



การศึกษาความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาปริญญาตรี
คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร

สุวิมล จุลวานิช

นพมณี ฤทธิกุลสิทธิชัย

งานวิจัยนี้ได้รับทุนอุดหนุนจากงบประมาณรายได้คณะ

ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2556

คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร



A STUDY OF STUDENTS EMOTIONAL QUOTIENT (EQ)
AT THE FACULTY OF LIBERAL ARTS, RAJAMANGALA
UNIVERSITY OF TECHNOLOGY PHRANAKHON

SUWIMOL CHULWANICH
NOPMANEE RITTIKULSITHICHAJ



THIS RESEARCH IS FUNDED BY FACULTY OF LIBERAL ARTS
RAJAMANGALA UNIVERSITY OF TECHNOLOGY PHRANAKHON
YEAR 2013

ชื่อเรื่อง : การศึกษาความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาปริญญาตรี คณะศิลปศาสตร์
มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร

ผู้วิจัย : ผศ.สุวิมล จุลวานิช และ ผศ. ดร. นพมณี ฤทธิกุลสิทธิชัย
คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร

พ.ศ. : 2556

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาปริญญาตรี คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร และเพื่อเปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมและรายด้านของนักศึกษา จำแนกตามตัวแปร เพศ สาขาวิชาและชั้นปีการศึกษา กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ถึงชั้นปีที่ 4 ในสาขาวิชาการโรงแรม สาขาวิชาการท่องเที่ยว และสาขาวิชาภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสารสากล ในปีการศึกษา 2555 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย เป็นแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข ประกอบด้วย องค์ประกอบด้านดี ด้านเก่งและด้านสุข ข้อมูลที่ได้นำมาวิเคราะห์โดยหาค่าร้อยละ ค่าความถี่ ค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การทดสอบค่าที ค่าความแปรปรวนทางเดียว (One-way ANOVA) และ Least-Significant Difference

ผลการวิจัยพบว่า

1. นักศึกษามีระดับความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมอยู่ในระดับปกติ
2. นักศึกษามีระดับความฉลาดทางอารมณ์อยู่ในระดับปกติทั้งในด้านดี ด้านเก่งและด้านสุข
3. นักศึกษาเพศชายและเพศหญิงมีความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมและในรายด้านอยู่ในระดับปกติและไม่มีความแตกต่างกัน ยกเว้นองค์ประกอบย่อยด้านความรับผิดชอบ มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.5
4. นักศึกษาในสาขาวิชาต่างกัน มีระดับความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมและในรายด้านอยู่ในระดับปกติและไม่แตกต่างกัน
5. นักศึกษาชั้นปีการศึกษาต่างกัน มีระดับความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมและรายด้านอยู่ในระดับปกติ ยกเว้นนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ในด้านการควบคุมตนเองสูงกว่าปกติ และพบว่าชั้นปีการศึกษาที่ต่างกันมีระดับความฉลาดทางอารมณ์แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.5 ยกเว้นองค์ประกอบด้านสุขไม่พบความแตกต่าง

Title : A STUDY OF STUDENTS EMOTIONAL QUOTIENT (EQ)
AT THE FACULTY OF LIBERAL ARTS, RAJAMANGALA
UNIVERSITY OF TECHNOLOGY PHRANAKHON

Researcher : Asst. Prof. Suwimol Chulwanich and Asst. Prof. Dr.
Nopmanee Rittikulsithichai

Year : 2013

ABSTRACT

This research aimed to study and compare the Emotional Quotient (EQ) of the undergraduate students of the faculty of Liberal Arts, Rajamangala University of Technology Pranakhon. The comparison was done with all aspects of the emotional quotient and also with each category within each aspect of them classifying according to variables determined such as the sex of the students, the divisions of the students and their year of study. The samples were students in all four years and all of divisions of the faculty namely the Hotel Division, the Tourism Division and the English for International Division.

The data were collected in academic year 2013 and the research instrument was derived from the Emotional Quotient Evaluation Form of Department of Mental Health, Ministry of Public Health which included three main aspects: the good aspect, the smart aspect and the happy aspect. The data were analyzed with descriptive statistics and One-way ANOVA.

The results were as follows:

1. The Emotional Quotient of the whole students was normal in all aspects.
2. The Emotional Quotient of the whole students was normal in each aspect: the good aspect, the smart aspect and the happy aspect.
3. The Emotional Quotient of male students and that of female students were normal, and not significantly different, except the responsibility of female students which was significant at the level of 0.5.
4. The Emotional Quotient of the students from different divisions was normal and not significantly different.
5. The Emotional Quotient of the students who were in different academic year was normal in all aspects. However, the Emotional Quotient of the first year students in self-controlling was higher than the others. It was found that the results of the students from different year were significant at the level of 0.5 but the result in the happy aspect was not significantly different.

กิตติกรรมประกาศ

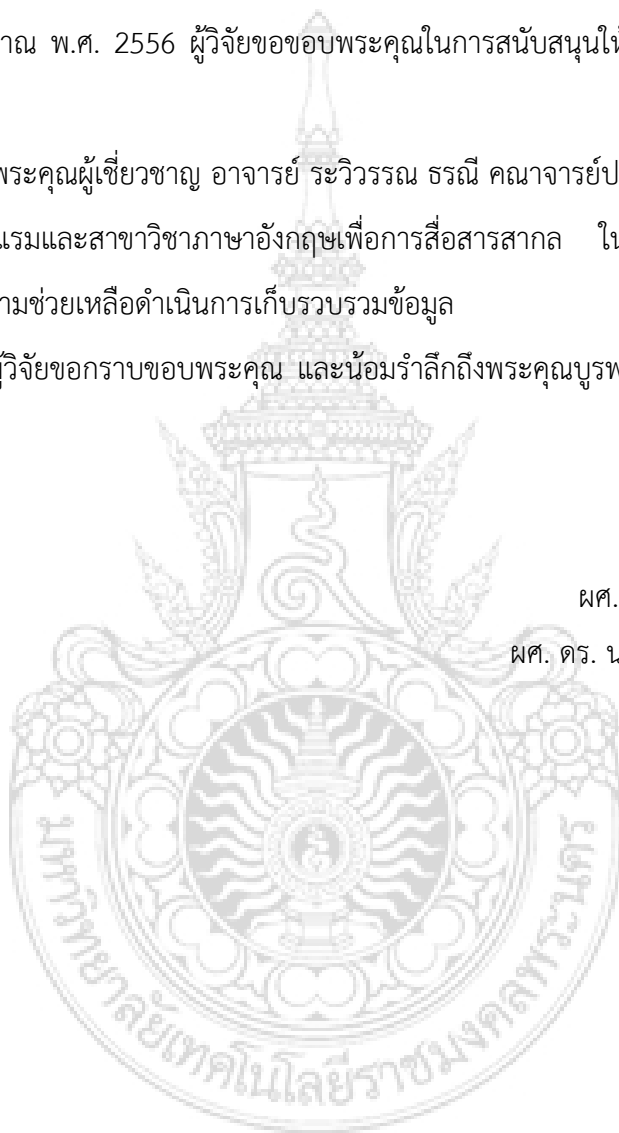
งานวิจัยเรื่อง การศึกษาความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาปริญญาตรี คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร ได้รับทุนอุดหนุนการวิจัยจากงบประมาณรายได้คณะ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2556 ผู้วิจัยขอขอบพระคุณในการสนับสนุนให้งานวิจัยประสบความสำเร็จ ลุล่วงด้วยดี

ขอขอบพระคุณผู้เชี่ยวชาญ อาจารย์ ระวีวรรณ ธรณี คณาจารย์ประจำสาขาวิชาการท่องเที่ยว สาขาวิชาการโรงแรมและสาขาวิชาภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสารสากล ในการตรวจสอบให้คำแนะนำ ปรีक्षाและให้ความช่วยเหลือดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล

สุดท้ายผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณ และน้อมรำลึกถึงพระคุณบูรพาจารย์ที่ประสาทวิชาความรู้ แก่ผู้วิจัย

ผศ.สุวิมล จุลวานิช

ผศ. ดร. นพมณี ฤทธิกุลสิทธิชัย



สารบัญ

หน้า

บทคัดย่อภาษาไทย	ก
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ข
กิตติกรรมประกาศ	ค
สารบัญ	ง
สารบัญตาราง	ฉ
สารบัญภาพประกอบ	ณ
บทที่ 1 บทนำ	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย	3
สมมติฐานการวิจัย	3
กรอบแนวคิดในการศึกษา	4
ขอบเขตของการวิจัย	4
ความสำคัญของการวิจัย	5
นิยามคำศัพท์เฉพาะ	5
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	7
ความเป็นมาของความฉลาดทางอารมณ์	7
ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์	8
แนวคิดและองค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์	8
ความสำคัญและประโยชน์ของความฉลาดทางอารมณ์	13
ปัจจัยที่ส่งผลต่อความฉลาดทางอารมณ์	14
แนวทางการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์	17
การวัดความฉลาดทางอารมณ์	21
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	26

บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย	28
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	28
เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล	28
การเก็บรวบรวมข้อมูล	29
การวิเคราะห์ข้อมูล	29
สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล	31
สารบัญ (ต่อ)	
	หน้า
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	32
ขั้นตอนการวิเคราะห์ข้อมูล	32
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	32
บทที่ 5 สรุปผล อภิปรายและข้อเสนอแนะ	56
สรุปผลการวิจัย	56
อภิปรายผลการวิจัย	58
ข้อเสนอแนะ	62
บรรณานุกรม	63
ภาคผนวก	66
ภาคผนวก ก แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์	67
ภาคผนวก ข ประวัติผู้เชี่ยวชาญและผู้วิจัย	72

สารบัญตาราง

	หน้า
ตารางที่ 3.1 การกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่าง	28
ตารางที่ 3.2 ช่วงค่าคะแนน	30
ตารางที่ 4.1 ค่าความถี่ (Frequency) และค่าร้อยละ (Percentage) ของข้อมูลทั่วไป ของนักศึกษา	33
ตารางที่ 4.2 ค่าเฉลี่ยของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์โดยรวม และรายด้าน	34
ตารางที่ 4.3 ค่าเฉลี่ยของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์โดยรวม และรายด้าน จำแนกตามเพศ	35
ตารางที่ 4.4 ค่าเฉลี่ยของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์โดยรวม และรายด้าน จำแนกตามสาขาวิชา	36
ตารางที่ 4.5 ค่าเฉลี่ยของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์โดยรวม และรายด้าน จำแนกตามชั้นปี	38
ตารางที่ 4.6 การเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์โดยรวม และรายด้าน จำแนกตามเพศ	40
ตารางที่ 4.7 การวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ด้านย่อย ด้านควบคุมตนเอง จำแนกตามสาขาวิชา	41
ตารางที่ 4.8 การวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ด้านย่อย ด้านเห็นใจผู้อื่น จำแนกตามสาขาวิชา	41
ตารางที่ 4.9 การวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ด้านย่อย รับผิดชอบ จำแนกตามสาขาวิชา	41
ตารางที่ 4.10 การวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ ด้านย่อย มีแรงจูงใจ จำแนกตามสาขาวิชา	42
ตารางที่ 4.11 การวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ ด้านย่อย ตัดสินและแก้ปัญหา จำแนกตามสาขาวิชา	42
ตารางที่ 4.12 การวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ ด้านย่อย สัมพันธภาพ จำแนกตามสาขาวิชา	43
ตารางที่ 4.13 การวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ ด้านย่อย ภูมิใจในตนเอง จำแนกตามสาขาวิชา	43
ตารางที่ 4.14 การวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์	44

ด้านย่อย พอใจในชีวิต จำแนกตามสาขาวิชา	
ตารางที่ 4.15 การวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์	44
ด้านย่อย ความสุขสงบทางใจ จำแนกตามสาขาวิชา	
ตารางที่ 4.16 การวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์	44
ด้านดี จำแนกตามสาขาวิชา	

สารบัญตาราง (ต่อ)

	หน้า
ตารางที่ 4.17 การวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์	45
ด้านเก่ง จำแนกตามสาขาวิชา	
ตารางที่ 4.18 การวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์	45
ด้านสุข จำแนกตามสาขาวิชา	
ตารางที่ 4.19 การวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์	46
โดยรวม จำแนกตามสาขาวิชา	
ตารางที่ 4.20 การวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์	46
ด้านย่อย ควบคุมตนเอง จำแนกตามชั้นปี	
ตารางที่ 4.21 การวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์	46
ด้านย่อย เห็นใจผู้อื่น จำแนกตามชั้นปี	
ตารางที่ 4.22 การวิเคราะห์ความแตกต่างเป็นรายคู่ ของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์	47
ด้านย่อย เห็นใจผู้อื่น จำแนกตามชั้นปี	
ตารางที่ 4.23 การวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์	47
ด้านย่อย ความรับผิดชอบ จำแนกตามชั้นปี	
ตารางที่ 4.24 การวิเคราะห์ความแตกต่างเป็นรายคู่ ของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์	48
ด้านย่อย รับผิดชอบ จำแนกตามชั้นปี	
ตารางที่ 4.25 การวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์	48
ด้านย่อย มีแรงจูงใจ จำแนกตามชั้นปี	
ตารางที่ 4.26 การวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์	49
ด้านย่อย ตัดสินและแก้ปัญหา จำแนกตามชั้นปี	
ตารางที่ 4.27 การวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์	49
ด้านย่อย สัมพันธภาพ จำแนกตามชั้นปี	

ตารางที่ 4.28 การวิเคราะห์ความแตกต่างเป็นรายคู่ ของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ ด้านย่อย สัมพันธภาพ จำแนกตามชั้นปี	50
ตารางที่ 4.29 การวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ ด้านย่อย ภูมิใจในตนเอง จำแนกตามชั้นปี	50
ตารางที่ 4.30 การวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ ด้านย่อย พอใจในชีวิต จำแนกตามชั้นปี	51
ตารางที่ 4.31 การวิเคราะห์ความแตกต่างเป็นรายคู่ ของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ ด้านย่อย พอใจในชีวิต จำแนกตามชั้นปี	51

สารบัญตาราง (ต่อ)

	หน้า
ตารางที่ 4.32 การวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ ด้านย่อย ความสุขสงบทางใจ จำแนกตามชั้นปี	52
ตารางที่ 4.33 การวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ ด้านดี จำแนกตามชั้นปี	52
ตารางที่ 4.34 การวิเคราะห์ความแตกต่างเป็นรายคู่ ของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ ด้านดี จำแนกตามชั้นปี	52
ตารางที่ 4.35 การวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ ด้านเก่ง จำแนกตามชั้นปี	53
ตารางที่ 4.36 การวิเคราะห์ความแตกต่างเป็นรายคู่ ของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ ด้านเก่ง จำแนกตามชั้นปี	53
ตารางที่ 4.37 การวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ ด้านสุข จำแนกตามชั้นปี	54
ตารางที่ 4.38 การวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ โดยรวม จำแนกตามชั้นปี	54
ตารางที่ 4.39 การวิเคราะห์ความแตกต่างเป็นรายคู่ ของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์	54
โดยรวม จำแนกตามชั้นปี	

สารบัญภาพประกอบ

หน้า

แผนภาพที่ 2.1 ลักษณะของการเรียนรู้ทางอารมณ์ของบุคคลเพื่อสร้างความฉลาดทางอารมณ์ 16



บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

การจัดการศึกษาระดับอุดมศึกษา นับเป็นการจัดการศึกษาที่มีความสำคัญยิ่งต่อการพัฒนาประเทศ เพราะสถาบันอุดมศึกษามีหน้าที่รับผิดชอบในการผลิตบัณฑิตที่มีความรู้ในวิชาการชั้นสูง เพื่อออกไปรับผิดชอบในภารกิจต่างๆ ของสังคมไม่ว่าจะเป็นด้านการเมือง เศรษฐกิจ สังคม วัฒนธรรมและการศึกษา ตลอดจนเป็นผู้นำในหน่วยงานต่างๆ จากความสำคัญดังกล่าว สำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา (2556: บทสรุปผู้บริหาร) ได้กำหนดแผนพัฒนาการศึกษาในระดับอุดมศึกษา ฉบับที่ 11 (พ.ศ. 2555-2559) ให้มีความสำคัญกับการพัฒนาคนและสังคมไทยให้มีคุณภาพ ผลิตกำลังคนที่มีศักยภาพตรงความต้องการของตลาดแรงงาน สามารถทำงานเพื่อดำรงชีพตนเอง ช่วยเหลือสังคม มีคุณธรรม มีความรับผิดชอบ มีสุขภาวะทั้งทางร่างกายและจิตใจรวมทั้งพัฒนาให้เป็นมีอาชีพ เป็นที่ยอมรับของสังคม ดังนั้นการจัดการศึกษาและการจัดประสบการณ์การเรียนรู้จึงเป็นการเตรียมเยาวชนสู่อนาคตที่สภาพสังคมมีการเปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็วและสลับซับซ้อน ดังที่พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พุทธศักราช 2542 ในหมวด 1 มาตรา 6 และฉบับแก้ไขเพิ่มเติมพุทธศักราช 2545 กำหนดความมุ่งหมายและหลักการจัดการศึกษาว่า “การจัดการศึกษาต้องเป็นไปเพื่อพัฒนาคนไทยให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งทางร่างกาย จิตใจ ความรู้ คุณธรรม มีจริยธรรมและวัฒนธรรมในการดำรงชีวิต สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข” (สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ, 2552)

การที่จะประสบความสำเร็จในทุกด้านของชีวิตนั้น เดิมเชื่อกันว่า ความสามารถทางสติปัญญา เป็นปัจจัยสำคัญแต่ปัจจุบันนอกจากความฉลาดทางเชาวน์ปัญญา (IQ- Intelligence Quotient) แล้ว ความฉลาดทางอารมณ์ (EQ- Emotional Quotient) ได้รับความสนใจอย่างมากทั้งในกลุ่มนักวิชาการและบุคคลทั่วไป สโลเวย์และเมเยอร์ (Salovey&Mayer, 1990 อ้างถึงใน วีระวัฒน์ ปันนิตามัย, 2545: 8) ให้ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์ว่าเป็นความสามารถของบุคคลในการตระหนักรู้ในความคิด ความรู้สึกและภาวะอารมณ์ที่เกิดขึ้นกับตนและผู้อื่น สามารถควบคุมและชี้นำความคิดในการแสดงออกทางอารมณ์ของตนได้อย่างสมเหตุสมผล จากงานวิจัยในรัฐแมทซาชูเซต ประเทศสหรัฐอเมริกา (กระทรวงสาธารณสุข กรมสุขภาพจิต, 2544: 7) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางเชาวน์ปัญญากับความสำเร็จในชีวิต โดยติดตามเก็บข้อมูลจากเด็ก 450 คน นาน 40 ปี

พบว่าความฉลาดทางเชาวน์ปัญญามีความสัมพันธ์เพียงเล็กน้อยกับความสามารถในการทำงานได้ดีหรือการดำเนินชีวิต และพบว่าปัจจัยด้านอื่นๆที่ไม่เกี่ยวข้องกับความฉลาดทางเชาวน์ปัญญา ยังสามารถทำนายความสามารถในด้านการทำงานได้ดี เช่น ความสามารถในการควบคุมอารมณ์ ความรับผิดชอบ ความอดทนและความสามารถในการจัดการกับความผิดหวัง ดังนั้น ความฉลาดทางเชาวน์ปัญญาเพียงอย่างเดียวจึงไม่เพียงพอต่อการทำนายความสำเร็จในทุกๆด้านได้ เพราะความเป็นจริงการใช้ชีวิตในปัจจุบันจำเป็นต้องใช้ทักษะและความสามารถในด้านอื่นๆ ดังที่ บาร์ออน (Baron, 1992 อ้างถึงใน วีระวัฒน์ ปันนิตามัย, 2545: 11) ได้เสนอว่า เป็นชุดของความสามารถส่วนตัวทั้งด้านอารมณ์ สังคม ที่ส่งผลต่อความสำเร็จจากการเผชิญต่อสภาพแวดล้อมได้เป็นอย่างดี เทอดศักดิ์ เดชคง (2547: 65) กล่าวว่า ความฉลาดทางอารมณ์ (EQ-Emotional Quotient) ประกอบด้วยทักษะทางอารมณ์ที่จะช่วยส่งเสริมกระบวนการเรียนรู้ให้เป็นไปตามเป้าหมายที่สำคัญ คือ การเป็นคนดี มีความสุข ดำเนินชีวิตอย่างมีคุณค่า มีเป้าหมาย สามารถนำพาสู่ความสำเร็จในชีวิตได้อย่างแท้จริง ที่สำคัญคือ เป็นสิ่งที่สามารถฝึกฝนเพิ่มพูนทักษะได้

ปัจจุบันสภาพสังคมเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว เด็กและเยาวชนต้องเผชิญกับสังคมยุคใหม่ ซึ่งเป็นสังคมแห่งข้อมูลข่าวสาร การหลั่งไหลด้านกระแสวัฒนธรรมที่เต็มไปด้วยการยั่วยุให้มีการบริโภค เด็กและเยาวชนต้องเผชิญปัญหาทางด้านอารมณ์และความรู้สึก จนเป็นผลให้เสียโอกาสทางการศึกษา และอนาคตที่ดีไปอย่างน่าเสียดาย ได้แก่ ปัญหายาเสพติด ปัญหาการตั้งครรภ์ ปัญหาทางพฤติกรรม อื่นๆ เช่น ข่าวนักเรียน นักศึกษาไทยที่ฆ่าตัวตายในช่วงเดือนพฤษภาคม ถึงเดือนมิถุนายน พ.ศ. 2551 เนื่องจาก ฐานะยากจนไม่สามารถเรียนต่อในมหาวิทยาลัยได้ทั้งที่สอบติด การไม่ได้รับเกียรตินิยมตามที่คาดหวัง กลัวถูกตำหนิตีความที่ได้ผลการเรียนเป็น F ใน 1วิชา เป็นต้น สถาบันการศึกษามีควมมุ่งพัฒนาผู้เรียนแต่เฉพาะด้านวิชาการ ควรพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ และทักษะการแก้ปัญหาควบคู่ไปด้วย(เกรียงศักดิ์ เจริญวงศ์ศักดิ์,2551)จะเห็นได้ว่าปัญหาเหล่านี้มิได้เกิดจากความอ่อนแอทางเชาวน์ปัญญาแต่มาจากความอ่อนแอทางเชาวน์อารมณ์ ที่ไม่สามารถรู้เท่าทันอารมณ์และจัดการกับความรู้สึกของตนเองและผู้อื่นได้ สถาบันการศึกษามีส่วนสำคัญที่ช่วยพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาได้ทั้งในด้านการสร้างบรรยากาศในการเรียน ประชาธิปไตยในการเรียน การจัดกิจกรรมและการเรียนรู้ อารมณ์ รวมทั้งการทำหน้าที่ของอาจารย์จึงมีความสำคัญเป็นอย่างยิ่ง (กระทรวงสาธารณสุข กรมสุขภาพจิต, 2543: 25-26)

สถาบันอุดมศึกษา จึงต้องตระหนักในการทำหน้าที่พัฒนานักศึกษาทางด้านอารมณ์ควบคู่กับพัฒนาการทางด้านอื่นๆ เพื่อให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ บรรลุเป้าหมายของการจัดการศึกษา ตามพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร เป็นสถาบันอุดมศึกษา ผลิตบัณฑิตในสาขาวิชาการท่องเที่ยว สาขาวิชาการโรงแรม สาขาวิชาภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสารสากลและภาษาไทยประยุกต์ บัณฑิตที่ดีมีคุณภาพของคณะศิลปศาสตร์จำเป็นต้องมีความรู้ความสามารถทางวิชาชีพ มีความฉลาดทางอารมณ์ สามารถตระหนักรู้ในตนเอง ยอมรับและเห็นคุณค่าในตนเอง สามารถควบคุมตน มองโลกในแง่ดี เป็นผู้มีมนุษยสัมพันธ์ ปรับตัวและแสดงพฤติกรรมได้อย่างเหมาะสม จัดได้ว่าเป็น “คนดี คนเก่งและคนที่มีความสุข” ด้วยเหตุนี้ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาคณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนครในด้านต่างๆ เพื่อหาแนวทางในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาได้อย่างเหมาะสมอันเป็นการเสริมสร้างความพร้อมให้สามารถรับรู้อารมณ์ของตนเองและผู้อื่นนำไปสู่การมีพฤติกรรมที่เหมาะสมและนำมาซึ่งความสำเร็จในการเรียน การทำงาน การดำรงชีวิตและเป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาประเทศต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร
2. เพื่อเปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร โดยแยกตามตัวแปรตามเพศ สาขาวิชาและชั้นปี

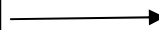
สมมติฐานการวิจัย

1. นักศึกษาคณะศิลปศาสตร์เพศชายและเพศหญิงมีความฉลาดทางอารมณ์แตกต่างกัน เป็นรายด้าน
2. นักศึกษาคณะศิลปศาสตร์สาขาวิชาต่าง ๆ มีความฉลาดทางอารมณ์แตกต่างกัน เป็นรายด้าน
3. นักศึกษาคณะศิลปศาสตร์ชั้นปีต่างกันมีความฉลาดทางอารมณ์แตกต่างกัน เป็นรายด้าน

