้ความรู้ทางวิชาการกับนักเรียนทั้งในเชิงลึก และเชิงกว้าง เอกลักษณ์โดดเด่นของหลักสูตร IB Diploma ก็คือการศึกษาทฤษฎีการเรียนรู้ (Theory of Knowledge) และองค์ประกอบของกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน ที่ต้องประสานความสร้างสรรค์ (Creativity) การกระทำ (Action) และจิตอาสา (Service) เข้าด้วยกันให้ออกมาเป็นโครงงานที่มีสาระ และเป็นรูปธรรม ให้

คุณประโยชน์กับสังคมรอบตัว ด้วยคุณสมบัติเหล่านี้ นักเรียนที่ได้รับประกาศนียบัตร IB Diploma จึงเป็นที่ยอมรับ และต้องการของมหาวิทยาลัยชั้นนำทั่วโลก

4.1.4 โรงเรียนนานาชาติหลักสูตรนานาชาติประเทศอื่น ๆ อาทิ เกาหลี แคนาดา ฝรั่งเศส ญี่ปุ่น เยอรมัน สิงคโปร์ สวิตเซอร์แลนด์ ออสเตรเลีย อินเดีย ฯลฯ

นอกเหนือไปจากการจัดการศึกษาในโรงเรียนนานาชาติในประเทศไทยโดยใช้หลักสูตร IB หรืออิงหลักสูตรสหราชอาณาจักร อังกฤษ และเวลส์ หรือตามกรอบของระบบการศึกษาของประเทศสหรัฐอเมริกาแล้ว ยังมีโรงเรียนนานาชาติอีกจำนวนหนึ่ง ที่เปิดการเรียนการสอนตามหลักสูตรของประเทศอื่น โดยโรงเรียนเหล่านี้ มีวัตถุประสงค์ในการอำนวยความสะดวกให้กับนักเรียนและครอบครัวที่อาศัยอยู่ต่างประเทศไทยเป็นระยะเวลาสั้นๆ หรือสำหรับครอบครัวนักเรียนไทยที่ผู้ปกครองอยากให้ลูกหลาน ได้รับการศึกษาตามหลักสูตรของประเทศนั้น หรือเพื่อนักเรียนที่วางแผนจะศึกษาต่อในมหาวิทยาลัย ในประเทศที่เป็นเจ้าของหลักสูตร โดยปกติโรงเรียนเหล่านี้จะจัดการเรียนการสอนในภาษาประจำชาติ ตามประเทศเจ้าของหลักสูตร และมักได้รับการสนับสนุนโดยรัฐบาลของประเทศนั้น ๆ

ซึ่งข้อดีของการเรียนโรงเรียนหลักสูตรประจำชาติในประเทศไทยคือ นักเรียนสามารถเรียนตามระบบการศึกษาเดิมที่เคยเรียน ในขณะที่ได้ประสบการณ์ชีวิตจากการอาศัยอยู่ต่างประเทศและนักเรียนสามารถกลับไปเรียนต่อในประเทศบ้านเกิดของตนเองได้อย่างราบรื่น

4.2 ความต้องการศึกษาในโรงเรียนนานาชาติของผู้ปกครองชาวไทย

การศึกษาเป็นตัวแปรสำคัญของความสำเร็จในอนาคตที่ผู้ปกครองทุกคนตระหนักรู้ถึงความสำคัญของการศึกษาเป็นอย่างดี จึงมีการมองหาทางเลือกและโอกาสทางการศึกษาที่ดีที่สุดให้แก่บุตรหลาน ในปัจจุบันโรงเรียนและสถานศึกษามีความหลากหลายของหลักสูตร และรูปแบบการจัดการเรียนการสอน ทั้งโรงเรียนรัฐและเอกชน รวมทั้งโรงเรียนนานาชาติก็เป็นทางเลือกหนึ่งที่มีความน่าสนใจ

ในยุคโลกาภิวัตน์ การติดต่อสื่อสารไร้ขีดจำกัดและไร้พรมแดน ภาษาจึงเป็นสิ่งสำคัญในฐานะของเครื่องมือในการสื่อสาร ส่งผลให้นอกจากจะต้องศึกษาภาษาของตนเองแล้วยังต้องศึกษาภาษาอังกฤษเพื่อใช้เป็นภาษากลางที่ใช้สำหรับสื่อสารระหว่างกันอีกด้วย (วาริช ราชพิทักษ์, 2552) ด้วยความสำคัญของภาษาอังกฤษดังกล่าวข้างต้น โรงเรียนนานาชาติจึงเป็นที่นิยมอย่างมากในปัจจุบัน

นอกจากเหตุผลด้านภาษาแล้ว ผู้ปกครองยังมีแรงจูงใจในการส่งบุตรหลานเข้าเรียนในโรงเรียนนานาชาติ อาทิ สภาพแวดล้อมในการเรียนรู้ที่ส่งเสริมความกล้าแสดงออก และสามารถแสดงความคิดเห็นได้อย่างอิสระ รวมทั้งการยอมรับความรับความคิดเห็นของผู้อื่น มีความสามารถในการ

ปรับตัว เป็นพื้นฐานในการศึกษาต่อในต่างประเทศ ตลอดจนความพร้อมของอุปกรณ์การเรียนและสิ่งอำนวยความสะดวกต่าง ๆ ในโรงเรียนที่มีอย่างครบครัน (พรกมล ลีภักดิ์ปรีดา และไกรชิต สุตะเมือง, 2555) สอดคล้องกับงานวิจัยของ ปาณิกา กาญจนหงส์ (2560) ที่ศึกษาส่วนประสมทางการตลาดที่ส่งผลต่อการตัดสินใจส่งบุตรหลานเข้าเรียนในโรงเรียนนานาชาติ พบว่า เหตุผลหลักของผู้ปกครองคือการจัดการเรียนการสอน นอกจากนี้ยังมีตัวแปรอื่น ๆ ที่ส่งผลต่อการตัดสินใจในระดับมาก ได้แก่ ด้านผลิตภัณฑ์ เช่น หลักสูตรการจัดการเรียนการสอน สื่อการสอน บุคลากร ด้านราคา ได้แก่ ค่าธรรมเนียมการศึกษาและค่าใช้จ่ายอื่น ๆ และด้านการให้บริการ เช่นสิ่งอำนวยความสะดวกในโรงเรียน เช่นเดียวกับงานวิจัยของ ปิยนุช ทองทั่ว (2552) ที่พบว่า ปัจจัยการตัดสินใจของผู้ปกครองนักเรียนไทยในการส่งบุตรหลานเข้าเรียนในโรงเรียนนานาชาติหลักสูตรประเทศอังกฤษ ระดับประถมศึกษาในกรุงเทพมหานคร ประกอบด้วย ด้านอาคารสถานที่ ด้านความสะดวก ด้านบริการวิชาการ ด้านบุคลากร และด้านค่าธรรมเนียมการเรียน

ความนิยมในการส่งบุตรหลานเข้าเรียนในโรงเรียนนานาชาติมีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้นอย่างต่อเนื่อง โดยธุรกิจโรงเรียนนานาชาติในประเทศไทยมีอัตราการเติบโตเฉลี่ยถึงร้อยละ 18 -20 นับว่าสูงที่สุดในอาเซียน และโรงเรียนนานาชาติที่เป็นที่นิยมมีจุดเด่นสำคัญคือ 1) คุณภาพหลักสูตร ต้องได้รับมาตรฐานทั้งไทยและต่างชาติ 2) มีความร่วมมือกับโรงเรียนในต่างประเทศที่ได้รับความนิยม 3) ทำเลที่ตั้งของโรงเรียน ต้องสะดวกต่อการเดินทาง 4) ครูผู้สอน ต้องเป็นครูที่มีจิตวิญญาณความเป็นครู เป็นผู้ถ่ายทอดและพร้อมช่วยเหลือนักเรียนในทุกเรื่อง 5) เทคโนโลยีที่นำมาใช้ในการเรียนการสอน 6) สภาพแวดล้อม อุปกรณ์การเรียนการสอน และ 7) จุดเด่นของการจัดการเรียนการสอนที่ต้องมีจุดเด่นเฉพาะ (BLT Bangkok, 2564)

4.3 บริบทของโรงเรียนนานาชาติ

โรงเรียนนานาชาติอันเป็นพื้นที่เก็บข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ ตั้งอยู่ในเขตบางนา กรุงเทพมหานคร เป็นโรงเรียนนานาชาติที่ประกอบด้วยชาวตะวันตกร้อยละ 60 ชาวเอเชียร้อยละ 10 และชาวไทยร้อยละ 30 นักเรียนจึงได้รับประสบการณ์ทางวัฒนธรรมที่หลากหลาย มีการจัดการเรียนการสอนโดยครูชาวต่างชาติที่เป็นเจ้าของภาษาทั้งหมด ใช้ภาษาอังกฤษเป็นภาษากลางในการสื่อสารภายในโรงเรียน

จุดเด่นของโรงเรียนนานาชาติแห่งนี้คือการผสมผสานความเป็นสากลและความเป็นไทยภายใต้สังคมพหุวัฒนธรรม มีสภาพแวดล้อมที่ส่งเสริมความพร้อมในการศึกษาต่อต่างประเทศ แต่ในขณะเดียวกันก็มีการซึมซับวัฒนธรรมไทยโดยมีการพัฒนาด้านภาษาและวัฒนธรรมไทยผ่านกิจกรรมประเพณีต่าง ๆ ตามหลักเกณฑ์จากกระทรวงศึกษาธิการ

นอกจากด้านวิชาการแล้ว โรงเรียนนานาชาติแห่งนี้ยังให้ความสำคัญกับพัฒนาการทางสุขภาพ โดยมีสนามกีฬาทั้งในร่มและกลางแจ้งที่รองรับกีฬาหลายชนิด อาทิ ฟุตบอล ว่ายน้ำ เทนนิส แบตมินตัน และยังสนับสนุนการแข่งขันกีฬาของนักเรียนอีกด้วย

โดยโรงเรียนนานาชาติแห่งนี้มุ่งเน้นพัฒนาศักยภาพของการศึกษาในระดับนานาชาติบนความเป็นไทยอย่างภาคภูมิ มีความมุ่งมั่นที่จะพัฒนาเด็กไทย ทั้งทางด้านภาษา ความสามารถ ความรู้ ให้มีศักยภาพทัดเทียมระดับสากล พร้อมที่จะก้าวออกไปศึกษาต่อ ในสถานศึกษาชั้นนำของโลกได้อย่างภาคภูมิ

ตอนที่ 5 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

5.1 งานวิจัยในประเทศ

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการแสดงออกทางอารมณ์ มีผู้ที่ทำการศึกษา คือ ภัสสรา แสงมาลี (2549) ได้ทำการศึกษาความสามารถในการสื่อสารทางอารมณ์ คุณธรรมและจริยธรรมของเด็กอายุ 6 – 12 ปี โดยผลการศึกษาพบว่า เด็กไทยอายุ 6 - 8 ปี สามารถสื่อสารด้วยวัจนภาษามากกว่าเด็กไทยอายุ 9 - 12 ปี ในขณะเดียวกันเด็กไทยอายุ 6 - 8 ปี สามารถสื่อสารด้วยอวัจนภาษาน้อยกว่าเด็กไทยอายุ 9 - 12 ปี ซึ่งกิจกรรมที่เปิดโอกาสให้เด็กได้แสดงความคิดเห็นและแสดงออกทางอารมณ์เป็นการส่งเสริมความสามารถของเด็ก ส่งผลให้ลักษณะความสามารถในการสื่อสารทางอารมณ์ คุณธรรมและจริยธรรมของเด็กไทยอายุ 6 - 12 ปี เปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้น

มีการวิจัยเปรียบเทียบระหว่างโรงเรียนนานาชาติและโรงเรียนไทยถึงอิทธิพลของโรงเรียนต่อความกล้าแสดงออกของนักเรียนชาวไทย ของณิชวรรณ ภูมิพานิช ประภัสรา พูลธิเวทย์ และษัษฎี ศรีสมทรัพย์ (2553) พบว่านักเรียนไทยที่ศึกษาในโรงเรียนนานาชาติมีพฤติกรรมกล้าแสดงออกสูงกว่านักเรียนที่ศึกษาอยู่ในโรงเรียนไทยอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

นิชนันท์ เนตรสง่า (2557) ได้ศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ของเด็กประถมศึกษาตอนปลายที่เรียนกวดวิชา จากการการประเมินของเด็กและผู้ปกครอง พบว่าเด็กที่เรียนกวดวิชากับเด็กที่ไม่เรียนกวดวิชามีค่าคะแนนรวมปัญหาพฤติกรรมและปัญหาพฤติกรรมทุกด้านไม่แตกต่างกัน แต่ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการแสดงออกทางด้านปัญหาพฤติกรรมของเด็กที่เรียนกวดวิชา การประเมินของเด็ก พบว่าผลการเรียนมีความสัมพันธ์กับการแสดงออกทางด้านปัญหาพฤติกรรมของเด็ก โดยนักเรียนที่มีผลการเรียนเฉลี่ย 2.01 - 3.00 มีการแสดงออกทางด้านปัญหาพฤติกรรมของเด็กมากกว่าผลการเรียนเฉลี่ย 3.01 - 4.00 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

วินัดดา ปิยะศิลป์, โชษิตา ภาวสุทธิไพศิฐ และวิมลวรรณ ปัญญาว่อง (2563) ทำการวิจัยเพื่อหาแนวทางการช่วยเหลือและป้องกันการรังแกของนักเรียนในโรงเรียนพบว่า วีการแก้ปัญหาการรังแก

และทะเลาะวิวาทของนักเรียนต้องเริ่มจากกำหนดนโยบายและมาตรการณ์ของโรงเรียน ชัดเจน ตั้งแต่ผู้บริหารไปถึงผู้ปกครอง มีการตั้งคณะทำงานในโรงเรียน เผยแพร่ความรู้ และประชาสัมพันธ์ถึงวิธีการดำเนินการเมื่อนักเรียนถูกรังแกให้ทั่วถึง สร้างบรรยากาศความปลอดภัยในโรงเรียน การตั้งกฎเกณฑ์การอยู่ร่วมกันในห้องเรียน การจัดกิจกรรมเพื่อสร้างความสัมพันธ์อันดีระหว่างเพื่อน การให้ความรู้เมื่อพบเห็นเหตุการณ์การถูกรังแกในฐานะผู้ช่วยเหลือ และวิธีการช่วยเหลือผู้กระทำผิด เป็นต้น

5.2 งานวิจัยต่างประเทศ

Raver (Raver, 2003) ศึกษาเกี่ยวกับพัฒนาการทางอารมณ์ของเด็กและความพร้อมในการเรียน พบว่าการปรับตัวและการจัดการอารมณ์มีความสำคัญต่อความสำเร็จในการไปโรงเรียน ซึ่งเด็กที่มีปัญหาทางอารมณ์มีความเสี่ยงที่จะมีปัญหาในการอยู่ร่วมชั้นเรียนกับผู้อื่น

จากการวิจัยของ Stratton & Reid (Stratton, C., W. & Reid, J., M., 2004) ได้ศึกษาเกี่ยวกับการเสริมสร้างสมรรถภาพทางสังคมและอารมณ์ของเด็ก ด้วยหลักสูตรพัฒนาทักษะทางสังคมและทักษะการแก้ปัญหา เพื่อเตรียมความพร้อมสำหรับเด็กก่อนวัยเรียนและเพื่อให้เด็กสามารถประสบความสำเร็จในชั้นเรียนได้ โดยผลการศึกษาพบว่าการจัดการอารมณ์และพฤติกรรมของเด็กเพื่อสร้างมิตรภาพเป็นสิ่งจำเป็น เด็กที่มีความสามารถในการจัดการอารมณ์และมีความสามารถทางสังคมมีความสำเร็จทางวิชาการมากขึ้น และเด็กที่มีทักษะทางสังคมน้อยมีแนวโน้มที่จะไม่ประสบความสำเร็จทางการศึกษา โดย Stratton และ Reid ได้พัฒนาหลักสูตรเพื่อแก้ปัญหาเด็กโดยเน้นการพัฒนาทักษะทางอารมณ์ เช่น ความรู้ความเข้าใจทางอารมณ์ การเอาใจใส่ หรือการมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่น เสริมสร้างทักษะการสื่อสาร ส่งเสริมแนวทางในการจัดการอารมณ์ที่ไม่เหมาะสม แก้ปัญหาระหว่างบุคคล โดยหลักสูตรนี้ได้รับการปรับให้เหมาะสมที่จะใช้ในโรงเรียนอนุบาลและประถมศึกษาเพื่อลดปัญหาพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ จากการจัดการอารมณ์ของนักเรียน

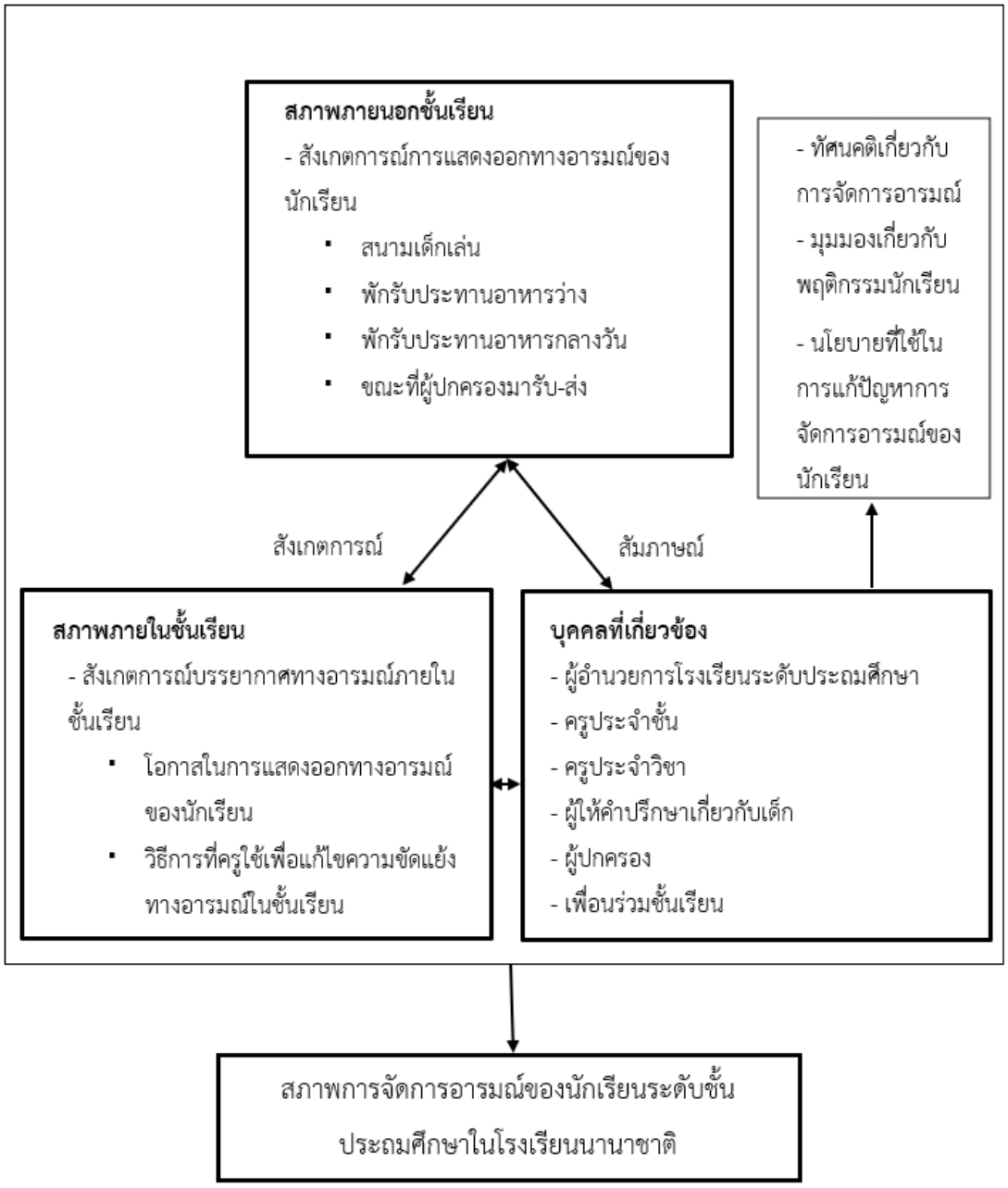
Ghazi, S. R., Shahzada, G., Tariq, M., & Khan, A. Q. (2013) วิเคราะห์และจัดอับดับพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ที่เป็นอุปสรรคต่อการจัดการเรียนการสอนที่มีประสิทธิภาพของครูในระดับมัธยมศึกษา โดยเก็บข้อมูลกับครูมัธยมศึกษาจำนวน 500 คน โดยใช้แบบสอบถามที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นเอง ผลการวิจัยพบว่า การแสดงความมีอำนาจหรือเป็นผู้มีอิทธิพลเหนือกว่านักเรียนคนอื่นถือเป็นพฤติกรรมที่สร้างปัญหาต่อการจัดการเรียนการสอนมากที่สุด รองลงมาคือ การทะเลาะวิวาทระหว่างนักเรียน การใช้คำพูดที่หยาบคาย การใช้อุปกรณ์อิเลกทรอนิกส์ระหว่างการเรียน รวมไปถึงการทำลายข้าวของสาธารณะ เป็นต้น จากสภาพพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ดังกล่าว ผู้วิจัยพบว่ามีสาเหตุหลักมาจากการขาดความดูแลเอาใจใส่จากผู้ปกครอง ความยากจน การขาดแรงจูงใจในการเรียน ปัญหาทางจิตใจของนักเรียน และการมีทัศนคติเชิงลบต่อการเรียน เป็นต้น

Schick A., Cierpka M. (2005), M. Basar, D. Akan. (2013) และ Balay R, Saglam M. (2008) ทำวิจัยเพื่อวิเคราะห์สาเหตุปัญหาการใช้ความรุนแรงของนักเรียนในวัยเรียนที่เกิดขึ้นระหว่าง

การเล่นพบว่า สาเหตุหลักมาจากความหลากหลายของพฤติกรรมที่เกิดจากการอบรมเลี้ยงดูของครอบครัว และอุปนิสัยส่วนตัวของนักเรียน เช่น บางครั้งเราพบเจอนักเรียนมีอุปนิสัย ชอบแหย่ ชอบหยอก คนอื่น อาจจะเพราะอยากให้คนอื่นสนใจ อยากเล่นกับเพื่อน ซึ่งบางทีเพื่อนไม่ชอบหรือไม่เข้าใจ ก็ทำให้เกิดการทะเลาะกันได้ ปัญหานี้เกิดจาการเลี้ยงดู อบรมสั่งสอของครอบครัว ต้องค่อยๆ อธิบายให้นักเรียนเข้าใจว่า บางทีวิธีเล่นของเขาอาจทำให้เพื่อนไม่ชอบ เพื่อนจะหนี ไม่อยากเล่นด้วย ถ้าอยากเล่นมีเพื่อนเล่นก็ต้องแสดงพฤติกรรมที่ดีกับเพื่อนเราด้วย เมื่อนักเรียนเข้าใจตรงจุดนี้ ปัญหาก็จะค่อยๆ ลดลง

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

กรอบแนวคิดงานวิจัย



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

บทที่ 3
วิธีดำเนินงานวิจัย

งานวิจัยเรื่องการศึกษาสภาพการจัดการอารมณ์ของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาในโรงเรียนนานาชาติ ในครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) แบบกรณีศึกษา (Case study) โดยใช้การตรวจสอบข้อมูลแบบวิธีการสามเส้าด้านการเก็บรวบรวมข้อมูล (Triangulation of data collection) ทำการเก็บข้อมูลด้วยวิธีการสังเกตการณ์ และการสัมภาษณ์จากแหล่งข้อมูล 3 ส่วน เพื่อศึกษาถึงสภาพปัญหาการจัดการอารมณ์ของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาในโรงเรียนนานาชาติ

การเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อทำการวิจัย ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาและเก็บข้อมูลที่โรงเรียนนานาชาติแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร โดยศึกษาข้อมูลจากระเบียนนักเรียน ทำการสังเกตการณ์สภาพภายในชั้นเรียน บรรยากาศห้องเรียน วิธีการจัดการชั้นเรียน พฤติกรรมของนักเรียน และพฤติกรรมที่เพื่อนร่วมชั้นมีต่อนักเรียน และทำการสัมภาษณ์ผู้อำนวยการโรงเรียนฝ่ายประถม ครูประจำชั้นของนักเรียน ครูประจำวิชาและผู้ให้คำปรึกษาเกี่ยวกับเด็ก ซึ่งผู้วิจัยได้ดำเนินการวิจัยตามขั้นตอน ดังนี้

1. ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
2. ขอรับรองจริยธรรมการวิจัยในคน
3. กำหนดกรณีศึกษา
4. สร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
5. ระบุวิธีการติดต่อกรณีศึกษา และผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย
6. เก็บรวบรวมข้อมูล
7. ตรวจสอบและวิเคราะห์ข้อมูล
8. นำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล
9. ข้อจำกัดในงานวิจัย

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

1. ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องจากหนังสือ เอกสาร วารสาร ข่าวการศึกษา งานวิจัยและวิทยานิพนธ์ เพื่อเก็บรวบรวมข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับปัญหาการจัดการอารมณ์ของเด็กประถมศึกษาทั้งในและต่างประเทศ

2. ขอรับรองจริยธรรมการวิจัยในคน

เนื่องจากงานวิจัยฉบับนี้มีการเก็บข้อมูลจากนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ในโรงเรียนนานาชาติ ซึ่งคือเด็กอายุต่ำกว่า 18 ปี และเป็นชาวต่างชาติ ถือเป็นกลุ่มเปราะบาง ผู้วิจัยจึงได้ขอรับรองจริยธรรมการวิจัยในคน จากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน กลุ่มสหสถาบันชุดที่ 2 สังคมศาสตร์ มนุษยศาสตร์ และศิลปกรรมศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ซึ่งผ่านการรับรองจริยธรรมการวิจัยในคนเมื่อวันที่ 5 พฤศจิกายน พ.ศ. 2563

โดยการวิจัยในครั้งนี้ผู้วิจัยได้ชี้แจงข้อมูลรายละเอียดเกี่ยวกับการสังเกตพฤติกรรมของนักเรียน การสัมภาษณ์ครูและบุคลากรทางการศึกษา ด้วยเอกสารที่มีลายลักษณ์อักษรทั้งภาษาไทยและภาษาอังกฤษ และได้รับความยินยอมจากนักเรียนและผู้ปกครอง รวมถึงบุคลากรทางการศึกษาที่เกี่ยวข้องก่อนที่ผู้วิจัยจะทำการเก็บข้อมูลจริง ทั้งนี้ในการเก็บข้อมูลทั้งหมด ผู้วิจัยมีวิธีการพิทักษ์สิทธิป้องกันความเสี่ยง และรักษาความลับของนักเรียนที่เป็นกรณีศึกษา รวมถึงผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย โดยข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับผู้เข้าร่วมวิจัยทั้งหมดจะถูกเก็บเป็นความลับ ไม่มีการบันทึกเสียง ถ่ายภาพหรือบันทึกวิดีโอในการวิจัยครั้งนี้ เพื่อพิทักษ์สิทธิของผู้เข้าร่วมวิจัย อีกทั้งข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับผู้เข้าร่วมวิจัยทั้งหมด จะถูกทำลายหลังจากที่งานวิจัยเสร็จสมบูรณ์

3. กำหนดกรณีศึกษา

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาสภาพการจัดการอารมณ์ของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาในโรงเรียนนานาชาติ ซึ่งผู้วิจัยมีขั้นตอนการดำเนินงาน ดังนี้

3.1 ศึกษาข้อมูลเบื้องต้นเกี่ยวกับโรงเรียนนานาชาติ ที่มีหลักสูตรแตกต่างกันแต่ละประเภท ทั้ง 4 หลักสูตร

3.2 กำหนดโรงเรียนที่จะเป็นพื้นที่ที่ผู้วิจัยจะเก็บข้อมูล ได้แก่ โรงเรียนนานาชาติแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานครฯ เหตุผลที่ผู้วิจัยเลือกโรงเรียนนานาชาติแห่งนี้เนื่องจาก จากที่ศึกษาข้อมูลและเอกสารที่เกี่ยวข้อง พบว่าบริบทของโรงเรียนนานาชาติที่มีหลักสูตรแตกต่างกัน แต่บริบทโรงเรียนและลักษณะนิสัยโดยทั่วไปของนักเรียนไม่มีความแตกต่างกัน นักเรียนที่ศึกษาในโรงเรียนนานาชาติมีการแสดงออกทางอารมณ์ที่ชัดเจน ทั้งอารมณ์ในเชิงบวก และอารมณ์ในเชิงลบ ทำให้ประเภทของหลักสูตรโรงเรียนไม่เป็นปัจจัยแทรกซ้อนต่อการวิจัย นอกจากนี้ ผู้วิจัยทราบบริบทของโรงเรียนนานาชาติแห่งนี้เป็นอย่างดี และสามารถลงพื้นที่

เพื่อเก็บข้อมูลเชิงลึกได้ ซึ่งจะทำให้ได้ข้อมูลวิจัยที่เป็นไปตามสภาพความเป็นจริง รวมถึงสามารถนำผลวิจัยที่ได้ไปใช้ประโยชน์ได้อย่างแท้จริง

3.3 กำหนดนักเรียนที่จะเป็นกรณีศึกษา โดยผู้วิจัยทำการสังเกตสภาพทั่วไปของนักเรียนในโรงเรียนนานาชาติทั้งในและนอกชั้นเรียน พบว่านักเรียนในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ในโรงเรียนนานาชาติ เป็นช่วงรอยต่อที่กำลังจะเข้าสู่ช่วงชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น มีแนวโน้มที่จะแสดงออกทางอารมณ์ต่างจากนักเรียนในระดับชั้นอื่น ๆ จึงกำหนดกรณีศึกษาด้วยการเลือกอย่างเจาะจงจากนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ทั้งหมด

ตารางที่ 2 ข้อมูลทั่วไปของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5

นักเรียนคนที่	**ข้อมูลส่วนตัว**				
	อายุ	**เพศ**	**สัญชาติ**	**พี่/น้อง**	**อาชีพผู้ปกครอง**
1*	10 ปี	หญิง	ไทย-ออสเตรเลีย	พี่ชาย 1 คน	พนักงานบริษัท
2	11 ปี	ชาย	ญี่ปุ่น	-	พนักงานบริษัท
3*	12 ปี	ชาย	ไทย-อังกฤษ	พี่ชาย 1 คน/น้องสาว 1 คน	พนักงานบริษัท
4	10 ปี	ชาย	ไอร์แลนด์	พี่ชาย 1 คน/น้องชาย 1 คน	ธุรกิจส่วนตัว
5	11 ปี	หญิง	ไทย-ออสเตรีย	-	พนักงานบริษัท
6	10 ปี	ชาย	ไทย	น้องสาว 1 คน/น้องชาย 1 คน	ธุรกิจส่วนตัว
7	10 ปี	หญิง	ญี่ปุ่น	น้องชาย 1 คน	พนักงานบริษัท
8	10 ปี	หญิง	ไทย	-	พนักงานบริษัท
9	10 ปี	ชาย	ไทย	-	ธุรกิจส่วนตัว
10*	11 ปี	ชาย	ไทย-อังกฤษ	น้องสาว 1 คน	ธุรกิจส่วนตัว
11*	11 ปี	ชาย	ไทย	พี่ชาย 1 คน	ธุรกิจส่วนตัว
12	11 ปี	หญิง	รัสเซีย	พี่สาว 1 คน/น้องชาย 1 คน	ธุรกิจส่วนตัว
13	10 ปี	หญิง	อเมริกา	น้องชาย 1 คน/น้องสาว 2 คน	ครู
14	10 ปี	ชาย	รัสเซีย	น้องสาว 1 คน	ครู
15	10 ปี	ชาย	ไทย	น้องชาย 1 คน	ธุรกิจส่วนตัว
16	11 ปี	ชาย	ไทย	-	ตำรวจ
17*	10 ปี	หญิง	ไทย-ออสเตรเลีย	-	พนักงานบริษัท
18	11 ปี	หญิง	ไทย-อเมริกา	-	พนักงานบริษัท
19	10 ปี	หญิง	ไทย-อิตาลี	น้องชาย 1 คน	พนักงานบริษัท

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

นักเรียนคนที่	ข้อมูลส่วนตัว				
	อายุ	เพศ	สัญชาติ	พี่/น้อง	อาชีพผู้ปกครอง
20	10 ปี	หญิง	ไทย-เนเธอร์แลนด์	-	พนักงานบริษัท
21*	10 ปี	ชาย	อิสราเอล	-	พนักงานบริษัท
22	11 ปี	ชาย	จีน	-	พนักงานบริษัท

หมายเหตุ: นักเรียนที่มีเครื่องหมาย * คือ นักเรียนที่เป็นกรณีศึกษา

จากตารางที่ 2 พบว่าสัดส่วนของนักเรียนชายคิดเป็นร้อยละ 55 และนักเรียนหญิงร้อยละ 45 นักเรียนสัญชาติไทยร้อยละ 27 ลูกครึ่งไทยและต่างชาติร้อยละ 36 และนักเรียนต่างชาติร้อยละ 36 นักเรียนที่มีพี่หรือน้องร้อยละ 55 และนักเรียนที่เป็นลูกคนเดียวร้อยละ 45 ผู้ปกครองของนักเรียนมีอาชีพเป็นพนักงานบริษัทร้อยละ 54 ประกอบธุรกิจส่วนตัวร้อยละ 32 และอาชีพอื่น ๆ ร้อยละ 14

ผู้วิจัยได้ทำการลงพื้นที่เพื่อสังเกตนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ก่อนที่จะมีการเก็บข้อมูลจริงเป็นเวลา 2 สัปดาห์ และมีการสอบถามเพื่อรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับพฤติกรรมการแสดงออกทางอารมณ์ของนักเรียน จากผู้อำนวยการโรงเรียนฝ่ายประถม ครูประจำชั้น และครูผู้ให้คำปรึกษาเด็ก (ครูแนะแนว) พบว่ามีนักเรียนที่มีพฤติกรรมการแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่เหมาะสม ทำให้สามารถระบุนักเรียนที่เป็นกรณีศึกษาได้จำนวน 6 คน ได้แก่นักเรียนคนที่ 1 นักเรียนคนที่ 3 นักเรียนคนที่ 10 นักเรียนคนที่ 11 นักเรียนคนที่ 17 และนักเรียนคนที่ 21

เกณฑ์การคัดออก

นักเรียน ครู และบุคลากรทางการศึกษาที่เข้าร่วมในการวิจัย ที่มีความประสงค์จะยุติการสังเกตหรือสัมภาษณ์ ผู้วิจัยจะยุติการสังเกตหรือสัมภาษณ์และคัดผู้ให้สัมภาษณ์ออกจากการวิจัย ซึ่งจะไม่ส่งผลกระทบใดต่อผู้เข้าร่วมในการวิจัย แล้วผู้วิจัยจะใช้ข้อมูลจากการสังเกตหรือสัมภาษณ์เท่าที่มีในการวิเคราะห์ข้อมูล

4. สร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้มีเครื่องมือเพื่อใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเชิงคุณภาพ โดยแบ่งเครื่องมือวิจัยออกเป็น 3 ประเภท ได้แก่ ตารางการเก็บข้อมูลจากระเบียนนักเรียน แบบบันทึกการสังเกตแบบมีโครงสร้าง และแบบสัมภาษณ์แบบกึ่งโครงสร้าง โดยมีรายละเอียดดังนี้

4.1 ประเภทของเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

4.1.1 ตารางการเก็บข้อมูลจากระเบียนนักเรียน ประกอบด้วย

(1) ประวัติส่วนตัว

- เชื้อชาติ สัญชาติ
- จำนวนสมาชิกในครอบครัว
- อาชีพของผู้ปกครอง

(2) บันทึกพฤติกรรม

- ประวัติการบันทึกพฤติกรรมจากครูประจำชั้น
    - พฤติกรรมที่เป็นผลมาจากการจัดการอารมณ์

4.1.2 แบบบันทึกการสังเกตแบบมีโครงสร้าง (Structure observation) เป็นเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูลสภาพภายใน และภายนอกชั้นเรียน ประกอบด้วย

(1) แบบบันทึกการสังเกตภายในชั้นเรียน

- บรรยากาศทางอารมณ์ภายในชั้นเรียน
    - โอกาสในการแสดงออกทางอารมณ์ของนักเรียน
    - วิธีการที่ครูใช้เพื่อแก้ไขความขัดแย้งทางอารมณ์ในชั้นเรียน

(2) แบบบันทึกการสังเกตภายนอกชั้นเรียน

- การแสดงออกทางอารมณ์ของนักเรียนต่อบุคคลอื่น
    - สนามเด็กเล่น
    - พักรับประทานอาหารว่าง
    - พักรับประทานอาหารกลางวัน
    - ขณะที่ผู้ปกครองมารับ-ส่ง

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

4.1.3 แบบสัมภาษณ์แบบกึ่งโครงสร้าง (Semi-structured interview) เก็บข้อมูลจาก ผู้อำนวยการโรงเรียนฝ่ายประถม ครูประจำชั้น ครูประจำวิชา และผู้ให้คำปรึกษาเกี่ยวกับเด็ก

แบบสัมภาษณ์ เป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลจากบุคคลที่เกี่ยวข้องกับนักเรียน โดยผู้วิจัยเตรียมข้อคำถามต่าง ๆ ให้ครอบคลุมวัตถุประสงค์ เป็นประเด็นในการสนทนาแบบกว้าง ๆ ซึ่งแบบสัมภาษณ์ประกอบด้วยข้อมูล ดังนี้

(1) ผู้อำนวยการโรงเรียนฝ่ายประถม

- ข้อมูลทั่วไปของผู้ให้สัมภาษณ์ ได้แก่ เพศ อายุ การศึกษา ประสบการณ์การทำงาน
- ทัศนคติเกี่ยวกับการจัดการอารมณ์ของนักเรียน

- ความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญหาของนักเรียน
- นโยบายที่ใช้ในการแก้ปัญหาการจัดการอารมณ์ของนักเรียน

(2) ครูประจำชั้น

- ข้อมูลทั่วไปของผู้ให้สัมภาษณ์ ได้แก่ เพศ อายุ การศึกษา ประสบการณ์การทำงาน
- ทัศนคติเกี่ยวกับการจัดการอารมณ์ของนักเรียน
- พฤติกรรมที่นักเรียนแสดงออกในมุมมองของครูประจำชั้น
- ความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญหาของนักเรียน
- วิธีการที่ใช้เมื่อนักเรียนมีปัญหาการจัดการอารมณ์

(3) ครูประจำวิชา

- ข้อมูลทั่วไปของผู้ให้สัมภาษณ์ ได้แก่ เพศ อายุ การศึกษา ประสบการณ์การทำงาน
- ทัศนคติเกี่ยวกับการจัดการอารมณ์ของนักเรียน
- พฤติกรรมที่นักเรียนแสดงออกในมุมมองของครูประจำวิชา
- ความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญหาของนักเรียน
- วิธีการที่ใช้เมื่อนักเรียนมีปัญหาการจัดการอารมณ์

(4) ผู้ให้คำปรึกษาเกี่ยวกับเด็ก

- ข้อมูลทั่วไปของผู้ให้สัมภาษณ์ ได้แก่ เพศ อายุ การศึกษา ประสบการณ์การทำงาน
- ทัศนคติเกี่ยวกับการจัดการอารมณ์ของนักเรียน
- ความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญหาของนักเรียน
- นโยบายที่ใช้ในการแก้ปัญหาการจัดการอารมณ์ของนักเรียน

4.2 การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือวิจัย เมื่อสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัยเรียบร้อยแล้ว ผู้วิจัยมีขั้นตอนในการตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ ดังนี้

4.2.1 นำตารางการเก็บข้อมูล แบบสังเกต และแบบสัมภาษณ์ที่จัดทำขึ้นให้อาจารย์ที่ปรึกษาตรวจและแก้ไข เพื่อพิจารณาความสมบูรณ์

4.2.2 นำตารางการเก็บข้อมูลจากระเบียนนักเรียน แบบสังเกต และแบบสัมภาษณ์ที่แก้ไขแล้ว เสนอต่อผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 ท่านเพื่อตรวจสอบความตรงของเนื้อหา ภาษาที่ใช้

รวมถึงการให้ข้อเสนอแนะเพิ่มเติม โดยค่าความตรงของเนื้อหา (IOC) ได้ผลเท่ากับ 0.79 ซึ่งผ่านตามเกณฑ์มาตรฐาน

4.2.3 ปรับปรุงแก้ไขตารางการเก็บข้อมูลจากระเบียนนักเรียน แบบสังเกต และแบบสัมภาษณ์ตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิทั้ง 3 ท่าน แล้วเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษา

4.2.4 นำแบบสังเกต และแบบสัมภาษณ์ที่ปรับปรุงแล้วไปทดลองใช้ (Try out) ในชั้นเรียน และใช้กับครูประจำชั้นประถมศึกษาในโรงเรียนนานาชาติที่ไม่ใช่กรณีศึกษาเพื่อตรวจสอบความเหมาะสมของคำถาม

5. ติดต่อกรณีศึกษา และผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย

5.1 การติดต่อกรณีศึกษา ผู้วิจัยทำการส่งจดหมายถึงผู้อำนวยการโรงเรียน เพื่อให้ติดต่อนักเรียนกรณีศึกษาผ่านครูประจำชั้น โดยจดหมายจำเป็นต้องได้รับการตอบรับจากกรณีศึกษาและผู้ปกครอง

5.2 การติดต่อผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย ผู้วิจัยทำการส่งจดหมายถึงผู้อำนวยการโรงเรียน เพื่อติดต่อครูประจำชั้น และครูประจำวิชา

6. การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการเก็บข้อมูลจริงตั้งแต่เดือนกุมภาพันธ์ – เมษายน พ.ศ. 2564 โดยแบ่งการเก็บรวบรวมเป็นขั้นตอน ดังนี้

6.1 ขั้นตอนการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยสังเกตสภาพทั่วไปของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 เพื่อวิเคราะห์สภาพ แล้วใช้ตารางการเก็บข้อมูล ทำการบันทึกข้อมูลจากระเบียนนักเรียน เพื่อพิจารณานักเรียนที่จะเลือกให้เป็นกรณีศึกษา

6.2 ขั้นตอนการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยการสังเกตการณ์ ผู้วิจัยทำการสังเกตสภาพภายในชั้นเรียน ด้วยการสังเกตแบบมีส่วนร่วม (Participant Observation) ในห้องเรียนของนักเรียนที่เป็นกรณีศึกษารายบุคคล ทำการสังเกตครั้งละ 40 นาที สัปดาห์ละ 4 ครั้ง แบ่งเป็นในคาบเรียนที่ครูประจำชั้นสอน และคาบเรียนภาษาไทย เป็นระยะเวลา 12 สัปดาห์ รวมทั้งสิ้นเป็นจำนวน 48 ครั้ง

6.3 ขั้นตอนการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยการสังเกตการณ์ ผู้วิจัยทำการสังเกตสภาพภายนอกชั้นเรียน ด้วยการสังเกตแบบมีส่วนร่วม (Participant Observation) ในช่วงเวลาต่าง ๆ ได้แก่ ขณะที่ผู้ปกครองมารับหรือส่งนักเรียนเวลา 7.15 – 7.30 น. ขณะที่นักเรียนพักผ่อนในสนามเด็กเล่น 11.50 – 12.15 น. และในขณะที่นักเรียนรับประทานอาหารว่าง เวลา 9.35 – 9.55 น. และอาหารกลางวันเวลา 12.15 – 12.40 น. เป็นระยะเวลา 12 สัปดาห์

6.4 การเก็บรวบรวมข้อมูลจากการสัมภาษณ์ ผู้วิจัยทำการสัมภาษณ์ผู้อำนวยการโรงเรียนฝ่ายประถม จำนวน 1 คน ครูประจำชั้นของนักเรียนจำนวน 2 คน ครูประจำวิชาจำนวน 1 คน และผู้ให้คำปรึกษาเกี่ยวกับเด็กจำนวน 1 คน รวมทั้งสิ้น 5 คน

7. ตรวจสอบและวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ ซึ่งใช้วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้ ตารางการเก็บข้อมูล การสังเกตการณ์และการสัมภาษณ์ เพื่อให้ข้อมูลการวิจัยที่รวบรวมได้ มีความถูกต้องมากที่สุด ผู้วิจัยจึงใช้วิธีการตรวจสอบข้อมูลด้วยวิธีการสามเส้าด้านการเก็บรวบรวมข้อมูล (Triangulation of data collection) จากเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูล ซึ่งได้แก่ ตารางการเก็บข้อมูล แบบสังเกต และแบบสัมภาษณ์ โดยทำการวิเคราะห์ข้อมูลดังต่อไปนี้

7.1 การวิเคราะห์เอกสารข้อมูลบันทึกประวัติส่วนตัวของนักเรียน บันทึกการเข้าเรียน บันทึกผลการเรียน และบันทึกพฤติกรรม ของนักเรียนแต่ละคนที่เป็นกรณีศึกษา ว่ามีความเหมือน คล้ายหรือแตกต่างกัน แล้วตีความ

7.2 การวิเคราะห์แบบสังเกต ผู้วิจัยรวบรวมประเด็นที่พบจากการสังเกตชั้นเรียน ได้แก่ บรรยากาศทางอารมณ์ภายในชั้นเรียน ได้แก่ โอกาสในการแสดงออกทางอารมณ์ของนักเรียน วิธีการที่ครูใช้เพื่อแก้ไขความขัดแย้งทางอารมณ์ในชั้นเรียน และประเด็นที่พบภายนอกห้องเรียน ได้แก่ การแสดงออกทางอารมณ์ของนักเรียนในสถานที่ต่าง ๆ กัน เช่น ที่สนามเด็กเล่น ขณะพักรับประทานอาหารว่าง ขณะพักรับประทานอาหารกลางวัน ขณะที่ผู้ปกครองมารับ-ส่ง โดยศึกษาทั้งความเหมือน ความคล้าย และความแตกต่าง แล้วนำมาตีความ โดยใช้วิธีการวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) ในการวิเคราะห์ข้อมูล

7.3 การวิเคราะห์แบบสัมภาษณ์ ใช้วิธีการการวิเคราะห์เนื้อหาโดยผู้วิจัยทำการคัดเลือก จำแนกข้อมูล และจัดระเบียบข้อมูลให้เป็นระบบ โดยพิจารณาประเด็นที่พบจากการเก็บรวบรวมข้อมูล จากนั้นใช้การตีความสร้างข้อสรุปแบบอุปนัยจากแบบสอบถามและแบบสัมภาษณ์ที่ได้ เพื่อวิเคราะห์ แยกแยะความหมาย ความคล้ายและความแตกต่างกันของข้อมูล โดยจำแนกข้อมูลตามความเหมาะสม

8. นำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้รูปแบบความเรียง ร่วมกับการนำเสนอข้อมูลโดยอ้างถึงการให้ข้อมูลจากการสัมภาษณ์ของบุคลากรทางการศึกษา และการวิเคราะห์แบบสังเกตพฤติกรรมนักเรียน

9. ข้อจำกัดในงานวิจัย

งานวิจัยในครั้งนี้อยู่ระหว่างสถานการณ์โควิด-19 ซึ่งทำให้มีการเว้นระยะห่างทางสังคมเกิดขึ้น ส่งผลต่อการดำเนินชีวิตประจำวันให้ไม่สามารถเป็นไปตามปกติ โดยมาตรการรับมือของทางโรงเรียนที่เป็นกรณีศึกษา ได้มีการปรับการรับส่งนักเรียนแบบไดร์ฟทรู (Drive Thru) โดยไม่ให้ผู้ปกครองลงจากรถภายในบริเวณโรงเรียน ทำให้ผู้วิจัยไม่สามารถเก็บข้อมูลโดยการสังเกตพฤติกรรมของนักเรียนในช่วงเวลามารับส่งของผู้ปกครองได้ และยังทำให้ผู้วิจัยไม่สามารถสัมภาษณ์ผู้ปกครองแบบพบหน้าได้อีกด้วย อีกทั้งทางโรงเรียนมีมาตรการรักษาความเป็นส่วนตัวของผู้ปกครอง ไม่อนุญาตให้ผู้วิจัยทำการสัมภาษณ์ผ่านทางโทรศัพท์ ผู้วิจัยจึงไม่สามารถเก็บข้อมูลในส่วนของผู้ปกครองได้

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

บทที่ 4
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยเรื่อง การศึกษาสภาพการจัดการอารมณ์ของนักเรียนระดับประถมศึกษา: กรณีศึกษาโรงเรียนนานาชาติ ผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูลจาก การสังเกตนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ในโรงเรียนนานาชาติ และการสัมภาษณ์ครูที่สอนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ใน โรงเรียนนานาชาติ รวมถึงผู้อำนวยการโรงเรียนฝ่ายประถม โดยวิเคราะห์ข้อมูลด้วยวิธีการวิเคราะห์เชิงเนื้อหาตามวัตถุประสงค์การวิจัย ในการอธิบายสภาพการจัดการอารมณ์ และเพื่อวิเคราะห์ปัจจัยที่ส่งผลต่อการจัดการอารมณ์ของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษา ในโรงเรียนนานาชาติ และนำเสนอแนวทางสำหรับครูในการส่งเสริมให้นักเรียนมีการจัดการอารมณ์ที่เหมาะสม โดยผลการวิเคราะห์ข้อมูลแบ่งออกเป็น 3 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์สภาพการจัดการอารมณ์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ในโรงเรียนนานาชาติ

ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์ปัจจัยที่ส่งผลต่อการจัดการอารมณ์ของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษา ในโรงเรียนนานาชาติ

ตอนที่ 3 แนวทางการส่งเสริมให้นักเรียนมีการจัดการอารมณ์ที่เหมาะสม สำหรับครูผู้สอนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ในโรงเรียนนานาชาติ

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์สภาพการจัดการอารมณ์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ในโรงเรียนนานาชาติ

ผู้วิจัยได้คัดเลือกโรงเรียนนานาชาติแห่งหนึ่งในกรุงเทพฯและปริมณฑล โดยการเลือกตัวอย่างแบบเจาะจง เนื่องจากเป็นโรงเรียนที่ให้ความร่วมมือในการเก็บข้อมูล และผู้วิจัยเป็นคนในพื้นที่ทำให้สามารถเก็บข้อมูลในเชิงลึกได้

ผู้วิจัยได้ลงพื้นที่เพื่อสังเกตนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ก่อนที่จะมีการเก็บข้อมูลจริงเป็นเวลา 2 สัปดาห์ และมีการสอบถามเพื่อรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับพฤติกรรมการแสดงออกทางอารมณ์ของนักเรียน จากผู้อำนวยการโรงเรียนฝ่ายประถม ครูประจำชั้น และครูผู้ให้คำปรึกษาเด็ก (ครูแนะแนว) พบว่ามีนักเรียนที่มีพฤติกรรมการแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่เหมาะสม เช่น พฤติกรรมการร้องไห้ การก้าวร้าว การทะเลาะกัน ทำให้สามารถระบุนักเรียนที่เป็นกรณีศึกษาได้จำนวน 6 คน ได้แก่นักเรียนคนที่ 1 นักเรียนคนที่ 3 นักเรียนคนที่ 10 นักเรียนคนที่ 11 นักเรียนคนที่ 17 และนักเรียนคนที่ 21 โดยข้อมูลประวัติการแสดงพฤติกรรมที่ผู้วิจัยได้รับจากบุคลากรทางการศึกษาที่เกี่ยวข้องกับนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 5 ก่อนเก็บรวบรวมข้อมูลวิจัย มีรายละเอียดดังนี้

การแสดงออกทางอารมณ์ของนักเรียนคนที่ 1 ข้อมูลที่ได้รับจากบุคลากรทางการศึกษาที่เกี่ยวข้องระบุว่า นักเรียนมีพฤติกรรมการแสดงออกทางอารมณ์โดยการร้องไห้บ่อยครั้ง โดยครูประจำวิชาให้ข้อมูลว่า นักเรียนมีความกังวลใจด้านทักษะการอ่านของตนเอง จนหลายครั้งนักเรียนร้องไห้เมื่อต้องประสมและอ่านคำศัพท์ โดยเฉพาะคำศัพท์ที่เป็นคำพื้นฐานของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ส่วนครูประจำชั้นให้ข้อมูลว่า นักเรียนมักจะแสดงอาการกังวลใจในวิชาคณิตศาสตร์ เมื่อต้องแก้โจทย์ปัญหาที่พลิกแพลง จนเคยร้องไห้ออกมาระหว่างเรียน

นักเรียนคนที่ 3 มีประวัติการแสดงออกทางอารมณ์โดยการทะเลาะถกเถียง และการก้าวร้าว โดยข้อมูลที่ผู้วิจัยได้รับจากครูประจำชั้นระบุว่า นักเรียนมักจะมีพฤติกรรมการใช้คำพูดที่ยั่วยุทำให้เพื่อนร่วมชั้นเรียนไม่พอใจ นำไปสู่การถกเถียงกับผู้อื่นอยู่เป็นประจำ รวมถึงมีพฤติกรรมก้าวร้าวกับครูหลาย ๆ ท่าน และผู้อำนวยการโรงเรียนฝ่ายประถม ได้เคยรับทราบปัญหาการแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่เหมาะสมของนักเรียนคนที่ 3 โดยให้ข้อมูลว่า นักเรียนมีพฤติกรรมการแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่พึงประสงค์อยู่หลายครั้ง เช่น การก้าวร้าว กับครูประจำชั้นหรือครูผู้สอนวิชาต่าง ๆ รวมทั้งเคยมีการทะเลาะกับเพื่อนร่วมชั้นเรียน

ครูประจำชั้นได้ให้ข้อมูลการแสดงออกทางอารมณ์ของนักเรียนคนที่ 10 ว่า นักเรียนเคยแสดงออกทางอารมณ์โดยการร้องไห้ในวิชาวิทยาศาสตร์ เมื่อเกิดความกดดันจากเพื่อน ๆ ที่ไม่เห็นด้วยในทฤษฎีของเขา และผู้อำนวยการโรงเรียนฝ่ายประถมระบุว่า นักเรียนมักจะพยายามเข้าหาเพื่อน ๆ เพื่อทำกิจกรรมในเวลาพักร่วมกัน แต่ในบางครั้งเขาเสนอกิจกรรมให้เพื่อนร่วมชั้น แต่ถูก

ปฏิเสธ นักเรียนจะแสดงออกทางอารมณ์โดยการปลีกตัว และหลบไปร้องไห้เงียบ ๆ คนเดียวจนหมดเวลาพัก

นักเรียนคนที่ 11 ข้อมูลจากครูประจำชั้นและครูแนะแนวระบุว่านักเรียนมักจะไม่สามารถจัดการอารมณ์ของตนเองได้ เมื่อถูกยั่วยุจากเพื่อนร่วมชั้นเรียน หรือเมื่อมีสิ่งที่ทำให้ไม่พอใจเกิดขึ้น ทำให้นักเรียนมีปากเสียง และทะเลาะกับเพื่อนอยู่บ่อยครั้ง

การแสดงออกทางอารมณ์ของนักเรียนคนที่ 17 ครูประจำวิชาให้ข้อมูลว่า ในวิชาภาษาไทย นักเรียนมักจะเกิดการทะเลาะกับเพื่อนร่วมชั้นเรียนอยู่บ่อยครั้ง โดยที่นักเรียนคนที่ 17 เป็นคนเริ่มเรื่องก่อน ส่วนผู้อำนวยการโรงเรียนระบุว่า ส่วนใหญ่เวลาพัก นักเรียนคนที่ 17 มักจะปลีกตัวออกจากเพื่อน ๆ และเล่นอยู่คนเดียว แต่ในบางครั้งที่นักเรียนเล่นกับเพื่อน ๆ จะเกิดการถกเถียงกัน จนต้องให้ครูที่ยืนเวรเข้าไปไกลเกลี่ยให้

นักเรียนคนที่ 21 ข้อมูลจากครูประจำวิชาระบุว่า นักเรียนมีพฤติกรรมก้าวร้าวในวิชาภาษาไทย โดยมักพูดมุขตลกดูถูกความแตกต่างระหว่างเชื้อชาติ เมื่อถูกตักเตือนจะทำเป็นไม่สนใจอยู่เป็นประจำ ส่วนครูประจำชั้นให้ข้อมูลว่าในวิชาภาษาอังกฤษ นักเรียนมักจะพูดคำที่ไม่สุภาพกับเพื่อน ๆ เช่น “What the hell” หรือ F word ซึ่งนักเรียนถูก Time out หลายครั้งแต่พฤติกรรมการก้าวร้าวเช่นนี้ ยังลดลงไม่มากนัก

ในขั้นตอนการเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยได้สังเกตพฤติกรรมการแสดงออกทางอารมณ์ของนักเรียนที่เป็นกรณีศึกษาจำนวน 6 คน ทั้งบรรยากาศภายในชั้นเรียนและบรรยากาศภายนอกห้องเรียน เป็นระยะเวลา 3 เดือน ได้แก่ เดือนกุมภาพันธ์ถึงเดือนเมษายน พ.ศ. 2564 ทำให้สามารถระบุพฤติกรรมการแสดงออกทางอารมณ์ที่เกิดขึ้น โดยแบ่งออกเป็นพฤติกรรมการแสดงออกทางอารมณ์ที่เกิดขึ้นในบรรยากาศภายในชั้นเรียน ได้แก่ การร้องไห้ การยั่วยุและล้อเลียน การแสดงความก้าวร้าว และพฤติกรรมการแสดงออกทางอารมณ์ที่เกิดขึ้นในบรรยากาศภายนอกชั้นเรียน ได้แก่ การใช้ความรุนแรง และ การปลีกตัวออกจากนักเรียนคนอื่น