กรอบแนวคิดในการศึกษา

ตัวแปรอิสระ

- สถานภาพทั่วไปของ
กลุ่มตัวอย่าง
1. เพศ
 2. สาขาวิชา
 3. ชั้นปีที่กำลังศึกษา



ตัวแปรตาม

ความฉลาดทางอารมณ์ (EQ)

1. ด้านดี
 - ด้านการควบคุมตนเอง
 - ด้านการเห็นใจผู้อื่น
 - ด้านความรับผิดชอบ
2. ด้านเก่ง
 - ด้านการมีแรงจูงใจ
 - ด้านการตัดสินใจและแก้ปัญหา
 - ด้านการมีสัมพันธภาพ
3. ด้านสุข
 - ด้านจิตใจที่สงบ

ขอบเขตของการวิจัย

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นนักศึกษาปริญญาตรี คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2555 จำนวน 762 คน การสุ่มกลุ่มตัวอย่างด้วยวิธีแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling) ได้กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 260 คน

2. ด้านเนื้อหา

เนื้อหาในการวิจัยครั้งนี้ คือ การศึกษาความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาปริญญาตรี คณะศิลปศาสตร์มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร โดยใช้แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข ประกอบด้วยองค์ประกอบใหญ่ 3 ด้าน คือ ด้านดี ด้านเก่ง และด้านสุข สามารถแยกด้านย่อยออกเป็น 9 ด้าน ได้แก่ ด้านการควบคุมตนเอง ด้านเห็นใจผู้อื่น ด้านความรับผิดชอบ ด้านการมีแรงจูงใจ ด้านการตัดสินใจและแก้ปัญหา ด้านสัมพันธ์ภาพ ด้านภูมิใจในตนเอง ด้านพอใจในชีวิตและด้านสุขสงบทางใจ

3. ตัวแปรที่ศึกษา

3.1 ตัวแปรอิสระ (Independent variable) ได้แก่

3.1.1 เพศ แบ่งเป็น

- ชาย
- หญิง

3.1.2 สาขาวิชา แบ่งเป็น

- สาขาวิชาการท่องเที่ยว

- สาขาวิชาการโรงแรม
- สาขาวิชาภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสารสากล

3.1.3 ระดับชั้นปี แบ่งเป็น

- ชั้นปีที่ 1
- ชั้นปีที่ 2
- ชั้นปีที่ 3
- ชั้นปีที่ 4

3.2 ตัวแปรตาม (dependence variable) คือ ความฉลาดทางอารมณ์

ความสำคัญของการวิจัย

ผลการวิจัยครั้งนี้ ทำให้ทราบถึงระดับความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษา และทราบความแตกต่างความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษา เพื่อใช้เป็นแนวทางในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ตลอดจนเป็นประโยชน์ต่อระบบงานที่เอื้อต่อการดูแลและพัฒนา นักศึกษาของคณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร ให้มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

นิยามคำศัพท์เฉพาะ

นักศึกษา หมายถึง นักศึกษาปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 - 4 ปีการศึกษา 2555 ในสาขาวิชาการท่องเที่ยว สาขาวิชาการโรงแรม สาขาวิชาภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสารสากล คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร

ความฉลาดทางอารมณ์ด้านดี หมายถึง ความสามารถในการเข้าใจและรู้อารมณ์ตนเอง ควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง มีการแสดงออกอย่างเหมาะสม รู้จักเห็นใจผู้อื่น เข้าใจใส่ใจและยอมรับในความรู้สึกผู้อื่น รู้จักการให้และรับ รู้จักรับผิดและให้อภัย มีความรับผิดชอบต่อตนเอง ผู้อื่นและเห็นแก่ประโยชน์โดยรวม

ความฉลาดทางอารมณ์ด้านเก่ง หมายถึง ความสามารถในการรู้จักตนเอง รู้ศักยภาพ มีแรงจูงใจสร้างขวัญกำลังใจให้ตนเอง มีความมุ่งมั่น สามารถตัดสินใจแก้ปัญหาและแสดงออกได้อย่างมีประสิทธิภาพ ตลอดจนมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น กล้าแสดงออกอย่างเหมาะสมและสามารถแสดงความคิดเห็นขัดแย้งได้อย่างสร้างสรรค์

ความฉลาดทางอารมณ์ด้านสุข หมายถึง ความสามารถในการดำเนินชีวิตอย่างมีความสุข มีความภูมิใจในตนเอง เห็นคุณค่าและมีความเชื่อมั่นในตน มองโลกในแง่ดี มีอารมณ์ขัน พอใจในชีวิต ในสิ่งที่ตนมี รู้จักผ่อนคลายและมีกิจกรรมเสริมสร้างความสุขสงบทางใจ



บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาปริญญาตรี คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนครครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยต่างๆ และนำเสนอสาระสำคัญ ดังนี้ ประวัติการศึกษาด้านความฉลาดทางอารมณ์ ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์ แนวคิด และองค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์ ความสำคัญและประโยชน์ของความฉลาดทางอารมณ์ ปัจจัยที่ส่งผลต่อความฉลาดทางอารมณ์ แนวทางการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ การวัดความฉลาดทางอารมณ์และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

1. ความเป็นมาของความฉลาดทางอารมณ์

ในอดีตเป็นที่ทราบกันดีว่า สติปัญญาหรือเกณฑ์ภาคเชาวน์ (Intelligence Quotient หรือ IQ) เป็นสมรรถภาพทางสมอง (Mental Ability) ของมนุษย์และนำมาเป็นตัวทำนายความสำเร็จของชีวิตในด้านต่างๆ แต่เมื่อเวลาผ่านไปพบว่า คนเก่งแม้จะเรียนได้ประสบความสำเร็จและได้ทำงานในตำแหน่งที่ดีแต่ไม่ประสบความสำเร็จในอาชีพหรือชีวิตเสมอไป ความฉลาดทางอารมณ์จึงเข้ามามีบทบาทเพิ่มพูนในการพัฒนาคน ให้ประสบความสำเร็จในชีวิตทางด้านส่วนตัวและการทำงานมากขึ้น

การ์ดเนอร์ (Gardner, 1983: 19) ได้เสนอแนวคิดที่ว่า ความสำเร็จของมนุษย์มิได้ขึ้นอยู่กับความสามารถทางด้านสติปัญญาเพียงอย่างเดียว แต่จะขึ้นอยู่กับความสามารถทางด้านอารมณ์ของเขาด้วย จากผลการศึกษาของมหาวิทยาลัยฮาร์วาร์ด ที่ศึกษาย้อนหลังเกี่ยวกับความสำเร็จในการทำงาน โดยศึกษานักศึกษา จำนวน 95 คน และมีการติดตามจนถึงวัยกลางคน พบว่า นักศึกษาที่ได้คะแนนสูง ไม่ได้ประสบความสำเร็จ เมื่อเปรียบเทียบกับนักศึกษาที่ได้คะแนนต่ำกว่าทั้งในด้านหน้าที่การงานและความสุขในชีวิตครอบครัว

โกลแมน (กระทรวงสาธารณสุข กรมสุขภาพจิต, 2544: 7) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางเชาวน์ปัญญากับความสำเร็จในชีวิตโดยติดตามเก็บข้อมูลจากเด็ก 450 คน นาน 40 ปี พบว่าความฉลาดทางเชาวน์ปัญญา มีความสัมพันธ์เพียงเล็กน้อยกับความสามารถในการทำงานได้ดีหรือการดำเนินชีวิต

จากแนวคิดต่างๆ จึงทำให้มีการศึกษาความฉลาดทางอารมณ์ (Emotional Quotient –EQ) กันอย่างแพร่หลายมากขึ้น โดยความเชื่อแนวใหม่นี้จะเน้นว่า คนที่ประสบความสำเร็จนั้นต้องมีทั้ง IQ และEQ ประกอบกัน นอกจากนี้ นิตยสารไทม์ได้ลงบทความเกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์ (EQ) ว่า

ในความสำเร็จ 20 % เป็นเรื่องของ IQ และ 80 % เป็นเรื่องของ EQ (Times, 1995 อ้างถึงในทศพร ประเสริฐสุข, 2544: 5)

2. ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์

ความฉลาดทางอารมณ์ ตรงกับภาษาอังกฤษว่า “Emotional Intelligence” เรียกกันทั่วไปว่า EQ ซึ่งเป็นคำย่อจากคำเต็มในภาษาอังกฤษว่า “Emotional Quotient” และมีผู้ให้คำจำกัดความแตกต่างกันไป เช่น เซาว์นอารมณ์ อัจฉริยทางอารมณ์ ความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์ เป็นต้น สำหรับการศึกษานี้ใช้คำว่า “ความฉลาดทางอารมณ์”

ซาโลเวย์และเมเยอร์ (Salovey & Mayer, 1990 อ้างถึงใน วีระวัฒน์ ปันนิตามัย, 2545: 8) เป็นผู้ที่ใช้คำว่าความฉลาดทางอารมณ์ (Emotional Intelligence) เป็นคนแรกในต้นปี 1990 โดยใช้แทนคำว่าเซาว์นอารมณ์ (Emotional Quotient, EQ) ให้คำนิยามว่า ความฉลาดทางอารมณ์ เป็นความสามารถของบุคคลที่จะตระหนักรู้ในความคิด ความรู้สึก ภาวะอารมณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นกับตนเองและผู้อื่น สามารถควบคุมอารมณ์ของตน ชี้นำความคิดและการกระทำของตนได้อย่างสมเหตุสมผล สอดคล้องกับการทำงานและการดำเนินชีวิตโดยมีสัมพันธที่ดีกับบุคคลอื่น

บาร์ออน (Bar On, 1992 อ้างถึงใน วีระวัฒน์ ปันนิตามัย, 2545: 11) ให้ความหมายว่า เป็นองค์ประกอบด้านความสามารถด้านส่วนตัวอารมณ์และสังคมของบุคคลในการที่จะปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมได้อย่างประสบความสำเร็จ

โกลแมน (Goleman, 1998 อ้างถึงใน รัตติกรณ์ จงวิศาล, 2544: 88) ให้ความหมายไว้ว่า หมายถึง ความสามารถในการตระหนักถึงความรู้สึกของตนเองและผู้อื่นได้ เพื่อสร้าง แรงจูงใจและบริหารจัดการอารมณ์ของตนเองและอารมณ์ที่เกิดจากความสัมพันธ์อื่นได้

เวซิงเจอร์ (Weisinger, 1998: xvi) ให้ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์ว่า เป็นการใช้อารมณ์อย่างฉลาด โดยมีความตั้งใจทำให้อารมณ์ของตนเองทำงานหรือทำประโยชน์กับตนเองโดยใช้อารมณ์ของตนเองช่วยนำพฤติกรรมและความคิดไปในทางที่ส่งเสริมผลงานของตนเอง

เทอดศักดิ์ เดชคง (2547: 39) ให้นิยามว่า เป็นความสามารถของบุคคลในการนำไปสู่การเป็นคนดี มีคุณค่าและมีความสุข

กรมสุขภาพจิต (2544: 1) ความฉลาดทางอารมณ์ หมายถึง ความสามารถทางอารมณ์ในการดำเนินชีวิตอย่างสร้างสรรค์และมีความสุข

อาจสรุปได้ว่า ความฉลาดทางอารมณ์ หมายถึง ความสามารถในการตระหนักรู้ในอารมณ์ตนเองและผู้อื่น สามารถให้กำลังใจ มีแรงจูงใจในตนเอง ควบคุมอารมณ์ตนเองมองโลกในแง่ดีและสามารถสร้างสัมพันธ์ภาพที่ดีกับผู้อื่นได้ ตลอดจนช่วยให้การดำเนินชีวิต เป็นไปอย่างสร้างสรรค์และมีความสุข ทั้งในชีวิตประจำวัน และ การทำงาน

3. แนวคิดและองค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์

แนวคิดและองค์ประกอบเกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์ มีผู้เสนอแนวคิดที่สำคัญ ดังนี้

แวกเนอร์ และสเตอร์เบิร์ก (Wagner and Sterberg, 1989 อ้างถึงใน วีระวัฒน์ ปันนิตามัย, 2545: 59) เสนอว่า พฤติกรรมของผู้ที่มีความฉลาดทางอารมณ์จะเอื้อต่อความสำเร็จในวิชาชีพ ในการบริหารและในชีวิต แบ่งเป็น 3 ประเภท คือ

1. การครองตน (Managing Self) หมายถึง ความสามารถในการบริหารจัดการตนเองให้ได้ผลผลิตสูงสุด กระตุ้นชี้นำตนให้มุ่งสู่ผลสัมฤทธิ์ สามารถสร้างแรงจูงใจที่ดีให้แก่ตนเอง ไม่ย่อท้อ รู้ในความสามารถและศักยภาพของตน

2. การครองคน (Managing Other) ทักษะความรู้ในการบริหารงานต่อผู้ใต้บังคับบัญชาและความสัมพันธ์ทางสังคม ความสามารถในการเข้ากับผู้อื่น มอบหมายงานให้ตรงกับความรู้ความสามารถ และให้รางวัลตามผลงานที่ปฏิบัติ

3. การครองงาน (Managing Career) เป็นความสามารถในการสร้างผลกระทบที่ดีแก่สังคม องค์กร จัดความสำคัญจำเป็นของตนให้เข้ากับสิ่งที่ยังคงให้ความสำคัญและโน้มน้าวให้ผู้อื่นเห็นดีเห็นงามด้วย

การ์ดเนอร์ (Gardner, 1993 อ้างถึงใน อังคณา นุ่มท้วม, 2545: 43) ได้จำแนกความฉลาดทางอารมณ์เป็น 2 ด้าน คือ

1. ด้านความสัมพันธ์กับผู้อื่น (Interpersonal Intelligence) เป็นความสามารถในการรับรู้อารมณ์ การตอบสนองอารมณ์และความต้องการของผู้อื่นได้อย่างเหมาะสม เป็นผู้ที่สามารถวิเคราะห์สถานการณ์ทางสังคมได้ดี

2. ด้านการรู้จักตนเอง (Intrapersonal Intelligence) เป็นความสามารถในการรับรู้อารมณ์ของตนเอง สามารถแยกแยะอารมณ์ ความรู้สึก ตลอดจนสามารถจัดการกับอารมณ์ของตนเองได้เพื่อนำไปสู่พฤติกรรมที่เหมาะสม

โกลแมน (Goleman, 1998 อ้างถึงใน รัตติกรณ์ จงวิศาล, 2544: 90-91) ได้เสนอกรอบแนวคิดว่าประกอบด้วย

1. ความสามารถส่วนบุคคล (Personal Competence) เป็นความสามารถที่จะบริหารจัดการตนเองได้อย่างดี คือ

1.1 การตระหนักรู้ในตนเอง (Self-Awareness) เป็นความเข้าใจความรู้สึกของตนเองในแต่ละขณะและสามารถใช้ความรู้สึกดังกล่าวตัดสินใจหรือประเมินสิ่งต่างๆ ด้วยเหตุผล เป็นความสามารถในการประเมินตนเองอย่างถูกต้องและมีความเชื่อมั่นในตนเอง

1.2 การจัดการอารมณ์ของตน (Self – Regulation) เป็นความสามารถในการควบคุมจัดการกับความรู้สึก หรืออารมณ์ที่เกิดขึ้นได้อย่างเหมาะสม และสามารถปรับอารมณ์ของตนให้กลับสู่ปกติได้ มีสติ รับผิดชอบ สามารถปรับตัวและยอมรับนวัตกรรมใหม่

1.3 การจูงใจ (Motivation) เป็นการโน้มน้าวใจตนเองเพื่อผลักดันตนเองไปสู่เป้าหมายที่ตั้งไว้ ไม่ท้อถอยต่อความผิดหวังและความคับข้องใจต่างๆ ใช้ความรู้สึกช่วยให้มีความริเริ่มและความพยายามแม้จะมีอุปสรรค มีความพร้อม ริเริ่ม มองโลกในแง่ดี

2. ความสามารถทางสังคม (Social Competence)เป็นการสร้างและรักษาความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่น คือ

2.1 การเข้าใจอารมณ์ของผู้อื่น (Empathy) เอาใจเขามาใส่ใจเรา เข้าใจผู้อื่นมีจิตใจใฝ่บริการ ส่งเสริมให้โอกาส รู้ถึงทัศนคติความคิดเห็นของกลุ่ม

2.2 ทักษะด้านสังคม (Social Skill) มีมนุษยสัมพันธ์ มีความสามารถโน้มน้าวใจ สื่อสารที่ดี มีความเป็นผู้นำ สามารถกระตุ้นริเริ่มให้เกิดการเปลี่ยนแปลงและบริหารความขัดแย้ง สร้างสายสัมพันธ์ ตลอดจนทำงานเป็นทีมได้

โกลแมน ได้จำแนกองค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์ไว้ 5 องค์ประกอบ คือ

1. การรู้จักอารมณ์ตนเองตามสภาพที่เป็นจริง (Knowing One's Emotions) ได้แก่ การตระหนักรู้ความรู้สึกที่เกิดขึ้น และตรวจสอบความรู้สึกของตนเองได้และการเข้าใจตนเอง

2. การจัดการกับอารมณ์ของตนเองได้อย่างเหมาะสม (Managing Emotions) ได้แก่ ความเข้าใจและการจัดการความรู้สึกต่างๆ ได้อย่างเหมาะสม สามารถที่จะปลอบตนเอง ผ่อนคลายอารมณ์ และจัดการกับอารมณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นได้

3. การจูงใจตนเอง (Motivating Oneself) เป็นความสามารถในการจูงใจตนเองไปสู่เป้าหมายที่ตั้งไว้ โดยการสร้างแรงจูงใจให้ตนเองและมีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์

4. การตระหนักรู้อารมณ์ของผู้อื่น (Recognizing Emotions in Others) ได้แก่ การเข้าใจคนอื่นและปรับให้เข้ากับสิ่งที่บุคคลอื่นต้องการ รู้จักเอาใจเขามาใส่ใจเรา

5. การคงสัมพันธภาพกับผู้อื่นไว้ได้ (Handing Relationships) ได้แก่ ทักษะในการจัดการอารมณ์ของบุคคลอื่นและมีสัมพันธภาพกับบุคคลอื่นอย่างราบรื่น

บาร์ออน (Bar On, 1997 อ้างถึงใน วิณี ชิตเชิดวงศ์, 2545: 23-24) ได้เสนอองค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์ โดยแบ่งเป็น 5 หมวด 16 ลักษณะสำคัญ กล่าวคือ

1. ความสามารถภายใน ประกอบด้วย

- 1.1 การตระหนักรู้จักตนเอง
- 1.2 เข้าใจภาวะอารมณ์ของตนเอง
- 1.3 กล้าแสดงความคิดเห็นและความรู้สึกของตนเอง
- 1.4 การเป็นอิสระเอกเทศ
- 1.5 การประจักษ์แจ้งแห่งตน
2. ทักษะของความเก่งคน
 - 2.1 ตระหนักรู้เท่าทันในความคิด ความรู้ของผู้อื่นได้ดี
 - 2.2 ความรับผิดชอบต่อสังคม
 - 2.3 สร้างสายสัมพันธ์กับผู้อื่นได้ดี
3. ความสามารถในการปรับตัว
 - 3.1 ตีความสถานการณ์ต่างๆได้ดี
 - 3.2 ยืดหยุ่นในความคิดความรู้สึก
 - 3.3 แก้ไขปัญหาและสถานการณ์เฉพาะหน้าได้ดี
4. กลยุทธ์ในการบริหารความเครียด
 - 4.1 จัดการกับความเครียดได้ดี
 - 4.2 ควบคุมอารมณ์ของตนเองได้ดี
5. ปัจจัยด้านแรงจูงใจและภาวะอารมณ์
 - 5.1 มองโลกในแง่ดี
 - 5.2 สร้างความสนุกสนานให้เกิดแก่ตนเองและผู้อื่นได้ดี
 - 5.3 รู้สึกและแสดงออกซึ่งความเป็นสุขให้ปรากฏได้

ซาโลเวย์และเมเยอร์ (Salovey and Mayer, 1997 อ้างถึงใน คมเพชร ฉัตรสุกกุลและ
 ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์, 2544: 9-10) ได้จำแนกองค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์ไว้ 4
 องค์ประกอบ คือ

1. การรับรู้อารมณ์ (Emotional Perception) หมายถึง การรับรู้ การประเมิน และการแสดงออกของอารมณ์ ซึ่งมีองค์ประกอบย่อย ได้แก่
 - 1.1 ความสามารถในการบ่งบอกอารมณ์ของตนเองจากท่าทาง ความรู้สึก และความคิด
 - 1.2 ความสามารถในการบ่งบอกอารมณ์ของบุคคลอื่นจากการออกแบบและงานศิลปะ ตลอดจนภาษา น้ำเสียง การแสดงออก และพฤติกรรมต่างๆ ได้
 - 1.3 สามารถแสดงอารมณ์ได้อย่างถูกต้องและแสดงความต้องการออกมาได้สัมพันธ์กับความรู้สึก

1.4 สามารถแยกแยะระหว่างความถูกต้องและไม่ถูกต้อง หรือความจริงใจหรือไม่จริงใจของการแสดงออกทางอารมณ์ได้

2. การใช้อารมณ์เกื้อหนุนความคิด (Emotional Facilitation of Thought) หมายถึง การใช้อารมณ์สนับสนุนการคิดแก้ปัญหา และการคิดในทางสร้างสรรค์ได้ มีองค์ประกอบย่อย ได้แก่

2.1 ใช้อารมณ์จัดลำดับความคิดโดยมุ่งเน้นที่ความสำคัญของข้อมูล

2.2 อารมณ์ที่ดีและแจ่มใสจะช่วยให้การตัดสินใจและการจดจำเกี่ยวกับความรู้สึกได้ดี

2.3 สามารถเปลี่ยนทัศนคติของคนที่มีมองโลกในแง่ดีเป็นมองโลกในแง่ร้ายได้ กระตุ้นให้เกิดการพิจารณาในหลายแง่มุม

2.4 สภาวะของอารมณ์ที่ต่างกันทำให้เกิดวิธีการแก้ปัญหาที่ต่างกัน เช่น ความสุขช่วยให้เกิดความคิดที่เป็นเหตุเป็นผลและสร้างสรรค์

3. การเข้าใจอารมณ์ (Emotional Understanding) หมายถึง การเข้าใจ การวิเคราะห์ อารมณ์และการนำความรู้เกี่ยวกับอารมณ์ไปใช้ มีองค์ประกอบย่อย ได้แก่

3.1 สามารถบ่งบอกอารมณ์และรู้ถึงความสัมพันธ์ระหว่างคำพูดและอารมณ์ของตนได้ เช่น ความสัมพันธ์ระหว่างความชอบและความรัก

3.2 สามารถบอกความหมายของอารมณ์ที่บอกให้รู้ถึงสิ่งที่สัมพันธ์กัน เช่น รู้สึกเศร้าใจเมื่อต้องสูญเสีย

3.3 สามารถเข้าใจความสลับซับซ้อนของอารมณ์ได้ เช่น รู้สึกทั้งรักและเกลียดในเวลาเดียวกัน หรือผสมกันระหว่างความกลัวและความแปลกใจ

3.4 สามารถจดจำการปรับเปลี่ยนสภาวะของอารมณ์ต่างๆ เช่น การปรับเปลี่ยนจากความโกรธเป็นความพึงพอใจ หรือเปลี่ยนจากความโกรธเป็นความละอายใจ

4. การจัดการกับอารมณ์ (Emotional Management) หมายถึง การจัดการอารมณ์เพื่อให้เกิดพัฒนาการทางอารมณ์และความเจริญงอกงามทางสติปัญญา มีองค์ประกอบย่อย ได้แก่

4.1 ความสามารถในการเปิดใจรับทั้งความรู้สึกที่ดีและไม่ดี

4.2 ความสามารถในการรับหรือสะท้อนอารมณ์ขึ้นอยู่กับ การตัดสินใจจากข้อมูลที่ได้รับ และผลประโยชน์

4.3 ความสามารถในการติดตามอารมณ์ที่เกี่ยวข้องกับตนเองและผู้อื่น เช่น รับรู้ได้ว่าสิ่งเหล่านั้นชัดเจน เป็นแบบฉบับ มีอิทธิพล หรือเป็นเหตุเป็นผลอย่างไร

4.4 ความสามารถในการจัดการอารมณ์ของตนเองและคนอื่นได้ โดยการลดความรุนแรงของอารมณ์ แสดงอารมณ์ทางบวกโดยไม่ปิดบังหรือเกินความจริงที่ต้องการจะถ่ายทอด

คูเปอร์และซาวาฟ (Cooper and Sawaf, 1997: 125) เสนอรูปแบบของความฉลาดทางอารมณ์ ซึ่งประกอบด้วย 4 ด้าน คือ

1. ความรอบรู้ทางอารมณ์ รู้เท่าทันอารมณ์ตนเอง ความซื่อสัตย์ทางอารมณ์ อารมณ์ที่มีพลัง และการรับทราบผลที่เกิดขึ้น
2. ความเหมาะสมทางอารมณ์ สามารถหยั่งรู้ตามความเป็นจริง สามารถปรับตนได้ในเชิงสร้างสรรค์ ยืดหยุ่น รู้กาลเทศะ
3. ความลึกซึ้งทางอารมณ์ มีสติ รับผิดชอบ มีความผูกพัน มีเป้าหมาย มีความสามารถสื่อสาร โน้มน้าวใจและมีคุณธรรม
4. ความไปกันได้ เท่าทันในอารมณ์คือการใช้อารมณ์ในทางสร้างสรรค์ สามารถคิดใคร่ครวญ และสามารถแสดงพฤติกรรมที่มีเป้าหมาย