1.1 พฤติกรรมการแสดงออกทางอารมณ์ที่เกิดขึ้นในบรรยากาศภายในชั้นเรียน

พฤติกรรมการแสดงออกทางอารมณ์ที่เกิดขึ้นในบรรยากาศภายในชั้นเรียน คือ พฤติกรรมที่นักเรียนแสดงออกในระหว่างการทำกิจกรรมภายในชั้นเรียน ไม่ว่าจะเป็นในขณะที่ครูผู้สอนกำลังจัดกิจกรรมการเรียนรู้ ขณะที่นักเรียนทำกิจกรรมการเรียนรู้ด้วยตนเอง รวมถึงขณะที่นักเรียนทำกิจกรรมคู่และกิจกรรมกลุ่ม ซึ่งจากการสังเกตพบว่านักเรียนที่ไม่ใช่กรณีศึกษา มีการจัดการอารมณ์ของตนเองได้ดีเมื่อเกิดเหตุการณ์ที่ส่งผลต่ออารมณ์ นักเรียนส่วนใหญ่สามารถรับมือกับอารมณ์ที่ไม่พึงประสงค์ของตนเองได้ ยกตัวอย่างเช่น เมื่อนักเรียนไม่สามารถปฏิบัติกิจกรรมที่ได้รับมอบหมาย นักเรียนส่วนใหญ่จะหาทางแก้ปัญหาได้ด้วยตนเอง ได้แก่ สอบถามครูผู้สอน ขอความช่วยเหลือจาก

เพื่อนร่วมชั้นเรียน หรือพยายามต่อไปจนทำสำเร็จ และอารมณ์ที่ไม่พึงประสงค์จะหายไปได้เองเมื่อปัญหาที่เกิดขึ้นได้รับการแก้ไข แต่นักเรียนที่เป็นกรณีศึกษามีการแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่พึงประสงค์ในรูปแบบที่แตกต่างกัน เช่น การก้าวร้าวต่อเพื่อน การทะเลาะถกเถียงกัน รวมถึงการแสดงอารมณ์ด้านอื่น ๆ เช่น การร้องไห้ ซึมเศร้า เงียบ ปลีกตัวออกจากชั้นเรียน

1.1.1 การแสดงออกทางอารมณ์โดยการร้องไห้

การร้องไห้เป็นพฤติกรรมการแสดงออกทางอารมณ์อย่างหนึ่ง ปกติแล้วการร้องไห้จะเกิดขึ้นเมื่อมีอารมณ์เศร้า เสียใจ น้อยใจ ตกใจ กลัว รวมไปถึงผิดหวัง โดยนักเรียนที่พบว่ามีการแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่พึงประสงค์ในห้องเรียนด้วยการร้องไห้ ได้แก่นักเรียนคนที่ 1 และนักเรียนคนที่ 10 โดยมีสาเหตุคล้ายกัน คือ เมื่อไม่สามารถทำกิจกรรมที่ครูมอบหมายให้ได้สำเร็จ นักเรียนทั้งสองคนจะร้องไห้ รวมถึงมีการกำมือแน่น กัดฟัน ซึ่งเป็นการแสดงความเครียดอย่างหนึ่ง

ในกรณีของนักเรียนคนที่ 1 นักเรียนไม่สามารถทำงานที่ครูมอบหมายให้สำเร็จลุล่วงได้ เนื่องจากนักเรียนอ่านและเขียนได้ช้ากว่าเพื่อนคนอื่นในชั้นเรียน เมื่อครูผู้สอนเข้าไปตรวจดูความคืบหน้า นักเรียนจึงร้องไห้และกำมือแน่นด้วยความกดดัน ซึ่งเหตุการณ์แบบเดียวกันนี้เกิดขึ้น 6 ครั้ง จากการสังเกตในระยะเวลา 3 เดือน ขึ้นอยู่กับความยากหรือง่ายของเนื้อหาในกิจกรรมที่จัดขึ้น โดยครูผู้สอนใช้วิธีพูดคุยด้วยเหตุผลถึงสาเหตุที่นักเรียนยังไม่เข้าใจกิจกรรมที่กำลังทำอยู่ พร้อมทั้งอธิบายให้ชัดเจนมากยิ่งขึ้น รวมถึงให้เพื่อนร่วมชั้นช่วยทำกิจกรรมเพื่อให้งานที่ได้รับมอบหมายสำเร็จได้ในที่สุด

ส่วนกรณีของนักเรียนคนที่ 10 นักเรียนแสดงออกทางอารมณ์โดยการร้องไห้ 3 ครั้งจากการสังเกตในระยะเวลา 3 เดือน โดยครั้งที่มีการแสดงออกทางอารมณ์ที่ชัดเจนที่สุดเกิดขึ้นในกิจกรรมการทดลองวิทยาศาสตร์ซึ่งนักเรียนมีความชื่นชอบเป็นพิเศษ โดยครูจัดกิจกรรมการทดลองให้นักเรียนทั้งระดับชั้น แต่มีปัญหาเกิดขึ้นในชั้นเรียนจากการที่นักเรียนหลายคนยังไม่สามารถออกแบบการทดลองหลากหลายรูปแบบเพื่อไปทำการทดลองจริงได้ ครูผู้สอนจึงชี้แจงว่าอาจจะไม่สามารถทำการทดลองได้ทันเวลาที่กำหนดและจะต้องยกเลิกการทดลองในครั้งนี้ ทำให้นักเรียนคนที่ 10 รู้สึกผิดหวังเป็นอย่างมาก และร้องไห้ออกมา แต่เมื่อครูผู้สอนเข้าไปพูดคุยด้วย นักเรียนคนที่ 10 ก็พยายามควบคุมตนเองและขอเวลาส่วนตัวที่จะสงบอารมณ์ และกลับเข้ามาทำกิจกรรมต่อได้

นอกจากนั้นนักเรียนคนที่ 10 ยังมีการแสดงออกทางอารมณ์โดยการร้องไห้อีกเมื่อต้องทำการทดลองทางวิทยาศาสตร์ เมื่อผลการทดลองไม่เป็นไปตามสมมุติฐานที่นักเรียนคนที่ 10 คาดการณ์ไว้ นักเรียนแสดงสีหน้าและท่าทางผิดหวังอย่างชัดเจน และเริ่มที่จะหาสาเหตุว่ามีตัวแปรหรือปัจจัยใดที่ทำให้ผลการทดลองไม่เป็นไปตามที่คาด แต่สุดท้ายผลการทดลองก็ไม่เป็นไปตามที่นักเรียนคาดไว้ ทำ

ให้นักเรียนผิดหวังเป็นอย่างมาก และเกือบจะร้องไห้ออกมาแต่เขาพยายามที่จะควบคุมอารมณ์ของตนเอง ทำให้เขาแสดงออกทางสีหน้าที่เศร้า เสียใจจนเกือบจะร้องไห้เท่านั้น และเหตุการณ์แบบเดียวกันนี้เกิดขึ้นกับนักเรียนคนที่ 10 ในการทดลองทางวิทยาศาสตร์อีกครั้ง ในสัปดาห์ถัดมาโดยมีสาเหตุจากการทำการทดลองแล้วผลไม่เป็นไปตามสมมุติฐานเช่นเดิม ซึ่งแสดงให้เห็นว่านักเรียนคนที่ 10 มีความคาดหวังต่อสมมุติฐานการทดลองที่ตนเองตั้งไว้เป็นอย่างมาก ทำให้เมื่อผลไม่เป็นไปตามคาด นักเรียนแสดงออกทางอารมณ์โดยการร้องไห้ทั้งสองครั้ง

1.1.2 การแสดงออกทางอารมณ์โดยการทะเลาะ ถกเถียง

การทะเลาะ ถกเถียงกัน เป็นการแสดงออกทางอารมณ์รูปแบบหนึ่งเมื่อนักเรียนเกิดความไม่พอใจ หรือไม่ได้ในสิ่งที่ตนเองต้องการจากผู้อื่น ทำให้เกิดความขัดแย้งกัน และหากไม่สามารถหาข้อตกลงร่วมกันได้ อาจลามไปจนถึงการทะเลาะ ถกเถียง ขึ้นเสียงและทำร้ายร่างกายกัน โดยจากการสังเกตนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 นี้ เกิดการทะเลาะถกเถียงกันระหว่างนักเรียนขึ้นหลายครั้ง โดยมีสาเหตุมาจากการถูกยั่วยุจากเพื่อนร่วมชั้นเรียน

การยั่วยุ เป็นส่วนหนึ่งของพฤติกรรมการก้าวร้าว โดยมีจุดประสงค์เพื่อทำให้ผู้อื่นเกิดความรำคาญใจ ไม่พอใจ เสียใจ สามารถแสดงออกได้ทั้งทางกายและวาจา เช่น การยั่วยุโดยใช้ร่างกายสัมผัสผู้อื่น อยู่ใกล้ ๆ เพื่อเบี่ยงเบนความสนใจ ทำให้เสียสมาธิ เกิดความโมโห รำคาญ หรือการใช้คำพูดยั่วยุให้ผู้อื่นคล้อยตาม เกิดความขัดแย้งกัน เพื่อจุดมุ่งหมายใดจุดมุ่งหมายหนึ่ง

จากการสังเกตนักเรียนในบรรยากาศภายในชั้นเรียน ขณะที่นักเรียนกำลังทำกิจกรรมค้นคว้าด้วยตนเอง ตามหัวข้อที่ครูผู้สอนมอบหมายให้ โดยครูจะเดินไปรอบ ๆ ห้องเรียนเพื่อให้คำแนะนำแก่นักเรียนที่ต้องการความช่วยเหลือ นักเรียนคนที่ 3 พยายามยั่วยุนักเรียนคนที่ 11 โดยการเรียกชื่อซ้ำ ๆ รวมถึงใช้มือและเท้าแหย่ให้อีกฝ่ายเกิดความรำคาญ โมโห และเสียสมาธิในการทำกิจกรรม เมื่อครูผู้สอนเห็นก็ได้ทำการตักเตือนทั้งคู่ ซึ่งนักเรียนคนที่ 3 ได้มีการขอโทษและบอกว่าจะไม่ทำเช่นนั้นอีก แต่เขาก็ยังยั่วยุนักเรียนคนที่ 11 อีกหลายครั้ง จนนักเรียนคนที่ 11 ทนไม่ไหว จึงเกิดเหตุทะเลาะกัน จนทำให้ครูผู้สอนต้องเปลี่ยนที่นั่งของนักเรียนทั้งสองคน และตักเตือนทั้งคู่ถึงความไม่เหมาะสมที่เกิดขึ้น

เหตุการณ์แบบเดียวกันนี้ มักจะเกิดขึ้นซ้ำในคาบเรียนวิชาเดิม เมื่อครูผู้สอนให้นักเรียนค้นคว้าด้วยตนเอง นักเรียนคนที่ 3 มักจะยั่วยุนักเรียนคนที่ 11 เสมอ ถึงแม้ว่าครูจะจัดให้ทั้งสองคนนั่งห่างกัน แต่โดยปกติแล้วในการค้นคว้าด้วยตนเอง นักเรียนทุกคนสามารถเดินไปปรึกษาและขอคำแนะนำจากเพื่อนร่วมชั้นเรียนได้ ทำให้นักเรียนคนที่ 3 ใช้ข้ออ้างนี้ในการเดินไปยั่วยุนักเรียนคนที่

11 ซึ่งนักเรียนคนที่ 3 จะทำพฤติกรรมซ้ำ ๆ ไปจนกว่านักเรียนคนที่ 11 จะเกิดอารมณ์โมโห หรือจนกว่าครูผู้สอนจะพบและห้ามไม่ให้เขาลุกจากที่นั่ง

พฤติกรรมการแสดงออกทางอารมณ์โดยการทะเลาะ ถกเถียงกัน พบได้ในนักเรียนอีกสองคน ได้แก่ กรณีของนักเรียนคนที่ 17 เกิดจากการที่นักเรียนคนหนึ่งในชั้นเรียนนำของเล่นฝึกสมาธิเข้าไปในชั้นเรียน ซึ่งครูผู้สอนกำหนดไว้ว่าสามารถนำเข้าห้องเรียนได้ แต่ห้ามเล่นระหว่างที่ทำกิจกรรม ซึ่งนักเรียนคนที่ 17 ได้ขอยืมของเล่นของเพื่อนมาเล่น เมื่อนักเรียนที่เป็นเจ้าของของเล่นขอคืน เธอกลับไม่คืนให้ และถกเถียงกับนักเรียนที่เป็นเจ้าของของเล่น จนถึงขั้นทะเลาะกันเสียงดัง นักเรียนที่เป็นเจ้าของของเล่นต้องการของเล่นคืนเพราะทราบถึงกฎระเบียบของห้องเรียน แต่นักเรียนคนที่ 17 ไม่ยอมคืนให้และยืนยันที่จะเก็บของเล่นไว้ เมื่อครูผู้สอนเรียกทั้งคู่ไปพบ นักเรียนที่เป็นเจ้าของของเล่นชี้แจงว่าเธอต้องการที่จะเก็บของเล่นของเธอคืน ตามกฎของครูที่บอกว่าห้ามเล่นในห้องเรียน แต่นักเรียนคนที่ 17 ไม่ยอมคืนให้ และเมื่อพูดคุยกับนักเรียนคนที่ 17 เธอก็ยอมรับว่าเธออยากเล่นของเล่นนั้น ไม่ต้องการที่จะคืนให้เจ้าของรวมทั้งอยากยั่วยุให้เจ้าของของเล่นเกิดความโมโหอีกด้วย

พฤติกรรมการทะเลาะกับนักเรียนคนอื่นในชั้นเรียนของนักเรียนคนที่ 17 เกิดขึ้นอีก 4 ครั้ง ในชั้นเรียนเดิมแต่เปลี่ยนคู่กรณีโดยมีสาเหตุที่คล้ายกัน คือ การขอยืมของเล็กน้อยจากนักเรียนคนอื่น เช่น อุปกรณ์เครื่องเขียนหรือของเล่นแต่ไม่ยอมคืนให้กับเจ้าของ ทำให้มีการทะเลาะกันเกิดขึ้น

1.1.3 การแสดงออกทางอารมณ์โดยการก้าวร้าว

พฤติกรรมการก้าวร้าว คือการทำให้ตนเองหรือผู้อื่นเกิดความเสียหายทางร่างกายหรือจิตใจ สามารถแสดงออกได้ทั้งทางร่างกาย เช่น การทำร้ายร่างกายตนเอง ผู้อื่น การทำร้ายและทำลายสิ่งมีชีวิต สิ่งของ รวมไปถึงการแสดงออกทางสีหน้า ท่าทาง ที่มีเจตนาทำให้ผู้อื่นรู้สึกไม่ดี อับอาย นอกจากนี้พฤติกรรมการก้าวร้าวยังสามารถแสดงออกทางวาจา โดยมีจุดประสงค์ให้ผู้อื่นได้รับความเสียหาย ไม่ว่าจะเป็นการพูดยุแหย่ให้ทะเลาะกัน พูดเยาะเย้ยถากถาง ดูหมิ่น เสียดสี นินทา ประชดประชัน เป็นการแสดงออกที่รุนแรงโดยไม่สนใจว่าพฤติกรรมนั้นจะสร้างความเดือดร้อน หรือละเมิดสิทธิ์ของผู้อื่น

การก้าวร้าวต่อครูและเพื่อนเป็นอีกหนึ่งพฤติกรรมการแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่พึงประสงค์เกิดขึ้นเมื่อนักเรียนคนที่ 3 และนักเรียนคนที่ 11 เรียนวัฒนธรรมของประเทศต่าง ๆ ได้แสดงออกอย่างไม่เหมาะสมโดยการหัวเราะและพูดเหยียด เสียดสี ความเชื่อและวัฒนธรรมของประเทศอื่นโดยเห็นเป็นเรื่องสนุก ซึ่งเป็นการดูถูกและไม่ให้เกียรติความแตกต่างระหว่างชาติ

กรณีของนักเรียนคนที่ 3 และนักเรียนคนที่ 11 หลังจากที่ครูผู้สอนได้สอนถึงประเพณี วัฒนธรรม และความเชื่อท้องถิ่นของชาติในเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ นักเรียนทั้งสองคน หัวเราะและใช้คำพูดที่ไม่เหมาะสมเหยียดความเชื่อ ประเพณีและวัฒนธรรมของผู้อื่น โดยไม่มีความเคารพในความแตกต่างของแต่ละชาติ ยกตัวอย่างเช่น นักเรียนคนที่ 3 กล่าวว่า “ประเพณีบุญบั้งไฟ ของคนไทยและลาวเป็นประเพณีที่ไร้สาระ มีแต่คนที่งมงายถึงจะมีความเชื่อเหล่านี้” และนักเรียนคนที่ 11 สมทบว่า “ประเพณีอีกหลายอย่างของคนไทยก็เหมือนกัน หรือแม้แต่การกินของแปลก ๆ ของคนพวกนั้น มันน่าขยะแขยง” เป็นต้น และเมื่อครูผู้สอนได้ตักเตือนนักเรียนทั้งสองกลับไม่หยุดพฤติกรรม รวมถึงไม่แสดงความรู้สึกผิด แต่ยังทำพฤติกรรมเดิมซ้ำ โดยการหัวเราะมากขึ้นและพยายามทำให้เพื่อนร่วมชั้นเรียนคนอื่นเห็นเป็นเรื่องน่าขำขันอีกด้วย ซึ่งถือเป็นการแสดงความก้าวร้าวต่อครูผู้สอน อีกทั้งยังแสดงให้เห็นถึงพฤติกรรมการล้อเลียนความแตกต่างของชนชาติอื่น ๆ

ซึ่งจากการสังเกตในระยะเวลา 3 เดือน นักเรียนคนที่ 3 และนักเรียนคนที่ 11 มีพฤติกรรมการก้าวร้าวโดยพูดจาดูถูก เสียดสีในประเด็นเรื่องความเชื่อ วัฒนธรรม และความแตกต่างระหว่างชาติอยู่เป็นประจำ

1.2 พฤติกรรมการแสดงออกทางอารมณ์ที่เกิดขึ้นในบรรยากาศภายนอกชั้นเรียน

การสังเกตพฤติกรรมภายนอกชั้นเรียน ผู้วิจัยทำการสังเกตนักเรียนในช่วงเช้าเมื่อผู้ปกครองมาส่งนักเรียน ช่วงพักรับประทานอาหารว่าง และพักรับประทานอาหารกลางวัน ช่วงเวลาที่นักเรียนอยู่ที่สนามเด็กเล่น รวมถึงหลังเลิกเรียน ซึ่งเป็นช่วงเวลาที่นักเรียนจะผ่อนคลายจากการเรียนการสอน ได้ใช้เวลาอยู่กับเพื่อนต่างชั้นเรียน และได้ทำกิจกรรมที่ตนเองสนใจ โดยผู้วิจัยพบว่านักเรียนมักจะมีการแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่พึงประสงค์เมื่ออยู่ร่วมกันในสนามเด็กเล่น มากกว่าที่จะเกิดขึ้นช่วงเช้าเมื่อผู้ปกครองมาส่งในโรงอาหารขณะรับประทานอาหารว่าง หรืออาหารกลางวัน และช่วงเย็นเมื่อผู้ปกครองมารับนักเรียน

โดยพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ที่เกิดขึ้นในช่วงเวลาพักรับประทานอาหารกลางวันนั้น เกิดขึ้นที่สนามเด็กเล่น โดยจากการสังเกตนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ส่วนใหญ่จะเล่นด้วยกันเป็นกลุ่มใหญ่ ทั้งนักเรียนชายและนักเรียนหญิง โดยกิจกรรมที่เล่นด้วยกันนั้น คือ วิ่งไล่จับและเตะฟุตบอล ซึ่งพฤติกรรมการแสดงออกทางอารมณ์ของนักเรียนที่พบ ได้แก่ การใช้ความรุนแรง และการปลีกตัวออกจากนักเรียนคนอื่น

1.2.1 การแสดงออกทางอารมณ์โดยการใช้ความรุนแรง

การแสดงออกทางอารมณ์โดยใช้ความรุนแรง เป็นวิธีการแสดงออกทางอารมณ์อย่างหนึ่งเมื่อนักเรียนกำลังมีอารมณ์โกรธ ซึ่งสามารถสังเกตจากการแสดงออกได้หลายรูปแบบไม่ว่าจะเป็น การ

แสดงออกด้วยสีหน้า ท่าทาง การแสดงออกทางวาจา การแสดงออกทางกาย มีจุดมุ่งหมายที่จะระบายอารมณ์โกรธ แสดงออกถึงความไม่พอใจต่อเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น

จากการสังเกตนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ในขณะที่อยู่ในช่วงเวลาพักรับประทานอาหารกลางวันนั้น นักเรียนมักจะเล่นกีฬาด้วยกันเป็นกลุ่มใหญ่ ซึ่งในการเล่นกีฬาเป็นช่วงที่นักเรียนได้ปลดปล่อยอารมณ์และพละกำลังของตนเองอย่างเต็มที่ สามารถที่จะตะโกนส่งเสียงดัง วิ่งอย่างรวดเร็ว หรือหยอกล้อเล่นกับเพื่อน ๆ ต่างห้องเรียนได้โดยไม่มีอุปสรรคใดทั้งสิ้น ทำให้การแสดงออกทางอารมณ์ของนักเรียนเป็นไปอย่างอิสระมากกว่าช่วงเวลาที่นักเรียนอยู่ในชั้นเรียน

โดยนักเรียนที่มีพฤติกรรมการแสดงออกทางอารมณ์โดยใช้ความรุนแรง ได้แก่ นักเรียนคนที่ 3 ซึ่งโดยปกติแล้วนักเรียนคนที่ 3 เป็นคนที่มีความว่องไวและมีทักษะทางกีฬาดี เมื่อวิ่งเล่นกับเพื่อนเขามักหลบหลีกเพื่อนได้เสมอ แต่หากเขาถูกจับได้ เขาจะแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่พึงประสงค์ทุกครั้ง ไม่ว่าจะเป็นโวยวายเสียงดัง ไม่ยอมปฏิบัติตามกติกา ใช้ความรุนแรงผลักเพื่อน เมื่อเพื่อน ๆ ของเขาพยายามอธิบายถึงกฎกติกาที่ได้ตกลงกันไว้และต้องการให้เขายอมรับ แต่นักเรียนคนที่ 3 มักจะแสดงท่าทางกระฟัดกระเฟียด ไม่พอใจ และเลิกเล่นกับผู้อื่นในที่สุด

1.2.2 การแสดงออกทางอารมณ์โดยการปลีกตัวออกจากนักเรียนคนอื่น

การปลีกตัวออกจากนักเรียนคนอื่น หรือการเก็บตัวเงียบ ไม่ยอมปฏิสัมพันธ์กับเพื่อนในชั้นเรียนเดียวกัน เป็นอีกหนึ่งในการแสดงออกเมื่อนักเรียนเกิดอารมณ์ในเชิงลบ อาจมีสาเหตุมาจากความเบื่อหน่าย ความโกรธ ความหงุดหงิด หรือความเครียด

จากการสังเกต นักเรียนที่มีพฤติกรรมการเก็บตัวเงียบและปลีกตัวออกจากนักเรียนคนอื่น ได้แก่ นักเรียนคนที่ 10 เป็นนักเรียนที่มักจะอยู่คนเดียวในขณะที่รับประทานอาหารว่าง และอาหารกลางวัน แต่เมื่อถึงเวลาพัก เขาจะพยายามเข้ากลุ่มไปร่วมเล่นกับเพื่อน ๆ ซึ่งผู้วิจัยสังเกตว่านักเรียนคนที่ 10 ไม่มีเพื่อนสนิทที่อยู่ด้วยกันตลอด รวมทั้งเมื่ออยู่กับเพื่อนในระดับชั้นเดียวกัน เขามักจะถูกเพื่อน ๆ เพิกเฉยต่อการแสดงความคิดเห็นของเขา ซึ่งทำให้หลาย ๆ ครั้ง นักเรียนคนที่ 10 จะปลีกตัวออกจากกลุ่มเพื่อน และนั่งคนเดียวเงียบ ๆ

นอกจากนั้นยังมีนักเรียนคนที่ 17 ซึ่งมักจะเป็นผู้ที่เสนอความคิดเห็นว่าจะทำกิจกรรมใดในช่วงพัก แต่หากนักเรียนคนอื่นไม่เห็นด้วยกับสิ่งที่เธอเสนอ และเลือกที่จะทำกิจกรรมอื่น เธอจะแสดงอาการไม่พอใจ ชักสีหน้า และปลีกตัวออกจากเพื่อนทันที ซึ่งเธอมักจะนั่งคนเดียวในช่วงเวลาพักและมองกลุ่มเพื่อนที่เล่นกัน แต่ไม่เข้าไปเล่นด้วย

ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์ปัจจัยที่ส่งผลต่อการจัดการอารมณ์ของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาในโรงเรียนนานาชาติ

ในการวิเคราะห์ปัจจัยที่ส่งผลต่อการจัดการอารมณ์ของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ผู้วิจัยได้ทำการสัมภาษณ์บุคลากรทางการศึกษาทั้งหมด 5 ท่าน ได้แก่ ครูประจำชั้นระดับประถมศึกษาปีที่ 5 จำนวน 2 ท่าน ครูประจำวิชา 1 ท่าน ครูผู้ให้คำปรึกษาเกี่ยวกับเด็ก (ครูแนะแนว) 1 ท่าน และผู้อำนวยการโรงเรียนฝ่ายประถมศึกษา 1 ท่าน ซึ่งได้ให้ข้อมูลจากมุมมองที่แตกต่างกันทั้งในด้านตำแหน่งหน้าที่การทำงาน ประสบการณ์การทำงาน และความคิดเห็นเกี่ยวกับพฤติกรรมการแสดงออกทางอารมณ์ของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5

จากการสัมภาษณ์บุคลากรทางการศึกษา พบว่านักเรียนที่มีปัญหาการจัดการอารมณ์ที่ไม่พึงประสงค์ในห้องเรียนส่วนใหญ่ มีสาเหตุมาจาก 3 ปัจจัยหลักด้วยกัน ได้แก่ ด้านความเครียดจากการศึกษา ด้านครอบครัว และด้านความขัดแย้งระหว่างเพื่อนร่วมชั้นเรียน โดยมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

2.1 ปัจจัยด้านความเครียดจากการศึกษา

นักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 (เกรด 5) ในหลักสูตรของโรงเรียนนานาชาติ เป็นระดับชั้นปีสุดท้ายของการเป็นนักเรียนประถมศึกษา ซึ่งถือว่าเป็นชั้นปีที่โตที่สุด นักเรียนส่วนใหญ่จะได้รับการเตรียมความพร้อมเพื่อที่จะขึ้นไปสู่ระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ไม่ว่าจะเป็นด้านการดูแลตัวเอง ความรับผิดชอบต่อภาระงานที่ได้รับมอบหมาย ความรับผิดชอบต่อการเข้าเรียนแต่ละวิชา โดยนักเรียนจะได้ฝึกให้เดินไปเรียนด้วยตนเองเหมือนนักเรียนระดับชั้นมัธยม ที่จะไม่มีครูผู้สอนแต่ละวิชามารับนักเรียนไปที่ห้องเรียน ทำให้นักเรียนต้องตรวจดูตารางเรียนในแต่ละวันด้วยตนเองและเข้าเรียนแต่ละวิชาอย่างตรงต่อเวลา

นักเรียนในช่วงชั้นปีนี้มีความเข้าใจถึงความสำคัญของผลการเรียนเป็นอย่างมาก นักเรียนบางกลุ่มจะมีการเปรียบเทียบคะแนนของตนเองกับเพื่อนว่าใครมีผลการเรียนที่ดีกว่ากันและเกิดการล้อเลียนนักเรียนที่มีผลการเรียนต่ำในบางครั้ง จนเกิดเป็นความเครียดและความกดดันต่อตนเอง นักเรียนมีความคาดหวังว่าจะต้องทำคะแนนได้ดี ไม่มีข้อผิดพลาด และเมื่อผลการเรียนของนักเรียนบางคนไม่เป็นไปตามที่คาดหวังไว้ นักเรียนจึงมีการแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่พึงประสงค์ ดังเช่นที่ครูประจำชั้นได้กล่าวว่า

“ผมเคยเจอนักเรียนในชั้นของผมขว้างปาสิ่งของ (นักเรียนคนที่ 22) หลังจากที่เขารู้ผลคะแนนสอบวิชาคณิตศาสตร์ สิ่งของในวันนั้นเป็นพวกกระดาษ เครื่องเขียน หนังสือที่อยู่บนโต๊ะ เขา