เวซิงเจอร์ (Weisinger, 1998: 43) กล่าวถึงองค์ประกอบความฉลาดทางอารมณ์ไว้ 2 ประการ คือ

1. ความฉลาดทางอารมณ์เฉพาะบุคคล ประกอบด้วย การพัฒนาให้มีความตระหนักรู้จักตนเอง การบริหารอารมณ์ของตนเอง การสร้างแรงจูงใจที่ดีให้กับตนเอง
 2. การใช้ความฉลาดทางอารมณ์ของตนเองเพื่อเสริมสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น ประกอบด้วยการพัฒนาทักษะการสื่อสารที่ดี การมีมนุษยสัมพันธ์และช่วยเหลือผู้อื่นให้ช่วยตนเองได้
- กระทรวงสาธารณสุข กรมสุขภาพจิต(2544: 6)แบ่งองค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์ เป็น 3 ด้าน ดังนี้
1. ดี หมายถึง ความสามารถในการควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง รู้จักเห็นใจผู้อื่นและมีความรับผิดชอบต่อส่วนรวม ประกอบด้วยความสามารถ ต่อไปนี้
 - 1.1 ความสามารถในการควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง คือ สามารถรู้ อารมณ์และความต้องการของตนเอง สามารถควบคุมอารมณ์และความต้องการได้และมีการแสดงออกอย่างเหมาะสม
 - 1.2 ความสามารถในการเห็นใจผู้อื่น คือการใส่ใจผู้อื่น เข้าใจและยอมรับผู้อื่น และการแสดงความเห็นใจอย่างเหมาะสม
 - 1.3 ความสามารถในการรับผิดชอบต่อผู้อื่น คือการรู้จักการให้และรู้จักการรับ รู้จักยอมรับ รับผิดชอบและให้อภัยรวมถึงการเห็นแก่ประโยชน์ส่วนรวม
 2. เก่ง หมายถึง ความสามารถในการรู้จักตนเอง มีแรงจูงใจ สามารถตัดสินใจแก้ปัญหา และ แสดงออกได้อย่างมีประสิทธิภาพ รวมทั้งมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น ประกอบด้วยความสามารถ ต่อไปนี้
 - 2.1 ความสามารถในการรู้จักและมีแรงจูงใจในตนเอง คือรู้ศักยภาพตนเอง สามารถ สร้างขวัญและกำลังใจให้ตนเองได้และมีความมุ่งมั่นไปสู่เป้าหมาย
 - 2.2 ความสามารถในการตัดสินใจและแก้ปัญหา คือสามารถรับรู้และเข้าใจปัญหา มี ขั้นตอนและมีความยืดหยุ่นในการแก้ปัญหา

2.3 ความสามารถในการมีสัมพันธภาพกับผู้อื่น คือ รู้จักสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น กล้าแสดงออกอย่างเหมาะสม และกล้าแสดงความคิดเห็นที่ขัดแย้งอย่างสร้างสรรค์

3. สุข หมายถึง ความสามารถในการดำเนินชีวิตอย่างเป็นสุขมีความภูมิใจในตนเอง พอใจในชีวิตและมีความสุขสบายใจ ประกอบด้วยความสามารถต่อไปนี้

3.1 ภูมิใจในตนเอง คือ การเห็นคุณค่าตนเองและเชื่อมั่นในตนเอง

3.2 พึงพอใจในชีวิต คือ การมองโลกในแง่ดี มีอารมณ์ขันและพอใจในสิ่งที่ตนมีอยู่

3.3 มีความสงบทางใจ คือ มีกิจกรรมที่เสริมสร้างความสุข รู้จักผ่อนคลาย และมีความสงบทางจิตใจ

4. ความสำคัญและประโยชน์ของความฉลาดทางอารมณ์

จากสภาพความเปลี่ยนแปลงของสังคมที่เกิดจากอิทธิพลของความก้าวหน้าทางเทคโนโลยี ความฉลาดทางอารมณ์จึงมีความสำคัญยิ่ง เพราะผู้ที่มีความฉลาดทางอารมณ์สูงจะมีความมั่นคงทางอารมณ์และสามารถเผชิญกับปัญหาอุปสรรคได้ดี รับความเปลี่ยนแปลงได้และเตรียมพร้อมที่จะเผชิญกับการเปลี่ยนแปลง บุคคลที่สามารถควบคุมอารมณ์ตนเองได้ มักเป็นผู้ที่ประสบความสำเร็จ เนื่องจากอารมณ์มีอิทธิพลต่อความนึกคิดและพฤติกรรมของคนเป็นอย่างมาก หากบุคคลสามารถควบคุมอารมณ์และใช้อารมณ์ให้เกิดประโยชน์ อารมณ์จะเป็นสิ่งที่ทำให้คุณมากกว่าจะเป็นโทษ (กระทรวงศึกษาธิการ สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา, 2552: 2) ความฉลาดทางอารมณ์ช่วยทำให้บุคคลดำรงสติ ได้เรียนรู้โดยตรงเกี่ยวกับอารมณ์ สามารถเข้าใจและจัดการกับอารมณ์ของตนได้อันจะก่อให้เกิดประโยชน์อย่างมหาศาลแก่ตนเอง ในการติดต่อเกี่ยวข้องกับบุคคลอื่นย่อมสามารถสื่อสารด้วยความเห็นอกเห็นใจ มีแรงจูงใจ

อย่างสร้างสรรค์ และที่สำคัญทำให้รู้จักการรักษาความสัมพันธ์ระหว่างความมีเหตุผลกับอารมณ์ ดังที่ ฟ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2543: 15-16) กล่าวว่า บุคคลที่มีความฉลาดทางอารมณ์จะสามารถรู้จักเข้าใจความรู้สึกของตนเองและผู้อื่น รู้จุดเด่น จุดด้อยของตนเอง สามารถควบคุม จัดการ และแสดงอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม มีสติที่สามารถรับรู้ได้ว่า ขณะนี้กำลังทำอะไร รู้สึกอย่างไร ตลอดจนสามารถรับรู้สภาพแวดล้อมได้อย่างเหมาะสม มีพลังและแรงบันดาลใจที่จะทำสิ่งหนึ่งสิ่งใดให้บรรลุเป้าหมายของชีวิต สามารถอดทนอดกลั้นต่อสภาพต่างๆที่เกิดขึ้น สามารถเผชิญกับสภาพแวดล้อมต่างๆ ที่ก่อให้เกิดความเครียดได้อย่างเหมาะสม มีความยืดหยุ่นต่อการปรับตัวสามารถควบคุมตนเองได้ มีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น มีความจริงใจ ซื่อสัตย์ คิดริเริ่มสร้างสรรค์ รวมทั้งการมองโลกในแง่ดี จึงสามารถนำมาประยุกต์ใช้กับชีวิตประจำวันและการทำงานได้ กล่าวคือ (วีระวัฒน์ ปันนิตามัย, 2545: 34-37)

1. นำไปพัฒนาเด็กและเยาวชนให้มีบุคลิกภาพที่ดี สร้างวุฒิภาวะทางอารมณ์ที่เจริญสมวัย

สร้างความสามารถในการปรับตัว แก้ปัญหาความเครียด และแรงกดดันของชีวิตในสภาวะการแข่งขันได้ดี

2. นำไปพัฒนาการสื่อสาร การแสดงความรู้สึก อารมณ์เป็นไปอย่างถูกต้องตามกาลเทศะ เข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น รับฟังปัญหา เข้าใจผู้อื่นทำให้มีสัมพันธภาพที่ดี

3. ในด้านการทำงาน ความฉลาดทางอารมณ์ช่วยให้เกิดการยอมรับ ความคิดริเริ่มก่อให้เกิดการสร้างผลิตผลที่ตอบสนองเป้าหมาย มีอัตราการลางาน ขาดงาน การย้ายงานที่เกิดจากความขัดแย้งระหว่างบุคคลน้อยลง เสริมสร้างการทำงานที่ประสานสัมพันธ์กันให้มากขึ้น นำไปพัฒนาองค์กรเพื่อสร้างประสิทธิภาพในการทำงาน ลดปัญหาความขัดแย้งและการทำงานร่วมกัน

4. นำไปพัฒนาศักยภาพของผู้นำในองค์กรทำให้สามารถทำงานเกี่ยวกับบุคคลได้ดีขึ้น อันจะก่อให้เกิดความสำเร็จในการบริหารงาน

5. นำไปพัฒนาธุรกิจด้านการบริการ ช่วยให้บุคคลที่รับผิดชอบงานด้านการบริการมีความรู้ความสามารถในการดูแลลูกค้าได้เป็นอย่างดี เพราะสามารถเข้าใจลูกค้าได้เป็นอย่างดี

6. ความฉลาดทางอารมณ์ช่วยให้เข้าใจชีวิตของตนเองและผู้อื่นโดยศึกษาทำความเข้าใจด้วยการมองเข้าไปในตนก่อนทำความเข้าใจผู้อื่น เมื่อเข้าใจตนเองและผู้อื่นแล้วจึงมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างกัน ทำให้มีความสุขด้วยความเข้าใจกัน

นอกจากนี้ กรมสุขภาพจิต (2544: 15-16) เสนอถึงประโยชน์ของความฉลาดทางอารมณ์ที่มีต่อชีวิต ดังนี้

1. ในด้านการทำงาน คนที่มีอารมณ์ดี จะมีความเข้าใจตนเองและผู้อื่นได้ง่าย มีทักษะในการติดต่อกับผู้อื่น มองโลกในแง่ดี ทำให้มีพลัง สร้างกำลังใจให้กับตนเองในยามมีปัญหา

2. ในด้านความรักและครอบครัว ครอบครัวจะมีความสุขต้องอาศัยความรัก ความเข้าใจ ยอมรับในข้อบกพร่องของผู้อื่นได้ ความฉลาดทางอารมณ์สามารถช่วยให้มีศิลปะในการดำเนินชีวิตให้ชีวิตคู่อย่างมีความสุขได้

3. ในด้านการศึกษา การที่เยาวชนจะประสบความสำเร็จในชีวิตได้ในสังคมปัจจุบันไม่ใช่เพียงความเก่งทางสติปัญญา แต่ความฉลาดทางอารมณ์นำพาความสำเร็จมาให้เพราะปัญหาหลายประการที่เกิดขึ้นมาจากความอ่อนแอทางอารมณ์ ทำให้ไม่สามารถรู้เท่าทันในอารมณ์และจัดการกับอารมณ์ได้

4. ในด้านตนเอง เป็นที่ยอมรับเข้าใจกันดีว่าจิตใจมีผลต่อร่างกายและความเครียด การที่มีอารมณ์ดีจะส่งผลให้ร่างกายแข็งแรงไปด้วย คนอารมณ์ดีจะมีเสน่ห์เป็นผู้ที่มองโลกในแง่ดี มีความสุขพอใจกับสิ่งที่เป็นอย่าง

สรุปได้ว่า ความฉลาดทางอารมณ์มีส่วนสำคัญในการเสริมสร้างวุฒิภาวะทางอารมณ์ บุคคลที่มีวุฒิทางอารมณ์สูงจะมีความสามารถในการตระหนักอารมณ์ควบคุมการแสดงออกทางอารมณ์ได้อย่าง

ถูกต้องเหมาะสม มีสุขภาพจิตดีสามารถรับรู้เข้าใจถึงอารมณ์ของผู้อื่นได้อย่างดี ตลอดจนสามารถเผชิญกับปัญหาและสภาพแวดล้อมที่ก่อให้เกิดความเครียดได้อย่างเหมาะสม ไม่ย่อท้อต่อปัญหาอุปสรรค มีความยืดหยุ่นในการปรับตัว มีความสุขกับชีวิตและการทำงาน ก่อให้เกิดแรงจูงใจเสริมสร้างความคิดสร้างสรรค์ เพื่อกระทำสิ่งต่างๆ ให้ประสบความสำเร็จอย่างมีประสิทธิภาพ

5. ปัจจัยที่ส่งผลต่อความฉลาดทางอารมณ์

กระทรวงสาธารณสุข กรมสุขภาพจิต (2548: 27) กล่าวว่า ความฉลาดทางอารมณ์ เป็น ความฉลาดและความสามารถทางสมองอย่างหนึ่ง บุคคลจะมีความฉลาดทางอารมณ์มากน้อยเพียงใด ขึ้นอยู่กับ 2 ปัจจัยหลัก คือ

1. พันธุกรรมและพื้นฐานอารมณ์

พันธุกรรม เป็นตัวกำหนดให้บุคคลมีลักษณะพื้นฐานอารมณ์แตกต่างกันไปและพื้นฐานอารมณ์จะเป็นส่วนสำคัญที่กำหนดพฤติกรรม อารมณ์และบุคลิกภาพของบุคคล นอกจากนี้ สภาพแวดล้อมขณะอยู่ในครรภ์ก็มีส่วนไม่น้อยต่อการสร้างพื้นฐานอารมณ์ ในปัจจุบันเป็นที่ยอมรับว่าอารมณ์ของแม่ขณะตั้งครรภ์มีส่วนสำคัญต่อพื้นฐานอารมณ์ของลูก เช่น แม่ที่มักมีความเครียด อาจจะทำให้ลูกเป็นเด็กอารมณ์ไม่ดี ซึมโศก เลี้ยงยาก ส่วนแม่ที่อารมณ์ดีมีความสุขสบายใจในขณะตั้งครรภ์ ก็มักจะได้อลูกลูกที่เป็นเด็กเลี้ยงง่าย ร่าเริงคนที่มีพื้นฐานอารมณ์ดี จึงเหมือนกับคนที่มียุทธศาสตร์ของชีวิตติดตัวมาตั้งแต่เกิด เพราะการมีจิตใจที่มั่นคง เข้มแข็ง ถือได้ว่าเป็นความโชคดีเปรียบได้กับพื้นที่ที่มีความแข็งแรงสามารถรับแรงกระแทกได้โดยไม่กระทบกระเทือนมาก แต่คนที่พื้นฐานอารมณ์ไม่ดี อ่อนไหว เปราะบาง เปรียบได้กับคนที่มียุทธศาสตร์มาน้อย ถ้าเป็นพื้นที่ก็เป็นพื้นที่บอบบาง กระทบกระทั่งอะไรแรง ๆ ไม่ได้

2. สภาพแวดล้อมและการเลี้ยงดู

พื้นฐานอารมณ์ที่ถูกกำหนดโดยพันธุกรรม เป็นปัจจัยที่ติดตัวมาไม่สามารถเปลี่ยนแปลงแก้ไขได้ แต่การเลี้ยงดูในสภาพที่เหมาะสมกับอารมณ์ สามารถจะช่วยพัฒนากลุ่มเซลล์และควบคุมพื้นฐานอารมณ์ด้านลบได้ ขณะเดียวกันก็สามารถส่งเสริมพื้นฐานอารมณ์ด้านบวกให้ดียิ่งๆ ขึ้นไป เปรียบได้กับพื้นที่บางหากไม่ได้รับการสร้างเสริมเติมเต็มให้แข็งแรงขึ้น พื้นดินก็จะอยู่ในสภาพเดิมที่ง่ายต่อการผุพังเมื่อได้รับแรงกระแทก เด็กที่มีพื้นฐานอารมณ์ไม่ดี ถ้าไม่ได้รับการเลี้ยงดูที่เข้าใจก็อาจจะไปกระตุ้นให้อารมณ์ที่ไม่ดีเหล่านั้นเติบโตจนฝังรากลึก ไร้การควบคุมกลายเป็นปัญหาทั้งต่อตนเองและสังคมที่เกี่ยวข้อง แต่ถ้าพ่อแม่เข้าใจสามารถจะชดเชยหรือควบคุมส่วนที่ด้อยไม่ให้มีอิทธิพลหรือเป็นปัญหาในการดำเนินชีวิต

ลักษณะของความฉลาดทางอารมณ์

ความฉลาดทางอารมณ์ มีลักษณะดังต่อไปนี้ (วิระวัฒน์ ปันนิตามัย, 2545: 56-59)

1. เป็นผลร่วมจากปฏิสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กับสิ่งแวดล้อม อาทิ บ้าน ครอบครัว สื่อ โรงเรียน ที่มีบทบาทหล่อหลอมพฤติกรรมที่สะท้อนถึงความฉลาดทางอารมณ์ หรือ Ego Development ของ

บุคคล บทบาทของสถานการณ์และวัฒนธรรม หรืออนุวัฒนธรรม (Sub-culture) มีผลต่อระดับความฉลาดทางอารมณ์ของบุคคลเป็นอย่างยิ่ง

2. เกี่ยวข้องกับวุฒิภาวะอารมณ์ที่เจริญสมวัย (Maturity) อาทิ ความอดได้รอได้ ไม่หุนหันพลันแล่นหรือใจร้อน โกรธง่าย รู้จักเอาใจเขามาใส่ใจเรา การไม่ยึดตนเองเป็นศูนย์กลาง ความฉลาดทางอารมณ์ของบุคคลในช่วงวัยเด็ก วัยรุ่น อาจแตกต่างกันไปจากระดับความฉลาดทางอารมณ์ของคนเดียวกัน เมื่อเติบโตเข้าสู่วัยผู้ใหญ่ หรือเมื่ออายุมากขึ้นแล้ว

3. เกี่ยวข้องกับบุคลิกภาพแบบฉบับที่เป็นปกติวิสัยของบุคคลนั้นซึ่งต้องใช้เวลาและความตั้งใจจริงในการปรับเปลี่ยน พัฒนาการเรียนรู้ของความฉลาดทางอารมณ์ มักเกิดกับชีวิตในช่วงหลังของการศึกษาเล่าเรียนเป็นส่วนมากเป็นเรื่องของ “โลกในความเป็นจริง”

4. เรียนรู้ได้ ฝึกฝนได้ พัฒนาได้ เป็นการฝึกสมองทั้ง 2 ด้าน โดยเฉพาะในซีกของ Limbic System ต้องใช้ความอดทน เกี่ยวข้องโดยตรงกับระดับประสบการณ์ของบุคคล การเรียนรู้ของความฉลาดทางอารมณ์มีทั้งที่ไม่ปรากฏให้เห็น (Implicit) ซึ่งถือเป็นการเรียนรู้ได้ต่อกันภายในตัวบุคคล (Intra-individual) หรืออาจแสดงออกอย่างชัดเจน (Explicit) ก็เป็นไปได้ Bar-On เชื่อว่าความฉลาดทางอารมณ์พัฒนาได้ตั้งแต่วัยเด็กไปจนถึงอายุ 50 กว่าๆ โดยมีจุดสูงสุดในช่วงอายุระหว่าง 45-55 ปี

5. ประเมินได้ในนัยของความเหมาะสม มากกว่าจะเป็นเรื่องของความถูก-ผิด ขาว-ดำ ดี-ชั่ว หรือการประเมินเป็นแต้มคะแนน ระดับความฉลาดทางอารมณ์ของบุคคลในการประเมินแต่ละครั้งอาจมีค่าที่ผันแปรได้ การประเมินความฉลาดทางอารมณ์ควรใช้เครื่องมือวัดหลายๆรูปแบบร่วมกัน

6. มีหลายองค์ประกอบร่วม (Multifactorial) ความฉลาดทางอารมณ์เป็นผลมาจากการอบรมเลี้ยงดู ภาวะแวดล้อม วัฒนธรรม การเรียนรู้ทั้งที่เป็นทางการและไม่เป็นทางการ ปรากฏให้เห็นได้จากบุคลิกภาพที่มีผลต่อการพัฒนาสังคม อารมณ์ สติปัญญาของบุคคล และเป็นผลจากการเรียนรู้ภายในตนและภายนอกตน ดังแสดงไว้ในแผนภาพที่ 2.1



แผนภาพที่ 2.1 ลักษณะของการเรียนรู้ทางอารมณ์ของบุคคลเพื่อสร้างความฉลาดทางอารมณ์

(วีระวัฒน์ ปันนิตามัย. 2545: 58)

จากแผนภาพจะเห็นได้ว่า การปลูกฝัง การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของแต่ละบุคคลนั้น เป็นกระบวนการสร้างที่ต้องใช้เวลา อันเป็นผลร่วมของปฏิสัมพันธ์ใน 2 ลักษณะคือ การซึมซับเข้าสู่ตน กับการแสดงออกกับสิ่งแวดล้อมนอกตน การหล่อหลอมพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์เป็นผลร่วมจาก ทั้ง 4 ปัจจัย ได้แก่ การกำหนดคุณค่าภายในตน การดูดซึมซับ และการปรับตัว การขัดเกลานิสัยทาง สังคม และการแสดงออกให้ปรากฏ

7. ความสัมพันธ์ของความฉลาดทางอารมณ์กับเขาวนปัญญาไม่แน่นอน ไม่มีหลักประกันได้ว่า แต่ละคนที่มีเขาวนปัญญาสูง เมื่อรวมกลุ่มกันแล้วความฉลาดทางอารมณ์จะสูงตามไปด้วย การที่บุคคล มีเขาวนปัญญาสูงก็ไม่ได้เป็นหลักประกันว่าความฉลาดทางอารมณ์ของกลุ่มจะสูงตาม การที่แต่ละคนมี ความฉลาดทางอารมณ์สูง ก็ไม่ได้ยืนยันว่าความฉลาดทางอารมณ์ของกลุ่มจะสูงตามไปด้วย แต่โดย ภาพรวมผู้ที่มีความฉลาดทางอารมณ์สูงมักมีแนวโน้มจะมีเขาวนปัญญาสูงตามด้วย เพราะองค์ประกอบ ของความฉลาดทางอารมณ์จะช่วยเสริมให้คนเรียนรู้และแก้ปัญหาได้ดี

โกลแมน (Goleman, 1995 อ้างถึงใน กระทรวงสาธารณสุข กรมสุขภาพจิต, 2544: 11-12) เขียนหนังสือเรื่อง ความฉลาดทางอารมณ์ กล่าวถึงลักษณะของคนที่มี EQ สูง หรือมีความฉลาดทาง อารมณ์สูงไว้ ดังนี้

1. เป็นคนที่มีวุฒิภาวะทางอารมณ์
2. มีการตัดสินใจดี
3. สามารถควบคุมอารมณ์ตนเองได้
4. มีความอดทน อดกลั้น
5. ไม่หุนหัน พลันแล่น
6. สามารถทนต่อความผิดหวังได้
7. มีความสามารถในการเข้าใจอารมณ์ ความรู้สึกของผู้อื่น
8. มีความเข้าใจต่อสถานการณ์ทางสังคม
9. ไม่ท้อถอยหรือยอมแพ้ง่าย
10. มีกำลังใจที่จะฝ่าฟันต่อสู้กับปัญหาชีวิตได้

11. สามารถที่จะจัดการกับความเครียดได้ ไม่ปล่อยให้ความเครียดเกาะกุมจนทำอะไรไม่ถูก
กระทรวงสาธารณสุข กรมสุขภาพจิต(2544: 12-13) กล่าวถึง ผู้มีระดับคุณภาพอารมณ์สูงจะมี ลักษณะนิสัย 10 ประการ ดังนี้

1. รับรู้อารมณ์ตนเองมากกว่าที่จะกล่าวโทษผู้อื่นหรือสถานการณ์
2. สามารถแยกแยะระหว่างความคิดและความรู้สึกได้
3. มีความรับผิดชอบต่อความรู้สึกของตนเอง ไม่โทษสิ่งต่างๆ

4. รู้จักใช้ความรู้สึกเพื่อช่วยในการตัดสินใจ
5. นับถือในความรู้สึกของผู้อื่น
6. เมื่อถูกกระตุ้นให้โกรธจะสามารถควบคุมจิตใจไม่ให้โกรธและสามารถแปรให้เป็นพลังในทางสร้างสรรค์
7. เข้าใจ เห็นอกเห็นใจและยอมรับในความรู้สึกของผู้อื่น
8. รู้จักฝึกหาคคุณค่าในทางบวกจากอารมณ์ในทางลบ
9. ไม่ชอบแนะนำ สั่ง ควบคุม วิพากษ์วิจารณ์ ตัดสินหรือสั่งสอนผู้อื่นเพราะเข้าใจความรู้สึกของผู้ที่ได้รับการกระทำดังกล่าว
10. หลีกเลี่ยงการปะทะอารมณ์กับคนที่ไม่ยอมรับหรือไม่เคารพความรู้สึกของผู้อื่น

6. แนวทางการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์

การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์เป็นหน้าที่ของนักการศึกษา นักจิตวิทยา พ่อแม่ ครูอาจารย์ และผู้ที่เกี่ยวข้องกับเด็กจะต้องร่วมกันโดยพัฒนาเริ่มต้นจากรากฐานตั้งแต่วัยเด็ก นักการศึกษาจะต้องวางแผนพัฒนา โดยเริ่มต้นจากแผนการศึกษาชาติ หลักสูตร กิจกรรมการเรียนการสอน และกิจกรรมเสริมหลักสูตร พัฒนาครูอาจารย์ให้เข้าใจแนวทางการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์และจัดกิจกรรมที่เสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ของเด็ก ซึ่งพ่อแม่และผู้เกี่ยวข้องก็ต้องเข้าใจและส่งเสริมด้วยเช่นกัน

Goleman (Goleman, 1995 อ้างถึงใน กระทรวงสาธารณสุข กรมสุขภาพจิต, 2546: 75-77) ได้เสนอแนะวิธีพัฒนาอารมณ์ไว้ 5 ประการ ดังนี้

1. การรู้จักอารมณ์ตนเอง เป็นองค์ประกอบสำคัญเบื้องต้นที่จะนำไปสู่การควบคุมอารมณ์และการแสดงออกที่เหมาะสม การรู้จักอารมณ์ของตนเอง เริ่มจากการรู้ตัวหรือการมีสติ ตามปกติเมื่อคนเกิดอารมณ์ใด ๆ ขึ้น เราจะตกอยู่ในภาวะใดภาวะหนึ่งใน 3 ภาวะได้แก่ การถูกครอบงำด้วยอารมณ์ ไม่สามารถฝืนอารมณ์ได้ และแสดงพฤติกรรมไปตามสภาพอารมณ์ การไม่ยินดียินร้ายกับอารมณ์ที่เกิดขึ้นหรือละเลยไม่สนใจเพื่อบรรเทาการแสดงอารมณ์ และการรู้เท่าทันอารมณ์ซึ่งการรู้ตัวนี้จะมีพลังเหนือความรู้สึกและอารมณ์ที่ไม่ดีต่างๆ รู้ว่าในสภาพอารมณ์นี้ควรจะทำเช่นไรจึงจะเหมาะสมที่สุด แนวทางในการพัฒนาการรู้จักอารมณ์ตนเอง ทำได้ดังนี้ คือ

- 1.1 ให้เวลาทบทวนอารมณ์ของตนเอง ทบทวนลักษณะการแสดงออกทางอารมณ์ และผลย้อนกลับจากการแสดงอารมณ์ว่า รู้สึกพอใจ ไม่พอใจ คิดว่าเหมาะสมหรือไม่เหมาะสม ถ้ารู้สึกพอใจและเหมาะสมแล้ว ต้องแน่ใจว่าไม่ได้เข้าข้างตนเอง แล้วใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อไป

- 1.2 ฝึกให้เกิดการรู้ตัวเสมอและมีสติอยู่กับการรู้ตัว โดยให้รู้ว่าการรู้ตัวอย่างไรกับตัวเองหรือสิ่งที่เกิดขึ้นรอบ ๆ ตัว รู้สึกสบายใจ ไม่สบายใจ คิดอย่างไรกับความรู้สึกนั้น และความคิดความรู้สึกนั้นมีผลอย่างไรกับการแสดงออกของตนเอง

2. การจัดการกับอารมณ์ของตนเอง เป็นความสามารถควบคุมอารมณ์และการแสดงออกทางอารมณ์ทั้งดีและไม่ดีได้อย่างเหมาะสมกับบุคคล สถานที่เวลาและสถานการณ์ การจะจัดการกับอารมณ์ได้อย่างเหมาะสมเพียงใดขึ้นอยู่กับความสามารถควบคุมอารมณ์ ไม่แสดงออกทันที สามารถอธิบายได้อย่างสมเหตุสมผลถึงการเกิดอารมณ์ การแสดงพฤติกรรมที่มีผลย้อนกลับในทางบวก แนวทางในการฝึกการจัดการกับอารมณ์ของตนเอง ได้แก่

- 2.1 ทบทวนสิ่งที่ทำลงไปเพื่อตอบสนองอารมณ์ที่เกิดขึ้นและพิจารณาผลที่ตามมา
- 2.2 เตรียมการในการแสดงอารมณ์ ฝึกการสั่งตัวเองว่าจะทำ อะไรและจะไม่ทำ อะไร
- 2.3 ฝึกการรับรู้สิ่งต่างๆที่เกิดขึ้น ที่ต้องเกี่ยวข้องในด้านดี มอง - ฟังสิ่งดีสร้างอารมณ์ให้แจ่มใส เกิดความสบายใจ
- 2.4 ฝึกการสร้างความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง ผู้อื่นและสิ่งอื่นที่อยู่รอบตัว
- 2.5 ฝึกการมองหาประโยชน์หรือโอกาสจากอุปสรรค โดยการเปลี่ยนมุมมองในแง่ดี โดยคิดว่าเป็นสิ่งท้าทายและมีทางเลือกมากกว่าหนึ่งทาง

2.6 ฝึกการผ่อนคลายความเครียดโดยเลือกวิธีที่เหมาะสมกับตนเอง การจัดการอารมณ์ได้อย่างเหมาะสมจะทำให้สบายใจ มีผลต่อความสำเร็จ ความสุขในการทำงานและการอยู่ร่วมกับผู้อื่น

3. การสร้างแรงจูงใจให้ให้ตนเอง เป็นการมองแง่ดีของสิ่งต่างๆที่เกิดขึ้นและสร้างความเชื่อมั่นว่าเราสามารถอยู่กับสิ่งนั้นได้ สามารถทำได้เพื่อให้เกิดกำลังใจที่จะสร้างสรรค์ในสิ่งที่ดี มุ่งไปสู่เป้าหมายที่ตั้งไว้แนวทางในการสร้างแรงจูงใจให้กับตนเอง คือ

- 3.1 ทบทวนว่าสิ่งสำคัญในชีวิตมีอะไรบ้าง ให้จัดลำดับความสำคัญของความต้องการอยากได้ อยากมี อยากเป็น แล้วพิจารณาว่าการที่จะบรรลุสิ่งที่ต้องการมีความเป็นไปได้และไม่ได้
- 3.2 นำความต้องการที่เป็นไปได้และเกิดประโยชน์มาตั้งเป้าหมายที่ชัดเจนแล้ววางขั้นตอนที่จะมุ่งไปสู่เป้าหมายนั้น
- 3.3 ในการปฏิบัติเพื่อให้บรรลุเป้าหมาย ระวังอย่าให้ไขว้เขวออกนอกทาง
- 3.4 ต้องลดความสมบูรณ์แบบในตัวลง ไม่ใช่ทำทุกอย่างดีที่สุดต้องไม่มีผิดพลาดเลย ฝึกความยืดหยุ่นในอารมณ์ เพื่อไม่ให้เครียดและผิดหวัง
- 3.5 ฝึกการมองหาประโยชน์จากอุปสรรคเพื่อสร้างความรู้สึกดีๆ ที่จะเป็นพลังให้เกิดสิ่งดีๆต่อไป
- 3.6 ฝึกสร้างทัศนคติที่ดี หามุมมองที่ดีในเรื่องที่เราไม่พอใจ มองปัญหาเป็นการเรียนรู้ เป็นการเพิ่มพลังและแรงจูงใจให้ตนเอง
- 3.7 หมั่นสร้างความหมายในชีวิตแก่ตนเอง นึกถึงสิ่งที่สร้างความภูมิใจแม้เล็กๆน้อยๆ พยายามใช้สิ่งดีในตนสร้างให้เกิดคุณค่าทั้งแก่ตนเองและผู้อื่น
- 3.8 ให้กำลังใจตนเอง คิดว่าเราทำได้ เราจะทำ และลงมือทำ

4. การหยั่งรู้อารมณ์ผู้อื่น เป็นความสามารถในการรับรู้อารมณ์ ความรู้สึก เข้าใจเห็นใจผู้อื่น สามารถปรับความสมดุลของอารมณ์ตนเองและตอบสนองต่อผู้อื่นได้อย่างสอดคล้องกัน รู้อารมณ์ผู้อื่น และสามารถเข้าใจได้จะทำให้เรารู้ช่องทางที่จะโน้มน้าวใจผู้อื่นให้ทำสิ่งที่เราต้องการได้ การฝึกอบรม ด้านนี้จะต้องพยายามนึกถึงผู้อื่นบ่อยๆกับการนึกถึงตนเองจึงจะรับรู้ความรู้สึกผู้อื่นได้ดี แนวทางการฝึก การหยั่งรู้อารมณ์ผู้อื่น คือ

4.1 สนใจการแสดงออกของผู้อื่น โดยการสังเกตสีหน้า แววตา ท่าทาง การพูด น้ำเสียง ตลอดจนการแสดงออกอื่นๆ

4.2 อ่านอารมณ์ความรู้สึกของผู้อื่นจากสิ่งที่สังเกตเห็นว่าเขามีความรู้สึกใด โดยการถาม แต่ต้องทำในสภาพเหมาะสม มิฉะนั้นจะเป็นการทำลายความรู้สึกกันได้

4.3 ทำความเข้าใจอารมณ์ ความรู้สึกของบุคคลตามสภาพที่เผชิญอยู่หรือที่เรียกว่า เอาใจเขามาใส่ใจเรา

4.4 แสดงการตอบสนองอารมณ์ในลักษณะที่เป็นการแสดงว่าเข้าใจเห็นใจกัน ทำให้เกิดอารมณ์ความรู้สึกที่ดีต่อกัน

5. การรักษาสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน เป็นความสามารถในการอยู่ร่วมกัน ทำงานร่วมกับผู้อื่น โดยมีสัมพันธภาพที่ดีต่อกันและสร้างสรรค์ผลงานที่เป็นประโยชน์ มีความสามารถและทักษะในการอยู่ ร่วมกันและทำงานร่วมกับบุคคลต่างๆได้อย่างราบรื่น แนวทางในการพัฒนาการรักษาสัมพันธภาพที่ดี ต่อกัน คือ

5.1 สร้างอารมณ์ที่ดีต่อกัน ฝึกการสร้างความรู้สึกที่ดีต่อผู้อื่น เข้าใจ เห็นใจผู้อื่น ซึ่ง จะทำให้การเริ่มต้นของการมีสัมพันธภาพที่ดีเกิดขึ้น

5.2 ฝึกการสื่อสารที่มีประสิทธิภาพ สร้างความเข้าใจที่ตรงกันชัดเจน ฝึกการเป็นผู้ฟัง และผู้พูดที่ดี รวมทั้งคำนึงถึงความรู้สึกของผู้รับการสื่อสารด้วย

5.3 ฝึกการแสดงน้ำใจ เอื้อเฟื้อ รู้จักการให้ การรับ การแลกเปลี่ยนให้เกิดคุณค่าและ ประโยชน์สำหรับตนเองและบุคคลที่เกี่ยวข้อง

5.4 ฝึกการให้เกียรติผู้อื่นอย่างจริงจัง ให้การยอมรับเพราะจะทำให้ผู้รับมีความภูมิใจ และมีความรู้สึกที่ดีตอบแทนมา

5.5 ฝึกการแสดงความชื่นชอบ ชื่นชมและให้กำลังใจซึ่งกันและกันตามวาระที่เหมาะสม การจะเกิดผลอย่างแท้จริงต้องอาศัยความมุ่งมั่น อดทนและต้องอาศัยเวลา หากได้ลองนำวิธี ต่างๆที่เหมาะสมไปทดลองปฏิบัติ จะเห็นความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับตนเอง ทั้งทางด้านอารมณ์ ความคิด และพฤติกรรมที่จะมีผลต่อความสำเร็จและความสุขในชีวิต

ทศพร ประเสริฐสุข (2543: 57-58) ได้เสนอแนวทางการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ ดังนี้

1. ฝึกให้เด็กรู้จักคุณค่าของตนตามความเป็นจริงให้มองตนเองอย่างตระหนักรู้ มองตนเองใน

แง่ดี รู้สึกดีกับชีวิต สามารถชื่นชมตนเองได้ เป็นการฝึกให้รู้จักอารมณ์ตนเอง

2. รู้จักแยกแยะอารมณ์ของตนเองและเลือกแสดงออกทางอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม

3. รู้จักปฏิบัติตามกฎระเบียบของสังคมด้วยความเต็มใจ ซึ่งครู พ่อแม่ ต้องเป็นผู้นำในการฝึก และทำตัวให้เป็นตัวอย่างที่ดีให้เลียนแบบ และให้กำลังใจเมื่อเด็กทำตามระเบียบ

4. รู้จักเข้าใจธรรมชาติอารมณ์ของตนเอง จำแนกแยกแยะได้ว่าอารมณ์ใดที่เป็นคุณแก่ตน และอารมณ์ใดจะเป็นโทษแก่ตนเอง โรงเรียนและสถานศึกษาควรมีอาจารย์ผู้ทำหน้าที่แนะแนวที่จะให้ คำปรึกษาแก่เด็ก

5. การรู้จักบริหารจัดการกับอารมณ์ของตนเองได้ เพื่อให้รู้ว่าอารมณ์เกิดได้ทุกอย่าง แต่ไม่ สามารถแสดงอารมณ์ทุกอย่างได้ ฝึกความสามารถในการควบคุมอารมณ์และการแสดงออกได้อย่าง เหมาะสม ทั้งอารมณ์ดีและอารมณ์ไม่ดี เพื่อให้เกิดความสมดุลในการจัดการกับอารมณ์ของตนเอง รู้จัก แสดงออกทางอารมณ์ ระบายอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม ฝึกความสามารถในการผ่อนคลายความเครียด เช่น การผ่อนคลายกล้ามเนื้อ การร้องเพลง เป็นต้น

6. การแสดงออกทางอารมณ์ที่เหมาะสมโดยคำนึงถึงสีหน้า ท่าทางและคำพูด

7. รู้จักหยุดการแสดงอารมณ์ที่ไม่ดี ความสามารถในการไตร่ตรองก่อนแสดงออกและสามารถ ที่จะอดทนรอคอยที่จะแสดงพฤติกรรมได้

8. ฝึกการสร้างแรงจูงใจให้เกิดขึ้นกับตน แรงจูงใจที่สำคัญคือแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์และแรงจูงใจ ใฝ่สัมพันธ์

9. ฝึกความสามารถในการหยั่งรู้อารมณ์ผู้อื่น สามารถรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่น เพื่อให้เกิดความเข้าใจและเห็นอกเห็นใจผู้อื่น จะต้องฝึกให้นึกถึงผู้อื่นที่เรียกว่าเอาใจเขามาใส่ใจเรา ฝึกการสังเกต การตรวจสอบอารมณ์

10. ฝึกทางด้านมนุษยสัมพันธ์ การแสดงน้ำใจ เอื้ออาทร เห็นคุณค่าของตนเองและผู้อื่น ฝึก การให้เกียรติผู้อื่นได้ด้วยความจริงใจ สามารถแสดงความชื่นชมชื่นชมให้กำลังใจซึ่งกันและกันได้

นอกจากนี้ วีรวัดน์ ปันนิตามัย (2545: 15-17) ได้เสนอกิจกรรมในกระบวนการพัฒนาทักษะ ทางความฉลาดทางอารมณ์ให้แก่เด็ก ดังนี้

1. หลีกเลี่ยงการวิพากษ์ตำหนิ การบ่นทอนขวัญและกำลังใจ การไม่เคารพสิทธิส่วนบุคคล

2. อธิบายด้วยเหตุผล ด้วยความใจเย็นและอดทน ให้คำชมในสิ่งที่ทำได้ดี

3. ระมัดระวังสิ่งที่พ่อแม่คิดว่าลูกควรเป็น ควรทำ เช่นนั้นเช่นนี้ดังที่ตนคาดหวังให้ได้

4. เข้าใจภูมิหลังความรู้สึก บุคลิกที่เป็นแบบฉบับของเด็กแต่ละคนที่แตกต่างกัน เล็งเห็นได้ว่า เด็กมีแนวโน้มที่จะรู้สึกหรือแสดงออกเช่นไรบ้าง

5. หลีกเลี่ยงการเข้าข้างฝ่ายที่เป็นปฏิปักษ์ตามความรู้สึกของเด็ก

6. หยุดคิดว่าหากเหตุการณ์เช่นนี้เกิดขึ้นกับตนในฐานะผู้ใหญ่จะควบคุมหรือแสดงออกอย่างไร

7. อย่านำแนวทางแก้ไขของตนไปตัดสินให้เด็กยอมรับถือปฏิบัติ
 8. เคารพในความเป็นปัจเจกชนของเด็ก ให้คำแนะนำ ให้ข้อมูล เคารพในความคิดและเหตุผล
 9. พุดคุยถึงประสบการณ์เดิม ความรู้สึก จินตนาการของตนในการบริหารจัดการอารมณ์
 10. ซื่อตรง เปิดเผย บอกความจริงแก่เด็ก อย่าสร้างเรื่องขึ้นมา
 11. ให้โอกาสเด็กได้เผชิญกับเหตุการณ์ที่จะเป็นตัวอย่างสอนใจ เตือนสติ รู้จักผลของการควบคุมอารมณ์ได้ในลักษณะต่างกันไป อาจให้เห็นตัวอย่างของชีวิตจริง ในภาพยนตร์ ละครและวรรณกรรมต่าง ๆ
 12. อุดหนุนต่อการฝึกทักษะทางอารมณ์แก่เด็ก ฝึกให้รู้จักขอโทษเมื่อผิดมารยาททางสังคม
 13. จำกัดบทบาทการให้ความช่วยเหลือเด็กแต่ละคนได้อย่างเหมาะสมว่าควรหยุดเมื่อใด
 14. เชื่อมมั่นในผลของพัฒนาการเติบโตของมนุษย์ว่า เด็กจะเรียนรู้ได้มากขึ้นเมื่อเขาเติบโต
- ทศพร ประเสริฐสุข (2543: 42) ได้กล่าวไว้ว่า สถาบันการศึกษา สังคม ครอบครัวสามารถมีส่วนร่วมที่จะพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของคนในสังคมได้ วัตถุประสงค์ของการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ประกอบด้วย
1. เพื่อพัฒนาให้เด็กและเยาวชนเป็นผู้ที่มีบุคลิกภาพดีมีวุฒิภาวะทางอารมณ์
 2. พัฒนาคูรู บุคลากรทางการศึกษาให้เป็นผู้ที่มีความฉลาดทางอารมณ์ เพื่อเป็นตัวอย่างที่ดี
 3. พัฒนาการมองโลกในแง่ดีอันเป็นพื้นฐานของการพัฒนาความคิด ความรู้สึก และทัศนคติในการทำงานร่วมกับผู้อื่น
 4. พัฒนาสัมพันธภาพระหว่างบุคคล การสื่อความหมายเพื่อเป็นทักษะทางสังคมที่สำคัญ
 5. พัฒนาความสามารถในการรับรู้ ความเข้าใจ ความรู้สึก ความคิด และอารมณ์ของตนเองได้
 6. พัฒนาความซื่อตรงซื่อสัตย์ รักษาความมั่น ตรงไปตรงมาซึ่งเป็นลักษณะที่สังคมปรารถนา
 7. พัฒนาความสามารถในการควบคุมอารมณ์ สามารถจัดการทางอารมณ์ในสภาวะการณ์ต่างๆ
 8. พัฒนาแรงจูงใจในตนเอง แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์
 9. พัฒนาความสามารถในการเข้าใจรู้เท่าทันอารมณ์ความรู้สึกของผู้อื่น เอาใจเขามาใส่ใจเรา
 10. พัฒนาการควบคุมตนเอง ซึ่งเป็นการปรับพฤติกรรมของตนให้เหมาะสม
 11. พัฒนาจิตใจใฝ่บริการอันเป็นรากฐานสันติสุขในสังคม
 12. พัฒนาความสามารถในการบริหารความขัดแย้ง
 13. พัฒนาความรู้สึกเข้าถึงมนุษย์และความเป็นมนุษย์ รู้จักชื่นชมงาน มีความละเอียดอ่อน

เพื่อสร้างสภาวะทางอารมณ์ให้เป็นคนมีอารมณ์ดี

14. พัฒนาความมีคุณธรรม

ในทางจิตวิทยา เชื่อว่า ความฉลาดทางอารมณ์เป็นสิ่งที่พัฒนาได้ กรมสุขภาพจิตได้เสนอแนวทางการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์สำหรับตนเอง ดังนี้

1. รู้ตัว รู้ตน หมายถึง ความเป็นไปได้ของตน รวมทั้งรู้จุดเด่นจุดด้อย รู้เท่าทันอารมณ์ รู้สาเหตุที่ทำให้เกิดอารมณ์ความรู้สึกนั้นๆ รู้ว่าผลที่ตามมาเป็นอย่างไรประเมินความสามารถตนได้อย่างเป็นจริงและนำมาใช้ได้อย่างเหมาะสม

2. รู้หน รู้ควร หมายถึง ความสามารถในการจัดการความรู้สึกของตนเอง สามารถควบคุมตนให้ทำในสิ่งที่ถูกที่ควร มีความรับผิดชอบ ใจกว้าง รับฟังความคิดเห็น ตลอดจนปรับตัวได้

3. รู้สร้างกำลังใจ หมายถึง มีแรงบันดาลใจที่เกิดความพยายามก้าวสู่เป้าหมายโดยไม่ท้อถอยมองโลกในแง่ดี และพยายามหาทางแก้ไขปัญหจนถึงที่สุด

คนที่มีความฉลาดทางอารมณ์สูง จะเป็นคนที่สามารถรับรู้เข้าใจ จัดการอารมณ์ตนได้ รวมทั้งเข้าใจผู้อื่นจึงมักจะประสบความสำเร็จ มีความพึงพอใจในชีวิต สามารถที่จะสร้างสรรค์งานใหม่ๆได้

7. การวัดความฉลาดทางอารมณ์

การวัดหรือการประเมินความฉลาดทางอารมณ์มีความสำคัญอย่างยิ่ง เป็นเสมือนกระจกเงาที่จะสะท้อนตัวเรา การประเมินตนเองได้ตามจริง รู้จุดเด่นจุดด้อยของตนได้ถูกต้องจะสามารถแสวงหาและสนองต่อความต้องการของตนเองได้ (ช่อเพชร เบ้าเงิน, 2545: 9) โดยเฉพาะการเป็นสมาชิกของสังคมในปัจจุบัน การรู้จักอารมณ์ของตนเองมากเท่าไรจะทำให้มองเห็นคุณค่าของตนเองมากขึ้นตามมาด้วย นอกจากนั้น ยังทำให้การดำรงชีวิตในสังคมมีความสมบูรณ์และพร้อมแบ่งปันความสุขให้แก่บุคคลรอบข้าง ดังนั้น แบบวัดหรือแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์จึงนับว่ามีส่วนสำคัญอย่างยิ่ง (นุกุลธรรมจง, 2546: 24)

คันสนีย์ วรรณางกูล (2544: 10) ให้แนวคิดที่ว่า ความฉลาดทางอารมณ์ของแต่ละบุคคลจะเป็นอย่างไร มีมากน้อย ควรต้องมีการวัดระดับค่า ออกมาในรูปแบบของเครื่องมือที่เชื่อถือได้ เนื่องจากแนวคิดในเรื่องความฉลาดทางอารมณ์หรือ EQ เป็นแนวคิดพัฒนามาหลัง IQ และยังไม่มีการวัดชัดเจนและได้รับการยอมรับ อีกทั้งการวัด EQ ออกมาเป็นตัวเลขตามแบบ IQ เป็นเรื่องยาก เนื่องจากอารมณ์มีองค์ประกอบมากและมีการแปรผันไปตามสถานการณ์ ดังที่ อรพินทร์ ชูชม (2542 : 67-76) ได้สรุปแนวคิดการวัด EQ ตามกลุ่มนักทฤษฎีแต่ละกลุ่ม ดังนี้

การวัดตามแนวกลุ่มสโลเวย์ (Salovey)

ชัลท์ และคณะ (Schulte, et al. 1998) ได้พัฒนามาตรวัด EQ ที่อิงตามทฤษฎีของสโลเวย์ และเมเยอร์ (Salovey and Mayer, 1990) โดยการวัดความฉลาดทางอารมณ์เป็นลักษณะการรายงานตนเอง ชนิดมาตราส่วนประเมินค่า 5 ระดับ โดย 1 แทน “ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง” และ 5 แทน “เห็นด้วยอย่างยิ่ง” มีจำนวนทั้งหมด 33 ข้อ ประกอบด้วย กลุ่มการประเมินค่าและแสดงออกของอารมณ์ จำนวน 13 ข้อ กลุ่มการจัดระบบอารมณ์ จำนวน 10 ข้อ และกลุ่มการใช้ประโยชน์ทางอารมณ์ จำนวน 10 ข้อ มาตราการวัดความฉลาดทางอารมณ์ มีค่าความเชื่อมั่นชนิดความสอดคล้องภายใน

แอลฟาของครอนบัต เท่ากับ .90 และมีค่าความเชื่อมั่นชนิดการสอบซ้ำ (สอบซ้ำภายใน 2 สัปดาห์) เท่ากับ .78 จากการตรวจสอบความเที่ยงตรง พบว่า มาตรฐานวัดความฉลาดทางอารมณ์ฉบับนี้มีความสัมพันธ์กับโครงสร้างที่เกี่ยวข้องทางทฤษฎี ได้แก่การเอาใจใส่ความรู้สึกความชัดเจนในความรู้สึก การปรับปรุงสภาวะอารมณ์ การมองโลกในแง่ดี และการอดกลั้น มาตรฐานนี้สามารถพยากรณ์ผลการเรียนของนิสิตปีหนึ่งได้ นักจิตวิทยาบำบัดได้คะแนนสูงกว่าผู้รับการบำบัด นักโทษหญิงได้คะแนนสูงกว่านักโทษชาย ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยเรื่องทักษะทางอารมณ์ที่มีมาก่อนหน้านี้