กวาดมันลงกับพื้น ในความคิดผม คะแนนของเขาไม่ได้แย่เลย ค่อยข้างปานกลางอยู่ในเกณฑ์มาตรฐานของเพื่อนรวมห้อง แต่เขาอาจจะคาดหวังคะแนนที่ดีกว่านั้น”

(ครูประจำชั้นคนที่ 2, สัมภาษณ์ 6 เมษายน 2564)

นอกจากความเครียดเกี่ยวกับผลการเรียนแล้ว ยังมีนักเรียนที่เกิดความเครียดขณะอยู่ระหว่างกิจกรรมการเรียนรู้ เนื่องมาจากความกดดันในตนเองที่ไม่สามารถทำในสิ่งที่เพื่อนร่วมชั้นสามารถทำได้ เช่น การอ่าน ที่ซึ่งเป็นการอ่านคำศัพท์ที่มีความยากเหมาะสมกับนักเรียนระดับชั้นปีที่ 5 และเมื่อนักเรียนส่วนใหญ่ของชั้นเรียนสามารถอ่านออกเขียนได้ นักเรียนที่ทำไม่ได้จึงเกิดความเครียดขึ้น ดังเช่นที่ครูผู้สอนได้กล่าวว่า

“ดิฉันเคยพบพฤติกรรมที่นักเรียนร้องไห้ เนื่องจากไม่สามารถตอบคำถามในห้องเรียนได้ (นักเรียนคนที่ 1) ตอนนั้นเราทำใบงานวิชาภาษาไทยกัน ซึ่งในขั้นตอนการทำทั้งครูและนักเรียนก็จะอ่านประโยคในใบงานไปพร้อม ๆ กัน แล้วดิฉันก็จะเรียกให้นักเรียนช่วยกันตอบคำถาม ในบางครั้งก็ให้อ่านคำบางคำเพื่อพัฒนาการอ่านของนักเรียนด้วย พอถึงคราวนักเรียนคนนี้ เธออ่านไม่ได้ทั้ง ๆ ที่คำที่ได้รับไม่ใช่คำที่ยาก อาจจะทำให้เธอรู้สึกผิดหวังในตัวเอง เธอก็เลยร้องไห้”

(ครูประจำวิชา, สัมภาษณ์ 5 เมษายน 2564)

เห็นได้ว่านักเรียนส่วนหนึ่งเกิดความเครียดจากการศึกษาและกดดันตนเอง โดยมีความต้องการได้ผลการเรียนที่ดีหรือต้องการตอบคำถามได้ถูกต้อง เมื่อทำไม่ได้อย่างที่ตนเองคาดหวังจึงมีการแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่เหมาะสม และมีปัญหาการจัดการอารมณ์ ไม่สามารถควบคุมการแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่เหมาะสมของตนเองได้ จนแสดงออกโดยการทำลายของ และการร้องไห้

CHULALONGKORN UNIVERSITY

2.2 ปัจจัยด้านครอบครัว

บทบาทของครอบครัวเป็นส่วนหนึ่งที่มีความสำคัญต่อการแสดงออกทางอารมณ์ของนักเรียน ซึ่งส่งผลต่อพฤติกรรมของนักเรียนในแต่ละวัน รวมถึงการจัดการอารมณ์ของนักเรียนที่จะได้รับอิทธิพลมาจากตัวอย่างที่นักเรียนพบเห็นที่บ้าน เช่น หากนักเรียนอยู่ในสภาพแวดล้อมที่ผู้ปกครองมีการจัดการอารมณ์ที่ดี นักเรียนก็จะมีแนวโน้มที่จะสามารถรับมือกับอารมณ์ที่ไม่พึงประสงค์ได้และมีการแสดงออกทางอารมณ์ที่เหมาะสม แต่หากนักเรียนอยู่ในสภาพแวดล้อมที่ผู้ปกครองมีการจัดการอารมณ์ได้ไม่ดี มีการแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่เหมาะสม นักเรียนก็อาจจะจดจำประสบการณ์ที่ตนเองเคยพบ ทำให้ไม่สามารถจัดการกับอารมณ์ที่ไม่พึงประสงค์จนมีการแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่เหมาะสมได้เช่นกัน ดังเช่นที่ครูประจำชั้น และผู้อำนวยการโรงเรียนฝ่ายประถมศึกษาได้กล่าวไว้ว่า

"ในห้องเรียนของฉัน หลายครั้งนักเรียนบางคนจะไม่มีสมาธิ หรือถูกรบกวนจิตใจจากช่วงพักกลางวัน หรือบางครั้งพวกเขาก็มีเรื่องไม่สบายใจจากที่บ้าน พวกเขามาโรงเรียนด้วยความไม่สดใสเหมือนปกติ ฉันรู้สึกว่าวันไหนที่นักเรียนมาโรงเรียนด้วยความไม่สบาย วันนั้นจะไม่ใช่วันที่พวกเขาสามารถมีสมาธิกับการเรียนได้ แล้วพวกเขาก็ไม่สามารถทำกิจกรรมหรืองานที่ได้รับมอบหมายให้เสร็จได้จริง ๆ ซึ่งมันยิ่งทำให้พวกเขาเครียดมากขึ้นไปอีก"

(ครูประจำชั้นคนที่ 1, สัมภาษณ์ 23 เมษายน 2564)

"มันเป็นเรื่องปกติที่นักเรียนจะจดจำพฤติกรรมการแสดงออกทางอารมณ์มาจากที่บ้าน ผมคิดว่าถ้าพวกเขาเคยเห็นคนที่บ้านแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่เหมาะสม พวกเขาก็อาจจะจำแล้วก็นำมาใช้ที่โรงเรียนเมื่อเกิดสถานการณ์คล้าย ๆ กัน"

(ผู้อำนวยการโรงเรียนฝ่ายประถม, สัมภาษณ์ 20 เมษายน 2564)

ดังนั้นครอบครัวจึงเป็นส่วนหนึ่งที่สำคัญในการหล่อหลอมนักเรียนให้มีความสามารถในการจัดการอารมณ์ที่ไม่พึงประสงค์ได้อย่างเหมาะสม โดยใช้ประสบการณ์ที่นักเรียนได้รับจากครอบครัวเป็นแบบอย่างในการจัดการอารมณ์ และหากนักเรียนได้รับความเครียดหรือความไม่สบายใจมาจากที่บ้าน อาจจะส่งผลให้นักเรียนไม่มีสมาธิในการเรียนและแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่เหมาะสมในที่สุด

2.3 ปัจจัยด้านความขัดแย้งระหว่างเพื่อนร่วมชั้นเรียน

ความขัดแย้งระหว่างเพื่อนร่วมชั้นเรียน มาจากการที่นักเรียนมีปฏิสัมพันธ์กันแล้วเกิดความไม่พอใจจากการกระทำหรือคำพูดของอีกฝ่าย โดยอาจมีสาเหตุมาจากความคิดเห็นที่ไม่ตรงกัน หรือความแตกต่างด้านพฤติกรรมที่ทำให้เกิดความไม่พอใจต่อกัน ซึ่งถือเป็นเรื่องปกติทั่วไปที่เมื่อมีคนอยู่ร่วมกันจะมีความขัดแย้งเกิดขึ้น โดยความขัดแย้งที่ไม่รุนแรงอาจนำไปสู่ความคิดสร้างสรรค์ หรือแนวทางใหม่ ๆ ได้ แต่หากความขัดแย้งที่เกิดขึ้นนั้น มีสภาวะทางอารมณ์ที่ไม่พึงประสงค์เข้ามาเกี่ยวข้องด้วย อาจทำให้ความขัดแย้งไม่เป็นไปตามเหตุและผล ขาดการรับฟังเหตุผลจากอีกฝ่าย ก็อาจนำไปสู่การถกเถียงและการใช้กำลัง ซึ่งเป็นปัญหาจากการไม่สามารถจัดการอารมณ์ของตนเองได้นำไปสู่การแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่เหมาะสม ดังเช่นที่ครูแนะแนวกล่าวไว้ว่า

"ในการสอนวิชาแนะแนวของดิฉัน เราฝึกให้เด็กรู้จักการแสดงออกทางอารมณ์ของตนเองเพื่อให้นักเรียนสามารถจัดการอารมณ์ของตนเองได้อย่างเหมาะสม แต่ก็มีบางครั้งที่นักเรียนมีการแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่เหมาะสมในชั้นเรียน (นักเรียนคนที่ 17 และนักเรียนคนที่ 20) เช่น ทะเลาะถกเถียง จนจบด้วยการกระแทกสิ่งของเพื่อระบายอารมณ์"

(ครูผู้ให้คำปรึกษาเกี่ยวกับเด็ก, สัมภาษณ์ 22 เมษายน 2564)

สามารถสรุปได้ว่า ปัจจัยที่ส่งผลต่อการจัดการอารมณ์ของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาในโรงเรียนนานาชาติที่เกี่ยวกับการศึกษา ประการแรก คือ ความเครียดจากการศึกษา ซึ่งเป็นผลมาจากการที่นักเรียนอยู่ในช่วงชั้นปีสุดท้ายของการเป็นนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษา และมีความเข้าใจถึงความสำคัญของผลการเรียน ทำให้นักเรียนเกิดความกดดันและคาดหวังที่จะมีผลการเรียนที่ดี เมื่อผิดหวังนักเรียนที่ไม่สามารถจัดการอารมณ์ของตนเองได้จึงมีพฤติกรรมการแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่เหมาะสม ประการที่สอง คือ ครอบครัว โดยสภาพแวดล้อมทางครอบครัวมีผลต่อความสามารถในการจัดการอารมณ์ของนักเรียน ในการเป็นแบบอย่างที่ดีด้านการจัดการอารมณ์ที่ไม่พึงประสงค์ หากนักเรียนเห็นตัวอย่างการจัดการอารมณ์ที่ไม่พึงประสงค์โดยแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่เหมาะสมจากผู้ปกครอง นักเรียนก็จะจดจำและมีพฤติกรรมการแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่เหมาะสมเช่นกัน ประการสุดท้าย คือ ความขัดแย้งระหว่างเพื่อนร่วมชั้นเรียน เป็นปัจจัยจากการที่นักเรียนมีความคิดเห็นไม่ตรงกัน หรืออาจมีความแตกต่างด้านพฤติกรรม เมื่อต้องอยู่ร่วมกันจึงเกิดเป็นความขัดแย้งขึ้น นักเรียนที่มีความสามารถในการจัดการอารมณ์ได้ดี จะสามารถรับมือกับความขัดแย้งกับผู้อื่นและแสดงออกทางอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม

ตอนที่ 3 แนวทางการส่งเสริมให้นักเรียนมีการจัดการอารมณ์ที่เหมาะสม สำหรับครูผู้สอนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ในโรงเรียนนานาชาติ

ผู้วิจัยได้เก็บข้อมูลโดยการสัมภาษณ์บุคลากรทางการศึกษาในโรงเรียนนานาชาติ ที่มีการจัดการเรียนการสอนและมีความเกี่ยวข้องกับนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 เพื่อรวบรวมและนำมาสังเคราะห์ให้ได้แนวทางในการส่งเสริมให้นักเรียนมีการจัดการอารมณ์ที่เหมาะสม สำหรับครูผู้สอนและผู้เกี่ยวข้องกับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ในโรงเรียนนานาชาติ ซึ่งจะช่วยลดปัญหาการแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่เหมาะสมของนักเรียนในโรงเรียนนานาชาติ ทำให้นักเรียนสามารถใช้ชีวิตร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างมีความสุข โดยสามารถแบ่งออกเป็น แนวทางในการส่งเสริมให้นักเรียนมีการแสดงออกทางอารมณ์ที่เหมาะสม และแนวทางในการลดการแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่เหมาะสมของนักเรียน มีรายละเอียดดังต่อไปนี้

3.1 แนวทางในการส่งเสริมให้นักเรียนมีการแสดงออกทางอารมณ์ที่เหมาะสม

การแสดงออกทางอารมณ์ที่เหมาะสม เป็นพฤติกรรมที่นักเรียนแสดงออกเมื่อเกิดอารมณ์ที่ไม่พึงประสงค์ขึ้น เช่น อารมณ์โกรธหรืออารมณ์เศร้า และนักเรียนสามารถจัดการกับอารมณ์เหล่านั้นได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยไม่มีพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมเกิดขึ้น หรือเกิดขึ้นแต่น้อยและสามารถกำจัดพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมนั้นให้หายไปได้ด้วยตนเอง โดยไม่สร้างความเดือดร้อนให้กับผู้อื่น ซึ่งหาก

นักเรียนมีการแสดงออกทางอารมณ์ที่เหมาะสมจะทำให้นักเรียนสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างมีความสุข โดยแนวทางการส่งเสริมให้นักเรียนมีการแสดงออกทางอารมณ์ที่เหมาะสม เป็นแนวทางที่จะพัฒนาความสามารถในการจัดการอารมณ์ของนักเรียนที่มีปัญหาในการจัดการอารมณ์ของตนเอง เพื่อให้นักเรียนมีพฤติกรรมการแสดงออกทางอารมณ์ที่เหมาะสมมากยิ่งขึ้น

โดยจากการสัมภาษณ์ความคิดเห็นของบุคลากรทางการศึกษาในโรงเรียนนานาชาติ ที่มีประสบการณ์ในการพบกับนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่มีปัญหาในด้านการจัดการอารมณ์ ผู้วิจัยจึงวิเคราะห์แนวทาง สำหรับครู หรือผู้เกี่ยวข้องกับนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ในโรงเรียนนานาชาติ เพื่อให้สามารถใช้เป็นแนวในการส่งเสริมให้นักเรียนมีการแสดงออกทางอารมณ์ที่เหมาะสม โดยผู้วิจัยได้แบ่งแนวทางในการส่งเสริมให้นักเรียนมีการแสดงออกทางอารมณ์ที่เหมาะสมเป็น 3 ด้าน ได้แก่ การใช้กลยุทธ์วิธีการจัดการอารมณ์ การฝึกสมาธิ และ การสร้างระบบกลุ่มย่อยภายในโรงเรียน ซึ่งแต่ละด้านมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

3.1.1 การใช้กลยุทธ์วิธีการจัดการอารมณ์

กลยุทธ์วิธีการจัดการอารมณ์ของตนเอง เป็นวิธีการจัดการอารมณ์ที่ไม่พึงประสงค์โดยมีหลักการในการจัดการอารมณ์ ที่นักเรียนสามารถฝึกฝนและปฏิบัติได้ ซึ่งครูประจำชั้นหรือครูผู้สอนสามารถเป็นผู้ให้คำแนะนำและรับฟังสภาพอารมณ์ของนักเรียน โดยสามารถทำได้ดังนี้

1. ฝึกให้นักเรียนหมั่นสังเกตและเข้าใจสภาพทางอารมณ์ของตนเองและผู้อื่น โดยสามารถสังเกตได้จากสีหน้า ท่าทาง น้ำเสียง และพฤติกรรมที่แสดงออกมาในขณะนั้น

2. ให้นักเรียนจำแนกประเภทของอารมณ์ที่ไม่พึงประสงค์ที่เกิดขึ้นว่าเป็นอารมณ์ประเภทใด เช่น โกรธ หงุดหงิด กลัว เบื่อ เศร้า หรือกังวลใจ เนื่องจากการฝึกให้นักเรียนรู้จักว่าอารมณ์ที่เกิดขึ้นเป็นอารมณ์อะไรนั้น จะทำให้นักเรียนสามารถอธิบายอารมณ์ที่เกิดขึ้นของตนเองให้ครูฟังได้ ซึ่งครูจะสามารถให้คำปรึกษาและแนะนำถึงการแสดงออกทางอารมณ์ที่เหมาะสมและเป็นที่ยอมรับในสังคมได้

3. เมื่อนักเรียนรู้สึกว่าตนเองมีอารมณ์ที่ไม่พึงประสงค์ ครูผู้สอนควรจะต้องสังเกตและป้องกันการแสดงออกทางอารมณ์ที่อาจจะเกิดขึ้น โดยไม่ทำให้นักเรียนรู้สึกว่าตนเองกำลังทำสิ่งที่ผิดร้ายแรง รวมทั้งไม่ควรใช้วิธีรุนแรงที่จะทำให้นักเรียนรู้สึกเครียด อับอาย แต่จะต้องเป็นการพูดคุยด้วยความเข้าอกเข้าใจ ซึ่งจะทำให้นักเรียน

รู้สึกผ่อนคลายและกล้าที่จะปรึกษาปัญหาทางอารมณ์ที่กำลังเกิดขึ้นให้ครูฟังได้อย่างสบายใจ

นอกจากนั้นกลวิธีสำคัญที่จะทำให้นักเรียนมีการแสดงออกทางอารมณ์ที่เหมาะสม คือ การที่ครูและบุคลากรทางการศึกษาเป็นแบบอย่างที่ดีในการแสดงออกทางอารมณ์ เพราะบุคคลกลุ่มนี้คือผู้ที่ใกล้ชิดกับนักเรียนเมื่ออยู่ที่โรงเรียน พฤติกรรมที่นักเรียนพบเห็นจากครูและบุคลากรทางการศึกษาจึงจะเป็นส่วนที่สะท้อนพฤติกรรมที่นักเรียนจะแสดงออกเมื่อมีอารมณ์ที่ไม่พึงประสงค์ ดังนั้น หากครูและบุคลากรทางการศึกษาเป็นแบบอย่างที่ดี จึงมีความเป็นไปได้ที่นักเรียนจะปฏิบัติตามแบบอย่างนั้น ๆ ดังเช่นที่ครูแนะแนวผู้ให้คำปรึกษาเกี่ยวกับเด็ก และครูประจำชั้นได้กล่าวไว้ว่า

“โรงเรียนของเรา สิ่งสำคัญในการที่จะทำให้นักเรียนมีการแสดงออกทางอารมณ์ที่เหมาะสม คือ ครูจะต้องเป็นแบบอย่างที่ดีให้นักเรียน ไม่ว่าจะเป็นครูประจำชั้น ครูประจำวิชา รวมถึงบุคลากรต่าง ๆ ในโรงเรียน การปฏิบัติตัวเป็นแบบอย่างที่ดี จะเป็นการส่งเสริมให้นักเรียนมีการแสดงออกทางอารมณ์ที่เหมาะสม แต่ในส่วนของครูประจำชั้นและครูประจำวิชา ที่มีหน้าที่หลักในการอบรมสั่งสอนนักเรียนโดยตรง จะเป็นผู้ที่ต้องสังเกตนักเรียนว่ามีสภาพอารมณ์อย่างไร เราพยายามป้องกันไม่ให้นักเรียนเกิดสภาวะทางอารมณ์ที่อาจจะพัฒนาไปสู่การแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่เหมาะสมได้ ในการจัดการเรียนการสอนทุกวิชา นักเรียนจะได้รับการฝึกฝนทักษะต่าง ๆ ในบรรยากาศที่ค่อนข้างผ่อนคลาย และได้รับกำลังใจจากครูและเพื่อน ๆ อยู่เสมอ แต่มันเป็นสิ่งที่หลีกเลี่ยงไม่ได้เลยที่นักเรียนจะเกิดความเครียด หรือความกดดันจากการเรียน ดังนั้นครูจึงต้องเป็นผู้สังเกตและป้องกันไม่ให้นักเรียนเกิดการแสดงอารมณ์ที่ไม่เหมาะสมให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้”

(ครูผู้ให้คำปรึกษาเกี่ยวกับเด็ก, สัมภาษณ์ 22 เมษายน 2564)

“การให้ครูคอยสังเกตและฝึกฝนให้นักเรียนมีการแสดงออกทางอารมณ์ที่เหมาะสมโดยมีครูเป็นตัวอย่าง ให้ครูเป็นคนสอน เป็นเพื่อน เป็นผู้ดูแล รวมถึงฝึกให้เพื่อนนักเรียนดูแลกันเองในเวลาที่เจอสถานการณ์การแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่พึงประสงค์ วิธีการรับมือนักเรียนคนอื่นที่อาจจะแสดงพฤติกรรมไม่เหมาะสมนั้นควรจะทำอย่างใจเย็นและเห็นอกเห็นใจกัน”

(ครูประจำชั้นคนที่ 2, สัมภาษณ์ 6 เมษายน 2564)

3.1.2 การฝึกสมาธิ

การฝึกสมาธิ สามารถทำได้หลากหลายวิธี ไม่ว่าจะเป็นการนั่งสมาธิ ฝึกโยคะสำหรับเด็ก การฟังเพลง ร้องเพลงในตอนเช้า จะช่วยให้นักเรียนรู้สึกผ่อนคลายและอารมณ์ดีในระหว่างที่ใช้ชีวิตอยู่ที่โรงเรียน การเริ่มต้นวันหรือเริ่มต้นชั้นเรียนด้วยการฝึกสมาธิจะมีผลต่อการแสดงออกทางอารมณ์ของนักเรียนโดยตรง ซึ่งกิจกรรมต่าง ๆ สามารถปรับได้ตามความเหมาะสมหรือความถนัดของนักเรียนและครูผู้สอน ดังเช่นที่ผู้อำนวยการโรงเรียนฝ่ายประถม และครูประจำชั้นได้กล่าวไว้ว่า

“ทางโรงเรียนมีแนวทางให้ครูใช้เวลาช่วงเช้าของการพบปะพูดคุยกับนักเรียน ในการฝึกสติสมาธิและโยคะ ในบางห้องเรียนจะมีพื้นที่สำหรับนักเรียนในการพักจากสิ่งต่าง ๆ ที่กดดันอยู่รอบตัว แทนที่จะเป็นบริเวณสำหรับทำโทษ แต่ครูประจำชั้นจะฝึกนักเรียนว่าหากมีความรู้สึกเครียดหรือกดดันและอยากจะพักจากสิ่งรอบตัว ให้ไปนั่งตรงนั้น ที่ซึ่งทุกคนในห้องจะเข้าใจว่าควรปล่อยให้นักเรียนอยู่คนเดียว ไม่รบกวน เพื่อที่จะได้ผ่อนคลายตนเอง รวมถึงมีอุปกรณ์หรือของเล่นเล็ก ๆ ที่จะหันเหความสนใจของนักเรียนจากเรื่องที่ไม่สบายใจ ซึ่งผมคิดว่ามันเป็นสิ่งที่ดีที่จะป้องกันไม่ให้นักเรียนเกิดอารมณ์ที่รุนแรงจนถึงจุดที่พวกเขาต้องระเบิดมันออกมา ดีกว่ามาแก้ไขในภายหลัง การสังเกตนักเรียนที่อาจมีความผิดปกติไปจากเดิม การพูดคุยเพื่อป้องกันปัญหา เป็นสิ่งที่ครูทุกคนควรตระหนักถึง”

(ผู้อำนวยการโรงเรียนฝ่ายประถม, สัมภาษณ์ 20 เมษายน 2564)

“โรงเรียนมีช่วงเวลาโฮมรูมในตอนเช้า หลังจากที่โรงเรียนเริ่มครูประจำชั้นและนักเรียนจะมีเวลาได้พูดคุยกัน บางห้องจะมีการโยคะ นั่งสมาธิ แต่ส่วนตัวผมเป็นนักดนตรี ผมชอบให้เด็ก ๆ ฟังเพลง ในแต่ละวันของสัปดาห์ ถ้าเรามีเวลาช่วงเช้าผมจะเปิดเพลงที่ผ่อนคลายขณะที่ให้เด็ก ๆ นั่งนิ่ง ๆ ให้พวกเขาทำใจให้โล่งสบายและอารมณ์ดี ส่วนตอนเย็นในบางครั้งผมจะเล่นกีต้าร์ให้เด็ก ๆ ร้องเพลงก่อนกลับบ้าน ผมคิดว่ามันน่าจะทำให้พวกเขาคลายเครียดได้”

(ครูประจำชั้นคนที่ 2, สัมภาษณ์ 6 เมษายน 2564)

3.1.3 การสร้างระบบกลุ่มย่อยภายในโรงเรียน

ระบบกลุ่มย่อยภายในโรงเรียน คือ การแบ่งกลุ่มนักเรียนโดยวิธีการต่าง ๆ ที่ไม่ใช่การแบ่งชั้นตามห้องเรียน สามารถแบ่งนักเรียนแบบสุ่มโดยการคละระดับชั้น ให้ในแต่ละกลุ่มมีนักเรียนที่มาจากหลากหลายชั้นเรียน ต่างอายุ ต่างเพศ ต่างชาติ ต่างความสามารถ ให้ได้มาอยู่ร่วมกันเป็นสังกัดใหม่และทำกิจกรรมภายในโรงเรียนร่วมกัน เช่น กิจกรรมกีฬา กิจกรรมทางวิชาการ หรือกิจกรรมนันทนาการ เพราะการที่นักเรียนมีการทำกิจกรรมร่วมกัน จะช่วยส่งเสริมการสร้างแรงจูงใจในการ

แสดงออกทางอารมณ์ที่เหมาะสม ช่วยให้นักเรียนมีการดูแลซึ่งกันและกันแบบพี่ดูแลน้อง ทำให้นักเรียนเห็นแบบอย่างของนักเรียนที่อายุมากกว่าในการแสดงออกทางอารมณ์ที่เหมาะสม รวมทั้งยังมีแรงจูงใจในการประพฤติตนให้ดีเพื่อส่วนร่วมอีกด้วย ดังเช่นที่ครูประจำวิชาได้กล่าวว่า

"โรงเรียนของเราสร้างโมเดล House System แบ่งนักเรียนทั้งโรงเรียนออกเป็น 4 บ้าน คละกันตั้งแต่ระดับชั้นอนุบาล ไปจนถึงเกรด 12 โดยเมื่อนักเรียนมีการแสดงออกทางอารมณ์ที่เหมาะสมในสถานการณ์ต่าง ๆ จะได้รับ House Ticket เพื่อสะสมคะแนนให้กับบ้านของตนเองได้ และในแต่ละเดือนจะมีการประกาศรางวัลบ้านที่ได้คะแนนสูงสุด รวมถึงมี Platform กิจกรรมในห้องเรียนที่ครูแต่ละห้องสามารถนำมาประยุกต์ใช้ได้ เพื่อเสริมให้นักเรียนมีพฤติกรรมที่เหมาะสม"

(ครูประจำวิชา, สัมภาษณ์ 5 เมษายน 2564)

จะเห็นได้ว่าแนวทางในการส่งเสริมให้นักเรียนมีการแสดงออกทางอารมณ์ที่เหมาะสม อันได้แก่ การใช้กลยุทธ์วิธีการจัดการอารมณ์ การฝึกสมาธิ และ การสร้างระบบกลุ่มย่อยภายในโรงเรียน เป็นแนวทางที่เน้นการทำให้นักเรียนได้ฝึกการอยู่ร่วมกันในสังคมกับผู้อื่น โดยมีแบบอย่างที่ดีในด้านการแสดงออกทางอารมณ์ที่เหมาะสม ไม่ว่าจะจากครู บุคลากรทางการศึกษา หรือนักเรียนในระดับชั้นที่สูงกว่า ซึ่งจะช่วยส่งเสริมให้นักเรียนในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ปฏิบัติตนตามตัวอย่างด้านการแสดงออกทางอารมณ์ที่เหมาะสมที่ดีตามที่ได้พบเห็นในโรงเรียน

3.2 แนวทางในการลดการแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่เหมาะสมของนักเรียน

การแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่เหมาะสม เป็นการแสดงออกทางอารมณ์เมื่อนักเรียนมีอารมณ์ที่ไม่พึงประสงค์ แล้วแสดงออกเป็นพฤติกรรมต่าง ๆ ที่ไม่เป็นที่ยอมรับในสังคม เช่น พฤติกรรมการใช้ความรุนแรง การก้าวร้าว การร้องไห้ เป็นต้น ซึ่งพฤติกรรมเหล่านี้เป็นการแสดงออกทางอารมณ์ที่เกิดขึ้นในนักเรียนที่ไม่สามารถจัดการกับอารมณ์ไม่พึงประสงค์ของตนเองได้ หรือจัดการได้แต่ไม่ดีเท่าที่ควรจะเป็น แนวทางในการลดการแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่เหมาะสม จะช่วยลดและแก้ไขปัญหาการแสดงออกทางอารมณ์ของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ในโรงเรียนนานาชาติ และช่วยให้นักเรียนที่มีพฤติกรรมการแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่เหมาะสม สามารถพัฒนาตนเองเพื่อให้อยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างมีความสุข

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้รวบรวมแนวทางจากครูและบุคลากรทางการศึกษาในโรงเรียนนานาชาติ ที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่เคยมีประสบการณ์ด้านการรับมือกับนักเรียนที่มีการแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่เหมาะสม ผู้วิจัยจึงวิเคราะห์แนวทาง สำหรับครูหรือผู้เกี่ยวข้องกับนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ในโรงเรียนนานาชาติ ในการที่จะลดพฤติกรรมการแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่เหมาะสม โดยนำเสนอ 4 แนวทาง ได้แก่ การรับฟังสภาพ

อารมณ์ของนักเรียน การฝึกฝนวิธีการแสดงออกทางอารมณ์กับครูแนะแนว การใช้อุปกรณ์เสริมเพื่อเบี่ยงเบนความสนใจ และความร่วมมือจากผู้ปกครอง ซึ่งแต่ละแนวทางมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

3.2.1 การรับฟังสภาพอารมณ์ของนักเรียน

เมื่อนักเรียนมีพฤติกรรมการแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่เหมาะสม อันมีสาเหตุมาจากอารมณ์ที่ไม่พึงประสงค์ นั่นหมายถึงนักเรียนไม่สามารถที่จะจัดการอารมณ์เชิงลบของตนเองได้อย่างถูกต้อง ทำให้เกิดเป็นพฤติกรรมที่ไม่ได้รับการยอมรับจากทางสังคม แนวทางหนึ่งที่จะช่วยให้นักเรียนได้เรียนรู้ถึงสภาพอารมณ์ของตนเองคือการพูดคุยกับครูที่นักเรียนรู้สึกไว้วางใจที่จะระบายความรู้สึกของตนเองออกมา ซึ่งจะช่วยให้นักเรียนได้ฝึกจำแนกและระบุอารมณ์ของตนเองว่าเป็นอารมณ์ประเภทใด และมีความรุนแรงของอารมณ์อยู่ระดับใด ซึ่งสิ่งที่ครูประจำชั้นหรือครูผู้สอนควรทำ มีดังต่อไปนี้

1. หาสถานที่พูดคุยกับนักเรียนเป็นการส่วนตัว หรือเป็นสถานที่ที่ทำให้นักเรียนเกิดความผ่อนคลาย เมื่อเกิดเหตุการณ์ที่นักเรียนมีพฤติกรรมการแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่เหมาะสม ไม่ควรคาดคั้นหรือตำหนินักเรียนอย่างรุนแรงต่อหน้านักเรียนคนอื่น เพราะจะทำให้นักเรียนรู้สึกแย่และอาจมีอารมณ์ที่ไม่พึงประสงค์เพิ่มมากขึ้น
2. รับฟังสิ่งที่นักเรียนต้องการเล่าหรือระบาย โดยใช้น้ำเสียงที่นุ่มนวลกับนักเรียน เพื่อให้นักเรียนผ่อนคลายไม่รู้สึกว่ากำลังโดนลงโทษหรือคาดคั้น
3. ให้นักเรียนอธิบายอารมณ์ของตนเองว่าเป็นอย่างไร โกรธ เศร้า หงุดหงิด รำคาญใจ เป็นต้น
4. ให้นักเรียนคิดและอธิบายวิธีปรับปรุงแก้ไขพฤติกรรมของตนเอง ว่าควรต้องทำอย่างไรเมื่อเกิดอารมณ์เชิงลบขึ้น หากนักเรียนตอบไม่ได้ ครูจึงค่อยให้คำแนะนำ เช่น การฝึกสติ นับ 1-10 ในใจ การปลีกตัวออกจากสถานการณ์ที่ทำให้เกิดอารมณ์ไม่พึงประสงค์ การใช้คำพูดที่เหมาะสมเพื่อบอกความต้องการของตนเอง ในกรณีที่มีบุคคลอื่นเป็นสาเหตุของอารมณ์เชิงลบนั้น เป็นต้น
5. ให้นักเรียนมีเวลาพักแยกจากนักเรียนคนอื่น เพื่อให้อารมณ์เย็นลง ยังไม่ควรให้นักเรียนทำกิจกรรมร่วมกับผู้อื่นในทันที

การพูดคุยกับครูประจำชั้นหรือครูผู้สอนในพื้นที่ที่ไม่มีการรบกวนจากคนอื่น จะทำให้นักเรียนรู้สึกไว้วางใจที่จะปรึกษาปัญหากับครูมากกว่าการพูดคุยหรือคาดคั้นนักเรียนต่อหน้านักเรียนคนอื่น ๆ จะทำให้นักเรียนที่มีการแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่เหมาะสมเกิดความต่อต้านและปิดกั้น ซึ่งส่งผลให้ครูไม่สามารถลดหรือแก้ไขพฤติกรรมการแสดงออกทางอารมณ์ของนักเรียนได้ รวมถึงน้ำเสียงและลักษณะของคำพูดที่ใช้กับนักเรียนจะต้องเป็นไปอย่างมีเหตุผล อธิบายให้นักเรียนเข้าใจถึงความไม่

เหมาะสม ไม่ควรใช้คำพูดที่รุนแรงหรือตำหนิให้นักเรียนรู้สึกผิดมากเกินไปจนทำให้เกิดความไม่ไว้วางใจ ไม่กล้าที่จะปรึกษาปัญหาที่เกิดขึ้นอีกต่อไป ดังเช่นที่ครูประจำชั้นได้กล่าวว่า

"การที่ให้ครูประจำชั้นพูดคุยกับเด็กอย่างเป็นส่วนตัวในที่ที่เงียบและเหมาะสม เพื่อให้นักเรียนรู้สึกปลอดภัยและสบายใจที่จะพูดคุยถึงวิธีในการแก้ปัญหาที่เกิดขึ้น"

(ครูประจำชั้นคนที่ 1, สัมภาษณ์ 23 เมษายน 2564)

"สิ่งที่ครูประจำชั้นต้องทำคือพูดคุยกับนักเรียนด้วยเหตุผลถึงสาเหตุการเกิดพฤติกรรมเหล่านั้น และให้นักเรียนลองหาวิธีการแก้ปัญหาด้วยตนเองก่อน แล้วครูประจำชั้นจึงจะให้คำแนะนำในการจัดการอารมณ์เพื่อให้นักเรียนฝึกฝน และติดตามพฤติกรรมต่อไป"

(ครูประจำชั้นคนที่ 2, สัมภาษณ์ 6 เมษายน 2564)

3.2.2 การฝึกฝนวิธีการแสดงออกทางอารมณ์ที่เหมาะสมกับครูแนะแนว

ครูแนะแนวหรือครูผู้ให้คำปรึกษาเกี่ยวกับเด็ก เป็นผู้เชี่ยวชาญที่จะสามารถให้คำแนะนำนักเรียนในด้านการแสดงออกทางอารมณ์ที่เหมาะสม เมื่อนักเรียนมีการแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่เหมาะสม และมีพฤติกรรมซ้ำ ๆ หรือมีพฤติกรรมร้ายแรง ที่ส่งผลกระทบต่อการเรียนรู้ ความปลอดภัย ของตนเองและนักเรียนคนอื่น ๆ การได้พบกับครูแนะแนวจะช่วยให้นักเรียนสามารถฝึกฝนการแสดงออกทางอารมณ์ที่เหมาะสม เพื่อให้นักเรียนได้เรียนรู้อารมณ์ที่เกิดของตนเอง สามารถทำความเข้าใจกับอารมณ์ และฝึกฝนวิธีที่จะจัดการอารมณ์เหล่านั้นอย่าง การพบครูแนะแนวนั้นไม่ใช่การลงโทษ แต่เป็นการช่วยเหลือให้คำปรึกษาที่เฉพาะเจาะจงสำหรับนักเรียนรายกรณี เพื่อให้นักเรียนสามารถปรับปรุงแก้ไขการจัดการอารมณ์ของตนเองให้มีพฤติกรรมการแสดงออกทางอารมณ์ที่เหมาะสม ดังเช่นที่ครูผู้ให้คำปรึกษาเกี่ยวกับเด็ก ผู้อำนวยการโรงเรียนฝ่ายประถม และครูประจำชั้นได้กล่าวไว้ว่า

"ถ้าหากว่านักเรียนมีการแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่เหมาะสม พวกเขาจะต้องพบกับผู้อำนวยการโรงเรียนหรือตัวดิฉันเอง เพื่อปรับทัศนคติกันและหากไม่มีเหตุการณ์คล้ายเดิมเกิดซ้ำพวกเขาก็ไม่จำเป็นต้องพบกับดิฉันแบบตัวต่อตัวอีก แต่ถ้านักเรียนมีการแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่เหมาะสมซ้ำ เราจะมีการปรึกษากันระหว่างครูประจำชั้น ผู้อำนวยการและตัวดิฉันเองถึงระดับความรุนแรงของพฤติกรรม เพื่อหาวิธีการแก้ปัญหา ซึ่งอาจจะรวมถึงการติดต่อผู้ปกครองให้ได้รับทราบถึงสถานการณ์"

(ครูผู้ให้คำปรึกษาเกี่ยวกับเด็ก, สัมภาษณ์ 22 เมษายน 2564)

"เมื่อนักเรียนมีอารมณ์ที่ฉุนเฉียว หรือมีพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมในชั้นเรียน เราจะพาเข้าออกจากห้องเรียน เด็กเหล่านั้นจะมาหาผมหรือไม่ก็ไปหาครูผู้ให้คำปรึกษาเกี่ยวกับเด็กเพื่อทำให้เด็กผ่อนคลาย เราฝึกการหายใจเข้าออกอย่างช้า ๆ ให้เวลาเขาได้ปรับตัว หลังจากนั้นจะให้นักเรียนได้ลองอธิบายความรู้สึกของพวกเขา"

(ผู้อำนวยการโรงเรียนฝ่ายประถม, สัมภาษณ์ 20 เมษายน 2564)

"โรงเรียนมีครูแนะแนวสำหรับช่วยเหลือนักเรียนที่มีการแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่เหมาะสม โดยมีการเขียนบันทึกและรายงาน รวมถึงในกรณีที่นักเรียนมีปัญหาหนัก ๆ ก็จะมีการประชุมระหว่างครูประจำชั้น ครูประจำวิชา และครูแนะแนวเพื่อหาทางช่วยเหลือนักเรียน"

(ครูประจำวิชา, สัมภาษณ์ 5 เมษายน 2564)

"เรามีครูแนะแนว (ผู้ให้คำปรึกษาเกี่ยวกับเด็ก) ซึ่งปกตินักเรียนจะมีคาบเรียนที่พบครูแนะแนวอยู่แล้ว 2 สัปดาห์ต่อ 1 ครั้ง ถ้านักเรียนมีการแสดงพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมหรือมีการแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่พึงประสงค์ซ้ำ ๆ ผู้อำนวยการจะแนะนำให้ครูประจำชั้นส่งนักเรียนไปหาครูแนะแนวเพื่อฝึกฝนการแสดงออกรมณ์ที่เหมาะสมของนักเรียน"

(ครูประจำชั้นคนที่ 2, สัมภาษณ์ 6 เมษายน 2564)

3.2.3 การใช้อุปกรณ์เสริมเพื่อเบี่ยงเบนความสนใจ

นักเรียนส่วนใหญ่สามารถรับรู้ได้เมื่อตนเองมีอารมณ์ที่ไม่พึงประสงค์เกิดขึ้น และนักเรียนหลายคนมีความสามารถในการจัดการอารมณ์ของตนเองให้หายไปหรือแสดงออกทางอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม แต่มีนักเรียนอีกจำนวนหนึ่งที่ถึงแม้จะทราบถึงอารมณ์ที่ไม่พึงประสงค์ของตนเอง แต่ไม่สามารถจัดการหรือเบี่ยงเบนความสนใจจากอารมณ์นั้น ๆ ได้ การใช้อุปกรณ์เสริมในห้องเรียน เช่น ของเล่นฝึกสมาธิ ที่ช่วยเบี่ยงเบนความสนใจจึงเป็นสิ่งที่สามารถช่วยให้นักเรียนกลุ่มนี้ให้ลืมอารมณ์ที่ไม่พึงประสงค์ของตนเองชั่วขณะและหันมาจดจ่อกับอุปกรณ์แทน จึงเป็นวิธีหนึ่งในการช่วยลดพฤติกรรมการแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่เหมาะสม โดยครูผู้สอนจะต้องสังเกตพฤติกรรมที่เกิดขึ้นของนักเรียน หากมีนักเรียนที่เริ่มมีการแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่ปกติ ควรให้นักเรียนแยกออกไปนั่งคนเดียวหากนักเรียนต้องการ และใช้ของเล่นเพื่อเบี่ยงเบนความสนใจของนักเรียนจากอารมณ์ที่ไม่พึงประสงค์ จะช่วยให้นักเรียนผ่อนคลายมากขึ้น ซึ่งสามารถช่วยลดพฤติกรรมการแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่พึงประสงค์ได้ดี ในกรณีที่นักเรียนเกิดความเครียดจากการเรียนการสอน ดังเช่นที่ผู้อำนวยการโรงเรียนฝ่ายประถม กล่าวไว้ว่า

"ในบางห้องเรียนจะมีพื้นที่สำหรับนักเรียนในการพักจากสิ่งต่าง ๆ ที่กดดันอยู่รอบตัว แทนที่จะเป็นบริเวณสำหรับทำโทษ แต่ครูประจำชั้นจะฝึกนักเรียนว่าหากมีความรู้สึกเครียดหรือกดดันและอยากจะพักจากสิ่งรอบตัว ให้ไปนั่งตรงนั้น ที่ซึ่งทุกคนในห้องจะเข้าใจว่าควรปล่อยให้นักเรียนอยู่คนเดียว ไม่รบกวน เพื่อที่จะได้ผ่อนคลายตนเอง รวมถึงมีอุปกรณ์หรือของเล่นเล็ก ๆ ที่จะหันเหความสนใจของนักเรียนจากเรื่องที่ไม่สบายใจ ซึ่งผมคิดว่ามันเป็นสิ่งที่ดีที่จะป้องกันไม่ให้นักเรียนเกิดอารมณ์ที่รุนแรงจนถึงจุดที่พวกเขาต้องระเบิดมันออกมา ดีกว่ามาแก้ไขในภายหลัง การสังเกตนักเรียนที่อาจมีความผิดปกติไปจากเดิม การพูดคุยเพื่อป้องกันปัญหา เป็นสิ่งที่ครูทุกคนควรตระหนักถึง"

(ผู้อำนวยการโรงเรียนฝ่ายประถม, สัมภาษณ์ 20 เมษายน 2564)

3.2.4 การขอความร่วมมือจากผู้ปกครอง

พ่อแม่ ผู้ปกครอง และครอบครัวของนักเรียน มีอิทธิพลต่อการแสดงออกทางอารมณ์ของนักเรียนว่าจะเป็นไปในทิศทางที่เหมาะสมหรือไม่เหมาะสม ความร่วมมือจากผู้ปกครองจึงเป็นแนวทางที่จะช่วยให้นักเรียนมีพฤติกรรมการแสดงออกทางอารมณ์ที่เหมาะสม ในกรณีที่นักเรียนมีพฤติกรรมการแสดงออกทางอารมณ์ไม่เหมาะสมซ้ำ ๆ เกิดขึ้นที่โรงเรียน และแนวทางการลดพฤติกรรมที่โรงเรียนจัดไว้ให้นั้นใช้ไม่ได้ผล หากเกิดการส่งเสริมให้นักเรียนมีการแสดงออกทางอารมณ์ที่เหมาะสมแค่ที่โรงเรียนเพียงอย่างเดียว การพูดคุยกับผู้ปกครองเพื่อหาวิธีการที่จะลดการแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่พึงประสงค์ร่วมกัน จึงเป็นอีกทางที่จะสามารถลดการแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่พึงประสงค์ของนักเรียนได้

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

การร่วมมือกันระหว่างผู้ปกครองและโรงเรียนในการหาวิธีการที่มีประสิทธิภาพในการลดพฤติกรรมการแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่เหมาะสมของนักเรียนสามารถ ทำได้โดยโรงเรียนชี้แจงแนวทางที่โรงเรียนใช้ในการส่งเสริมการจัดการอารมณ์กับนักเรียน เช่น การรับฟังสภาพอารมณ์ของนักเรียน ฝึกให้นักเรียนได้อธิบายอารมณ์ของตนเอง การฝึกสมาธิเป็นประจำ และอธิบายให้ผู้ปกครองเข้าใจถึงเหตุผลในการจัดแนวทางเหล่านี้ หากโรงเรียนและผู้ปกครองร่วมมือกัน จะทำให้นักเรียนได้ฝึกและพัฒนาความสามารถในการจัดการอารมณ์ เพื่อให้เกิดการแสดงออกทางอารมณ์ที่เหมาะสมทั้งที่บ้านและที่โรงเรียน ดังที่ผู้อำนวยการโรงเรียนได้กล่าวไว้ว่า

"ผมคิดว่าการสื่อสารกับผู้ปกครองเป็นสิ่งสำคัญ ในกรณีที่นักเรียนมีปัญหาด้านการแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่เหมาะสมเป็นอย่างมากและเกิดขึ้นบ่อยครั้ง โรงเรียนควรจะมีกลวิธี แนวทาง หรือวิธีการต่าง ๆ สำหรับใช้กับเด็ก ๆ เพราะผมเชื่อว่ามันจะดีกว่าถ้าหากโรงเรียนและบ้านใช้กลวิธีเดียวกัน เด็ก ๆ จะเข้าใจถึงการแสดงออกทางอารมณ์ที่ควรจะเป็นเมื่ออยู่ร่วมกันในสังคม การที่บ้าน

และโรงเรียนใช้ภาษาเดียวกัน กลวิธีเดียวกัน เด็กจะเข้าใจได้ว่าบ้านและโรงเรียนมีการทำงานร่วมกัน และทำให้นักเรียนมีพฤติกรรมที่เหมาะสมขึ้น”

(ผู้อำนวยการโรงเรียนฝ่ายประถม, สัมภาษณ์ 20 เมษายน 2564)

จากการนำเสนอแนวทางในการลดการแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่เหมาะสมของนักเรียน จะมุ่งเน้นไปที่การฝึกฝนให้นักเรียนพัฒนาความสามารถในการจัดการอารมณ์ด้วยตนเอง ซึ่งส่วนสำคัญที่จะทำให้การลดการแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่เหมาะสมนั้นมีประสิทธิภาพ คือ จะต้องไม่ทำให้นักเรียนเกิดความกดดัน หรือความเครียด ครูและผู้เกี่ยวข้องกับนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 จึงควรที่จะต้องทำความเข้าใจ และเป็นกำลังใจให้นักเรียนสามารถพัฒนาและแสดงออกทางอารมณ์ที่เหมาะสมได้ ผู้วิจัยจึงได้นำเสนอแนวทางสำหรับครูและผู้เกี่ยวข้องกับนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โดยมีแนวทางในการปฏิบัติ ได้แก่ การรับฟังสภาพอารมณ์ของนักเรียน การฝึกฝนวิธีการแสดงออกทางอารมณ์กับครูแนะแนว การใช้อุปกรณ์เสริมเพื่อเบี่ยงเบนความสนใจ และการขอความร่วมมือจากผู้ปกครอง เพื่อให้ครูและผู้เกี่ยวข้องสามารถนำไปเป็นแนวทางในการปรับใช้กับนักเรียนในโรงเรียนนานาชาติที่มีการแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่เหมาะสม และช่วยลดพฤติกรรมเหล่านั้น ทำให้นักเรียนมีสามารถเติบโตไปในระดับมัธยมศึกษา โดยอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างมีความสุข

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

บทที่ 5
สรุปผลการวิจัย อภิปรายผลการวิจัย และข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่อง การศึกษาสภาพการจัดการอารมณ์ของนักเรียนระดับประถมศึกษา: กรณีศึกษาโรงเรียนนานาชาติ มีวัตถุประสงค์เพื่ออธิบายสภาพการจัดการอารมณ์ และเพื่อวิเคราะห์ปัจจัยที่ส่งผลต่อการจัดการอารมณ์ของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษา ในโรงเรียนนานาชาติ และนำเสนอแนวทางสำหรับครูในการส่งเสริมให้นักเรียนมีการจัดการอารมณ์ที่เหมาะสม โดยกำหนดโรงเรียนที่จะเป็นพื้นที่ที่ผู้วิจัยจะเก็บข้อมูล ได้แก่ โรงเรียนนานาชาติแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานครฯ และกำหนดนักเรียนที่จะเป็นกรณีศึกษาด้วยการเลือกอย่างเจาะจงเป็นนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ทั้งหมด จำนวน 6 คน และสัมภาษณ์บุคลากรทางการศึกษาจำนวน 5 คน ประกอบด้วย ผู้อำนวยการโรงเรียนฝ่ายประถมศึกษา 1 คน ครูผู้ให้คำปรึกษาเกี่ยวกับเด็ก 1 คน ครูประจำชั้น 2 คน และครูประจำวิชา 1 คน เครื่องมือที่ใช้ ได้แก่ แบบบันทึกข้อมูลทั่วไปของนักเรียน แบบสังเกตการแสดงอารมณ์ของนักเรียน และแบบสัมภาษณ์บุคลากรในโรงเรียนนานาชาติ โดยมีการสรุปการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ ดังนี้

การสรุปผลการวิจัย

ผู้วิจัยนำเสนอการสรุปผลการวิจัยออกเป็น 3 ส่วนตามวัตถุประสงค์การวิจัย มีรายละเอียดดังนี้

1. สภาพการจัดการอารมณ์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ในโรงเรียนนานาชาติ

ผลการศึกษาสภาพการจัดการอารมณ์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ในโรงเรียนนานาชาติโดยแบ่งการสรุปผลการศึกษาออกเป็น 2 ช่วงเวลาคือ การทำกิจกรรมในช่วงเวลาเรียนภายใต้บรรยากาศที่เกิดขึ้นในชั้นเรียน และการทำกิจกรรมในช่วงเวลาอื่น ๆ ที่นอกเหนือจากการเรียนภายใต้บรรยากาศที่เกิดขึ้นนอกชั้นเรียน

ผลการศึกษาพฤติกรรมการแสดงออกทางอารมณ์ที่เกิดขึ้นระหว่างการทำกิจกรรมภายในชั้นเรียนพบว่า นักเรียนส่วนใหญ่ในชั้นเรียนสามารถรับมือกับอารมณ์ไม่พึงประสงค์ของตนเองได้ ส่วนนักเรียนที่มีพฤติกรรมการแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่เหมาะสมจะมีการแสดงออกในรูปแบบต่าง ๆ ที่แตกต่างกันออกไป ได้แก่ การร้องไห้ การทะเลาะถกเถียง และการก้าวร้าว ดังนี้

1) การร้องไห้ เป็นการแสดงออกเมื่อนักเรียนมีอารมณ์เศร้า เสียใจ ตกใจ กลัว รวมไปถึงผิดหวัง อย่างไรก็ตามวิธีการพูดคุยและอธิบายด้วยเหตุผลเป็นวิธีการแก้ปัญหาการแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่เหมาะสมในลักษณะนี้ได้ดี

2) การทะเลาะ ถกเถียง เป็นการแสดงออกเมื่อนักเรียนรู้สึกไม่พอใจและไม่ได้รับการตอบสนองตามความต้องการของตนเองจากผู้อื่น โดยมีสาเหตุมาจากการยั่วยุของเพื่อนร่วมชั้นเรียนเป็นส่วนใหญ่ เมื่อเกิดการทะเลาะของนักเรียน ครูมักแก้ปัญหาด้วยการแยกนักเรียนออกจากกันและพูดคุยกับนักเรียนทั้งสองฝ่ายเพื่อหาสาเหตุและวิธีแก้ปัญหาร่วมกัน

3) การก้าวร้าว เป็นการแสดงออกเมื่อนักเรียนต้องการทำให้ผู้อื่นรู้สึกอับอาย ซึ่งถือเป็นการละเมิดสิทธิส่วนบุคคลรูปแบบหนึ่ง สามารถแสดงออกได้ทั้งทางร่างกาย สีหน้าท่าทาง รวมไปถึงการแสดงออกทางวาจา สำหรับพฤติกรรมการก้าวร้าวของนักเรียนในโรงเรียนนานาชาติที่เป็นกรณีศึกษาในครั้งนี้ มักมีสาเหตุมาจากเรื่องความแตกต่างทางวัฒนธรรม ประเพณี และความเชื่อประจำชาติที่แตกต่างกันของนักเรียนแต่ละคน

สำหรับผลการศึกษาพฤติกรรมการแสดงออกทางอารมณ์ที่เกิดขึ้นระหว่างการทำกิจกรรมนอกชั้นเรียนได้แก่ ช่วงเวลารับประทานอาหารมื้อต่าง ๆ ช่วงเวลาก่อนเข้าเรียนและหลังเลิกเรียน พบว่า ช่วงเวลานี้เป็นช่วงเวลาที่นักเรียนจะได้ทำกิจกรรมตามความสนใจ และผ่อนคลายจากการเรียนในชั้นเรียน พฤติกรรมการแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่เหมาะสมมักเกิดขึ้นในระหว่างที่นักเรียนชายและนักเรียนหญิงใช้เวลาอยู่ร่วมกันในสนามเด็กเล่น โดยจะมีการแสดงพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมในรูปแบบต่าง ๆ ที่แตกต่างกัน ได้แก่ การใช้ความรุนแรงทั้งทางกายและวาจา เช่นทุบตี ด่าทอ และการปลีกตัวออกจากนักเรียนคนอื่น มีรายละเอียดดังนี้

1) การใช้ความรุนแรง เป็นการแสดงออกเมื่อนักเรียนรู้สึกโกรธ ขัดใจ และไม่พอใจที่ไม่ได้รับการตอบสนองตามความต้องการของตนเอง สามารถแสดงออกผ่านทางร่างกาย สีหน้า ท่าทาง และวาจา การใช้ความรุนแรงของนักเรียนมักเกิดขึ้นขณะที่นักเรียนทำกิจกรรมร่วมกับผู้อื่น และมักจบลงด้วยการยุติการทำกิจกรรมร่วมกับกลุ่มเพื่อนในที่สุด ส่วนนักเรียนคนอื่นทำกิจกรรมกันต่อไป

2) การปลีกตัวออกจากนักเรียนคนอื่น เป็นการแสดงออกเมื่อนักเรียนรู้สึกไม่ได้รับการยอมรับจากกลุ่มเพื่อน ไม่ได้รับการตอบสนองตามความต้องการของตนเอง ไปจนถึงความรู้สึกถึงการไม่มีตัวตนในกลุ่มเพื่อน นักเรียนจะแสดงออกด้วยการเก็บตัวเงียบอยู่คนเดียว และปลีกตัวออกจากกลุ่มเพื่อน

2. ปัจจัยที่ส่งผลต่อการจัดการอารมณ์ของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาในโรงเรียนนานาชาติ

ผลการศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อการแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่พึงประสงค์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ในโรงเรียนนานานชาติสามารถจำแนกปัจจัยหลักได้ 3 ประการ ได้แก่ ปัจจัยด้านความเครียดจากการศึกษา ปัจจัยด้านครอบครัว และปัจจัยด้านความขัดแย้งระหว่างเพื่อนร่วมชั้นเรียน ดังนี้

1) ปัจจัยด้านความเครียดจากการศึกษา เนื่องด้วยระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ถือเป็นระดับประถมศึกษาชั้นสุดท้ายก่อนการเลื่อนชั้นเป็นมัธยมศึกษา ทำให้นักเรียนมีความเครียดจากการเรียนนำไปสู่การแสดงพฤติกรรมทางอารมณ์ที่ไม่พึงประสงค์

2) ปัจจัยด้านครอบครัว การเป็นตัวอย่างที่ดีด้านการจัดการอารมณ์ที่เหมาะสมของสมาชิกในครอบครัวถือเป็นปัจจัยสำคัญหนึ่งของนักเรียน นอกจากนี้นักเรียนอาจจดจำและเลียนแบบพฤติกรรมการแสดงออกทางอารมณ์ที่เหมาะสมและไม่เหมาะสมะของสมาชิกในครอบครัวได้

3) ปัจจัยด้านความขัดแย้งระหว่างเพื่อนร่วมชั้นเรียน เช่น มีความคิดเห็นที่ไม่ตรงกัน ความแตกต่างระหว่างบุคคล และขาดการรับฟังเหตุผลจะนำไปสู่การถกเถียงและการใช้กำลัง

3. แนวทางการส่งเสริมให้นักเรียนมีการจัดการอารมณ์ที่เหมาะสม สำหรับครูผู้สอนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ในโรงเรียนนานาชาติ

แนวทางการส่งเสริมและพัฒนาการจัดการอารมณ์ที่เหมาะสมของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ในโรงเรียนนานาชาติสำหรับครูและผู้ที่เกี่ยวข้อง เป็นแนวทางการแก้ปัญหาในระยะยาว โดยแบ่งออกเป็น 3 แนวทางได้แก่ การใช้กลยุทธ์วิธีการจัดการอารมณ์ การฝึกสมาธิ และการสร้างระบบกลุ่มย่อยภายในโรงเรียน มีรายละเอียดดังนี้

1) การใช้กลยุทธ์วิธีการจัดการอารมณ์ ครูควรให้คำแนะนำหลักการในการจัดการอารมณ์แก่นักเรียน ได้แก่ การสังเกต เรียนรู้ และทำความเข้าใจสภาพทางอารมณ์ของตนเองผู้อื่น นอกจากนี้ครูควรสังเกตและป้องกันการแสดงออกทางอารมณ์ที่อาจเกิดขึ้นโดยไม่ทำให้นักเรียนรู้สึกอับอาย ยิ่งไปกว่านั้นครูควรเป็นแบบอย่างที่ดีเป็นการแสดงออกทางอารมณ์