สโลเวย์และคณะ (Salovey, et al. 1995) สำรวจ EQ โดยใช้มาตรวัดลักษณะอุปนิสัย (Trait Meta - Model or TMMS) ซึ่งวัดความแตกต่างระหว่างบุคคลในความสามารถสะท้อนอารมณ์และการจัดการกับอารมณ์ สโลเวย์ ได้อาศัยนิยามเชิงปฏิบัติการของ EQ ในเรื่องความใส่ใจ ความชัดเจน และการปรับอารมณ์ความรู้สึก แบบวัดนี้ให้ผู้ตอบรายงานตนเอง มีการประเมินค่า 5 ระดับจาก 1 คือ “ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง” ถึง 5 คือ “เห็นด้วยอย่างยิ่ง” และต่อมาได้มีการพัฒนาการวัดตามความสามารถของสมองเป็นหลักเรียกแบบทดสอบนี้ว่า MEIS (The Multifactor Emotional Intelligence Scale) เป็นแบบวัดในรูปที่ใช้กระดาษดินสอในการทำแบบทดสอบ และแบบทดสอบ “The Emotion IQ Test” ที่อยู่ใน CD-ROM โดยแบบทดสอบทั้งสองเหมือนกันทุกประการ ในด้านเนื้อหา โครงสร้างแต่ต่างกันที่สื่อนำเสนอ ลักษณะของแบบทดสอบประกอบด้วยงาน 12 งาน แบ่งเป็น 4 ประเภท คือ การระบุอารมณ์ การใช้อารมณ์ ความเข้าใจอารมณ์ การจัดการและการควบคุมอารมณ์ ผลการวิเคราะห์พบว่า สามารถแยกแยะองค์ประกอบ ได้แก่ การรับรู้ทางอารมณ์ ความเข้าใจทางอารมณ์และการจัดการกับอารมณ์ และจากการวิเคราะห์องค์ประกอบตามลำดับขั้นพบว่า ทั้งสององค์ประกอบสามารถจัดเป็นองค์ประกอบเดียวที่เท่าเทียมกัน เรียกว่า องค์ประกอบทั่วไปของความฉลาดทางอารมณ์ผลจากการศึกษา พบว่า มีความสัมพันธ์กับการวัดสติปัญญาทางด้านถ้อยคำ ($r=.36$) และความเข้าใจผู้อื่น ($r=.33$) นอกจากนี้ยังมีความสัมพันธ์กับอายุเพิ่มขึ้นตามลำดับจากวัยรุ่นถึงวัยผู้ใหญ่ ข้อค้นพบนี้ได้จากการใช้ MEIS ทำให้เชื่อว่าความฉลาดทางอารมณ์อาจมีคุณสมบัติเทียบเท่าสติปัญญาแบบเดิมที่นิยามว่าเป็นความสามารถทางสมอง ความฉลาดทางอารมณ์เหมือนการวัดสติปัญญา มาตรฐานต่างๆที่พัฒนาตามอายุ มีข้อค้นพบระบุว่า ความฉลาดทางอารมณ์สัมพันธ์กับสติปัญญาแบบดั้งเดิม แต่มีแนวคิดและผลการวิจัยเพียงพอที่จะแยกจากสติปัญญาแบบดั้งเดิมเป็นสติปัญญาแบบใหม่

การวัดตามแนวของบาร์ออน (Bar On)

บาร์ออนได้ใช้เวลากว่า 16 ปีในการศึกษาเรื่องแบบทดสอบ EQ และได้สร้างเครื่องมือวัด ชื่อ Emotional Quotient Inventory (EQ) เพื่อต้องการเป็นเครื่องมือที่สร้างฐานทางอารมณ์ ใช้ในการจัดสรรคนให้เหมาะกับอาชีพ หรือเพื่อใช้บ่งชี้ในด้านที่ยังมีปัญหาเพื่อการปรับปรุง แบบทดสอบนี้จึงมีคุณค่าสำหรับการวางแผนงาน เช่น คนที่ได้คะแนนสูงในการมองโลกในแง่ดี จะเป็นดัชนีบ่งชี้ว่า จะ

ประสบความสำเร็จในงานบางอย่าง เช่น เป็นพนักงานขาย คนที่ได้คะแนนสูงการจัดการความเครียด น่าจะทำงานได้ดี แต่แบบทดสอบนี้ยังไม่มีการยืนยันกับการพยากรณ์ความสำเร็จในอนาคต

การวัดตามแนวของโกลแมน (Goleman)

โกลแมน (Goleman) ได้สร้างแบบทดสอบความฉลาดทางอารมณ์ซึ่งประกอบด้วยข้อคำถาม 10 ข้อ แต่ละข้อคำถามผู้ตอบต้องระบุคำตอบที่กำหนดตามสถานการณ์จำลอง การวัดความสามารถทางอารมณ์ของโกลแมน มีความสัมพันธ์กับความเข้าใจผู้อื่นและการควบคุมทางอารมณ์ นอกจากนี้มีเนื้อหาที่คาบเกี่ยวกับองค์ประกอบที่สามของแบบทดสอบ MEIS ได้แก่ การจัดการกับอารมณ์ อย่างไรก็ตามมาตรวัดนี้ไม่ได้ใช้มากนักในงานวิจัย

การวัดตามแนวของกรมสุขภาพจิต

กระทรวงสาธารณสุข กรมสุขภาพจิต (2544: 6) เห็นว่า การวัด EQ ยังไม่มีแบบที่แน่นอนเป็นเพียงการประเมิน เพื่อให้มองเห็นความบกพร่องของความสามารถทางด้านอารมณ์ที่ต้องพัฒนาแก้ไข จึงได้พัฒนาแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ให้เหมาะสมกับคนไทย โดยประเมินด้านหลัก 3 ด้าน คือ ด้านความดี ความเก่งและความสุข ลักษณะของแบบประเมิน มีคำถามทั้งหมด 52 ข้อ ซึ่งมีส่วนประกอบและคุณสมบัติที่ต้องการประเมินดังต่อไปนี้

1. ด้านดี หมายถึง ความสามารถในการควบคุมอารมณ์ และความต้องการของตนเอง รู้จักเห็นใจผู้อื่น มีความรับผิดชอบต่อส่วนรวม ซึ่งแบ่งเป็นองค์ประกอบย่อยและคุณสมบัติที่ต้องการวัดคือ

1.1 ควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง ได้แก่ รู้อารมณ์และความต้องการของตนเอง ควบคุมอารมณ์ได้ และแสดงออกอย่างเหมาะสม

1.2 เห็นใจผู้อื่น ได้แก่ ใส่ใจผู้อื่น เข้าใจและยอมรับผู้อื่น และแสดงความเห็นใจอย่างเหมาะสม

1.3 รับผิดชอบ ได้แก่ รู้จักให้ รู้จักรับผิดชอบ ให้อภัย และเห็นแก่ประโยชน์ส่วนรวม

2. ด้านเก่ง หมายถึง ความสามารถในการรู้จักตนเอง มีแรงจูงใจ สามารถตัดสินใจแก้ปัญหา และแสดงออกได้อย่างมีประสิทธิภาพ รวมทั้งการมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น แบ่งเป็นองค์ประกอบย่อยและคุณสมบัติที่ต้องการวัด คือ

2.1 รู้จักและมีแรงจูงใจในตนเอง ได้แก่ รู้จักศักยภาพของตน สร้างขวัญและกำลังใจ และมีความมุ่งมั่นไปสู่เป้าหมาย

2.2 ตัดสินใจและแก้ปัญหา ได้แก่ รับรู้และเข้าใจปัญหา มีขั้นตอนในการแก้ปัญหา และมีความยืดหยุ่น

2.3 มีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น ได้แก่ สร้างสัมพันธภาพที่ดีได้ กล้าแสดงออกอย่างเหมาะสม และกล้าแสดงความคิดเห็นที่ขัดแย้งได้อย่างสร้างสรรค์

3. ด้านสุข หมายถึง ความสามารถในการดำเนินชีวิตอย่างเป็นสุข ซึ่งแบ่งเป็นองค์ประกอบ

ย่อยและคุณสมบัติที่ต้องการวัดคือ

- 3.1 ภูมิใจในตนเอง ได้แก่ เห็นคุณค่าในตนเอง และเชื่อมั่นในตนเอง
- 3.2 พึงพอใจในชีวิต ได้แก่ มองโลกในแง่ดี มีอารมณ์ขัน และพอใจในสิ่งที่ตนมีอยู่
- 3.3 มีความสุขสงบทางใจ ได้แก่ มีกิจกรรมที่สร้างความสุข รู้จักผ่อนคลาย และมีความสงบทางใจ

จะเห็นได้ว่า การประเมินความฉลาดทางอารมณ์โดยหลักการแล้วสามารถประเมินได้ 2 แบบ (วีระวัฒน์ ปันนิตามัย, 2545: 82) คือ เครื่องมือที่เป็นปรนัย (Objective Measures) ได้แก่ แบบทดสอบหรือ แบบสอบถาม แบบประเมิน และเครื่องมือที่เป็นแบบวัดเชิงอัตวิสัย (Subjective Measures) ซึ่งเป็นการให้รายงานตนเองหรือให้แสดงความรู้สึก เช่น การสัมภาษณ์ การสังเกต การรายงานตนเองโดยการเขียนบันทึก การรายงานความรู้สึกต่อสิ่งเร้า ด้วยเหตุที่การประเมินความฉลาดทางอารมณ์เป็นคุณลักษณะทางด้านจิตพิสัย สามารถวัดได้หลายทาง จึงควรใช้หลายวิธีประกอบกัน เพื่อให้แน่ใจว่าผลการประเมินที่ได้มีความเที่ยงตรงและมีความสอดคล้องกันในระดับต่างๆ

วีระวัฒน์ ปันนิตามัย (2545: 85-111) ได้รวบรวมแนวทางในการประเมินความฉลาดทางอารมณ์ไว้ ดังนี้

1. การประเมินด้านแรงจูงใจภายในบุคคล (Intrapersonal Motivation) เป็นการประเมินแรงจูงใจในตัวเองที่ผลักดันให้แสดงพฤติกรรม เกิดความรู้สึกหรือภาวะอารมณ์ แรงบันดาลใจให้แสดงออก โดยอาจมีสิ่งเร้ากระตุ้นความรู้สึกนึกคิด อาทิ การเขียนเรียงความ การตอบข้อความให้สมบูรณ์ การเขียนบันทึกประจำวัน การให้เล่าเหตุการณ์ที่ฝังใจหรือเคยประสบมาโดยให้เขียนเล่าถึงสถานการณ์ต่างๆ ที่ทำให้ตนเกิดความรู้สึก 3 ประการ ได้แก่ ดีใจ โลงใจ และเสียใจ ทั้งนี้ผู้ประเมินต้องระมัดระวังในการกำหนดคำตอบที่ถูกต้อง ซึ่งการประเมินด้วยแนวทางนี้จำเป็นต้องใช้ผู้ประเมินที่มีประสบการณ์และเชี่ยวชาญด้านพฤติกรรมศาสตร์ และความฉลาดทางอารมณ์เป็นอย่างดี

2. การใช้เทคนิคเหตุการณ์สำคัญ (The Critical Incident Technique) เป็นการวิเคราะห์พฤติกรรมเชิงคุณภาพ โดยให้ผู้เล่าบรรยายหรือเขียนเล่าเหตุการณ์ที่แสดงถึงถึง ความคิด ความรู้สึก และการแสดงออกที่เกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์ ในระดับต่างๆ แล้วให้เลือกเรียงลำดับพฤติกรรมที่ผู้ตอบเคยปฏิบัติหรือมีความตั้งใจจะปฏิบัติ เพื่อนำคะแนนมาประมวลสรุปอ้างอิงถึงระดับความฉลาดทางอารมณ์ของผู้ตอบ ข้อดีของวิธีนี้ คือ มุ่งให้กรอบที่เป็นแนวทางเดียวกันกับผู้ตอบทุกคน บางทีก็เปิดโอกาสให้เลือกเขียนตอบแต่ละตัวเลือก จึงมีความเป็นไปได้ในระดับต่างๆ กัน มากบ้างน้อยบ้าง โดยไม่คำนึงถึงความถูกต้อง และยังสามารถใช้ได้หลายเป้าหมาย ไม่ว่าจะเป็นการจัดวางบุคคลให้เหมาะสมกับตำแหน่ง เพื่อการพัฒนาบุคคล ผู้ตอบที่ไม่มีประสบการณ์โดยตรงก็สามารถตอบได้ ข้อเสีย คือ อาจมีการบิดเบือนสร้างภาพขึ้นมาได้ และเกณฑ์การให้คะแนนในแต่ละข้อยังไม่เป็นที่ยอมรับ ซึ่งมีผลต่อระดับคะแนนความฉลาดทางอารมณ์

3. สถานการณ์จำลอง (Simulation) เป็นการกำหนดเหตุการณ์ให้มีความสมจริงใกล้เคียงกับเหตุการณ์ที่เป็นสิ่งเร้า เพื่อกระตุ้นให้บุคคลแสดงพฤติกรรมที่สะท้อนถึงความรู้สึก และภาวะอารมณ์ต่างๆ ของตนเองออกมา โดยมีอาจเสแสร้งหรือแกล้งปฏิบัติได้ เช่น การรายงานความรู้สึกจากสิ่งเร้าต่างๆ โดยจัดสถานการณ์จำลอง มีการกำหนดระดับความยาก หรือบทบาทให้กับผู้ปฏิบัติด้วยก็ได้ ข้อดีของสถานการณ์จำลอง คือ เป็นการกระตุ้น หรือดึงพฤติกรรมภาวะอารมณ์ในขณะเดียวกันก็เปิดโอกาสให้แสดงความเป็นตัวตนตามธรรมชาติออกมา ส่วนข้อเสียคือ ใช้เวลาในการศึกษานาน และมีราคาแพง ต้องอาศัยผู้สร้างที่มีความรอบรู้ทางการวัดและประเมินพฤติกรรมในองค์กร งานในหน้าที่ และการตรวจสอบความน่าเชื่อถือของค่าเฉลี่ย และสามารถใช้ทดสอบในกลุ่มเล็กที่ละ 3-5 คน หรือเป็นรายบุคคลเท่านั้น

4. การสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) เป็นการสัมภาษณ์แบบกึ่งโครงสร้างที่มีความยืดหยุ่น ให้อิสระแก่ผู้ที่เข้ารับการสัมภาษณ์เป็นฝ่ายริเริ่มการสนทนาในประเด็นต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับตนเอง ทั้งในด้านความสำเร็จและล้มเหลว วิธีนี้จะใช้เวลาประมาณหนึ่งชั่วโมงครึ่งถึงสองชั่วโมง และเป็นการสัมภาษณ์โดยกรรมการหนึ่งคนต่อผู้สมัครหนึ่งคนเท่านั้น โดยกรรมการจะกระตุ้นให้ผู้เข้ารับการสัมภาษณ์แสดงความรู้สึกนึกคิด ที่เป็นตัวของตัวเองที่แท้จริงออกมา ข้อเท็จจริงที่เกิดขึ้น ข้อมูลต่างๆที่ได้กรรมการจะนำมาประมวลเป็นข้อมูลหรือภาพเกี่ยวกับบุคคลนั้นเพื่อประกอบการตัดสินใจ

5. แบบทดสอบที่มีความเป็นปรนัย การให้รายงานตนเองและแบบวัดเชิงอัตวิสัย (Objective, Self-report, and Subjective Measures) วิธีเหล่านี้ได้รับความนิยม เนื่องด้วยสร้างง่าย มีฐานของการเปรียบเทียบศึกษาพัฒนาในแนวทางที่มีการทำกันอยู่แล้ว ใช้ได้กับผู้เข้ารับการทดสอบเป็นจำนวนมาก ไม่แพง ง่ายต่อการดำเนินการและแปลผลในต่างประเทศได้มีการพัฒนาเครื่องมือในการประเมินอย่างต่อเนื่องเช่น แบบวัด Emotional Quotient Inventory (EQI) ของ BarOn เป็นแบบทดสอบที่สร้างเพื่อใช้ในการคัดเลือกบุคคลให้เหมาะกับอาชีพ แบบวัดMultifactor Emotional Intelligence Scale ของ John Mayer, Peter Salovey และ Devid Caruso เป็นแบบทดสอบความสามารถของบุคคลในการรับรู้มากกว่าเป็นการใช้ประเมินตนเอง แบบวัดEQ Test ของGoleman เป็นแบบทดสอบซึ่งใช้วัดเชิงสถานการณ์เพื่อให้ผู้เลือกตอบรายงานตนเองว่าจะแสดงออกอย่างไร แบบวัด Emotional Intelligence ของ Sehutte และคณะเป็นแบบทดสอบที่ใช้วัดบุคลิกภาพแบบเปิดตนต่อประสบการณ์ (Openness to Experience) ของโครงสร้างบุคลิกภาพ แบบวัดExecutive EQ สำหรับผู้บริหารของ Robert K. Cooper และ Ayman Sawaf เป็นต้น สำหรับในประเทศไทยมีแบบวัด EQ99 ของ วีระวัฒน์ ปันนิตมัยและอุสา สุทธิสาคร และแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข

สำหรับการวิจัยครั้งนี้ เลือกใช้แนวคิดการประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของกรมสุขภาพจิต ลักษณะของแบบประเมิน มีคำถามทั้งหมด 52 ข้อ จำแนกออกเป็นความฉลาดทางอารมณ์ 3 ด้าน คือ

1. ด้านดี ประกอบด้วยด้านย่อยๆ ได้แก่ การควบคุมตนเอง ความเห็นใจผู้อื่น และ ความรับผิดชอบ มีข้อคำถาม 18 ข้อ
2. ด้านเก่ง ประกอบด้วยด้านย่อยๆ ได้แก่ การมีแรงจูงใจ การตัดสินใจและการแก้ปัญหา การมีสัมพันธภาพ มีข้อคำถาม 18 ข้อ
3. ด้านสุข ประกอบด้วยด้านย่อยๆ ได้แก่ ความภูมิใจในตนเอง ความพอใจชีวิต และความสุขสงบทางใจ มีข้อคำถาม 18 ข้อ

8. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในช่วงเวลาไม่กี่ปีที่ผ่านมา องค์กรและหน่วยงานที่ทำหน้าที่เกี่ยวกับการพัฒนาคนได้ตื่นตัว และให้ความสนใจเรื่อง การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์อย่างกว้างขวาง มีการศึกษาวิจัยที่แสดงให้เห็นว่า ความฉลาดทางอารมณ์มีอิทธิพลต่อความสำเร็จในการทำงาน การสร้างสัมพันธภาพในสังคม และชีวิตครอบครัว ทำให้เป็นคนดี คนเก่งและมีความสุข ซึ่งขอนำเสนอเป็นแนวทาง ดังนี้

นิรดา อุดุลยพิเชษฐ์ (2542: 39-41) ศึกษาผลการใช้โปรแกรมพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ ที่มีต่อระดับเชาวน์อารมณ์ของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยพยาบาลกองทัพเรือ พบว่า หลังจาก ที่กลุ่มทดลองเข้าร่วมโปรแกรมการพัฒนาแล้ว กลุ่มที่มีระดับคะแนนอยู่ในระดับปานกลางและต่ำ มีคะแนนเชาวน์อารมณ์สูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.1

จอห์น โกลแมน (John Goldman, 2001 อ้างถึงใน กระทรวงสาธารณสุข กรมสุขภาพจิต, 2544 : 25) ศึกษาถึงผลการสอนทักษะความฉลาดทางอารมณ์ต่อการเรียนของเด็ก ได้รวบรวมข้อมูล จาก 56 ครอบครัว ตั้งแต่ปี 2529 แล้วติดตามผลหลายปี ปรากฏว่า ในกลุ่มที่พ่อแม่เลี้ยงลูกแบบเน้น ทักษะทางอารมณ์ เด็กจะมีผลการเรียนดี มีความสัมพันธ์ที่ดีกับพ่อแม่ ครูและเพื่อนๆ สามารถควบคุม อารมณ์ได้ดี ปรับตัวกับปัญหาความขัดแย้ง ความโกรธและความเครียดได้ดี มีความสุขในการดำเนิน ชีวิต

บุญรอด โชติวชิรา (2552: 145) ศึกษาความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาชั้นปีที่ 4 ใน โครงการผลิตครูการศึกษาขั้นพื้นฐาน ตามหลักสูตรระดับปริญญาตรี 5 ปี ใน 4 สถาบันการศึกษา และ เพื่อเปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์โดยภาพรวมและรายด้านของนักศึกษา จำแนกตามตัวแปรด้าน สถาบันการศึกษา เพศ สาขาวิชา และระดับผลการเรียนของนักศึกษา กลุ่มตัวอย่าง คือ นักศึกษาชั้นปี ที่ 4 จำนวน 162 คน เครื่องมือที่ใช้เป็นแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข ที่แบ่งเป็น 3 ด้าน คือ ด้านดี ด้านเก่ง และด้านสุข สรุปผลการวิจัยได้ 5 ข้อ ดังนี้ (1) นักศึกษาชั้นปีที่ 4 ทั้ง 4 สถาบันการศึกษามีความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมอยู่ในระดับปกติ เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า นักศึกษามีความฉลาดทางอารมณ์ด้านดีอยู่ในระดับสูง (2) นักศึกษา ชั้นปีที่ 4 ที่ศึกษาอยู่ในสถาบันการศึกษาต่างกัน มีความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมและรายด้านไม่

แตกต่างกัน (3) นักศึกษาชั้นปีที่ 4 เพศชายและเพศหญิงทั้ง 4 สถาบันการศึกษามีความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมไม่แตกต่างกัน เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า นักศึกษาชายและนักศึกษาหญิงมีความฉลาดทางอารมณ์ด้านดี ในส่วนของการควบคุมอารมณ์แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (4) นักศึกษาชั้นปีที่ 4 ทั้ง 4 สถาบันการศึกษาที่ศึกษาอยู่ในกลุ่มสาขาวิชาต่างกัน มีความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมและเป็นรายด้านไม่แตกต่างกัน (5) นักศึกษาชั้นปีที่ 4 ทั้ง 4 สถาบันการศึกษาที่มีระดับผลการเรียนต่างกัน มีความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมและรายด้านไม่แตกต่างกัน

จุฬามาศ มีน้อย (2554: บทคัดย่อ) การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์กับผลการปฏิบัติงานของเจ้าหน้าที่สรรพากรในเขตพื้นที่กรุงเทพมหานคร มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์กับผลการปฏิบัติงานของเจ้าหน้าที่สรรพากรในเขตพื้นที่กรุงเทพมหานคร โดยทำการเก็บรวบรวมข้อมูลจากเจ้าหน้าที่สำนักงานสรรพากรในเขตพื้นที่กรุงเทพมหานคร จากประชากร

จำนวนทั้งสิ้น 4,314 คน ใช้การสุ่มตัวอย่างแบบแบ่งกลุ่ม กลุ่มตัวอย่างคือ เจ้าหน้าที่สำนักงานสรรพากรพื้นที่กรุงเทพมหานคร 30 จำนวน 179 คน และใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือ ประกอบด้วย ข้อมูลส่วนบุคคล ความฉลาดทางอารมณ์ของกรมสุขภาพจิต และผลการปฏิบัติงาน สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลได้แก่

ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน ผลการวิจัยพบว่า (1) ความฉลาดทางอารมณ์ของเจ้าหน้าที่สำนักงานสรรพากรพื้นที่กรุงเทพมหานคร ในภาพรวมมีค่าคะแนนระดับความฉลาดทางอารมณ์อยู่ในระดับปานกลาง (2) ผลการปฏิบัติงานของเจ้าหน้าที่สำนักงานสรรพากรพื้นที่กรุงเทพมหานคร ในภาพรวมมีค่าคะแนนระดับผลการปฏิบัติงานในระดับสูง (3) ความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์และผลการปฏิบัติงานของเจ้าหน้าที่สำนักงานสรรพากรพื้นที่กรุงเทพมหานคร ในภาพรวมพบว่า ความฉลาดทางอารมณ์มีความสัมพันธ์กับผลการปฏิบัติงาน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 โดยสรุปพบว่า คะแนนความฉลาดทางอารมณ์มีความสัมพันธ์กับผลการปฏิบัติงานของเจ้าหน้าที่สรรพากรกรุงเทพมหานคร

เกรฟ (J.G. Graves, 1999: 20) วิจัยเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์กับความสามารถในการรับรู้และประสิทธิภาพในการทำงาน กลุ่มตัวอย่าง 150 คน พบว่า ความฉลาดทางอารมณ์มีความสัมพันธ์กับความสามารถในการรับรู้และทำนายพฤติกรรมที่จะนำไปสู่การทำงานอย่างมีประสิทธิภาพได้

เซนต์ อูบิน (Marca St. Aubin, 1998: 79) ศึกษาปัจจัยบ่งชี้ความสำเร็จของบุคคล กลุ่มตัวอย่างเป็นหญิงที่ประสบความสำเร็จมาเป็นเวลานาน 8-10 ปี จำนวน 49 คน จาก 31 ประเทศ พบว่า ปัจจัยบ่งชี้ความสำเร็จได้แก่ ความเชื่อมั่นในตนเอง การเข้าใจในสังคม ความมั่นคงทางอารมณ์ ความกระตือรือร้นและการพึ่งตนเองได้

เมนฮาร์ท (S.F. Menhart, 1998: 10) ศึกษาผลของความฉลาดทางอารมณ์ที่มีต่อความสำเร็จในการประกอบอาชีพ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อดูความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์กับคะแนนการสัมภาษณ์เข้าทำงาน โดยใช้องค์ประกอบความฉลาดทางอารมณ์ 4 ประการ คือความเห็นอกเห็นใจ การจัดการและการควบคุมอารมณ์ การรอคอยผลเลิศ และการสร้างความประทับใจ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาระดับปริญญาตรี 116 คน มีโครงสร้างสถานการณ์ให้เหมือนกับการสัมภาษณ์เข้าทำงาน ผลการศึกษาพบว่า ความฉลาดทางอารมณ์มีความสัมพันธ์ในทางบวกกับคะแนนการสัมภาษณ์



บทที่ 3

วิธีการดำเนินการวิจัย

การศึกษาวิจัยนี้ เป็นการศึกษาระดับความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาปริญญาตรี คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร มีรายละเอียดในการดำเนินการ ดังนี้

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

ประชากรที่ใช้ เป็นนักศึกษาปริญญาตรี คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร สาขาวิชาการท่องเที่ยว สาขาวิชาการโรงแรม และ สาขาวิชาภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสารสากล ที่ลงทะเบียนเรียนในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2555 จำนวน 762 คน

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างในการวิจัย โดยกำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่างด้วยวิธีแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling) ตามตารางของ Krejcie & Morgan(บุญธรรม จิตต์อนันต์, 2546 : 99) จำนวน 260 คน ดังแสดงในตารางที่ 3.1

สาขา	ชั้นปี	ประชากร				รวม	กลุ่มตัวอย่าง				รวม
		1	2	3	4		1	2	3	4	
สาขาวิชาการท่องเที่ยว		85	82	72	38	277	29	28	25	13	95
สาขาวิชาการโรงแรม		82	73	55	34	244	28	25	19	11	83
สาขาวิชาภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสารสากล		76	73	63	29	241	26	25	21	10	82
	รวม					762					260

ตารางที่3.1 การกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่าง

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล เป็นแบบสอบถาม แบ่งออกเป็น 2 ตอน คือ

ตอนที่ 1 เป็นแบบสอบถามข้อมูลทั่วไปของนักศึกษา ได้แก่ ระดับชั้นปี สาขาวิชา เพศ ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นเอง

ตอนที่ 2 เป็นแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข ที่ได้มีการวิจัยเพื่อพัฒนาขึ้นเมื่อพ.ศ. 2543 โดยมีองค์ประกอบ 3 ด้าน คือ ด้านดี ด้านเก่งและด้านสุข แบบประเมินที่พัฒนาขึ้นมีค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับ (Cronbach Coefficient) = 0.82 ค่าความเชื่อมั่นในด้านดี = 0.55 ค่าความเชื่อมั่นในด้านเก่ง = 0.67 และค่าความเชื่อมั่นในด้านสุข = 0.77 ซึ่งผู้วิจัยได้นำมาใช้ทั้งฉบับ แบบประเมินฉบับนี้มีจำนวน 52 ข้อ โดยแบ่งเป็นองค์ประกอบใหญ่ 3 ด้านและด้านย่อย 9 ด้าน คือ

1. องค์ประกอบด้านดี แยกออกเป็น การควบคุมตนเอง 6 ข้อ เห็นใจผู้อื่น 6 ข้อ และ ความรับผิดชอบ 6 ข้อ
2. องค์ประกอบด้านเก่ง แยกออกเป็น มีแรงจูงใจ 6 ข้อ การตัดสินใจและแก้ปัญหา 6 ข้อ การมีสัมพันธภาพ 6 ข้อ
3. องค์ประกอบด้านสุข แยกออกเป็น ภูมิใจในตนเอง 4 ข้อ ความพอใจในชีวิต 6 ข้อ สุขสงบทางใจ 6 ข้อ

ในการสร้างเครื่องมือเพื่อใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลผู้วิจัยได้ดำเนินการ ดังนี้

1. ศึกษารายละเอียดเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปของนักศึกษา
2. ศึกษาแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ ของกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข
3. ดำเนินการสร้างแบบสอบถามในส่วนข้อมูลทั่วไปของนักศึกษา
4. ดำเนินการจัดพิมพ์แบบสอบถามตามแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของกรมสุขภาพจิต
5. นำแบบสอบถามที่สมบูรณ์แล้วไปทำการเก็บรวบรวมข้อมูลกับนักศึกษาชั้นปีที่ 1-4 ในสาขาวิชาการท่องเที่ยว สาขาวิชาการโรงแรมและสาขาวิชาภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสารสากล จำนวน 260 คน

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยแจกแบบประเมินไปยังนักศึกษาที่ครอบคลุมกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งผู้วิจัยได้ดำเนินการเอง และได้รับความอนุเคราะห์จากอาจารย์ผู้สอน อาจารย์ประจำสาขาวิชา

อาจารย์ที่ปรึกษาในการแจกติดตามและรวบรวมกลับคืนให้กับผู้วิจัย ซึ่งหลังจากที่ได้รวบรวมแบบประเมินกลับมา ผู้วิจัยได้ดำเนินการตรวจสอบความถูกต้องและความครบถ้วนสมบูรณ์ของการกรอกแบบประเมินทุกฉบับก่อนการนำไปใช้สำหรับการวิเคราะห์ข้อมูลต่อไป

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยนำข้อมูลที่รวบรวมได้วิเคราะห์ทางสถิติ ดังนี้

1. ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถามนำมาแจกแจงความถี่คำนวณค่าร้อยละ
2. ตรวจสอบแบบประเมินโดยให้คะแนนตามเกณฑ์ที่กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข

กำหนด จากนั้นนำข้อมูลที่ได้ไปวิเคราะห์ตามวิธีการทางสถิติ ข้อมูลเกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์ จำแนกตามตัวแปร เพศ สาขาวิชาและระดับชั้นปีของนักศึกษา

เกณฑ์การให้คะแนนของแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ ตามกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข ได้กำหนดไว้แบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม คือ

กลุ่มที่ 1

แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ ในข้อ 1,4,6,7,10,12,14,15,17,20,22,23,25,28,31, 32,34,36,38,39,41,42,43,44,46,48,49 และข้อ 50 กำหนดคะแนนไว้ดังนี้

ถ้าเลือกตอบ	ไม่จริง	กำหนดคะแนน = 1
ถ้าเลือกตอบ	จริงบางครั้ง	กำหนดคะแนน = 2
ถ้าเลือกตอบ	ค่อนข้างจริง	กำหนดคะแนน = 3
ถ้าเลือกตอบ	จริงมาก	กำหนดคะแนน = 4

กลุ่มที่ 2

แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ ในข้อ 2,3,5,8,9,11,13,16,18,19,21,24,26,27,29, 30,33,35,37,40,45,47,51 และข้อ 52 กำหนดคะแนนไว้ดังนี้

ถ้าเลือกตอบ	ไม่จริง	กำหนดคะแนน = 4
ถ้าเลือกตอบ	จริงบางครั้ง	กำหนดคะแนน = 3
ถ้าเลือกตอบ	ค่อนข้างจริง	กำหนดคะแนน = 2
ถ้าเลือกตอบ	จริงมาก	กำหนดคะแนน = 1

การแปลผลจะพิจารณาจากเกณฑ์คะแนนเฉลี่ยที่ผู้ตอบทำได้ เมื่อเปรียบเทียบกับช่วงคะแนนที่กำหนดไว้ซึ่งผลการประเมินที่ได้กรมสุขภาพจิตไม่ได้ใช้เพื่อวินิจฉัยสิ่งผิดปกติ แต่เน้นเรื่องการเข้าใจความสามารถทางอารมณ์ทั้งที่เป็นศักยภาพ จุดด้อย เพื่อใช้เป็นแนวทางพัฒนาให้ดีขึ้นช่วงค่าคะแนนขององค์ประกอบด้านดี ด้านเก่งและด้านสุข ดังตารางที่ 3.2

ข้อ	ความฉลาดทางอารมณ์	ปัจจัยย่อย	ช่วงคะแนนปกติ
1-6	ด้านดี	1) การควบคุมตนเอง	14-18
7-12		2) เห็นใจผู้อื่น	15-21
13-18		3) ความรับผิดชอบ	17-23
19-24	ด้านเก่ง	4) มีแรงจูงใจ	15-21
25-30		5) การตัดสินใจและแก้ปัญหา	14-20
31-36		6) การมีสัมพันธภาพ	15-21
37-40	ด้านสุข	7) ความภูมิใจในตนเอง	9-13
41-46		8) ความพอใจในชีวิต	16-22
47-52		9) ความสุขสงบทางใจ	15-21

ตารางที่3.2 ช่วงค่าคะแนน (กระทรวงสาธารณสุข กรมสุขภาพจิต: 2543)

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

สำหรับสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าความถี่ (Frequency) ค่าเฉลี่ย (Mean) ค่าร้อยละ (Percentage) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) การทดสอบค่าที (t-test) การทดสอบความแปรปรวนแบบทางเดียว (One-way ANOVA) และการวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่ด้วยวิธีการของ LS.D.(Least-Significant Different) เพื่อนำผลการวิเคราะห์ที่ได้ไปใช้ในการตอบปัญหาการวิจัยตามวัตถุประสงค์และสมมติฐานการวิจัย

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยเรื่อง การศึกษาความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาปริญญาตรี คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร มีวัตถุประสงค์ 2 ประการ คือ 1) เพื่อศึกษาความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาปริญญาตรี คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร และ 2) เพื่อเปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษา โดยจำแนกตามตัวแปรตามเพศ สาขาวิชาและ ชั้นปี

การวิจัยครั้งนี้กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาปริญญาตรีคณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร จำนวน 260 คน ใช้วิธีการสุ่มแบบแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling) เครื่องมือที่ใช้เป็นแบบสอบถาม จากนั้นนำแบบสอบถามที่รวบรวมได้มาดำเนินการวิเคราะห์ และประมวลผลข้อมูลด้วยคอมพิวเตอร์โปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติ เพื่อคำนวณหาค่าสถิติสำหรับตอบวัตถุประสงค์และสมมติฐานการวิจัยให้ครบถ้วนตามที่ตั้งไว้ มีลำดับขั้นตอน ดังนี้

1. ขั้นตอนการวิเคราะห์ข้อมูล
2. ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

1. ขั้นตอนการวิเคราะห์ข้อมูล

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ได้แก่ เพศ สาขาวิชา และชั้นปี ใช้การวิเคราะห์หาค่าความถี่ (Frequency) ค่าร้อยละ (Percentage) และนำเสนอในรูปแบบตารางประกอบการบรรยาย

ตอนที่ 2 ระดับความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมและรายด้าน จำแนกตามตัวแปรต้น ได้แก่ เพศ สาขาวิชาและชั้นปีของนักศึกษาที่ตอบแบบสอบถาม ใช้การวิเคราะห์หาค่าเฉลี่ย (\bar{X}) และ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.)

ตอนที่ 3 การทดสอบสมมติฐานการวิจัยใช้การทดสอบค่าที (t-test) และการทดสอบความแปรปรวนแบบทางเดียว (One-way ANOVA)

2 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักศึกษาปริญญาตรี คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร ประจำปีการศึกษา 2555 ซึ่งมีข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม คือ เพศ สาขาวิชา และชั้นปี ใช้การวิเคราะห์โดยการแจกแจงค่าความถี่ (Frequency) ค่าร้อยละ (Percentage) แล้วนำเสนอในรูปแบบตารางประกอบการบรรยาย ปากกวดังตารางที่ 4.1

ตารางที่ 4.1 ค่าความถี่ (Frequency) และค่าร้อยละ (Percentage) ของข้อมูลทั่วไปของนักศึกษา

ข้อมูลทั่วไปของนักศึกษา	จำนวน	ร้อยละ
เพศ		
- ชาย	61	23.46
- หญิง	199	76.54
สาขาวิชา		
- การโรงแรม	83	31.92
- การท่องเที่ยว	95	36.54
- ภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสารสากล	82	31.54
ชั้นปี		
- ชั้นปีที่ 1	83	31.92
- ชั้นปีที่ 2	78	30.00
- ชั้นปีที่ 3	65	25.00
- ชั้นปีที่ 4	34	13.08
รวม	260	100

จากตารางที่ 4.1 พบว่า นักศึกษาที่ตอบแบบสอบถามทั้งหมดมีจำนวน 260 คน เป็นเพศหญิง จำนวน 199 คน คิดเป็นร้อยละ 76.54 และเพศชาย จำนวน 61 คน คิดเป็นร้อยละ 23.46 ศึกษาในสาขาวิชาการท่องเที่ยวมากที่สุด จำนวน 95 คน คิดเป็นร้อยละ 36.54 รองลงมา คือ สาขาวิชาการโรงแรม จำนวน 83 คน คิดเป็นร้อยละ 31.92 สาขาวิชาภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสารสากล จำนวน 82 คน คิดเป็นร้อยละ 31.54 ศึกษาในชั้นปีที่ 1 มากที่สุด จำนวน 83 คน คิดเป็น

ร้อยละ 31.92 รองลงมา คือ ชั้นปีที่ 2 จำนวน 78 คน คิดเป็นร้อยละ 30.00 และชั้นปีที่ 3 จำนวน 65 คน คิดเป็นร้อยละ 25.00

ตอนที่ 2 ระดับความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาที่ตอบแบบสอบถาม

การวิเคราะห์ระดับความฉลาดทางอารมณ์โดยรวม และรายด้าน ใช้การวิเคราะห์หาค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) จำแนกตามตัวแปรต้น แล้วนำเสนอในรูปตารางประกอบ การบรรยาย ดังตารางที่ 4.2 – 4.5

ตารางที่ 4.2 ค่าเฉลี่ยของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์โดยรวม และรายด้าน

ความฉลาดทางอารมณ์	ช่วงคะแนนปกติ	\bar{X}	S.D.	การแปลผล
ด้านดี		53.90	6.66	
1. ควบคุมตนเอง	14 – 18	17.72	2.53	ปกติ
2. เห็นใจผู้อื่น	15 – 21	17.57	2.49	ปกติ
3. รับผิดชอบ	17 – 23	18.62	2.96	ปกติ
ด้านเก่ง		50.68	6.40	
1. มีแรงจูงใจ	15 – 21	17.35	2.65	ปกติ
2. ตัดสินและแก้ปัญหา	14 – 20	16.15	2.49	ปกติ
3. สัมพันธภาพ	15 – 21	17.18	2.63	ปกติ
ด้านสุข		46.85	6.65	
1. ภูมิใจในตนเอง	9 – 13	11.10	1.81	ปกติ
2. พอใจในชีวิต	16 – 22	18.29	3.50	ปกติ
3. ความสุขสงบทางใจ	15 – 21	17.46	2.75	ปกติ
โดยรวม	130-170	151.43	17.81	ปกติ

จากตารางที่ 4.2 พบว่า นักศึกษามีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ ในด้านดี 53.90 คะแนน ในด้านเก่ง 50.68 คะแนน และในด้านสุข 46.85 คะแนน และเมื่อพิจารณาโดยรวม พบว่า นักศึกษามีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์โดยรวม 151.43 คะแนน ทั้งนี้หากเปรียบเทียบคะแนนความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมและรายด้านแต่ละด้านกับช่วงคะแนนปกติแล้ว พบว่า นักศึกษามีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมและรายด้านทุกด้าน อยู่ในระดับเกณฑ์ปกติ

ตารางที่ 4.3 ค่าเฉลี่ยของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์โดยรวม และรายด้าน จำแนกตามเพศ

ความฉลาดทาง อารมณ์	ช่วงคะแนน ปกติ	เพศชาย			เพศหญิง		
		\bar{X}	S.D.	การแปลผล	\bar{X}	S.D.	การแปลผล
ด้านดี		52.69	6.97		54.27	6.54	
1. ควบคุมตนเอง	14 – 18	17.66	2.66	ปกติ	17.73	2.49	ปกติ
2. เห็นใจผู้อื่น	15 – 21	17.26	2.52	ปกติ	17.66	2.47	ปกติ
3. รับผิดชอบ	17 – 23	17.77	2.92	ปกติ	18.87	2.93	ปกติ
ด้านเก่ง		50.70	6.87		50.67	6.26	
1. มีแรงจูงใจ	15 – 21	17.66	2.92	ปกติ	17.26	2.57	ปกติ
2. ตัดสินและ แก้ปัญหา	14 – 20	16.21	2.49	ปกติ	16.13	2.49	ปกติ
	15 - 21	16.84	2.60	ปกติ	17.29	2.64	ปกติ
3. สัมพันธภาพ							

ด้านสุข		46.10	6.65		47.08	6.65	
1. ภูมิใจในตนเอง	9 – 13	11.00	2.08	ปกติ	11.13	1.72	ปกติ
2. พอใจในชีวิต	16 – 22	17.90	3.63	ปกติ	18.41	3.47	ปกติ
3. ความสุขสงบ ทางใจ	15 - 21	17.20	2.58	ปกติ	17.54	2.80	ปกติ
โดยรวม	130-170	149.49	18.41	ปกติ	152.02	17.63	ปกติ

จากตารางที่ 4.3 พบว่า ในด้านดี นักศึกษาเพศหญิงมีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ 54.27 คะแนน ซึ่งสูงกว่านักศึกษาเพศชายที่มีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ 52.69 คะแนน ในด้านเก่ง นักศึกษาเพศชายมีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ 50.70 คะแนน ซึ่งสูงกว่านักศึกษาเพศหญิงที่มีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ 50.67 คะแนน และในด้านสุข นักศึกษาเพศหญิงมีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ 47.08 คะแนน ซึ่งสูงกว่านักศึกษาเพศชายที่มีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ 46.10 คะแนน และเมื่อพิจารณาโดยรวม พบว่า นักศึกษาเพศหญิงมีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ 152.02 คะแนน ซึ่งสูงกว่านักศึกษาเพศชายที่มีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ 149.49 คะแนน ทั้งนี้หากเปรียบเทียบคะแนนความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมและในรายด้านแต่ละด้านกับช่วงคะแนนปกติแล้ว พบว่า นักศึกษาชายและหญิงมีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมและรายด้านทุกด้าน อยู่ในระดับเกณฑ์ปกติ

ตารางที่ 4.4 ค่าเฉลี่ยของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์โดยรวม และรายด้าน จำแนกตามสาขาวิชา

ความฉลาดทางอารมณ์ ช่วงคะแนนปกติ	สาขาวิชาการโรงแรม			สาขาวิชาการท่องเที่ยว			สาขาวิชาภาษาอังกฤษ เพื่อการสื่อสารสากล			
	\bar{X}	S.D.	การแปลผล	\bar{X}	S.D.	การแปลผล	\bar{X}	S.D.	การแปลผล	
						ผล				
ด้านดี	54.42	7.68		53.33	5.91		54.02	6.41		
1. ควบคุมตนเอง	14 - 18	17.80	2.55	ปกติ	17.52	2.64	ปกติ	17.87	2.38	ปกติ
2. เห็นใจผู้อื่น	15 - 21	17.90	2.81	ปกติ	17.24	2.14	ปกติ	17.60	2.49	ปกติ
3. รับผิดชอบ	17 - 23	18.72	3.36	ปกติ	18.57	2.77	ปกติ	18.56	2.77	ปกติ
ด้านเก่ง	50.65	6.97		50.47	5.95		50.95	6.36		
1. มีแรงจูงใจ	15 - 21	17.31	2.91	ปกติ	17.48	2.46	ปกติ	17.24	2.62	ปกติ
2. ตัดสินและแก้ปัญหา	14 - 20	16.08	2.47	ปกติ	15.93	2.38	ปกติ	16.46	2.62	ปกติ
3. สัมพันธภาพ	15 - 21	17.25	2.91	ปกติ	17.06	2.49	ปกติ	17.24	2.52	ปกติ
ด้านสุข	46.35	7.42		46.85	6.11		47.35	6.48		
1. ภูมิใจในตนเอง	9 - 13	11.11	1.87	ปกติ	11.05	1.98	ปกติ	11.15	1.54	ปกติ
2. พอใจในชีวิต	16 - 22	18.05	3.79	ปกติ	18.41	3.33	ปกติ	18.40	3.42	ปกติ

3. ความสุขสงบทางใจ	15 - 21	17.19	2.83	ปกติ	17.39	2.58	ปกติ	17.80	2.86	ปกติ
โดยรวม	130-170	151.42	20.39	ปกติ	150.65	15.98	ปกติ	152.33	17.19	ปกติ



จากตารางที่ 4.4 พบว่า ในด้านดี นักศึกษาสาขาวิชาการโรงแรม มีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์มากที่สุด 54.42 คะแนน รองลงมาคือนักศึกษาสาขาวิชาภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสารสากล 54.02 คะแนน และนักศึกษาสาขาวิชาการท่องเที่ยว 53.33 คะแนน ในด้านเก่ง นักศึกษาสาขาวิชาภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสารสากลมีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์มากที่สุด 50.95 คะแนน รองลงมาคือนักศึกษาสาขาวิชาการโรงแรม 50.65 คะแนน และนักศึกษาสาขาวิชาการท่องเที่ยว 50.47 คะแนน และในด้านสุข นักศึกษาสาขาวิชาภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสารสากลมีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์มากที่สุด 47.35 คะแนน รองลงมาคือนักศึกษาสาขาวิชาการท่องเที่ยว 46.85 คะแนน และนักศึกษาสาขาวิชาการโรงแรม 46.35 คะแนน และเมื่อพิจารณาโดยรวม พบว่า นักศึกษาสาขาวิชาภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสารสากลมีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์มากที่สุด 152.33 คะแนน รองลงมาคือนักศึกษาสาขาวิชาการโรงแรม 151.42 คะแนน และนักศึกษาสาขาวิชาการท่องเที่ยว 150.65 คะแนน ทั้งนี้หากเปรียบเทียบคะแนนความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมและรายด้านแต่ละด้านกับช่วงคะแนนปกติแล้ว พบว่า นักศึกษาทุกสาขาวิชามีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมและรายด้านทุกด้าน อยู่ในระดับเกณฑ์ปกติ





ตารางที่ 4.5 ค่าเฉลี่ยของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์โดยรวม และรายด้าน จำแนกตามชั้นปี

ความฉลาด ทางอารมณ์	ช่วง คะแนน ปกติ	ชั้นปีที่ 1			ชั้นปีที่ 2			ชั้นปีที่ 3			ชั้นปีที่ 4		
		\bar{X}	S.D.	การแปล ผล	\bar{X}	S.D.	การแปล ผล	\bar{X}	S.D.	การแปล ผล	\bar{X}	S.D.	การแปล ผล
		ด้านดี	55.80	6.72		53.72	6.33		52.49	6.73		52.35	6.29
1. ควบคุมตนเอง	14 – 18	18.27	2.35	สูงกว่าปกติ	17.50	2.58	ปกติ	17.31	2.65	ปกติ	17.65	2.46	ปกติ
2. เห็นใจผู้อื่น	15 – 21	18.16	2.63	ปกติ	17.72	2.30	ปกติ	17.03	2.49	ปกติ	16.79	2.21	ปกติ
3. รับผิดชอบ	17 – 23	19.37	2.77	ปกติ	18.50	3.21	ปกติ	18.15	2.86	ปกติ	17.91	2.68	ปกติ
ด้านเก่ง		52.02	6.84		50.92	6.32		49.82	5.66		48.50	6.21	
1. มีแรงจูงใจ	15 – 21	17.67	2.94	ปกติ	17.44	2.63	ปกติ	17.34	2.34	ปกติ	16.41	2.41	ปกติ
2. ตัดสินและแก้ปัญหา	14 – 20	16.43	2.60	ปกติ	16.36	2.61	ปกติ	15.83	2.24	ปกติ	15.56	2.29	ปกติ
3. สัมพันธภาพ	15 - 21	17.92	2.75	ปกติ	17.13	2.55	ปกติ	16.65	2.32	ปกติ	16.53	2.78	ปกติ
ด้านสุข		48.11	6.57		47.14	6.86		45.88	6.27		44.97	6.65	
1. ภูมิใจในตนเอง	9 – 13	11.34	2.05	ปกติ	11.00	1.77	ปกติ	11.03	1.59	ปกติ	10.88	1.68	ปกติ
2. พอใจในชีวิต	16 – 22	18.92	3.23	ปกติ	18.65	3.60	ปกติ	17.58	3.58	ปกติ	17.29	3.46	ปกติ

3. ความสุขสงบทางใจ	15 - 21	17.86	2.79	ปกติ	17.49	2.65	ปกติ	17.26	2.74	ปกติ	16.79	2.85	ปกติ
โดยรวม	130-170	155.93	18.23	ปกติ	151.78	17.67	ปกติ	148.18	16.50	ปกติ	145.82	17.39	ปกติ



จากตารางที่ 4.5 พบว่า ในด้านดี นักศึกษาสาขาชั้นปีที่ 1 มีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์มากที่สุด 55.80 คะแนน รองลงมาคือนักศึกษานักศึกษาชั้นปีที่ 2 53.72 คะแนน และนักศึกษานักศึกษาชั้นปีที่ 3 52.49 คะแนน ในด้านเก่ง นักศึกษาชั้นปีที่ 1 มีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์มากที่สุด 52.02 คะแนน รองลงมาคือนักศึกษาชั้นปีที่ 2 50.92 คะแนน และนักศึกษาชั้นปีที่ 3 49.82 คะแนน ในด้านสุข นักศึกษาชั้นปีที่ 1 มีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์มากที่สุด 48.11 คะแนน รองลงมาคือนักศึกษาชั้นปีที่ 2 47.14 คะแนน และนักศึกษาชั้นปีที่ 3 45.88 คะแนน และเมื่อพิจารณาโดยรวม พบว่า นักศึกษาชั้นปีที่ 1 มีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์มากที่สุด 155.93 คะแนน รองลงมาคือนักศึกษาชั้นปีที่ 2 151.78 คะแนน และนักศึกษาชั้นปีที่ 3 148.18 คะแนน ทั้งนี้หากเปรียบเทียบคะแนนความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมและรายด้านแต่ละด้านกับช่วงคะแนนปกติแล้ว พบว่า นักศึกษาทุกชั้นปีมีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมและรายด้านทุกด้าน อยู่ในระดับเกณฑ์ปกติ ยกเว้น นักศึกษาชั้นปีที่ 1 มีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ ด้านย่อย ควบคุมตนเอง สูงกว่าปกติ