2) การฝึกสมาธิ เช่น การนั่งสมาธิ การฝึกโยคะสำหรับเด็ก การร้องเพลงและการฟังเพลงเพื่อให้นักเรียนรู้สึกผ่อนคล้าย

3) การสร้างระบบกลุ่มย่อยภายในโรงเรียน การจัดกิจกรรมกลุ่มให้นักเรียนได้มีโอกาสทำความรู้จัก เรียนรู้ และดูแลซึ่งกันและกันผ่านการทำกิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกัน อันจะส่งผลให้เกิดการสร้างความสัมพันธ์อันดีระหว่างนักเรียน โดยการแบ่งกลุ่มนักเรียนควรคำนึงถึงความแตกต่างและความหลายหลายในกลุ่ม ได้แก่ ระดับชั้น เพศ อายุ เชื้อชาติ และความสามารถ เป็นต้น

นอกจากนี้แนวทางในการลดการแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่เหมาะสมของนักเรียนในระยะสั้นเพื่อแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นเฉพาะหน้าในสถานการณ์ปัจจุบัน โดยแบ่งออกเป็น 4 แนวทาง ได้แก่ การรับฟังสภาพอารมณ์ของนักเรียน การฝึกฝนวิธีการแสดงออกทางอารมณ์กับครูแนะแนว การใช้อุปกรณ์เสริมเพื่อเบี่ยงเบนความสนใจ และความร่วมมือจากผู้ปกครอง รายละเอียดดังนี้

1) การรับฟังสภาพอารมณ์ของนักเรียน ครูควรพูดคุยกับนักเรียนเพื่อให้นักเรียนได้มีโอกาสระบายความรู้สึกและอารมณ์ และได้ทบทวนและทำความเข้าใจอารมณ์ของตนเองได้ดียิ่งขึ้น สิ่งที่ควรให้ความสำคัญในการรับฟังสภาพอารมณ์ของนักเรียนคือ สถานที่ที่เป็นส่วนตัว ความปลอดภัยและความรู้สึกไว้วางใจในการรักษาความลับของข้อมูล ความผ่อนคลายในการพูดคุย น้ำเสียงและภาษาที่สุภาพนุ่มนวล การเปิดโอกาสให้นักเรียนได้คิดและไตร่ตรองอย่างมีเหตุผลและใจเย็น

2) การฝึกฝนวิธีการแสดงออกทางอารมณ์ที่เหมาะสมกับครูแนะแนว โดยครูแนะแนวเป็นผู้วิเคราะห์สาเหตุของการแสดงออกด้วยพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ของนักเรียนอย่างละเอียดและเฉพาะเจาะจงเป็นรายบุคคล นำไปสู่วิธีการแก้ปัญหาเพื่อให้นักเรียนสามารถเข้าใจและจัดการกับอารมณ์ลบของตนเองได้อย่างตรงจุด

3) การใช้อุปกรณ์เสริมเพื่อเบี่ยงเบนความสนใจ แนวทางการแก้ปัญหาด้วยวิธีนี้เป็นวิธีที่ช่วยลดความรุนแรงของพฤติกรรมการแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่เหมาะสมได้ โดยเมื่อนักเรียนเริ่มมีพฤติกรรมการแสดงออกที่ไม่พึงประสงค์ ครูควรแยกนักเรียนออกจากกลุ่มเพื่อนและใช้ของเล่นหรือสิ่งของที่นักเรียนสนใจเพื่อเบี่ยงเบนความสนใจของนักเรียนและทำให้นักเรียนรู้สึกใจเย็นและผ่อนคลายมากขึ้น

4) การขอความร่วมมือจากผู้ปกครอง ครูควรพูดคุย แลกเปลี่ยนความคิดเห็น และสร้างความร่วมมือกับผู้ปกคองเพื่อร่วมกันหาแนวทางในการลดพฤติกรรมการแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่เหมาะสมของนักเรียน นอกจากนี้ครูควรชี้แจงและอธิบายนโยบายและแนวทางของโรงเรียนในการส่งเสริมและพัฒนาการจัดการอารมณ์อันไม่พึงประสงค์แก่ผู้ปกครอง เพื่อให้ครูและผู้ปกครองใช้วิธีการแก้ปัญหาที่เป็นในทิศทางเดียวกัน และเพื่อให้นักเรียนแสดงออกทางอารมณ์ที่เหมาะสมทั้งที่บ้านและที่โรงเรียน

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

อภิปรายผล

จากการศึกษาสภาพการจัดการอารมณ์ของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาที่ 5 ในโรงเรียนนานาชาติ และปัจจัยที่ส่งผลต่อการจัดการอารมณ์ของนักเรียน รวมไปถึงแนวทางการส่งเสริมการจัดการอารมณ์ที่เหมาะสมของนักเรียนในโรงเรียนนานาชาติ สำหรับครูผู้สอน ผู้วิจัยแบ่งประเด็นการอภิปรายผลการวิเคราะห์พฤติกรรมการแสดงออกทางอารมณ์ของนักเรียนออกเป็น 2 ประเด็นหลักคือ 1. การแสดงออกทางอารมณ์ในบรรยากาศในชั้นเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ในโรงเรียนนานาชาติ 2. การแสดงออกทางอารมณ์ในบรรยากาศนอกชั้นเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ในโรงเรียนนานาชาติ มีรายละเอียดดังนี้

1. การแสดงออกทางอารมณ์ในบรรยากาศในชั้นเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ในโรงเรียนนานาชาติ

ในระหว่างการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนในชั้นเรียน เมื่อเกิดเหตุการณ์ที่ส่งผลต่ออารมณ์ที่ไม่พึงประสงค์ของนักเรียน นักเรียนที่สามารถจัดการและควบคุมอารมณ์ของตนเองได้จะสามารถรับมือกับอารมณ์ดังกล่าวของตนเองและร่วมกิจกรรมการเรียนการสอนที่ครูจัดขึ้นได้อย่างต่อเนื่อง ในทางตรงกันข้ามจะมีนักเรียนจำนวนหนึ่งในชั้นเรียนที่ไม่สามารถรับมือกับอารมณ์ที่ไม่พึงประสงค์ของตนเองได้ โดยจะแสดงพฤติกรรมต่าง ๆ ที่ทำให้ไม่สามารถร่วมกิจกรรมการเรียนการสอนได้ เช่น การร้องไห้ การทะเลาะถกเถียง และการก้าวร้าวต่อเพื่อน (Little, Hudson, & Wilks (2002) ; Stephenson, Linfoot, & Martin, (2000) ; Wheldall, (1991) Beaman, (2006)).

1.1 การแสดงออกทางอารมณ์ด้วยการร้องไห้

การร้องไห้ของนักเรียนถือเป็นพฤติกรรมที่เราสามารถพบเห็นได้ทั่วไป สาเหตุของการร้องไห้มักเกิดได้หลายอย่าง ไม่ว่าจะเป็น ความเสียใจ ความเครียด ความผิดหวัง และความกดดัน มีนักวิจัยจำนวนมากค้นพบว่า การร้องไห้เป็นพฤติกรรมที่ช่วยทำให้เกิดผ่อนคลายจากความเครียดและความกังวลต่าง ๆ ได้ งานวิจัยทางการแพทย์อธิบายว่า การร้องไห้ช่วยผ่อนคลายระบบประสาทพาราซิมพาเทติก (parasympathetic nervous system) ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของระบบประสาทอัตโนมัติที่รวมอยู่ในระบบประสาทส่วนปลาย ช่วยในการทำงานของเนื้อเยื่อและอวัยวะต่างๆ ให้อยู่ในภาวะสมดุล ทำให้หัวใจเต้นช้าลง ลดการบีบตัวของลำไส้ ลดอัตราการหายใจ ลดการบีบตัวของกระเพาะปัสสาวะ จึงช่วยให้ร่างกายอยู่ในภาวะผ่อนคลายจากความตึงเครียดได้ (Brenda Pagan-Duran MD, 2017; Vingerhoets A. J. J. M., Bylsma L. M., 2016) แต่อย่างไรก็ตามหากนักเรียนแสดงพฤติกรรมการร้องไห้นี้ในระหว่างการจัดการเรียนการสอนของครูในชั้นเรียน อาจส่งผลกระทบต่อการเรียนการสอนของครูและเพื่อนร่วมชั้น จึงทำให้การแสดงออกทางอารมณ์ในลักษณะนี้ถือเป็นปัญหาที่ควรได้รับการแก้ไขอย่างหนึ่ง จากผลการวิจัยดังกล่าวสอดคล้องจากผลการวิจัยในครั้งนี้ที่พบว่า ความเครียดทางการศึกษาเป็นปัจจัยที่ส่งผลให้เกิดการแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่เหมาะสมของนักเรียน เนื่องด้วยการวิจัยในครั้งนี้เก็บข้อมูลกับนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ในโรงเรียนนานาชาติซึ่งเป็นระดับชั้นสุดท้ายก่อนก้าวเข้าสู่ระดับชั้นมัธยมศึกษา จึงมีความเป็นไปได้ที่นักเรียนจะรู้สึกเครียดและกดดันทางการเรียน อันเกิดจากการเปรียบเทียบผลการเรียนของตนเองกับผู้อื่น และเกิดจากการตั้งเป้าหมายและความหวังทางการศึกษาของตนเอง ดังทฤษฎีพัฒนาการทางสังคมของอีริกสัน (Erikson’s Psychosocial Theory) ของอิริก เอช. อีริก สัน (Erik H. Erikson) ที่ว่านักเรียนอายุ 6 – 12 ปีเป็นวัยที่กำลังจะพ้นจากวัยเด็กและก้าวเข้าสู่วัยรุ่น เด็กในวัยนี้ให้ความสำคัญกับการได้รับการยอมรับจากผู้อื่นและสังคมมาก ดังนั้นการมีผลการเรียนดีจึงเป็นเป้าหมายที่นักเรียนทำให้นักเรียน

ได้รับการชื่นชมและยอมรับจากผู้ปกครอง ครู และกลุ่มเพื่อน ในทางตรงกันข้าม หากนักเรียนมีผลการเรียนที่ไม่ดีเมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มเพื่อน นักเรียนจะรู้สึกด้อยคุณค่าในตนเอง ขาดความภูมิใจในตนเอง จนส่งผลทำให้เกิดความเครียดและความกดดันจากการเรียน (Orenstein, G. A., & Lewis, L., 2020).

การแสดงออกทางอารมณ์ด้วยการร้องไห้ของนักเรียน ทำให้ครูต้องหยุดการจัดการเรียนการสอนชั่วคราว และส่งผลให้ไม่สามารถจัดการเรียนการสอนได้ตามที่วางแผนไว้ อีกทั้งยังส่งผลต่อนักเรียนร่วมชั้นเรียน ซึ่งสถานการณ์ที่ทำให้เกิดเหตุการณ์นี้มักเกิดขึ้นเมื่อนักเรียนรู้สึกผิดหวังและไม่ได้รับการตอบสนองตามความต้องการของตนเอง เช่น นักเรียนไม่สามารถทำงานที่ครูมอบหมายให้เสร็จลุล่วงได้ หรือเมื่อนักเรียนรู้สึกผิดหวังในเรื่องใดเรื่องหนึ่ง พฤติกรรมนี้สอดคล้องกับ กลไกการป้องกันตนเอง (Defense Mechanisms) ของทฤษฎีจิตวิเคราะห์ของซิกมันด์ ฟรอยด์ (Sigmund Freund) ที่อธิบายว่า เมื่อบุคคลรู้สึกไม่พึงใจ เครียด ผิดหวัง กดดันอันเนื่องมาจากไม่ได้รับการตอบสนองตามความต้องการ หรือสถานการณ์ไม่เป็นไปตามความต้องการ บุคคลจะแสดงพฤติกรรมในรูปแบบต่าง ๆ เพื่อลดความเครียด ความผิดหวัง และความไม่พอใจต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น (Cramer, P. 2018; Salman, S., & Salem, M. L., 2020).

การแก้ปัญหาของครูเมื่อมีนักเรียนร้องไห้ระหว่างการจัดการเรียนการสอน ครูมักใช้วิธีการพูดคุยเพื่อรับฟังความรู้สึกหรือปัญหาที่เกิดขึ้นกับตัวนักเรียน และให้คำแนะนำในการจัดการอารมณ์ที่ไม่พึงประสงค์ของนักเรียน โดยการพูดคุยของครูเป็นการใช้น้ำเสียงที่เป็นมิตร หนักแน่นแต่อ่อนโยน ไม่ขึ้นเสียงดังใส่นักเรียนหรือใช้น้ำเสียงที่ไม่พอใจ เพราะจะทำให้นักเรียนรู้สึกอึดอัด กดดันมากยิ่งขึ้น สอดคล้องกับ Diana Rivera (2015) ที่อธิบายว่าเมื่อนักเรียนแสดงออกทางอารมณ์ผ่านการร้องไห้ ครูไม่ควรแก้ปัญหาด้วยการสั่งให้นักเรียนหยุดร้องได้ โดยให้เหตุผลว่านักเรียนโตแล้ว ในทางตรงกันข้ามครูควรใช้วิธีการพูดคุยและทำความเข้าใจกับนักเรียนด้วยเหตุผล เพื่อให้นักเรียนทราบสาเหตุของการร้องไห้ และวิธีการควบคุมการแสดงออกด้วยการร้องได้ รวมไปถึงข้อดีและข้อเสียของการร้องไห้ เพื่อให้นักเรียนสามารถควบคุมอารมณ์ของตนเองได้ดีขึ้น

1.2 การแสดงออกทางอารมณ์ด้วยการทะเลาะ

เมื่อนักเรียนทำกิจกรรมการเรียนการสอนร่วมกับเพื่อนในชั้นเรียน มักเกิดขึ้นจากความขัดแย้งจากความคิดเห็นและการกระทำที่แตกต่างกันของนักเรียนได้ จากผลการวิจัยพบว่า การถูกยั่วยุเป็นสาเหตุหลักที่ทำให้เกิดการทะเลาะ ถกเถียงกัน และรุนแรงไปจนถึงการขึ้นเสียง และทำร้ายร่างกายกัน ไม่ว่าจะเป็นการยั่วยุโดยใช้ร่างกายสัมผัสผู้อื่นที่อยู่ใกล้ ๆ เพื่อเบี่ยงเบนความสนใจจากการเรียน ทำให้เสียสมาธิ เกิดความโมโห รำคาญ หรือการใช้คำพูดยั่วยุให้ผู้อื่นคล้อยตาม โดยครูแก้ปัญหา

ด้วยการแยกนักเรียนออกจากกัน และเรียกนักเรียนคู่กรณีมาพูดคุยเพื่อสร้างกฎและข้อตกลงร่วมกัน สอดคล้องกับเฉลิมลาภ ทองอาจ (2556) สำหรับเด็กในช่วงวัยเรียน ส่วนใหญ่เป็นความขัดแย้งระหว่างตัวนักเรียนกับผู้อื่นหรือสิ่งอื่น เหตุแห่งความขัดแย้งโดยทั่วไปคือ ฝ่ายหนึ่งมิได้ทำให้นักเรียนอีกฝ่ายหนึ่งเกิดความรู้สึกพอใจ หรือได้ดั่งใจคิด ความขัดแย้งของเด็ก จะเห็นได้ตั้งแต่ การแย่งของเล่นที่ถูกใจ การทะเลาะกันเพื่อเอาชนะคะคานในด้านความคิด การส่งเสียงหรือแสดงกิริยาอาการที่แสดงให้อีกฝ่ายเห็นว่าไม่พอใจ และต้องการให้อีกฝ่ายยอมแพ้ เป็นต้น นอกจากนี้ความขัดแย้งดังกล่าวจะยิ่งทวีความรุนแรงขึ้นเมื่อการใช้เพียงแต่เฉพาะกำลัง เพื่อแสดงความก้าวร้าว หรือข่มขู่อีกฝ่ายให้หวาดกลัว และมิได้รับการส่งเสริม สนับสนุนจากกลุ่มเพื่อน

ผลการศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อการแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่เหมาะสมและแนวทางในการส่งเสริมการแสดงออกทางอารมณ์ที่เหมาะสมพบว่า การเป็นตัวอย่างที่ดีของครูและครอบครัวถือเป็นปัจจัยหลักในการส่งเสริมและพัฒนาให้นักเรียนสามารถควบคุมตนเองเมื่อมีความรู้สึกไม่ดีได้ ผลการวิจัยดังกล่าวสามารถอธิบายได้จากทฤษฎีปัญญาสังคม (Social Learning Theory) ของ Albert Bandura (1962 - 1986) เน้นหลักการเรียนรู้โดยการสังเกต (Observational Learning) เกิดจากการที่บุคคลสังเกตการกระทำของผู้อื่นแล้วพยายามเลียนแบบพฤติกรรมนั้น ซึ่งเป็นการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นในสภาพแวดล้อมทางสังคมเราสามารถพบได้ในชีวิตประจำวัน เช่น การออกเสียง การขับรถยนต์ การเล่นกีฬาประเภทต่าง ๆ เป็นต้น โดยขั้นตอนของการเรียนรู้โดยการสังเกต ประกอบด้วยขั้นให้ความสนใจ (Attention Phase) ของตัวแบบจะเป็นสิ่งดึงดูดให้ผู้เรียนสนใจขั้นจำ (Retention Phase) ขั้นปฏิบัติ (Reproduction Phase) และขั้นจูงใจ (Motivation Phase) ขั้นตอนนี้เป็นขั้นแสดงผลของการกระทำ (Consequence) จากการแสดงพฤติกรรมตามตัวแบบ ถ้าผลที่ตัวแบบเคยได้รับ (Vicarious Consequence) เป็นไปในทางบวก (Vicarious Reinforcement) ก็จะจูงใจให้นักเรียนอยากแสดงพฤติกรรมตามแบบ ถ้าเป็นไปในทางลบ (Vicarious Punishment) นักเรียนก็มักจะงดเว้นการแสดงพฤติกรรมนั้นๆ (Rumjaun, A., & Narod, F.2020).

แนวทางในการลดพฤติกรรมการทะเลาะของนักเรียน ได้แก่ การใช้กลยุทธ์วิธีการจัดการอารมณ์ การสร้างระบบกลุ่มย่อยภายในโรงเรียน และความร่วมมือจากผู้ปกครอง เนื่องจากการใช้กลยุทธ์วิธีการจัดการอารมณ์ เป็นการฝึกให้นักเรียนรู้จักสภาพอารมณ์ของตนเองและสามารถควบคุมการแสดงอารมณ์ได้ดีขึ้น ส่วนการสร้างระบบกลุ่มย่อยภายในโรงเรียนเป็นการทำให้นักเรียนได้มีการเข้าสังคมร่วมกับนักเรียนระดับชั้นที่โตกว่าและเล็กกว่า เป็นการเข้าสังคมที่แตกต่างจากในชั้นเรียน ซึ่งช่วยส่งเสริมความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างนักเรียนแต่ละระดับชั้น และทำให้นักเรียนอยากเป็นตัวอย่างที่ดีให้นักเรียนที่เล็กกว่า นอกจากนี้ความร่วมมือจากผู้ปกครองจะช่วยลดการทะเลาะกันของนักเรียนได้ เนื่องจากเมื่อที่บ้านและที่โรงเรียนมีแนวทางส่งเสริมการแสดงออกทางอารมณ์ของนักเรียนในทิศทาง

เดียวกัน นักเรียนจะปรับการแสดงอารมณ์ของตนเองให้เหมาะสมทั้งสองที่ สอดคล้องกับงานวิจัยของ Advancement Courses (2018) ที่เสนอวิธีการป้องกันและแก้ปัญหาการทะเลาะและการต่อสู้ที่เกิดขึ้นในโรงเรียนประถมศึกษา ได้แก่ การส่งเสริมให้เกิดความสัมพันธ์อันดีระหว่างนักเรียน โดยการจัดกิจกรรมกลุ่มที่คละนักเรียนอย่างหลากหลาย ได้แก่ ระดับชั้น เพศ เชื้อชาติ ความสามารถพิเศษต่าง ๆ การสอนให้นักเรียนมีสติและใช้เหตุผลในการแก้ปัญหา การสอนวิธีการจัดการกับความโกรธของตนเอง การจัดให้มีผู้ให้คำปรึกษา และการส่งเสริมการมีส่วนร่วมในการแก้ปัญหาของผู้ปกครอง

1.3 การแสดงออกทางอารมณ์ด้วยการก้าวร้าว

ความก้าวร้าว การรังแกกัน การกลั่นแกล้งในโรงเรียนเป็นพฤติกรรมรุนแรงอย่างหนึ่งที่เป็นจุดเริ่มต้นและเป็นการปลูกฝังเด็กเรื่องความรุนแรง การทำร้ายกันมีผลกระทบต่อเด็กทั้ง 2 ฝ่ายทั้งอารมณ์จิตใจร่างกายและคุณภาพชีวิตในระยะยาว นักเรียนที่ถูกรังแกมักเครียด ซึมเศร้า มีปัญหาการเข้าสังคมและหากถูกกดดันรุนแรงหรือเรื้อรัง จนนำไปสู่การทำร้ายคนอื่นเพื่อแก้แค้นหรือทำร้ายตนเอง และรุนแรงถึงฆ่าตัวตาย ในอนาคตเด็กที่ถูกรังแกมักจะใช้ความรุนแรงในการตอบโต้ ในขณะที่นักเรียนที่รังแกคนอื่น เมื่อทำบ่อยครั้งจะกลายเป็นนิสัยเคยชิน จะมีปัญหาบุคลิกภาพแบบใช้ความก้าวร้าว ความรุนแรงต่อผู้อื่น ไม่มีความรู้สึกผิดใช้ความรุนแรงในการแก้ไขปัญหา ส่งผลต่อการเรียนและสุขภาพจิตได้

ปัญหาการรังแกกันของนักเรียนมีสาเหตุเกิดขึ้นมาจากปัจจัยที่หลากหลาย ขึ้นอยู่กับสภาพแวดล้อมภายในโรงเรียน การเลี้ยงดูของครอบครัว รวมไปถึงการดูแลเอาใจใส่ของครูในโรงเรียน แต่ไม่ว่าจะมีสาเหตุมาจากสิ่งใด พฤติกรรมการรังแกกันของนักเรียนเป็นสิ่งสำคัญที่จะต้องดำเนินการแก้ไขอย่างเร่งด่วน เนื่องจากส่งผลกระทบโดยตรงกับเด็กและเยาวชนซึ่งเป็นอนาคตของชาติ ซึ่งหากจะให้ประสบความสำเร็จได้นั้นก็ต้องได้รับความร่วมมือจากทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้อง ได้แก่ โรงเรียน ครู ผู้ปกครอง นักเรียน ภาครัฐ และคนในสังคมที่จะร่วมกันบูรณาการในการศึกษาและวิเคราะห์ถึงประเด็นปัญหาของการรังแกกันอย่างละเอียด เพื่อให้ได้เข้าใจถึงรากเหง้าของปัญหานี้อย่างชัดเจน รวมถึงเสนอแนะวิธีการที่เป็นประโยชน์ในการป้องกันไม่ให้เด็กถูกรังแกและไม่ไปรังแกผู้อื่น และเพื่อลดการสูญเสียของคุณภาพประชากรในสังคมที่เกิดจากผลกระทบปัญหานี้ในระยะยาว (Baldry, A. C., Farrington, D. P., & Sorrentino, A., 2017; Longobardi, C., Iotti, N. O., Jungert, T., & Settanni, M.,2018)

การแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่พึงประสงค์ของนักเรียนที่แสดงออกในรูปแบบของการก้าวร้าวต่อครูและเพื่อนร่วมชั้นของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ในโรงเรียนนานาชาติมักเกิดขึ้น ในระหว่างการจัดการเรียนการสอนบทเรียนที่เกี่ยวข้องกับความเชื่อ ประเพณี และวัฒนธรรมของประเทศต่าง ๆ

โดยนักเรียนแสดงออกด้วยการหัวเราะ พูดเหยียด เสียดสี ซึ่งถือเป็นการดูถูก ไม่ให้เกียรติ และล้อเลียนความแตกต่างของชนชาติอื่น ๆ จากปัญหาดังกล่าวสอดคล้องกับการรายงานของ American Psychological association (2021) และ (Robers, S., Zhang, J., and Truman, 2010) ที่ระบุว่าในโรงเรียนที่มีนักเรียนหลายหลายเชื้อชาติจะพบปัญหาการก้าวร้าว ล้อเลียน และถูกรังแกเป็นจำนวนมาก โดยกลุ่มนักเรียนที่มีจำนวนน้อยกว่ามักจะถูกรังแกจากกลุ่มนักเรียนที่มีจำนวนมากกว่า

ผลการศึกษาแนวทางการลดความก้าวร้าวของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ในโรงเรียนนานาชาติ สอดคล้องกับงานวิจัยของ Elizabeth Nassem (2017) ที่เสนอแนวทางการแก้ปัญหานี้ในระดับโรงเรียนพบว่า แนวทางที่มีประสิทธิภาพมากที่สุดคือ การทำให้เด็ก ๆ มีบทบาทนำในการจัดการแก้ปัญหา โดยครูควรใช้แนวทางดังนี้ การปรับปรุงความเข้าใจเรื่องการก้าวร้าว กลั่นแกล้งและรังแกกัน เนื่องจากบ่อยครั้งที่การกลั่นแกล้งรังแกกัน เกิดขึ้นเพื่อให้ตนเองได้เป็นที่นิยมชื่นชอบในหมู่เพื่อน หรือบ้างเป็นการลงมือทำเพื่อแก้เบื่อ วิธีแก้ปัญหาที่สำคัญคือ การดึงนักเรียน ให้เข้ามามีส่วนร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ และสนับสนุนให้เพื่อน ๆ ช่วยเหลือในการแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นด้วย การสร้างความสัมพันธ์ที่เคารพซึ่งกันและกันระหว่างครูกับนักเรียน รวมไปถึงให้คำปรึกษากับนักเรียน (Urbanski, J., 2017: Smith, P.& Ananiadou , K.,2003) และงานวิจัยของวินัดดา ปียะศิลป์, โชษิตา ภาวสุทธิไพศิฐและวิมลวรรณ ปัญญาว่อง (2563) เสนอแนวทางการช่วยเหลือและป้องกันการรังแกในโรงเรียนไว้ดังนี้ มาตรการณ์ของโรงเรียน ชัดเจน ตั้งแต่ผู้บริหารไปถึงผู้ปกครอง มีการตั้งคณะทำงานในโรงเรียน เผยแพร่ความรู้ และประชาสัมพันธ์ถึงวิธีการดำเนินการเมื่อนักเรียนถูกรังแกให้ทั่วถึง สร้างบรรยากาศความปลอดภัยในโรงเรียน การตั้งกฎเกณฑ์การอยู่ร่วมกันในห้องเรียน การจัดกิจกรรมเพื่อสร้างความสัมพันธ์อันดีระหว่างเพื่อน การให้ความรู้เมื่อพบเห็นเหตุการณ์การถูกรังแกในฐานะผู้ช่วยเหลือ และวิธีการช่วยเหลือผู้กระทำผิด เป็นต้น

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

2. การแสดงออกทางอารมณ์ในบรรยากาศนอกชั้นเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ในโรงเรียนนานาชาติ

ในช่วงเวลานอกเหนือจากการเรียน เช่น ช่วงพักรับประทานอาหารว่าง และพักรับประทานอาหารกลางวัน ช่วงเวลาที่นักเรียนอยู่ที่สนามเด็กเล่น รวมถึงหลังเลิกเรียน ซึ่งเป็นช่วงเวลาที่นักเรียนจะผ่อนคลายจากการเรียนการสอน ได้ใช้เวลาอยู่กับเพื่อนต่างชั้นเรียน และได้ทำกิจกรรมที่ตนเองสนใจ จากการวิเคราะห์ข้อมูลพบว่านักเรียนมีพฤติกรรมการแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่เหมาะสมใน 2 รูปแบบ ได้แก่ การใช้ความรุนแรง และการปลีกตัวออกจากผู้อื่น