ตอนที่ 3 การทดสอบสมมติฐานการวิจัย

ผู้วิจัยได้ตั้งสมมติฐานการวิจัยไว้ว่า นักศึกษาที่มีเพศ สาขาวิชา และชั้นปีต่างกัน มีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์แตกต่างกัน ซึ่งผลการวิเคราะห์ปรากฏดังตารางที่ 4.6 – 4.39

ตารางที่ 4.6 การเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์โดยรวม และรายด้าน จำแนกตามเพศ

ความฉลาดทางอารมณ์	เพศชาย (n = 61)		เพศหญิง (n = 199)		t
	\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.	
ด้านดี	52.69	6.97	54.27	6.54	-1.62
1. ควบคุมตนเอง	17.66	2.66	17.73	2.49	-0.21
2. เห็นใจผู้อื่น	17.26	2.52	17.66	2.47	-1.09
3. รับผิดชอบ	17.77	2.92	18.87	2.93	-2.58*
ด้านเก่ง	50.70	6.87	50.67	6.26	-0.03
1. มีแรงจูงใจ	17.66	2.92	17.26	2.57	1.02
2. ตัดสินและแก้ปัญหา	16.21	2.49	16.13	2.49	.24
3. สัมพันธภาพ	16.84	2.60	17.29	2.64	-1.17
ด้านสุข	46.10	6.65	47.08	6.65	-1.01
1. ภูมิใจในตนเอง	11.00	2.08	11.13	1.72	-0.49
2. พอใจในชีวิต	17.90	3.63	18.41	3.47	-1.00
3. ความสุขสงบทางใจ	17.20	2.58	17.54	2.80	-0.85
โดยรวม	149.49	18.41	152.02	17.63	-0.97

* $p < .05$

จากตารางที่ 4.6 พบว่า นักศึกษาเพศชายและเพศหญิงมีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ทุกด้าน และมีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์โดยรวม ไม่ต่างกัน ยกเว้นด้านย่อย รับผิดชอบ มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 4.7 การวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ด้านย่อย ควบคุมตนเอง จำแนกตามสาขาวิชา

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F
ระหว่างกลุ่ม	6.17	2	3.08	.48
ภายในกลุ่ม	1,646.77	257	6.41	
รวม	1,652.94	259		

* $p < .05$

จากตารางที่ 4.7 พบว่า นักศึกษาที่ศึกษาในสาขาวิชาต่างกันมีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ด้านย่อย ควบคุมตนเอง ไม่ต่างกัน

ตารางที่ 4.8 การวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ด้านย่อย เห็นใจผู้อื่น จำแนกตามสาขาวิชา

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F
ระหว่างกลุ่ม	19.51	2	9.75	1.59

ภายในกลุ่ม	1,580.38	257	6.15
รวม	1,599.89	259	

* $p < .05$

จากตารางที่ 4.8 พบว่า นักศึกษาที่ศึกษาในสาขาวิชาต่างกันมีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ด้านย่อย เห็นใจผู้อื่น ไม่ต่างกัน

ตารางที่ 4.9 การวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ด้านย่อย รับผิดชอบ จำแนกตามสาขาวิชา

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F
ระหว่างกลุ่ม	1.41	2	0.71	.08
ภายในกลุ่ม	2,266.13	257	8.82	
รวม	2,267.54	259		

* $p < .05$

จากตารางที่ 4.9 พบว่า นักศึกษาที่ศึกษาในสาขาวิชาต่างกันมีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ด้านย่อย รับผิดชอบ ไม่ต่างกัน

ตารางที่ 4.10 การวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ด้านย่อย มีแรงจูงใจ จำแนกตามสาขาวิชา

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F
ระหว่างกลุ่ม	2.74	2	1.37	.19
ภายในกลุ่ม	1,820.70	257	7.08	
รวม	1,823.45	259		

* $p < .05$

จากตารางที่ 4.10 พบว่า นักศึกษาที่ศึกษาในสาขาวิชาต่างกันมีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ด้านย่อย มีแรงจูงใจ ไม่ต่างกัน

ตารางที่ 4.11 การวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ด้านย่อย ตัดสินและแก้ปัญหา จำแนกตามสาขาวิชา

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F
ระหว่างกลุ่ม	13.16	2	6.58	1.07
ภายในกลุ่ม	1,587.28	257	6.18	
รวม	1,600.45	259		

* $p < .05$

จากตารางที่ 4.11 พบว่า นักศึกษาที่ศึกษาในสาขาวิชาต่างกันมีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ด้านย่อย ตัดสินและแก้ปัญหา ไม่ต่างกัน

ตารางที่ 4.12 การวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ด้านย่อย สัมพันธภาพ จำแนกตามสาขาวิชา

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F
ระหว่างกลุ่ม	2.07	2	1.04	.15
ภายในกลุ่ม	1,794.43	257	6.98	

รวม	1,796.50	259
-----	----------	-----

* $p < .05$

จากตารางที่ 4.12 พบว่า นักศึกษาที่ศึกษาในสาขาวิชาต่างกันมีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ด้านย่อย สัมพันธภาพ ไม่ต่างกัน

ตารางที่ 4.13 การวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ด้านย่อย
ภูมิใจในตนเอง จำแนกตามสาขาวิชา

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F
ระหว่างกลุ่ม	0.40	2	0.20	.06
ภายในกลุ่ม	847.00	257	3.30	
รวม	847.40	259		

* $p < .05$

จากตารางที่ 4.13 พบว่า นักศึกษาที่ศึกษาในสาขาวิชาต่างกันมีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ด้านย่อย ภูมิใจในตนเอง ไม่ต่างกัน

ตารางที่ 4.14 การวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ด้านย่อย
พอใจในชีวิต จำแนกตามสาขาวิชา

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F
ระหว่างกลุ่ม	7.27	2	3.63	.29
ภายในกลุ่ม	3,172.52	257	12.34	
รวม	3,179.78	259		

* $p < .05$

จากตารางที่ 4.14 พบว่า นักศึกษาที่ศึกษาในสาขาวิชาต่างกันมีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ด้านย่อย พอใจในชีวิต ไม่ต่างกัน

ตารางที่ 4.15 การวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ด้านย่อย
ความสุขสงบทางใจ จำแนกตามสาขาวิชา

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F
ระหว่างกลุ่ม	16.15	2	8.08	1.07
ภายในกลุ่ม	1,944.38	257	7.57	
รวม	1,960.53	259		

* $p < .05$

จากตารางที่ 4.15 พบว่า นักศึกษาที่ศึกษาในสาขาวิชาต่างกันมีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ด้านย่อย ความสุขสงบทางใจ ไม่ต่างกัน

ตารางที่ 4.16 การวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ด้านดี
จำแนกตามสาขาวิชา

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F
ระหว่างกลุ่ม	55.12	2	27.56	.62
ภายในกลุ่ม	11,443.08	257	44.53	

ภายในกลุ่ม		
รวม	11,498.20	259

* $p < .05$

จากตารางที่ 4.16 พบว่า นักศึกษาที่ศึกษาในสาขาวิชาต่างก็มีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ด้านดี ไม่ต่างกัน

ตารางที่ 4.17 การวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ด้านเก่ง จำแนกตามสาขาวิชา

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F
ระหว่างกลุ่ม	10.15	2	5.07	.12
ภายในกลุ่ม	10,588.36	257	41.20	
รวม	10,598.50	259		

* $p < .05$

จากตารางที่ 4.17 พบว่า นักศึกษาที่ศึกษาในสาขาวิชาต่างก็มีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ด้านเก่ง ไม่ต่างกัน

ตารางที่ 4.18 การวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ด้านสุข จำแนกตามสาขาวิชา

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F
ระหว่างกลุ่ม	41.60	2	20.80	.47
ภายในกลุ่ม	11,423.55	257	44.45	
รวม	11,465.15	259		

* $p < .05$

จากตารางที่ 4.18 พบว่า นักศึกษาที่ศึกษาในสาขาวิชาต่างก็มีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ด้านสุข ไม่ต่างกัน

ตารางที่ 4.19 การวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์โดยรวม
จำแนกตามสาขาวิชา

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F
ระหว่างกลุ่ม	123.72	2	61.86	.19
ภายในกลุ่ม	82,033.89	257	319.20	
รวม	82,157.61	259		

* $p < .05$

จากตารางที่ 4.19 พบว่า นักศึกษาที่ศึกษาในสาขาวิชาต่างก็มีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมไม่ต่างกัน

ตารางที่ 4.20 การวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ด้านย่อย
ควบคุมตนเอง จำแนกตามชั้นปี

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F
ระหว่างกลุ่ม	39.66	3	13.22	2.10
ภายในกลุ่ม	1,613.28	256	6.30	
รวม	1,652.94	259		

* $p < .05$

จากตารางที่ 4.20 พบว่า นักศึกษาที่อยู่ในชั้นปีต่างกันมีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ ด้านย่อย ควบคุมตนเอง ไม่ต่างกัน

ตารางที่ 4.21 การวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ด้านย่อย เห็นใจผู้อื่น จำแนกตามชั้นปี

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F
ระหว่างกลุ่ม	69.63	3	23.21	3.88*
ภายในกลุ่ม	1,530.26	256	5.98	
รวม	1,599.89	259		

* $p < .05$

จากตารางที่ 4.21 พบว่า นักศึกษาที่อยู่ในชั้นปีต่างกันมีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ ด้านย่อย เห็นใจผู้อื่น แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จึงทำการวิเคราะห์ ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่ด้วยวิธีการของ L.S.D. (Least-Significant Different) ดังตารางที่ 4.22

ตารางที่ 4.22 การวิเคราะห์ความแตกต่างเป็นรายคู่ ของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ ด้านย่อย เห็นใจผู้อื่น จำแนกตามชั้นปี

สถานภาพ	ชั้นปีที่ 1	ชั้นปีที่ 2	ชั้นปีที่ 3	ชั้นปีที่ 4
\bar{X}	18.16	17.72	17.03	16.79
ชั้นปีที่ 1	18.16	.44	1.13*	1.36*
ชั้นปีที่ 2	17.72		.69	.92
ชั้นปีที่ 3	17.03			.24
ชั้นปีที่ 4	16.79			

* $p < .05$

จากตารางที่ 4.22 พบว่า นักศึกษาที่อยู่ในชั้นปีต่างกันมีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ ด้านย่อย เห็นใจผู้อื่น แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยชั้นปี 1 มีคะแนน

ความฉลาดทางอารมณ์ด้านย่อย เห็นใจผู้อื่น แตกต่างกับกับชั้นปีที่ 3 และชั้นปีที่ 1 มีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ด้านย่อย เห็นใจผู้อื่น แตกต่างกับกับชั้นปีที่ 4 นอกนั้นไม่พบความแตกต่างกันเป็นรายคู่

ตารางที่ 4.23 การวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ด้านย่อย
ความรับผิดชอบ จำแนกตามชั้นปี

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F
ระหว่างกลุ่ม	79.42	3	26.47	3.10*
ภายในกลุ่ม	2,188.12	256	8.55	
รวม	2,267.54	259		

* $p < .05$

จากตารางที่ 4.23 พบว่า นักศึกษาที่อยู่ในชั้นปีต่างกันมีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ด้านย่อย รับผิดชอบ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จึงทำการวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่ด้วยวิธีการของ L.S.D. (Least-Significant Different) ดังตารางที่ 4.24

ตารางที่ 4.24 การวิเคราะห์ความแตกต่างเป็นรายคู่ ของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ด้านย่อย รับผิดชอบ จำแนกตามชั้นปี

สถานภาพ	ชั้นปีที่ 1	ชั้นปีที่ 2	ชั้นปีที่ 3	ชั้นปีที่ 4
	\bar{X}			
ชั้นปีที่ 1	19.37	.87	1.22*	1.46*
ชั้นปีที่ 2	18.50		.35	.59
ชั้นปีที่ 3	18.15			.24
ชั้นปีที่ 4	17.91			

* $p < .05$

จากตารางที่ 4.24 พบว่า นักศึกษาที่อยู่ในชั้นปีต่างกันมีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ ด้านย่อย รับผิดชอบ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยชั้นปี 1 มีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ด้านย่อย รับผิดชอบ แตกต่างกับชั้นปีที่ 3 และชั้นปีที่ 1 มีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ ด้านย่อย รับผิดชอบ แตกต่างกับชั้นปีที่ 4 นอกนั้นไม่พบความแตกต่างเป็นรายคู่

ตารางที่ 4.25 การวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ด้านย่อย มีแรงจูงใจ จำแนกตามชั้นปี

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F
ระหว่างกลุ่ม	39.26	3	13.09	1.88
ภายในกลุ่ม	1,784.19	256	6.97	
รวม	1,823.45	259		

* $p < .05$

จากตารางที่ 4.25 พบว่า นักศึกษาที่อยู่ในชั้นปีต่างกันมีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ ด้านย่อย มีแรงจูงใจ ไม่ต่างกัน

ตารางที่ 4.26 การวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ด้านย่อย ตัดสินและแก้ปัญหา จำแนกตามชั้นปี

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F
------------------	----	----	----	---

ระหว่างกลุ่ม	28.59	3	9.53	1.55
ภายในกลุ่ม	1,571.86	256	6.14	
รวม	1,600.45	259		

* $p < .05$

จากตารางที่ 4.26 พบว่า นักศึกษาที่อยู่ในชั้นปีต่างกันมีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ด้านย่อย ตัดสินและแก้ปัญหา ไม่ต่างกัน

ตารางที่ 4.27 การวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ด้านย่อยสัมพันธ์ภาพ จำแนกตามชั้นปี

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F
ระหว่างกลุ่ม	78.04	3	26.01	3.88*
ภายในกลุ่ม	1,718.46	256	6.71	
รวม	1,796.50	259		

* $p < .05$

จากตารางที่ 4.27 พบว่า นักศึกษาที่อยู่ในชั้นปีต่างกันมีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ด้านย่อย สัมพันธ์ภาพ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จึงทำการวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่ด้วยวิธีการของ L.S.D. (Least-Significant Different) ดังตารางที่ 4.28

ตารางที่ 4.28 การวิเคราะห์ความแตกต่างเป็นรายคู่ ของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ ด้านย่อย สัมพันธภาพ จำแนกตามชั้นปี

สถานภาพ	ชั้นปีที่ 1	ชั้นปีที่ 2	ชั้นปีที่ 3	ชั้นปีที่ 4
	\bar{X}	17.92	17.13	16.65
ชั้นปีที่ 1	17.92	.79	1.27*	1.39*
ชั้นปีที่ 2	17.13		.48	.60
ชั้นปีที่ 3	16.65			.12
ชั้นปีที่ 4	16.53			

* $p < .05$

จากตารางที่ 4.28 พบว่า นักศึกษาที่อยู่ในชั้นปีต่างกันมีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ ด้านย่อย สัมพันธภาพ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยชั้นปี 1 มีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ด้านย่อย สัมพันธภาพ แตกต่างกับชั้นปีที่ 3 และชั้นปีที่ 1 มีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ด้านย่อย สัมพันธภาพ แตกต่างกับชั้นปีที่ 4 นอกนั้นไม่พบความแตกต่างกันเป็นรายคู่

ตารางที่ 4.29 การวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ด้านย่อย ภูมิใจในตนเอง จำแนกตามชั้นปี

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F
ระหว่างกลุ่ม	7.38	3	2.46	.75
ภายในกลุ่ม	840.02	256	3.28	
รวม	847.40	259		

* $p < .05$

จากตารางที่ 4.29 พบว่า นักศึกษาที่อยู่ในชั้นปีต่างกันมีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ ด้านย่อย ภูมิใจในตนเอง ไม่ต่างกัน

ตารางที่ 4.30 การวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ด้านย่อย
พอใจในชีวิต จำแนกตามชั้นปี

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F
ระหว่างกลุ่ม	108.88	3	36.29	3.03*
ภายในกลุ่ม	3,070.91	256	12.00	
รวม	3,179.78	259		

* $p < .05$

จากตารางที่ 4.30 พบว่า นักศึกษาที่อยู่ในชั้นปีต่างกันมีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ด้านย่อย พพอใจในชีวิต แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จึงทำการวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่ด้วยวิธีการของ LS.D. (Least-Significant Different) ดังตารางที่ 4.31

ตารางที่ 4.31 การวิเคราะห์ความแตกต่างเป็นรายคู่ ของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ด้านย่อย พพอใจในชีวิต จำแนกตามชั้นปี

สถานภาพ	ชั้นปีที่ 1	ชั้นปีที่ 2	ชั้นปีที่ 3	ชั้นปีที่ 4
	\bar{X}			
ชั้นปีที่ 1	18.92	.26	1.33*	1.62*
ชั้นปีที่ 2	18.65		1.07	1.36
ชั้นปีที่ 3	17.58			.29

ชั้นปีที่ 4

17.29

* $p < .05$

จากตารางที่ 4.31 พบว่า นักศึกษาที่อยู่ในชั้นปีต่างกันมีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ด้านย่อย พอใจในชีวิต แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยชั้นปี 1 มีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ด้านย่อย พอใจในชีวิต แตกต่างกับกับชั้นปีที่ 3 และชั้นปี 1 มีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ด้านย่อย พอใจในชีวิต แตกต่างกับกับชั้นปีที่ 4 นอกนั้นไม่พบความแตกต่างกันเป็นรายคู่

ตารางที่ 4.32 การวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ด้านย่อย
ความสุขสงบทางใจ จำแนกตามชั้นปี

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F
ระหว่างกลุ่ม	30.67	3	10.22	1.36
ภายในกลุ่ม	1,929.86	256	7.54	
รวม	1,960.53	259		

* $p < .05$

จากตารางที่ 4.32 พบว่า นักศึกษาที่อยู่ในชั้นปีต่างกันมีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ด้านย่อย ความสุขสงบทางใจ ไม่ต่างกัน

ตารางที่ 4.33 การวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ด้านดี จำแนกตามชั้นปี

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F
ระหว่างกลุ่ม	510.87	3	170.29	3.97*
ภายในกลุ่ม	10,987.32	256	42.92	

รวม	11,498.20	259
-----	-----------	-----

* $p < .05$

จากตารางที่ 4.33 พบว่า นักศึกษาที่อยู่ในชั้นปีต่างกันมีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ด้านดี แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จึงทำการวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่ด้วยวิธีการของ LS.D. (Least-Significant Different) ดังตารางที่ 4.34

ตารางที่ 4.34 การวิเคราะห์ความแตกต่างเป็นรายคู่ ของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ด้านดี จำแนกตามชั้นปี

สถานภาพ	ชั้นปีที่ 1	ชั้นปีที่ 2	ชั้นปีที่ 3	ชั้นปีที่ 4
	\bar{X}			
ชั้นปีที่ 1	55.80	2.08*	3.30*	3.44*
ชั้นปีที่ 2	53.72		1.23	1.37
ชั้นปีที่ 3	52.49			.14
ชั้นปีที่ 4	52.35			

* $p < .05$

จากตารางที่ 4.34 พบว่า นักศึกษาที่อยู่ในชั้นปีต่างกันมีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ด้านดี แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยชั้นปี 1 มีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ด้านดี แตกต่างกับชั้นปีที่ 2, ชั้นปี 1 มีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ด้านดี แตกต่างกับชั้นปีที่ 3 และชั้นปีที่ 1 มีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ด้านดี แตกต่างกับชั้นปีที่ 4 นอกนั้นไม่พบความแตกต่างเป็นรายคู่

ตารางที่ 4.35 การวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ด้านเก่ง จำแนกตามชั้นปี

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F
ระหว่างกลุ่ม	364.73	3	121.58	3.04*
ภายในกลุ่ม	10,233.77	256	39.98	

รวม	10,598.50	259
-----	-----------	-----

* $p < .05$

จากตารางที่ 4.35 พบว่า นักศึกษาที่อยู่ในชั้นปีต่างกันมีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ด้านเก่ง แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จึงทำการวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่ด้วยวิธีการของ L.S.D. (Least-Significant Different) ดังตารางที่ 4.36

ตารางที่ 4.36 การวิเคราะห์ความแตกต่างเป็นรายคู่ ของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ด้านเก่ง จำแนกตามชั้นปี

สถานภาพ	ชั้นปีที่ 1	ชั้นปีที่ 2	ชั้นปีที่ 3	ชั้นปีที่ 4
	\bar{X}	52.02	50.92	49.82
ชั้นปีที่ 1	52.02	1.10	2.21*	3.52*
ชั้นปีที่ 2	50.92		1.11	2.42
ชั้นปีที่ 3	49.82			1.32
ชั้นปีที่ 4	48.50			

* $p < .05$

จากตารางที่ 4.36 พบว่า นักศึกษาที่อยู่ในชั้นปีต่างกันมีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ด้านเก่ง แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยชั้นปี 1 มีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ด้านเก่ง แตกต่างกับชั้นปีที่ 3 และชั้นปี 1 มีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ด้านเก่ง แตกต่างกับชั้นปีที่ 4 นอกนั้นไม่พบความแตกต่างเป็นรายคู่

ตารางที่ 4.37 การวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ด้านสุข จำแนกตามชั้นปี

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F
ระหว่างกลุ่ม	319.69	3	106.56	2.45
ภายในกลุ่ม	11,145.46	256	43.54	
รวม	11,465.15	259		

* $p < .05$

จากตารางที่ 4.37 พบว่า นักศึกษาที่อยู่ในชั้นปีต่างกันมีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ ด้านสุข ไม่ต่างกัน

ตารางที่ 4.38 การวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์โดยรวม จำแนกตามชั้นปี

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F
ระหว่างกลุ่ม	3442.02	3	1147.34	3.73*
ภายในกลุ่ม	78,715.59	256	307.48	
รวม	82,157.61	259		

* $p < .05$

จากตารางที่ 4.38 พบว่า นักศึกษาที่อยู่ในชั้นปีต่างกันมีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ โดยรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จึงทำการวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ย เป็นรายคู่ด้วยวิธีการของ L.S.D. (Least-Significant Different) ดังตารางที่ 4.39

ตารางที่ 4.39 การวิเคราะห์ความแตกต่างเป็นรายคู่ ของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ โดยรวม จำแนกตามชั้นปี

สถานภาพ	ชั้นปีที่ 1	ชั้นปีที่ 2	ชั้นปีที่ 3	ชั้นปีที่ 4
\bar{X}	155.93	151.78	148.18	145.82
ชั้นปีที่ 1	155.93	4.15	7.74*	10.10*
ชั้นปีที่ 2	151.78		3.60	5.96
ชั้นปีที่ 3	148.18			2.36
ชั้นปีที่ 4	145.82			

* $p < .05$

จากตารางที่ 4.39 พบว่า นักศึกษาที่อยู่ในชั้นปีต่างกันมีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ โดยรวม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยชั้นปี 1 มีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ โดยรวม แตกต่างกับชั้นปีที่ 3 และชั้นปีที่ 1 มีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์โดยรวม แตกต่างกับชั้นปีที่ 4 นอกนั้นไม่พบความแตกต่างเป็นรายคู่



บทที่ 5

สรุปผล อภิปรายและข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่อง การศึกษาความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาปริญญาตรี คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนครนี้ จะนำมาซึ่งประโยชน์ต่อการพัฒนาให้นักศึกษาเป็นผู้ที่มีความสามารถทั้งทางด้านวิชาการ ทางด้านจิตใจที่มีความมั่นคงทางอารมณ์รวมทั้งเป็นแนวทางในการส่งเสริมและพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ให้เป็นผู้ที่มีคุณภาพ สามารถปรับตัวทันต่อการเปลี่ยนแปลงของสถานการณ์ต่างๆได้อย่างเหมาะสม โดยมีวัตถุประสงค์ของการวิจัย ดังนี้

1. เพื่อศึกษาความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาปริญญาตรี คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร
 2. เพื่อเปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาปริญญาตรี คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร จำแนกตามตัวแปร เพศ สาขาวิชาและชั้นปีที่ศึกษา
- โดยได้ศึกษาจากกลุ่มตัวอย่างของนักศึกษาปริญญาตรี คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร ที่ลงทะเบียนเรียนในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2555 โดยทำการเลือกกลุ่มตัวอย่างจากประชากรด้วยวิธีการแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling) อย่างมีระบบจำแนกตามเพศ สาขาวิชาและระดับชั้นปี จากนั้นได้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่าง โดยใช้แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข หลังจากเก็บรวบรวมข้อมูลจากแบบประเมิน คณะผู้วิจัยได้นำข้อมูลไปวิเคราะห์ด้วยวิธีการทางสถิติ โดยใช้สถิติในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าความถี่ (Frequency) ค่าร้อยละ (Percentage) ค่าเฉลี่ย (Mean) ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) การทดสอบความแปรปรวนแบบทางเดียว (One – way ANOVA) และ Least-Significant Difference

สรุปผลการวิจัย

ผู้ตอบแบบประเมินเป็นนักศึกษาทั้งหมดจำนวน 260 คน นักศึกษาหญิงมากที่สุด จำนวน 199 คน คิดเป็นร้อยละ 76.54 และนักศึกษาชาย จำนวน 61 คน คิดเป็นร้อยละ 23.46 เป็นนักศึกษาสาขาวิชาการท่องเที่ยวมากที่สุด จำนวน 95 คน คิดเป็นร้อยละ 36.54 และเป็นนักศึกษาในระดับชั้นปีที่ 1 มากที่สุด จำนวน 83 คน คิดเป็นร้อยละ 31.92 ของกลุ่มตัวอย่าง

ผลการศึกษาพบว่า

1. คะแนนเฉลี่ย (\bar{X}) ของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษา คณะศิลปศาสตร์ โดยรวม อยู่ในระดับเกณฑ์ปกติ ($\bar{X} = 151.43$)
2. คะแนนเฉลี่ย (\bar{X}) ของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษา คณะศิลปศาสตร์ ในองค์ประกอบด้านดี อยู่ในระดับเกณฑ์ปกติ ($\bar{X} = 53.90$) และองค์ประกอบย่อยภายในด้านดีอยู่ในเกณฑ์ปกติ
3. คะแนนเฉลี่ย (\bar{X}) ของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษา คณะศิลปศาสตร์ ในองค์ประกอบด้านเก่ง อยู่ในระดับเกณฑ์ปกติ ($\bar{X} = 50.68$) และองค์ประกอบย่อยภายในด้านเก่ง อยู่ในเกณฑ์ปกติ
4. คะแนนเฉลี่ย (\bar{X}) ของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษา คณะศิลปศาสตร์ ในองค์ประกอบด้านสุข อยู่ในระดับเกณฑ์ปกติ ($\bar{X} = 46.85$) และองค์ประกอบย่อยภายในด้านสุข อยู่ในเกณฑ์ปกติ
5. คะแนนเฉลี่ย (\bar{X}) ของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษา คณะศิลปศาสตร์ โดยรวมอยู่ในเกณฑ์ปกติซึ่งเพศหญิงมีค่าคะแนนสูงกว่าเพศชาย ($\bar{X} = 152.02$ กับ 149.49) รวมทั้งในองค์ประกอบด้านดีและองค์ประกอบด้านสุข อยู่ในระดับเกณฑ์ปกติซึ่งเพศหญิงมีค่าคะแนนสูงกว่า ($\bar{X} = 54.27$ กับ 52.69 และ 47.08 กับ 46.10 ตามลำดับ) ยกเว้นองค์ประกอบด้านเก่งเพศชายมีค่าคะแนนสูงกว่าเพศหญิง ($\bar{X} = 50.70$ กับ 50.67) และอยู่ในเกณฑ์ปกติ
6. คะแนนเฉลี่ย (\bar{X}) ของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษา คณะศิลปศาสตร์ โดยรวมทุกสาขาวิชาอยู่ในระดับเกณฑ์ปกติ ซึ่งสาขาวิชาภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสารสากลมีค่าคะแนนสูงสุด ($\bar{X} = 152.33$) ในองค์ประกอบด้านดี สาขาวิชาการโรงแรมมีค่าคะแนนสูงสุด ($\bar{X} = 54.42$) ในองค์ประกอบด้านเก่งและองค์ประกอบด้านสุข สาขาวิชาภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสารสากล มีค่าคะแนนสูงสุด ($\bar{X} = 50.95$ และ 47.35 ตามลำดับ)
7. คะแนนเฉลี่ย (\bar{X}) ของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษา คณะศิลปศาสตร์ โดยรวมและในองค์ประกอบด้านดี องค์ประกอบด้านเก่งและองค์ประกอบด้านสุข มีค่าคะแนนเฉลี่ยของความฉลาดทางอารมณ์อยู่ในระดับเกณฑ์ปกติ นักศึกษาระดับชั้นปีที่ 1 มีค่าคะแนนสูงกว่าชั้นปีอื่นๆ และในองค์ประกอบย่อยด้านการควบคุมตนเองของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มีค่าคะแนนสูงกว่าปกติ ($\bar{X} = 18.27$)

8. คะแนนความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษา คณะศิลปศาสตร์ โดยรวมและองค์ประกอบด้านดี องค์ประกอบด้านเก่งและองค์ประกอบด้านสุข จำแนกตามเพศ ไม่แตกต่างกัน ยกเว้นองค์ประกอบย่อยด้านความรับผิดชอบ มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.5

9. คะแนนความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษา คณะศิลปศาสตร์ โดยรวมและองค์ประกอบด้านดี องค์ประกอบด้านเก่งและองค์ประกอบด้านสุขและในองค์ประกอบย่อย จำแนกตามสาขาวิชา ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

10. คะแนนความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษา คณะศิลปศาสตร์ โดยรวมและองค์ประกอบด้านดี องค์ประกอบด้านเก่งจำแนกตามระดับชั้นปี มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.5 ยกเว้นองค์ประกอบด้านสุขไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

อภิปรายผล

1. เพื่อศึกษาความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร จากการวิจัยพบว่า ความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษา โดยรวม และในองค์ประกอบด้านดี (ด้านการควบคุมตนเอง ความเห็นใจผู้อื่น ความรับผิดชอบ) องค์ประกอบด้านเก่ง (ด้านแรงจูงใจ การตัดสินใจและแก้ปัญหา การมีสัมพันธภาพ) องค์ประกอบด้านสุข (ด้านความภูมิใจในตนเอง ความพอใจในชีวิต ความสุขสงบทางใจ) มีค่าคะแนนอยู่ในระดับเกณฑ์ปกติในทุกด้าน โดยเฉพาะองค์ประกอบด้านดี ในด้านความรับผิดชอบมีคะแนนสูงกว่าปกติซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของจักรกฤษณ์ ศรีกล้า (2549: 62) ศึกษาความฉลาดทางอารมณ์ของนิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 และชั้นปีที่ 2 สาขารัฐศาสตร์ คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา พบว่า มีความฉลาดทางอารมณ์อยู่ในระดับปกติและด้านความรับผิดชอบมีระดับคะแนนเฉลี่ยสูงสุด และสอดคล้องกับการวิจัยของภรณ์ เอื้อจรัสพันธ์และคณะ (2549: บทคัดย่อ) ความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาแพทย์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น พบว่า ความฉลาดทางอารมณ์ในภาพรวมและในองค์ประกอบทุกด้านอยู่ในระดับปกติ ด้านความรับผิดชอบมีเพียงส่วนน้อยที่สูงกว่าปกติ และมีความสอดคล้องกับการศึกษาวิจัยของ อโณทัย บ้านเนินและรัชนี สรรเสริญ (2549: บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาชั้นปีที่ 3 และชั้นปีที่ 4 วิทยาลัยพยาบาลในสังกัดสถาบันพระบรมราชชนก เขตภาคตะวันออกเฉียงเหนือ พบว่า มีความฉลาดทางอารมณ์อยู่ในเกณฑ์ปกติ เช่นกัน แสดงว่า นักศึกษาคณะศิลปศาสตร์ เป็นผู้ที่มีความสามารถในการปรับตนเอง

ให้เข้ากับสังคมและอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข สามารถรับรู้ เข้าใจและแสดงออกซึ่งอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม สอดคล้องกับสโลเวย์และเมเยอร์(อ้างถึงในคมเพชร ฉัตรศุภกุลและห้องพรรณ เกิดพิทักษ์, 2544: 9-10) กล่าวว่า ความฉลาดทางอารมณ์เป็นกลุ่มของความสามารถที่บอกถึงการรับรู้ สามารถแยกแยะประสมประสาน มีความเข้าใจสามารถแสดงอารมณ์ได้อย่างมีปัญญา ไหวพริบ ควบคุมอารมณ์ตนเองได้ นอกจากนี้ กระทรวงสาธารณสุข กรมสุขภาพจิต (2544: 1) ได้กล่าวไว้ว่า ความฉลาดทางอารมณ์ เป็นการใช้ความสามารถทางอารมณ์ในการดำเนินชีวิตร่วมกับผู้อื่นอย่างสร้างสรรค์และมีความสุข ทั้งนี้สถาบันการศึกษาเป็นแหล่งสร้างรากฐานและพัฒนาชีวิตของคนในสังคม จึงมีส่วนสำคัญในการพัฒนาคนในสังคมให้มีความฉลาดทางอารมณ์ สร้างผู้เรียนให้มีความรู้ ความเข้าใจในสภาวะอารมณ์ สามารถที่จะควบคุมอารมณ์เมื่อเผชิญสถานการณ์ต่างๆ รื้อฟื้นอารมณ์ของตนให้กลับมาอยู่ในสภาพดีได้ด้วยตนเอง และเข้าใจอารมณ์ของผู้อื่นได้ด้วย (เกรียงศักดิ์ เจริญวงศ์ศักดิ์, 2551) นักศึกษาเป็นกลุ่มบุคคลที่มีโอกาสเข้ามาศึกษาในมหาวิทยาลัย ซึ่งเป็นสังคมที่มีการเรียนรู้ทั้งในด้านวิชาการและสังคม บทบาทของอาจารย์มิได้เป็นเพียงผู้สอนด้านวิชาการแต่เป็นผู้ที่ชี้แนะแนวทางที่ถูกต้องเหมาะสม จึงเอื้อต่อการพัฒนานักศึกษา จึงแสดงให้เห็นว่า คณะศิลปศาสตร์ได้ปฏิบัติหน้าที่อย่างสมบูรณ์ในการสร้างรากฐานและพัฒนานักศึกษาเป็นสมาชิกที่ดีมีคุณภาพให้แก่สังคม รวมทั้งได้ปฏิบัติสอดคล้องกับยุทธศาสตร์ของมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร คือ สร้างคนดี คนเก่งมีทักษะในงานพัฒนาให้เป็นทุนมนุษย์ (Human Capital) ของประเทศ

2. เพื่อเปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร โดยจำแนกตามตัวแปรตามเพศ สาขาวิชาและชั้นปี

2.1 เปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร โดยจำแนกตามเพศ พบว่านักศึกษาหญิงและนักศึกษาชายมีระดับความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมอยู่ในระดับเกณฑ์ปกติ ซึ่งนักศึกษาหญิงมีระดับความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่านักศึกษาชาย รวมทั้งในองค์ประกอบด้านดีและด้านสุข สำหรับในองค์ประกอบด้านแก่นักศึกษาชายมีระดับความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่านักศึกษาหญิง และไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานการวิจัย แต่มีความสอดคล้องกับงานวิจัยของ โรบินเฟรด (Robinfraid อ้างถึงในจักรกฤษณ์ ศรีกล้า, 2549: 63)ศึกษาระดับความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาในเมืองเนวาดา มลรัฐนิวเจอร์ซีย์ พบว่า เพศชายมีความฉลาดทางอารมณ์น้อยกว่าเพศหญิง และจากการศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความฉลาดทางอารมณ์พบการวิจัยของ ชูทาร์โซ (Sutarso) ได้ศึกษา

ความแตกต่างระหว่างเพศกับระดับความฉลาดทางอารมณ์ พบว่า ผู้หญิงมีระดับความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่าผู้ชาย นอกจากนี้ โกลแมน (Goleman) ได้ศึกษาความฉลาดทางอารมณ์ในชายหญิงจำนวน 1000 คน พบว่า เพศหญิงจะมีความฉลาดทางอารมณ์ในด้านการตระหนักรู้ในอารมณ์ และการเห็นอกเห็นใจผู้อื่นได้ดีกว่า ส่วนเพศชายจะมีความเชื่อมั่นในตนเอง ความสามารถในการเผชิญกับปัญหาได้ดีกว่าและองค์ประกอบโดยรวมไม่มีความแตกต่างกัน (สำนักบริการสารสนเทศ, 2553) สอดคล้องกับ สไตน์ (Stein) ได้ศึกษาวิจัยลักษณะความแตกต่างระหว่างเพศกับความฉลาดทางอารมณ์ พบว่าเพศหญิงมีความสามารถสร้างความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล มีความรับผิดชอบ เห็นอกเห็นใจซึ่ง สอดคล้องกับงานวิจัยของ โรเบิร์ต โรเซ็นทาล (Robert Eosenthal) (เทอดศักดิ์ เดชคง, 2547: 44) ทำการวิจัยเกี่ยวกับความเข้าใจ เห็นอกเห็นใจ การปรับตัว การรับรู้ความรู้สึกซึ่งเพศหญิงดีกว่าเพศชาย แสดงให้เห็นว่าโดยธรรมชาติของเพศชายและหญิงย่อมแตกต่างกัน แต่โดยพื้นฐานของมนุษย์แล้วทุกคนปรารถนาที่จะเป็นคนที่มีความดี มีความดีงาม มีความสามารถ มีแรงจูงใจที่จะพัฒนาศักยภาพไปสู่ทางที่สมบูรณ์ มนุษย์จึงมีความดีโดยธรรมชาติหากอยู่ในสภาพแวดล้อมที่ดีก็จะพัฒนาไปในทางที่ดี ซึ่งสังคมและครอบครัวมีความสำคัญต่อการพัฒนา (ทศนา แคมมณี, 2550: 50-76 อ้างถึงในสุริน ชุมสาย ณ อยุธยา, 2555) จึงสอดคล้องกับผลการวิจัยว่า ความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาหญิงสูงกว่านักศึกษาชายทั้งโดยรวมและในองค์ประกอบด้านดีองค์ประกอบด้านสุข ยกเว้นองค์ประกอบด้านเก่งและจึงไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ นอกจากนี้ผลการวิจัยพบว่า ในองค์ประกอบย่อยในด้านความรับผิดชอบมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยนักศึกษาหญิงมีระดับความฉลาดทางอารมณ์ด้านความรับผิดชอบสูงกว่า อาจกล่าวได้ว่า โดยทางสตรีวิทยา ผู้หญิงจะมีพัฒนาการทางสมองซีกซ้ายได้ดีกว่า ซึ่งจะควบคุมในด้านของความคิดวิเคราะห์ ส่งผลให้มีความระมัดระวัง ละเอียดรอบคอบ ใส่ใจในรายละเอียด ไม่ละทิ้งกลางคัน ตลอดจนบทบาททางสังคมที่ผู้หญิงจะได้รับการอบรมเลี้ยงดู ฝึกให้มีความรับผิดชอบในการดูแลงานบ้านเรือน เอาใจใส่ผู้อื่น และมีความระมัดระวังตนในการแสดงออก ทำให้ผู้หญิงมีความรับผิดชอบมากขึ้น (อรพินทร์ ชูชม, 2550) จึงส่งผลให้พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

2.2 เปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาปริญญาตรี คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร จำแนกตามสาขาวิชา พบว่า นักศึกษาในทุกสาขาวิชา มีระดับความฉลาดทางอารมณ์ทั้งโดยรวม และในรายด้านอยู่ในระดับเกณฑ์ปกติและไม่แตกต่างกันอย่าง

มีนัยสำคัญทางสถิติซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานการวิจัย แสดงให้เห็นว่า นักศึกษาคณะศิลปศาสตร์มีระดับความฉลาดทางอารมณ์ที่อยู่ในเกณฑ์มาตรฐาน มีความรู้ความสามารถในการควบคุมตน ควบคุมอารมณ์ รู้จักและแสดงออกได้อย่างเหมาะสม มีความเข้าใจ เห็นใจ ยอมรับผู้อื่น รู้จักให้และรับ มีความรับผิดชอบ รู้จักประโยชน์ส่วนรวม สามารถจูงใจตนเอง ให้กำลังใจ ตัดสินปัญหาได้ มีความภาคภูมิใจในตน สามารถสร้างสัมพันธ์ภาพที่ดี มีความพึงพอใจ และมีความสุขดำเนินชีวิตได้อย่างเป็นสุขซึ่งสอดคล้องและเป็นไปตามปณิธานของมหาวิทยาลัยในการสร้างคนดีสู่โลกของอาชีพ

2.3 เปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาปริญญาตรี คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร จำแนกตามชั้นปี พบว่า นักศึกษาทุกระดับชั้นปี มีระดับความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมอยู่ในเกณฑ์ปกติ โดยนักศึกษาชั้นปีต่างกันมีความฉลาดทางอารมณ์แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ พบว่า นักศึกษาชั้นปีที่ 1 มีความแตกต่างกับนักศึกษาชั้นปีที่ 3 และชั้นปีที่ 4 เนื่องจากอายุและประสบการณ์ในรั้วมหาวิทยาลัยที่มีความแตกต่างกัน นอกนั้นไม่พบความแตกต่างกันเป็นรายคู่

องค์ประกอบด้านดี ความฉลาดทางอารมณ์ในองค์ประกอบย่อย ด้านการควบคุมตนเองของนักศึกษาแต่ละชั้นปีไม่ต่างกันทั้งนี้สังคมไทยให้ความสำคัญต่อมารยาททางสังคม วัฒนธรรม เป็นกรอบบรรทัดฐานทางสังคม ปลุกฝังสั่งสอนโดยผ่านสถาบันต่างๆ ทางสังคม ซึ่งส่งผลให้พฤติกรรมด้านการควบคุมอารมณ์ไม่แตกต่างกัน ในส่วนด้านความเห็นใจผู้อื่นและด้านความรับผิดชอบ พบว่าชั้นปีที่ 1 มีความต่างกับชั้นปีที่ 3 และชั้นปีที่ 4 นั้นนอกจากเป็นเรื่องของประสบการณ์ตามที่กล่าวมาแล้ว เรื่องของวัยและการเจริญเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีมุมมองออกไปสู่สังคมการทำงาน และมองเห็นความซับซ้อนของสังคมมากขึ้น ทำให้ต้องระมัดระวังตนเอง ความเห็นอกเห็นใจน้อยลง ในส่วนด้านความรับผิดชอบ นักศึกษาชั้นปีที่ 3 และชั้นปีที่ 4 ต้องมีความรับผิดชอบมากขึ้นทั้งปริมาณและคุณภาพ จึงทำให้ความรับผิดชอบในบางด้านถอยลดน้อยลงจึงมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

องค์ประกอบด้านเก่ง พบว่า นักศึกษามีความฉลาดทางอารมณ์อยู่ในระดับเกณฑ์ปกติ โดยด้านองค์ประกอบย่อยด้านแรงจูงใจ และการตัดสินใจแก้ปัญหา ไม่แตกต่างกันเพราะเป็นช่วงวัยต่อเนื่องกับความเป็นผู้ใหญ่มีความคิดเป็นเหตุเป็นผลมากขึ้น กล้าที่จะเผชิญและแก้ปัญหา จึงเป็นแรงจูงใจที่จะค้นหาและเข้าใจตนเอง ซึ่งถ้าอยู่ในสังคมที่ดี มีแบบอย่างที่ดีก็จะเกิดแรงจูงใจในการเอาแบบอย่างที่ดี และแสดงพฤติกรรมตามที่สังคมคาดหวัง (ศรีเรือน แก้วกังวาน, 2549: 329)ซึ่งแสดงให้เห็นว่า คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร ได้ทำหน้าที่ในการพัฒนานักศึกษา

อบรมสั่งสอนและเป็นแบบอย่างที่ดีให้กับนักศึกษา สำหรับด้านการมีสัมพันธภาพ พบว่า ชั้นปีที่ 1 ต่างกับชั้นปีที่ 3 และชั้นปีที่ 4 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติอาจกล่าวได้ว่า ชั้นปีที่ 1 ในแง่การเปรียบเทียบอายุ ยังเป็นช่วงวัยที่ให้ความสำคัญกับกลุ่มเพื่อน มีสัมพันธภาพและรักษาสัมพันธภาพไว้มีเงื่อนไขของสัมพันธภาพไม่มากนักนอกจากการได้เข้าร่วมกลุ่มแต่เมื่อชั้นปีที่สูงขึ้นการพึ่งพาตนเอง ความเป็นอิสระในตนมีมากขึ้นประกอบความรับผิดชอบในภาระงาน การให้ความสำคัญกับอนาคตมีสูงมากขึ้นกว่าด้านสัมพันธภาพ

องค์ประกอบด้านสุข พบว่า นักศึกษาทุกชั้นปีมีความฉลาดทางอารมณ์อยู่ในระดับเกณฑ์ปกติ และมีความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมไม่แตกต่างกัน สำหรับในองค์ประกอบย่อยด้านความภาคภูมิใจในตนเองและความสุขสงบทางใจ ไม่แตกต่างกัน อาจกล่าวได้ว่า ในวัยนี้เป็นช่วงของวัยรุ่นที่ก้าวเข้าสู่วัยผู้ใหญ่ เริ่มมีอัตลักษณ์เป็นของตนเอง การได้เข้ารับการศึกษามหาวิทยาลัยเป็นการสร้างความภาคภูมิใจให้ตนเองและคนรอบข้าง ซึ่งส่งผลให้มีความภาคภูมิใจในตนเองและความสุขสงบทางใจ แต่อย่างไรก็ตามพบว่า ด้านความพอใจในชีวิตมีความแตกต่างกัน ชั้นปีที่ 1 มีความแตกต่างกับชั้นปีที่ 3 และชั้นปีที่ 4 เป็นไปได้ว่า ชั้นปีที่ 1 เพิ่งเข้าเรียน ภาระงานหนักในการเรียนยังไม่มากนัก ความยินดีกับความสำเร็จในการศึกษาต่อ ความสนใจต่อการมีสัมพันธภาพในกลุ่ม จึงมีผลทำให้มีความพึงพอใจสูงกว่าแต่เมื่อศึกษาในชั้นปีที่สูงขึ้น ผ่านประสบการณ์การเรียนมากขึ้น ความต้องการและความคาดหวังต่อความสำเร็จมีมากขึ้นตามลำดับ ดังทฤษฎีความต้องการลำดับขั้นของมาสโลว์ ซึ่งอาจคิดในเรื่องการรักษาไว้ซึ่งผลการเรียน การทำให้ผลการเรียนดีขึ้น การฝึกฝนด้านวิชาการ และการงานให้คล่องแคล่วมีทักษะเพื่อไปสู่การฝึกงาน เป็นการเตรียมความพร้อมในการประกอบอาชีพ จึงทำให้มีความเครียด ความกังวลมากขึ้น ดังเหตุการณ์ที่ปรากฏในช่วงเดือนพฤษภาคมถึงมิถุนายน พ.ศ. 2551 นักศึกษากระโดดตึกฆ่าตัวตาย คาดว่ามาจากกรกัฬพลาดการได้รับเกียรตินิยม และนักศึกษาผูกคอตายเพราะกลัวโดนตำหนิที่ได้ผลการเรียน F ในหนึ่งวิชา (เกรียงศักดิ์ เจริญวงศ์ศักดิ์, 2551) นอกจากนี้ สอดคล้องกับการวิจัยของวิณี ชิดเชิดวงศ์ (2545: 92) ได้ศึกษาระดับความฉลาดทางอารมณ์ของนิสิตปริญญาตรี คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา พบว่า นิสิตที่มีระดับชั้นปีแตกต่างกันมีความฉลาดทางอารมณ์ที่แตกต่างกัน

จากผลการศึกษาระดับความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาปริญญาตรี คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร ทั้งโดยรวมและในองค์ประกอบด้านดี องค์ประกอบด้านเก่ง และองค์ประกอบด้านสุข อยู่ในระดับเกณฑ์ปกติ แต่เนื่องจากความฉลาดทางอารมณ์เป็นสิ่งที่สามารถ

พัฒนาฝึกฝนได้ ผลการศึกษาครั้งนี้สามารถนำไปประยุกต์ใช้เป็นแนวทางในการกำหนดรูปแบบของกิจกรรมให้แก่นักศึกษาเป็นการช่วยเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ โดยเฉพาะด้านความรับผิดชอบ ด้านความเห็นใจผู้อื่น ด้านสัมพันธภาพและด้านความพึงพอใจ ซึ่งผู้เชี่ยวชาญได้เสนอแนะเป็นแนวทางในการพัฒนา ดังนี้

1. มีการสอนและสอดแทรกกิจกรรม บูรณาการเรื่องความฉลาดทางอารมณ์ในรายวิชาต่างๆ เช่น ในด้านการฝึกความอดทนรอคอย การแก้ปัญหา การทำงานร่วมกัน การมอบหมายงานและความรับผิดชอบต่องานที่มอบหมาย เพื่อให้เกิดความเข้าใจเห็นใจผู้อื่น รู้จักการควบคุมอารมณ์และการปรับตัว ปรับอารมณ์ในการอยู่และทำงานร่วมกับผู้อื่น
2. จัดสื่อ เอกสาร แผ่นพับ เพื่อให้ความรู้เกี่ยวกับการบริหารอารมณ์ การจัดการความเครียด
3. จัดศูนย์ให้คำปรึกษาหรือกิจกรรมแนะแนวหรือหาผู้เชี่ยวชาญในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ ซึ่งอาจช่วยป้องกัน ลดปัญหาจากความเครียดของนักศึกษาทั้งปัญหาครอบครัว ปัญหาความรัก ปัญหาการเรียน ปัญหาการคบเพื่อน
4. จัดอบรมในเชิงวิชาการในการฝึกทักษะการใช้ความคิดการแก้ปัญหา การมองในทางบวก การให