2.1 การแสดงออกทางอารมณ์โดยการใช้ความรุนแรง

การอยู่ร่วมกันในสังคมของมนุษย์นั้น คงจะหลีกเลี่ยงปัญหาจากการกระทบกระทั่งกันได้ยาก ดังนั้น ความสามารถในการแก้ไขปัญหา การป้องกันปัญหา หรือการหลีกเลี่ยงปัญหา ขึ้นอยู่กับวุฒิภาวะของเด็กเช่นกัน ว่าจะสามารถจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้นได้อย่างไร การเผชิญกับปัญหา และการแก้ไขสถานการณ์ที่เป็นปัญหาจากการอยู่ร่วมกันในสังคมของเด็ก เรื่องนี้ถือว่าเป็นเรื่องสำคัญที่ครูและตลอดจนผู้ปกครองต้องมีส่วนในการแก้ปัญหาและคลี่คลายสถานการณ์ให้ความรุนแรงนั้นเบาบางลงและหมดสิ้นไปในที่สุด การแก้ไขปัญหาที่เกิดจากการทะเลาะกันของนักเรียนกับเพื่อน ๆ ต้องมีการศึกษาถึงสาเหตุ ที่มาที่ไปของเรื่องที่เกิดการทะเลาะกัน เพื่อการแก้ไขปัญหาได้ถูกต้องตรงประเด็นและหาวิธีป้องกันการเกิดการทะเลาะกันอีก ซึ่งปัญหาของเด็กบ่อยครั้งมากจากเรื่องประเด็นเล็ก ๆ น้อย ๆ ที่ครูและผู้ปกครองอาจจะมองว่าเป็นเรื่องยิบย่อย ไม่น่าจะเกิดการทะเลาะกันด้วยสาเหตุนี้ได้เลย แต่ในวุฒิภาวะของเด็กไม่สามารถเรียนรู้ได้ว่าเหตุแห่งการทะเลาะนั้นสมควรหรือไม่สมควร เพียงแต่สาเหตุมาจากความไม่พอใจในความรู้สึกของเด็กเองเพียงเล็กน้อย

การที่นักเรียนมีการแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่พึงประสงค์เมื่ออยู่ร่วมกันในสนามเด็กเล่นมากกว่าที่จะเกิดขึ้นในโรงอาหารขณะรับประทานอาหารว่าง หรืออาหารกลางวัน อาจมีสาเหตุเนื่องจากนักเรียนมักใช้เวลาในการทำกิจกรรมกับเพื่อนในสนามเด็กเล่นเป็นเวลานาน และในขณะที่นักเรียนเล่นนั้นมักจะมีความจริงจัง มีความพลุ่งพล่านของอารมณ์ ที่เกิดเป็นความสุข ความสนุก และความดีใจ แต่กลับกันหากนักเรียนเป็นผู้แพ้ในกิจกรรมที่ทำร่วมกันกลุ่มเพื่อน ก็จะเกิดความไม่พอใจที่ท่วมท้นเช่นกัน ทั้งนี้อาจมีสาเหตุเนื่องมาจากโดยธรรมชาติของนักเรียนในวัยนี้มักมีนิสัยชอบเอาชนะถือว่าการเล่นถือเป็นเรื่องจริงจังมาก ตามทฤษฎีพัฒนาการทางสังคมของอีริกสัน (Erikson’s Psychosocial Theory) ของอิริก เอช. อีริก สัน (Erik H. Erikson) ในช่วงชั้นที่ 4 ความขยันหมั่นเพียรกับความรู้สึกต่ำต้อย (Industry vs. Inferiority) ที่อธิบายว่า สำหรับเด็กช่วงอายุ 6 – 12 ปี จะเป็นวัยที่ใฝ่เรียนรู้และพยายามกระทำสิ่งต่าง ๆ เพื่อแสดงให้เห็นว่าเขาสามารถทำได้หรือประสบความสำเร็จ อยากให้ผู้อื่นยอมรับในความสามารถของตนเอง ดังนั้นเด็กวัยนี้ส่วนใหญ่จะถือเอาชัยชนะเป็นสิ่งที่อิ่มเอมใจ ชอบชนะไม่ว่าเรื่องใด ๆ ก็ตาม เด็กมักจะถือเป็นความสำเร็จในช่วงเวลานั้นและจะรู้สึกภาคภูมิใจในตนเองมาก ในขณะที่เด็กหลายคนเมื่อแพ้จะรู้สึกล้มเหลว ล่มสลาย ยอมรับไม่ได้ จึงทำให้รู้สึกว่าตนเองด้อยค่า (Maree, J.G., 2021) ดังนั้น ครู พ่อแม่ และผู้ปกครองควรช่วยให้เด็กได้เกิดความรู้สึกว่าเขามีดี มีความสามารถ โดยการสนับสนุนให้เด็กได้ทำในสิ่งที่เขาชอบอย่างสุดความสามารถ หาจุดดี-จุดเด่นของตัวเด็กเพื่อชมเชย เป็นการบ่มเพาะความรู้สึกขยันหมั่นเพียรให้เกิดขึ้น เพราะความสามารถจริงของเด็กที่ปฏิบัติได้นั้น ยังต้องได้รับการส่งเสริมและช่วยเหลือจากผู้ใหญ่และสังคมในการช่วยให้เด็กมีศักยภาพสูงสุดที่เป็นไปได้ ดังทฤษฎีของ Lev Vygotsky

เป็นทฤษฎีการเรียนรู้ที่ได้ศึกษาทางด้านพัฒนาการทางปัญญา (Cultural-Historical Theory) (Kravtsova, EE ,2009)

ในทางตรงกันข้าม ถ้านักเรียนไม่ได้รับการส่งเสริม หรือได้รับการส่งเสริมที่มากเกินความสามารถของเด็ก เด็กจะรู้สึกว่าตัวเองด้อยค่า ไม่มีความสามารถ ดังนั้นครู พ่อแม่ และผู้ปกครองควรทำความเข้าใจว่าเด็กในวัยนี้มีความรู้ความเข้าใจในสิ่งต่าง ๆ รอบตัวมากขึ้น สามารถคิดหาเหตุผลแก้ปัญหาอย่างเป็นระบบ และสามารถเข้าใจกฎเกณฑ์ต่างๆได้ก็จริง แต่ก็มีข้อจำกัดว่าความรู้ความเข้าใจเหล่านี้ก็จะต้องอยู่ในรูปธรรม เช่น การสอนให้เด็กทำความดี (นามธรรม) พ่อแม่จะต้องยกตัวอย่างให้อยู่ในรูปของพฤติกรรมที่เด็กสามารถปฏิบัติได้ เช่น การตั้งใจเรียน เชื่อฟังคำสั่งสอนของผู้ใหญ่ เป็นการทำความดี ตามทฤษฎีพัฒนาการทางสติปัญญาของ Piaget ในขั้นปฏิบัติการคิดด้วยรูปธรรม (Concrete operational stage) (Ghazi, S. R., & Ullah, K., 2015)

นอกจากนี้ปัจจัยที่ส่งผลต่อการแสดงออกทางอารมณ์โดยการใช้ความรุนแรงของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาในโรงเรียนนานาชาติ คือ ความขัดแย้งระหว่างเพื่อนร่วมชั้นเรียน เป็นปัจจัยจากการที่นักเรียนมีความคิดเห็นไม่ตรงกัน หรืออาจมีความแตกต่างด้านพฤติกรรม เมื่อต้องอยู่ร่วมกันจึงเกิดเป็นความขัดแย้งขึ้น นักเรียนที่มีความสามารถในการจัดการอารมณ์ได้ดี จะสามารถรับมือกับความขัดแย้งกับผู้อื่น และแสดงออกทางอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม แต่นักเรียนที่ไม่สามารถจัดการอารมณ์ได้ ความขัดแย้งกันในชั้นเรียนจึงกลายเป็นปัจจัยหนึ่งที่ทำให้นักเรียนมีการแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่เหมาะสม จากปัจจัยดังกล่าวอาจเป็นสาเหตุหลักของการแสดงออกทางอารมณ์โดยการใช้ความรุนแรงที่เกิดขึ้นระหว่างการทำกิจกรรมร่วมกับเพื่อนหรือการเล่น สอดคล้องกับผลการวิจัยของ Schick A., Cierpka M. (2005), M. Basar, D. Akan. (2013) และ Balay R, Saglam M. (2008) ที่อธิบายว่าปัญหาการใช้ความรุนแรงของนักเรียนในวัยเรียนที่เกิดขึ้นระหว่างการเล่นด้วยกันมีสาเหตุมาจากความหลากหลายของพฤติกรรมที่เกิดจากการอบรมเลี้ยงดูของครอบครัว และอุปนิสัยส่วนตัวของนักเรียน เช่น บางครั้งเราพบเจอนักเรียนมีอุปนิสัย ชอบแหย่ ชอบหยอก คนอื่น อาจจะเพราะอยากให้คนอื่นสนใจ อยากเล่นกับเพื่อน ซึ่งบางทีเพื่อนไม่ชอบหรือไม่เข้าใจ ก็ทำให้เกิดการทะเลาะกันได้ ปัญหานี้เกิดจาการเลี้ยงดู อบรมสั่งสอนของครอบครัว ต้องค่อย ๆ อธิบายให้นักเรียนเข้าใจว่า บางทีวิธีเล่นของเขาอาจทำให้เพื่อนไม่ชอบ เพื่อนจะหนี ไม่อยากเล่นด้วย ถ้าอยากเล่นมีเพื่อนเล่นก็ต้องแสดงพฤติกรรมที่ดีกับเพื่อนเราด้วย เมื่อนักเรียนเข้าใจตรงจุดนี้ ปัญหาก็จะค่อย ๆ ลดลง

นอกจากนี้แนวทางการลดการใช้ความรุนแรงในการแสดงออกทางอารมณ์ที่ได้จากการศึกษาในครั้งนี้ ไม่ว่าจะเป็น การใช้กลยุทธ์วิธีการจัดการอารมณ์ การสร้างระบบกลุ่มย่อยภายในโรงเรียน

การรับฟังสภาพอารมณ์ของนักเรียน รวมไปถึงความร่วมมือจากผู้ปกครอง สอดคล้องกับแนวทางการแก้ไขปัญหาความขัดแย้งที่เกิดขึ้นในโรงเรียนของ Frank Hamilton (2020) ที่เสนอแนะว่าครูควรเปิดโอกาสให้นักเรียนได้อธิบายเหตุการณ์ที่นำมาสู่การใช้ความรุนแรงที่เกิดขึ้น ครูควรสอนให้นักเรียนรู้จักรับฟังผู้อื่นอย่างมีสติและมีเหตุผล และครูควรสอนให้นักเรียนเห็นข้อเสียที่เกิดขึ้นตามมาจากการทะเลาะและการใช้ความรุนแรง และ Suzanne Capek Tingley เน้นว่าแนวทางการแก้ปัญหาการใช้ความรุนแรงในการแสดงออกทางอารมณ์นั้น ครูไม่ควรมุ่งเป้าไปที่ผู้กระทำผิด เพราะจะทำให้นักเรียนรู้สึกหวาดกลัวและไม่กล้าบอกความจริง ครูควรใช้ถอยคำสุภาพในการไกล่เกลี่ยปัญหา และครูควรจบลงด้วยข้อสรุปที่ยุติเพื่อให้นักเรียนคลี่คลายปัญหาที่เกิดขึ้น และไม่ก่อให้เกิดปัญหาความขัดแย้งที่เรื้อรัง

2.2 การแสดงออกทางอารมณ์โดยการปลีกตัวออกจากนักเรียนคนอื่น

การที่นักเรียนที่มีพฤติกรรมการเก็บตัวเงียบและปลีกตัวออกจากนักเรียนคนอื่น มักมีสาเหตุมาจากนักเรียนไม่มีเพื่อนสนิท รวมทั้งเมื่ออยู่กับเพื่อนในระดับชั้นเดียวกันมักถูกเพื่อน ๆ เพิกเฉยต่อการแสดงความคิดเห็นของนักเรียนหลาย ๆ ครั้ง และเนื่องจากนักเรียนในวัยเรียนจะใช้เวลาอยู่ที่โรงเรียนเป็นส่วนใหญ่ เด็กในวัยเรียนจะมีปฏิสัมพันธ์กับครู และเพื่อน นักเรียนมีความอยากเป็นสมาชิกของกลุ่มเพื่อน และต้องการที่จะได้รับการยอมรับจากกลุ่ม โดยนักเรียนมักแสวงหาและทำความรู้จักกับเพื่อนที่มีความคล้ายคลึงกัน ไม่ว่าจะเป็นในด้านบุคลิกลักษณะ หรือความชอบ ความสนใจ ซึ่งจะทำให้เกิดเป็นความสนิทผูกพันกันผ่านการใช้ชีวิตประจำวัน และการทำกิจกรรมทั้งเรียนและเล่นด้วยกัน เกิดเป็นความไว้วางใจให้เป็นพวกพ้องกลุ่มเดียวกัน มีความห่วงใยช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ทั้งนี้สาเหตุหลักของการแสดงออกทางอารมณ์ด้วยการปลีกตัวออกจากกลุ่มเพื่อน อาจเกิดจากการที่นักเรียนไม่ได้รับการยอมรับจากกลุ่มเพื่อน เกิดความรู้สึกแปลก แตกต่าง จึงเลือกที่จะปลีกตัวไปอยู่คนเดียว ถึงแม้ว่าการแสดงออกทางอารมณ์ในลักษณะนี้จะมีความรุนแรงน้อยกว่าพฤติกรรมอื่น และไม่ส่งผลกระทบต่อผู้อื่น แต่ปัญหาด้านการปรับตัวเข้าหากลุ่มเพื่อนและสังคมนี้อาจส่งผลเสียในระยะยาวของนักเรียน ไม่ว่าจะเป็นการปรับตัวให้เข้ากับสังคมการเรียนต่อในระดับสูงและสังคมการทำงาน (Zuffianò, A., López-Pérez, B., Cirimele, F., Kvapilová, J., & Caprara, G. V.,2019; Weyns, T., Colpin, H., De Laet, S., Engels, M., & Verschueren, K.; 2018)

กล่าวโดยสรุป จากการศึกษาสภาพการจัดการอารมณ์ของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ในโรงเรียนนานาชาติในครั้งนี้ พบว่านักเรียนจะแสดงพฤติกรรมการแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่พึงประสงค์ เมื่อไม่ได้รับการตอบสนองตามความต้องการของตนเองในหลายรูปแบบ ได้แก่ การร้องไห้ การทะเลาะถกเถียง การก้าวร้าว การใช้ความรุนแรง และการเก็บตัว เป็นต้น พฤติกรรมดังกล่าว

เป็นไปตามกลไกการป้องกันตนเอง (Defense Mechanisms) ของทฤษฎีจิตวิเคราะห์ของซิกมันด์ ฟรอยด์ (Sigmund Freund) ที่เชื่อว่าพฤติกรรมต่าง ๆ ของบุคคลที่แสดงออกมามีความสัมพันธ์และเกี่ยวข้องกับการทำงานของโครงสร้างจิต 3 ส่วนเป็นหลัก ประกอบด้วย Id (อิด) Ego (อีโก้) และ Superego (ซุปเปอร์อีโก้) โดยอิดคือแรงพลักดันที่เกิดขึ้นเพื่อตอบสนองความต้องการของตนเอง โดยเน้นที่ความพึงพอใจเป็นหลัก ส่วนอีโก้เป็นพลังที่เกิดจากการเรียนรู้โลกตามความเป็นจริง และซุปเปอร์อีโก้คือพลังที่เกิดการการเรียนรู้คุณธรรมและจริยธรรม อันได้มาจากการอบรมเลี้ยงดูและผ่านการขัดเกลาทางสังคม หากการทำงานของจิตทั้ง 3 ส่วนสอดคล้องเป็นไปในทิศทางเดียวกันจะทำให้บุคคลนั้นมีสุขภาพจิตดี มีความสุข ในทางเดียวกันหากโครงสร้างจิตทำงานไม่ประสานกัน อีโก้จะแก้ปัญหาด้วยการบิดเบือนจากความจริงและไม่มีเหตุผล โดยจะสร้างเกราะป้องกันตนเองผ่านการใช้กลไกการป้องกันตนเอง (Defense Mechanisms) เพื่อลดความเครียด ความกังวล และความไม่พึงพอใจต่าง ๆ อันส่งผลให้บุคคลนั้นกระทำพฤติกรรมที่แสดงออกถึงความไม่พึงประสงค์ออกมาในรูปแบบต่าง ๆ ได้แก่ การถอยหนี (Withdrawal) เป็นการหลีกออกมาจากสถานการณ์ บุคคล และสิ่งแวดล้อมที่ไม่พึงประสงค์ หากมีพฤติกรรมเช่นนี้เป็นเวลานานจะทำให้เป็นผู้ที่ไม่ชอบเข้าสังคม และร้ายแรงถึงไม่สามารถอยู่ในโลกของความเป็นจริงได้การโทษผู้อื่น (Projection) เพื่อให้ตนเองรู้สึกถึงความผิดน้อยลง หากใช้กลไกนี้บ่อยจะส่งผลต่อสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคล การไประบายที่อื่น (Displacement) เป็นการระบายความรู้สึกไม่พอใจหรืออารมรณ์โกรธกับสิ่งอื่น ๆ เช่น ทำลายข้าวของ ทำร้ายตนเอง เป็นต้น การแสดงปฏิกิริยาที่ตรงข้ามกับความรู้สึกที่แท้จริงของตนเอง (Reaction Formation) การหาเหตุผลเข้าข้างตนเอง (Rationalization) เป็นต้น (Cramer, P., 2015, 2018).

สำหรับแนวทางในการแก้ไขการแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่เหมาะสมของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ในโรงเรียนนานาชาติทั้งในและนอกชั้นเรียนที่ผู้วิจัยค้นพบจากการทำวิจัยในครั้งนี้ ไม่ว่าจะการใช้กลยุทธ์วิธีการจัดการอารมณ์ การสอนให้นักเรียนฝึกสมาธิ การสร้างระบบกลุ่มย่อยในโรงเรียน การตั้งใจรับฟังนักเรียน การฝึกฝนวิธีการแสดงออกทางอารมณ์ที่เหมาะสม การใช้อุปกรณ์เสริมแรง และการขอความร่วมมือจาก สอดคล้องกับงานวิจัยของเพ็ญนภา กุลนภาดล (2560) ทำวิจัยเรื่องการเสริมสร้างการควบคุมอารมณ์ของนักเรียนวัยรุ่น โดยพัฒนาชุดกิจกรรมเชิงจิตวิทยาเพื่อเสริมสร้างการควบคุมอารมณ์สำหรับนักเรียนวัยรุ่น ตามทฤษฎีพัฒนาการสังคมเชิงจิตวิทยา ผู้วิจัยพัฒนาชุดกิจกรรมโดยแบ่งออกเป็น 6 กิจกรรมย่อย ได้แก่ 1) Emotional Analysis เป็นการวิเคราะห์และเรียนรู้อารมณ์ของตนเองผ่านกิจกรรมลูกโป่งอารมณ์ และกิจกรรมหลากสีหลากอารมณ์ 2) Accepting Your Emotion เน้นให้เกิดการยอมรับในอารมณ์ของตน และสร้างสรรค์วิธีการจัดการอารมณ์ผ่านกิจกรรม การ์ดอารมณ์ และถนนอารมณ์ 3) Increase Your Self-Awareness เป็นการเพิ่มทักษะการตระหนักรู้ในอารมณ์ของตนเองผ่านกิจกรรมเพิ่มเพิ่มพูน และกิจกรรมภาพสร้างสรรค์

4) Social Awareness Activity เน้นการเรียนรู้ความเชื่อมโยงระหว่างการใส่ใจอารมณ์ของตนเองที่ส่งผลต่อสังคม 5) Relationship Management Activity เน้นการสร้างสัมพันธภาพในการควบคุมอารมณ์ และการชื่นชมตนเอง และ 6) Emotion Control Summary เป็นการบูรณาการองค์ประกอบทุกด้านเพื่อให้นักเรียนมีศักยภาพในการควบคุมอารมณ์ได้อย่างเข้มแข็ง ผลการทดลองใช้ชุดกิจกรรมเชิงจิตวิทยาดังกล่าวพบว่า นักเรียนมีคะแนนการควบคุมอารมณ์ตนเองสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

อย่างไรก็ตามในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมอันไม่พึงประสงค์ของนักเรียน การปลูกฝังคุณลักษณะอันพึงประสงค์ให้แก่นักเรียนของครูและผู้ปกครองนั้น ผู้วิจัยพบว่าการเสริมแรงทางบวกและการเสริมแรงทางลบเป็นปัจจัยที่สำคัญ ตามทฤษฎีการเรียนรู้แบบการวางเงื่อนไขแบบการกระทำ (Operant Conditioning Theory) ของสกินเนอร์ (B. F. Skinner) แสดงแนวคิดว่าการเรียนรู้ของมนุษย์จะเกิดขึ้นภายใต้เงื่อนไขและการลงโทษ จำเป็นต้องในการเสริมแรง ไม่ว่าจะเป็นการเสริมแรงทางบวกและการเสริมแรงทางลบ สกินเนอร์ (B. F. Skinner) อธิบายว่าการเสริมแรงแบ่งออกเป็น 2 วิธีคือ การเสริมแรงทุกครั้ง (Continuous Reinforcement) และการเสริมแรงเป็นบางครั้งคราว (Partial Reinforcement) โดยการเสริมแรงแต่ละวิธีส่งผลให้แสดงพฤติกรรมต่างกันเป็นรายบุคคลไม่มีรูปแบบที่ตายตัว (Shields, C., & Gredler, M.,2003). ดังนั้นในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่พึงประสงค์ของนักเรียน และการปลูกฝังคุณลักษณะอันพึงประสงค์ของนักเรียนให้ได้ประสิทธิภาพและคงทน ครูจำเป็นต้องเฝ้าสังเกตพฤติกรรมนักเรียนอย่างใกล้ชิดเป็นรายบุคคล เพื่อป้องกันการเกิดการแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่เหมาะสมซึ่งนำไปสู่ปัญหาในการจัดการอารมณ์ และเตรียมความพร้อมเมื่อเกิดปัญหาการจัดการอารมณ์ของนักเรียนในหลากหลายสถานการณ์

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

ในการศึกษาวิจัยเรื่อง การศึกษาสภาพการจัดการอารมณ์ของนักเรียนระดับประถมศึกษา: กรณีศึกษาโรงเรียนนานาชาติ ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะที่ได้จากการวิจัยดังนี้

1. ผู้บริหารสถานศึกษาและคณะกรรมการสถานศึกษาควรให้ความสำคัญกับการกำหนดนโยบายของสถานศึกษา และหลักสูตรสถานศึกษาที่ส่งเสริมและสนับสนุนการจัดการเรียนรู้เพื่อพัฒนาการจัดการอารมณ์ของนักเรียน

2. ครูและผู้ที่เกี่ยวข้องกับนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ควรใส่ใจและให้ความสำคัญกับการช่วยเหลือนักเรียนที่มีปัญหาการจัดการอารมณ์ โดยครูต้องหมั่นสังเกตพฤติกรรมของนักเรียนแต่ละคนทั้งในช่วงเวลาในชั้นเรียนและนอกชั้นเรียน เพื่อให้สามารถช่วยเหลือและแก้ปัญหาการจัดการอารมณ์ของนักเรียนได้โดยเร็วที่สุด รวมถึงครูควรจัดการประชุมเพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้ข้อมูลของนักเรียนที่มีปัญหาการจัดการอารมณ์ และเพื่อระดมสมองหาวิธีการแก้ปัญหาและส่งเสริมให้นักเรียนมีการจัดการทางอารมณ์ที่ดีขึ้น นอกจากนี้ในระหว่างการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนและกิจกรรมเสริมหลักสูตรต่าง ๆ ครูควรบูรณาการข้อมูลความรู้เกี่ยวข้องวิธีการจัดการและควบคุมอารมณ์อันไม่พึงประสงค์ของตนเองด้วย

3. ในการส่งเสริมให้นักเรียนมีการจัดการอารมณ์ที่เหมาะสมนอกจากครูจะเป็นผู้ให้คำแนะนำและคอยสังเกตพฤติกรรมของนักเรียนอย่างใกล้ชิดแล้ว การให้นักเรียนใช้อุปกรณ์ที่ช่วยเบี่ยงเบนความสนใจจากความเครียดที่เกิดขึ้น จะช่วยส่งเสริมให้นักเรียนมีการจัดการอารมณ์ที่ดีขึ้นได้ โรงเรียนหรือแต่ละห้องเรียนควรมีการเตรียมอุปกรณ์ไว้เป็นของส่วนกลางที่นักเรียนทุกคนสามารถเข้าถึงได้เมื่อมีความจำเป็นที่จะต้องใช้ และทำให้การใช้อุปกรณ์เสริมนั้นเป็นเรื่องปกติ ไม่เป็นจุดสนใจหรือกระทบต่อชั้นเรียนโดยรวม

4. ครูประจำชั้นควรพัฒนาระบบการบันทึกข้อมูลการแสดงออกทางอารมณ์ของนักเรียนและการส่งต่อข้อมูลเกี่ยวกับการแสดงออกทางอารมณ์ของนักเรียนให้มีประสิทธิภาพ เพื่อใช้ในการวิเคราะห์หาสาเหตุและแนวทางการแก้ไขปัญหาอย่างตรงจุด และเมื่อนักเรียนเลื่อนชั้นเรียน ควรมีการส่งต่อข้อมูลให้แก่ครูประจำชั้นคนใหม่ เพื่อให้ครูได้รับทราบประวัติและข้อมูลพฤติกรรมของนักเรียนที่ครบถ้วน อันจะส่งผลให้นักเรียนได้รับการดูแลและพัฒนาอย่างต่อเนื่อง แต่อย่างไรก็ตามต้องให้ความสำคัญกับการรักษาความลับของข้อมูลนักเรียนเช่นกัน

5. โรงเรียนควรให้ความสำคัญกับการสร้างความร่วมมือกับผู้ปกครอง เริ่มตั้งแต่การจัดประชุมชี้แจงนโยบายและแนวทางการส่งเสริมและพัฒนาทักษะการจัดการอารมณ์ของนักเรียนเพื่อให้การดูแลและช่วยเหลือนักเรียนเป็นไปในทิศทางเดียวกัน การขอความร่วมมือจากผู้ปกครองในการดูแลและเอาใจใส่บุตรหลานของตนเองขณะที่อยู่ที่บ้าน และการแลกเปลี่ยนข้อมูลต่าง ๆ ที่สำคัญที่เกี่ยวข้องกับการส่งเสริมและพัฒนาทักษะการจัดการอารมณ์ของนักเรียนระหว่างครูและผู้ปกครอง

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

การวิจัยในครั้งนี้ใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพในการศึกษาสภาพการจัดการอารมณ์ของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษา ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไปดังนี้

1. ศึกษาเกี่ยวกับการจัดการอารมณ์ของนักเรียนโดยใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงปริมาณเพื่อให้ได้สารสนเทศเกี่ยวกับการแสดงออกทางอารมณ์ของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาในภาพกว้าง ซึ่งผู้วิจัยอาจเก็บข้อมูลกับนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาตอนปลาย เพื่อนำข้อมูลที่ได้มาเปรียบเทียบและศึกษาพัฒนาการแสดงออกทางอารมณ์ของนักเรียน ซึ่งจะ สามารถใช้เป็นข้อมูลในการวางแผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อพัฒนาทักษะการจัดการอารมณ์ของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาได้ครอบคลุมและขยายขอบเขตของการวิจัยให้กว้างขึ้น

2. การสัมภาษณ์ผู้ปกครองของนักเรียนที่มีปัญหาการจัดการอารมณ์ ไม่ว่าจะเป็นข้อมูลเกี่ยวกับความสัมพันธ์ของสมาชิกครอบครัว วิถีชีวิตความเป็นอยู่ในครอบครัว และการแสดงออกทางอารมณ์ของนักเรียนในขณะที่อยู่ที่บ้าน นอกจากนี้อาจมีการสัมภาษณ์นักเรียนหลังจากการแสดงออกทางอารมณ์ เพื่อทำให้ได้ข้อมูลและสารสนเทศที่ความเฉพาะเจาะจงและลึกซึ้งมากขึ้น แต่ต้องคำนึงถึงข้อคำถามที่ใช้เพื่อไม่ให้เป็นการกระทบจิตใจ หรือตีตรานักเรียนให้เกิดความรู้สึกในแง่ลบ

3. การศึกษาข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับแนวทางการส่งเสริมและพัฒนาการแสดงออกทางอารมณ์ของนักเรียนในโรงเรียนนานาชาติที่มีบริบทคล้ายคลึงกันในรูปแบบต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นการลงพื้นที่โรงเรียนที่มีการปฏิบัติที่ดี และการศึกษาจากเอกสารและงานวิจัย เพื่อทำให้ผู้วิจัยสามารถวิเคราะห์แนวทางการจัดการเรียนการสอนเพื่อพัฒนาการแสดงออกทางอารมณ์ได้หลากหลายมุมมอง

4. เนื่องจากนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาตอนปลายเป็นวัยที่กำลังจะก้าวเข้าสู่วัยรุ่น ซึ่งเมื่อก้าวเข้าสู่วัยรุ่น เพศชายและเพศหญิงจะมีการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ในรูปแบบที่แตกต่างกัน การวิจัยครั้งต่อไปอาจศึกษาและเปรียบเทียบความแตกต่างของการแสดงออกทางอารมณ์ของนักเรียนชายและนักเรียนหญิง เพื่อให้ได้สารสนเทศสำหรับการจัดการเรียนการสอนและการดูแลนักเรียนเพื่อเตรียมความพร้อมทางอารมณ์ของนักเรียน

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

บรรณานุกรม

Advancement Courses. (2018). How to Manage School Fights. Retrieved https://blog.advancementcourses.com/articles/how-to-manage-school-fights/

Allen, L., & Santrock, J. (1993). Psychology: The contexts of behavior.

Allen, L., & Santrock, J. W. (1993). *Psychology : the contexts of behavior*. Dubuque, Ia: WCB Brown & Benchmark.

American Psychological association. (2021). Bullying & Victimization and Asian-American Students. Retrieved https://www.apa.org/pi/oema/resources/ethnicity-health/asian-american/bullying-and-victimization

Balay, R., & Sağlam, M. (2008). The opinions of teachers concerning the negative behaviors in class. *YYU Journal Of Education Faculty, 5*, 1-24.

Baldry, A. C., Farrington, D. P., & Sorrentino, A. (2017). School bullying and cyberbullying among boys and girls: Roles and overlap. *Journal of Aggression, Maltreatment & Trauma, 26*(9), 937-951.

Beaman, R. (2006). Behavioural interactions in the secondary school between teachers and students: What they say, what they do. *Unpublished dissertation, Macquarie University, Sydney, Australia*.

BLT Bangkok. (2564). รร.นานาชาติในไทยบูม เติบโตสูงสุดในอาเซียน. Retrieved https://www.bltbangkok.com/news/5263/

Cooper, R., & Sawaf, A. (1997). *Executive EQ: Emotional Intelligence in Business*. London: Orion Business.

Cooper, R. K., & Sawaf, A. (1997). *Emotional Intelligence in business*: Orion.

Corsano, P., Musetti, A., & Favari, D. (2020). Self-concept, loneliness, and voluntary aloneness during late childhood. *Current Psychology*, 1-11.

Davis, E. L., & Levine, L. J. (2013). Emotion regulation strategies that promote learning: reappraisal enhances children's memory for educational information. *Child Development, 84*, 361-337. doi:10.1111/j.1467-8624.2012.01836.x

Davis, E. L., & Levine, L. J. (2013). Emotion regulation strategies that promote learning: Reappraisal enhances children’s memory for educational information. *Child*

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

development, 84(1), 361-374.

Diana Rivera. (2015). Let the Child Cry: How Tears Support Social and Emotional Development. Retrieved https://www.edutopia.org/blog/tears-support-social-emotional-development-diana-rivera

Duong, J., & Bradshaw, C. P. (2017). Links between contexts and middle to late childhood social-emotional development. *American journal of community psychology, 60*(3-4), 538-554.

Elizabeth Nassem. (2017). "The complexity of children's involvement in school bullying". *Journal of Children's Services, 12*(4), 288-301.

English, T., Lee, I. A., John, O. P., & Gross, J. J. (2017). Emotion regulation strategy selection in daily life: The role of social context and goals. *Motivation & Emotion, 14*(2), 230 - 242. doi:10.1007/s11031-016-9597-z

English, T., Lee, I. A., John, O. P., & Gross, J. J., 230 - 242. Retrieved from doi:10.1007/s11031-016-9597-z. (2017). Emotion regulation strategy selection in daily life: The role of social context and goals. Motivation & Emotion,. *Journal of Children's Services, 14*(2), 230-242.

Erikson, E. H. (1968). Identity youth and crisis, New York (WW Norton) 1968.

Frank Hamilton. (2020). 10 Mediation Steps for Resolving Conflicts In Student Classroom. Retrieved https://www.mediate.com/articles/hamilton-conflict-clasroom.cfm

Ghazi, S. R., Shahzada, G., Tariq, M., & Khan, A. Q. (2013). Types and causes of students' disruptive behavior in classroom at secondary level in Khyber Pakhtunkhwa, Pakistan. *American Journal of Educational Research, 1*(9), 350-354.

Goleman, D. (1995a). *Emotional Intelligence*. New York: Bantam Books.

Goleman, D. (1995b). Emotional Intelligence New York. *NY: Bantam Books*.

Goleman, D. (1998a). Working with emotional intelligence. In. New York: Bantam Books.

Goleman, D. (1998b). *Working with Emotional Intelligence*. New York: Batam Books.

Gottman, J. M. (1997). *Raising an Emotional Intelligence Child*: Fireside.

Gottman, J. M. (1997). *Raising an Emotional Intelligence Child: Fireside*.

Greenberg, M. T., & Snell, J. L. (1997). Brain development and emotional development: The role of teaching in organizing the frontal lobe.

Greenberg, M. T., & Snell, J. L. (1997). *Brain development and emotional development: The role of teaching in organizing the frontal lobe*. New York: Basic Books.

Hall, N. C., & Goetz, T. (2013). *Emotion, motivation, and self-regulation: A handbook for teachers*: Emerald Group Publishing.

Hall, N. C., & Goetz, T. (Eds.). (2013). *Emotion, motivation, and self-regulation: A handbook for teachers*. United Kingdom: Emerald Group.

Ken Shore. (2021). Classroom Problem Solver: Constant Crying. Retrieved https://www.educationworld.com/a_curr/shore/shore048.shtml

Little, E., Hudson, A., & Wilks, R. (2002). The efficacy of written teacher advice (tip sheets) for managing classroom behaviour problems. *Educational Psychology, 22*(3), 251-266.

Longobardi, C., Iotti, N., Jungert, T., & Settanni, M. (2018). Student-teacher relationships and bullying: The role of student social status. *Journal of adolescence, 63*, 1-10.

M. Basar, & Akan, D. (2013). ASSESSMENT OF CLASS TEACHERS'DISPUTE RESOLUTION APPLICATIONS IN CONFLICT ENVIRONMENTS ON THE BASIS OF RESTORATIVE JUSTICE. *International Journal of Academic Research, 5*(5).

Maria Inês Teixeira. (2020). So a student cried in class? Here are 11 approaches to take. Retrieved https://www.ef.com/wwen/blog/teacherzone/so-a-student-cried-in-class-here-are-11-approaches-to-take/

Mayer, J. D.,

Salovey, P. . (1990). Emotional intelligence. *Imagination, cognition and personality, 9*(3), 185-211.

Mayer, J. D., & Salovey, P. (1990). *Emotional Intelligence. In Imagination, Cognition, and Personality*.

Mayer, J. D., & Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence. *Emotional development and emotional intelligence: Educational implications, 3*, 31.

Mayer, J. D., & Salovey, P. (1997). *What is Emotional Intelligence? In Emotional Development and Emotional Intelligence: Educational Implication*. New York: BasicBooks.

Michael Linsin. (2014). When (And Why) You Should Ignore Crying Students. Retrieved https://www.smartclassroommanagement.com/2014/12/06/when-and-why-you-

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

should-ignore-crying-students/

Nassem, E., & Harris, A. (2015). Why do children bully? *School Leadership Today, 6*(5), 68-73.

Organization, W. H. (1997). *Life skills education for children and adolescents in schools. Pt. 3, Training workshops for the development and implementation of life skills programmes*. Retrieved from

Raver, C., C., (), . , & . Retrieved Oct 4, from. (2003). Young Children's Emotional Development and School Readiness. Clearinghouse on Elementary and Early Childhood Education. Retrieved https://www.researchgate.net/publication/242095521_Young_Children%27s_Emotional_Development_and_School_Readiness

Robers, S., Zhang, J., & Truman, J. (2010). Indicators of School Crime and Safety: 2010. NCES 2011-002/NCJ 230812. *National Center for Education Statistics*.

Sabatier, C., Cervantes, D. R., Torres, M. M., Rios, O. H. D. l., & Sanudo, J. P. (2017). Emotion regulation in children and adolescents: co. *34*.

Sabatier, C., Restrepo Cervantes, D., Moreno Torres, M., Hoyos De los Rios, O., & Palacio Sañudo, J. (2017). Emotion Regulation in Children and Adolescents: concepts, processes and influences. *Psicología desde el Caribe, 34*(1), 101-110.

Schick, A., & Cierpka, M. (2005). Faustlos: Evaluation of a curriculum to prevent violence in elementary schools. *Applied and Preventive Psychology, 11*(3), 157-165.

SE-ED Learning Center. (2017). เด็กทะเลาะกัน... เรื่องเล็กๆใช่หรือ. Retrieved https://www.facebook.com/se.ed.learning.center/posts/1589784324405927/

Sigmund Freud. (1949). *An outline of psychoanalysis*. New York: W.W. Norton & Company.

Smith, P. K., & Ananiadou, K. (2003). The nature of school bullying and the effectiveness of school-based interventions. *Journal of Applied Psychoanalytic Studies, 5*(2), 189-209.

Stephenson, J., Linfoot, K., & Martin, A. (2000). Behaviours of concern to teachers in the early years of school. *International Journal of Disability, Development and Education, 47*(3), 225-235.

Stratton, C., W., , & Reid, J., M.,. (2004). Strengthening social and emotional

competence in young children—The foundation for early school readiness and success: Incredible years classroom social skills and problem-solving curriculum. *Infants & Young Children, 17*(2), 96-113.

Suzanne Capek Tingley. (2020). Dealing with Conflicts in School: Advice from a Former Principal. Retrieved https://www.wgu.edu/heyteach/article/dealing-teacher-conflicts-school-advice-former-principal1710.html

Urbanski, J. (2017). Bullying prevention and school climate reform. *Journal of health science and education, 1*(1), e101-e101.

Weyns, T., Colpin, H., De Laet, S., Engels, M., & Verschueren, K. (2018). Teacher support, peer acceptance, and engagement in the classroom: A three-wave longitudinal study in late childhood. *Journal of youth and adolescence, 47*(6), 1139-1150.

Wheldall, K. (1991). Managing troublesome classroom behaviour in regular schools: A positive teaching perspective. *International Journal of Disability, Development and Education, 38*(2), 99-116.

World Health Organization. (1997). Life Skills Education for children and adolescents in schools. *Programme on Mental Health, 1-3*.

Yamane, T. (1970). Statistics: An Introductory Analysis Harper and Row; John Weather Hill. *Inc.: New York, NY, USA*.

Zuffianò, A., López-Pérez, B., Cirimele, F., Kvapilová, J., & Caprara, G. V. (2019). The positivity scale: Concurrent and factorial validity across late childhood and early adolescence. *Frontiers in psychology, 10*, 831.

เฉลิมลาภ ทองอาจ. (2556). แนวทางการแก้ไขความขัดแย้งระหว่างผู้เรียน. Retrieved http://oknation.nationtv.tv/blog/Chalermlahp/2013/03/17/entry-2

เดลินิวส์ ออนไลน์. (2560). ผกก.ยัวะ!เอาผิดเป็นตัวอย่าง โจ๋กร่างถุยน้ำลาย-ท้าตร.ชก. Retrieved https://www.dailynews.co.th/regional/599086

เทอดศักดิ์ เดชคง. (2542). จากความฉลาดทางอารมณ์ สู่สติและปัญญา. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์มติชน.

โพสต์ ทู เดย์. (2560a). เด็กจีนโมโหเตะแม่! เหตุโดนห้ามเล่นโทรศัพท์. Retrieved https://www.posttoday.com/world/475089

โพสต์ ทู เดย์. (2560b). เด็กจีนโมโหเตะแม่! เหตุโดนห้ามเล่นโทรศัพท์. Retrieved from https://www.posttoday.com/world/475089

กรมสุขภาพจิต. (2545). คู่มือความฉลาดทางอารมณ์. นนทบุรี: ศูนย์สารนิเทศและประชาสัมพันธ์กรม

สุขภาพจิต.

ข่าวไทยพีบีเอส. (2561). นักวิชาการชี้ เด็ก “ขี้อาย-แตกต่าง-กลุ่มชาติพันธุ์” เป้าหมายถูกรังแก. Retrieved https://news.thaipbs.or.th/content/269851

ข่าวสด ออนไลน์. (2560). แค่เติมน้ำมันล้นถังเวสป้า ฉุนขาดรถเลอะ พาพวกรุมกระทืบเด็กปั๊ม ไล่ยิงเดือดกลางถนน. Retrieved https://www.khaosod.co.th/special-stories/news_516973

จิราภรณ์ ตั้งกิตติภาภรณ์. (2556). จิตวิทยาทั่วไป. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

จิราภรณ์ อรุณากูร. (2560). ความก้าวร้าวของเด็กที่ผู้ปกครองไม่ควรมองข้าม. Retrieved https://med.mahidol.ac.th/ramachannel/home/article/%E0%B8%84%E0%B8%A7%E0%B8%B2%E0%B8%A1%E0%B8%81%E0%B9%89%E0%B8%B2%E0%B8%A7%E0%B8%A3%E0%B9%89%E0%B8%B2%E0%B8%A7%E0%B8%82%E0%B8%AD%E0%B8%87%E0%B9%80%E0%B8%94%E0%B9%87%E0%B8%81/

ปาณิกา กาญจนหงส์. (2560). ปัจจัยส่วนประสมทางการตลาดที่ส่งผลต่อการตัดสินใจของผู้ปกครอง ในการส่งบุตรหลานเข้าศึกษาในโรงเรียนนานาชาตอิเมริกันแปซิฟิก. (การค้นคว้าอิสระ). สาขาวิชาการบริหารธุรกิจ มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่.

ปิยนุช ทองทั่ว. (2552). ปัจจัยการตัดสินใจของผู้ปกครองนักเรียนไทยในการส่งบุตรหลานเข้าเรียนในโรงเรียนนานาชาติหลักสูตรประเทศอังกฤษ ระดับประถมศึกษาในกรุงเทพมหานคร. (วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต). สาขาวิชาการบริหารการศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรี.

ผดุง อารยะวิญญู. (2542). เด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรม. กรุงเทพฯ: แว่นแก้ว.

พรกมล ลีภักดิ์ปรีดา, & ไกรชิต สุตะเมือง. (2555). แรงจูงใจของผู้ปกครองไทยในการส่งบุตรหลานเข้าเรียนโรงเรียนนานาชาติในเขตกรุงเทพมหานคร. วารสารการเงิน การลงทุน การตลาดและการบริหารธุรกิจ, *2*(3), 317-335.

พระมหามงคลกานต์ จิตธมฺโม และคณะ. (2562). การอยู่ร่วมกันของคนในสังคมพหุวัฒนธรรมในประเทศไทย กรณีศึกษาสังคมพหุวัฒนธรรมในออำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่. วารสารมหาจุฬาวิชาการ, *6*(2), 46-59.

มุกดา ศรียงค์และคณะ. (2561). จิตวิทยาทั่วไป *General Psychology PC 103*. (พิมพ์ครั้งที่ 12). กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยรามคำแหง.

รุ่งกานต์ รุจิวรางกุล. (2564). เคล็ดลับ 5 วิธีเสริมทักษะ ช่วยลูกปรับตัวเข้าโรงเรียนนานาชาติ. Retrieved https://th.theasianparent.com/adjust-to-international-school-life

วาริช ราชพิทักษ์. (2552). ปัญหากฎหมายและอุปสรรคเกี่ยวกับการประกอบธุรกิจโรงเรียนนานาชาติ. (วิทยานิพนธ์นิติศาสตรมหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยศรีปทุม วิทยาเขตชลบุรี.

วินัดดา ปิยะศิลป์, โชษิตา ภาวสุทธิไพศิฐ, & วิมลวรรณ ปัญญาว่อง. (2563). การรังแกในเด็กและวัยรุ่น. ราชวิทยาลัยกุมารแพทย์แห่งประเทศไทย.

ศรีเรือน แก้วกังวาล. (2549). จิตวิทยาพัฒนาการชีวิตทุกช่วงวัย. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

สุรางค์ โค้วตระกูล. (2556). จิตวิทยาการศึกษา. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

ภาคผนวก

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

ภาคผนวก ก

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิในการตรวจเครื่องมือวิจัย

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิในการตรวจเครื่องมือวิจัย

1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ยุรวัฒน์ คล้ายมงคล
   อาจารย์ประจำสาขาวิชาประถมศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
2. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.กนิษฐ์ ศรีเคลือบ
   อาจารย์ประจำภาควิชาวิจัยและจิตวิทยาการศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
3. อาจารย์ ดร.ภัทรพร แจ่มใส
   ผู้ช่วยรองผู้อำนวยการฝ่ายวิชาการ โรงเรียนสาธิตแห่งมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ศูนย์วิจัยและพัฒนาการศึกษา

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

ภาคผนวก ข
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

แบบสังเกตการแสดงอารมณ์ของนักเรียนในบรรยากาศภายในชั้นเรียน

นักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5

วัตถุประสงค์ แบบสังเกตฉบับนี้ จัดทำขึ้นเพื่อสังเกตการแสดงอารมณ์ของนักเรียนในบรรยากาศภายในชั้นเรียนของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5

คำชี้แจง แบบสังเกตมี 2 ตอน

ตอนที่ 1 การสังเกตพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ที่เกิดขึ้นในชั้นเรียนของนักเรียน

ตอนที่ 2 การสังเกตการจัดการชั้นเรียนของครูผู้สอนด้านบรรยากาศในชั้นเรียน และด้านการแก้ปัญหาที่เกิดในชั้นเรียน เมื่อนักเรียนมีพฤติกรรมไม่พึงประสงค์

การสังเกต ผู้สังเกตสังเกตโดยบันทึกรายละเอียดตามสภาพที่เป็นจริง ไม่ระบุความคิดเห็น

ห้อง ..... จำนวนนักเรียน .....

วันที่ ..... เวลา ..... วิชา .....

ตอนที่ 1 พฤติกรรมของนักเรียน

พฤติกรรมไม่พึงประสงค์ที่เกิดขึ้นในชั้นเรียน	รายละเอียดพฤติกรรม / เหตุการณ์ / สาเหตุ
1. พฤติกรรมก้าวร้าว ทั้งต่อครูและเพื่อน	
2. พูดคำหยาบ ยั่วยุ หรือล้อเลียน	
3. ทะเลาะวิวาท	
4. การแสดงอารมณ์อื่นๆ เช่น ร้องไห้ ซึมเศร้า เงียบ	

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

บันทึกเพิ่มเติม

.....

.....

.....

ตอนที่ 2 การจัดการชั้นเรียนของครูผู้สอน

ด้านบรรยากาศในชั้นเรียน	รายละเอียดพฤติกรรม / เหตุการณ์ / สาเหตุ
1. การเปิดโอกาสให้นักเรียนถามและตอบคำถาม	
2. น้ำเสียงที่ครูใช้ขณะสอน	
ด้านการแก้ปัญหาที่เกิดในชั้นเรียนเมื่อนักเรียนมีพฤติกรรมไม่พึงประสงค์	รายละเอียดพฤติกรรม / เหตุการณ์ / สาเหตุ
1. นักเรียนมีพฤติกรรมก้าวร้าวทั้งต่อครูและเพื่อน	
2. นักเรียนพูดคำหยาบ ยั่วยุ หรือล้อเลียนเพื่อนร่วมชั้นเรียน	
3. นักเรียนทะเลาะวิวาท	
4. การแสดงอารมณ์อื่นๆ เช่น ร้องไห้ ซึมเศร้า เงียบ	

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

บันทึกเพิ่มเติม

.....

.....

.....

ผู้สังเกต

.....

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

แบบสังเกตการแสดงอารมณ์ของนักเรียนในบรรยากาศภายนอกชั้นเรียน

นักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ห้อง .....

วัตถุประสงค์ แบบสังเกตฉบับนี้ จัดทำขึ้นเพื่อการแสดงอารมณ์ของนักเรียนในบรรยากาศภายนอกชั้นเรียนของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5

คำชี้แจง แบบสังเกตมี 4 ตอน

ตอนที่ 1 การสังเกตพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ที่เกิดขึ้นขณะอยู่ในสนามเด็กเล่น

ตอนที่ 2 การสังเกตพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ที่เกิดขึ้นขณะพักรับประทานอาหารว่าง

ตอนที่ 3 การสังเกตพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ที่เกิดขึ้นขณะพักรับประทานอาหารกลางวัน

ตอนที่ 4 การสังเกตพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ที่เกิดขึ้นขณะที่ผู้ปกครองมารับ-ส่ง

การสังเกต ผู้สังเกตสังเกตโดยบันทึกรายละเอียดตามสภาพที่เป็นจริง ไม่ระบุความคิดเห็น

วันที่ .....

ตอนที่ 1 พฤติกรรมของนักเรียนขณะอยู่ในสนามเด็กเล่น

พฤติกรรม	รายละเอียดพฤติกรรม / เหตุการณ์ / สาเหตุ
1. การเล่นด้วยความรุนแรง	
2. การทะเลาะ ถกเถียงกัน	
3. การทะเลาะ ทำร้ายร่างกาย	

CHULALONGKORN UNIVERSITY

พฤติกรรม	รายละเอียดพฤติกรรม / เหตุการณ์ / สาเหตุ
4. การล้อเลียน	
5. การไม่ยอมรับ ไม่ให้เพื่อนเข้ากลุ่ม	
6. การเก็บตัว ไม่เล่นกับเพื่อน	

บันทึกเพิ่มเติม

.....

.....

ตอนที่ 2 พฤติกรรมของนักเรียนขณะพักรับประทานอาหารว่าง

พฤติกรรม	รายละเอียดพฤติกรรม / เหตุการณ์ / สาเหตุ
1. การเก็บตัวไม่ร่วมโต๊ะอาหารกับผู้อื่น	
2. การเบื่ออาหาร รับประทานน้อย หรือไม่รับประทานเลย	

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

บันทึกเพิ่มเติม

.....

.....

ตอนที่ 3 พฤติกรรมของนักเรียนขณะพักรับประทานอาหารกลางวัน

พฤติกรรม	รายละเอียดพฤติกรรม / เหตุการณ์ / สาเหตุ
1. การเก็บตัวไม่ร่วมโต๊ะอาหารกับผู้อื่น	
2. การเบื่ออาหาร รับประทานน้อย หรือไม่รับประทานเลย	

บันทึกเพิ่มเติม

.....

.....

ตอนที่ 4 พฤติกรรมของนักเรียนขณะที่ผู้ปกครองมารับ-ส่ง

พฤติกรรม	รายละเอียดพฤติกรรม / เหตุการณ์ / สาเหตุ
1. การแสดงความก้าวร้าวต่อผู้ปกครอง	
2. การแสดงความนิ่งเฉย / ห่างเหินต่อผู้ปกครอง	
3. การไม่ให้ความเคารพต่อผู้ปกครอง	
4. การแสดงอารมณ์อื่นๆ เช่น ร้องไห้ ซึมเศร้า เงียบ	

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

บันทึกเพิ่มเติม

.....

.....

.....

ผู้สังเกต

.....

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

แบบสัมภาษณ์บุคลากรในโรงเรียนนานาชาติ

เรื่อง สภาพการจัดการอารมณ์ของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5

วันที่สัมภาษณ์ ..... เวลา .....

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ให้ข้อมูล

1. ตำแหน่งผู้ให้ข้อมูล

( ) ผู้อำนวยการโรงเรียน ( ) ครูประจำชั้น ( ) ครูประจำวิชา ( ) ผู้ให้คำปรึกษาเกี่ยวกับเด็ก

2. เพศ .....

3. อายุ ..... ปี

4. การศึกษา ( ) ระดับปริญญาตรี จาก ..... คณะ .....

( ) ระดับปริญญาโท จาก ..... คณะ .....

( ) ระดับปริญญาเอก จาก ..... คณะ .....

5. ประสบการณ์ทำงาน ..... ปี

ตอนที่ 2 คำถามในการสัมภาษณ์บุคลากรในโรงเรียนนานาชาติ ด้านความคิดเห็นเกี่ยวกับการแสดงออกทางอารมณ์ของนักเรียน

ข้อที่ 1 ประสบการณ์เกี่ยวกับนักเรียนที่มีการแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่เหมาะสมที่พบทั่วไป

1.1 จากประสบการณ์ทำงานในโรงเรียนนานาชาติแห่งนี้ คุณเคยพบกับนักเรียนที่มีการแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่เหมาะสมในโรงเรียนหรือไม่

.....

.....

1.2 เหตุการณ์เกิดขึ้นที่บริเวณใดของโรงเรียน .....

1.3 นักเรียนคนนั้นเรียนอยู่ระดับชั้นใด .....

1.4 คุณคิดว่านักเรียนที่แสดงออกทางอารมณ์แบบนั้นมีสาเหตุมาจากอะไร เพราะเหตุใด .....

.....

1.5 คุณใช้แนวทางใด เพื่อที่จะลดหรือหยุดพฤติกรรมของนักเรียนคนนั้น .....

.....

ข้อที่ 2 ประสบการณ์เกี่ยวกับนักเรียนที่มีการแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่เหมาะสม ในนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 (คำถามสำหรับครูประจำชั้น ครูประจำวิชา และผู้ให้คำปรึกษาเกี่ยวกับเด็ก)

2.1 คุณเคยพบการแสดงพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ในชั้นเรียนที่มีสาเหตุมาจากการควบคุมอารมณ์หรือไม่ (เช่น ถูกเพื่อนล้อเลียน ตอบคำถามไม่ได้ เพื่อนไม่ยอมรับ ไม่ได้ทำในสิ่งที่ต้องการ ฯลฯ) พฤติกรรมนั้นคืออะไร

.....

.....

2.2 คุณใช้วิธีการใดในการลด หรือหยุดพฤติกรรมนั้น .....

.....

2.3 นักเรียนคนเดิม มีการแสดงพฤติกรรมซ้ำหรือไม่ .....

2.4 หากนักเรียนมีการแสดงพฤติกรรมซ้ำ เกิดจากสาเหตุเดิมหรือสาเหตุใหม่ .....

.....

ข้อที่ 3 แนวทางและนโยบายของโรงเรียนเกี่ยวกับนักเรียนที่มีการแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่เหมาะสม

3.1 โรงเรียนมีแนวทางให้ครูส่งเสริมให้นักเรียนมีการแสดงออกทางอารมณ์ที่เหมาะสมอย่างไรบ้าง

.....

.....

.....

3.2 โรงเรียนมีนโยบายในการแก้ไขเมื่อพบนักเรียนที่มีการแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่เหมะสมอย่างไร

.....

.....

3.3 คุณคิดว่าโรงเรียนควรมีแนวทางหรือนโยบายเพิ่มเติมอย่างไร ในการสนับสนุนให้นักเรียนมีการแสดงออกทางอารมณ์ที่เหมาะสม และลดการแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่เหมาะสม

แนวทางในการสนับสนุนการแสดงออกทางอารมณ์ที่เหมาะสม

.....

.....

แนวทางในการลดการแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่เหมาะสม

.....

.....

บันทึกเพิ่มเติม

.....

.....

ผู้สัมภาษณ์

.....

แบบบันทึกข้อมูลทั่วไปของนักเรียน

ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ห้องที่ 1

ประวัติและข้อมูลนักเรียน

ลำดับนักเรียน	ประวัติส่วนตัว			บันทึกการเข้าเรียน		บันทึกผลการเรียนรายวิชา				หมายเหตุ
	เชื้อชาติ	พี่ / น้อง	อาชีพผู้ปกครอง	มาสาย	ขาดเรียน	Language art	Math	Science	Social study	
นร. 1										
นร. 2										
นร. 3										
นร. 4										
นร. 5										
นร. 6										
นร. 7										
นร. 8										
นร. 9										
นร. 10										
นร. 11										
นร. 12										
นร. 13										
นร. 14										
นร. 15										
นร. 16										
นร. 17										
นร. 18										
นร. 19										
นร. 20										

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

แบบบันทึกข้อมูลทั่วไปของนักเรียน

ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ห้องที่ 2

ประวัติและข้อมูลนักเรียน

ลำดับนักเรียน	ประวัติส่วนตัว			บันทึกการเข้าเรียน		บันทึกผลการเรียนรายวิชา				หมายเหตุ
	เชื้อชาติ	พี่ / น้อง	อาชีพผู้ปกครอง	มาสาย	ขาดเรียน	Language art	Math	Science	Social study	
นร. 1										
นร. 2										
นร. 3										
นร. 4										
นร. 5										
นร. 6										
นร. 7										
นร. 8										
นร. 9										
นร. 10										
นร. 11										
นร. 12										
นร. 13										
นร. 14										
นร. 15										
นร. 16										
นร. 17										
นร. 18										
นร. 19										
นร. 20										

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

ประวัติผู้เขียน

ชื่อ-สกุล	ปิ่นประไพ โชติชัชวาลย์กุล
วัน เดือน ปี เกิด	28 พฤศจิกายน 2533
สถานที่เกิด	จังหวัดราชบุรี
วุฒิการศึกษา	ครุศาสตร์บัณฑิต เกียรตินิยมอันดับ 2 สาขาวิชาประถมศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
ที่อยู่ปัจจุบัน	1959/114 ดีคอนโด สุขุมวิท 109 หมู่ 9 ซอยสันติคาม ถนนสุขุมวิท ตำบลสำโรงเหนือ อำเภอเมืองสมุทรปราการ จังหวัดสมุทรปราการ 10270

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY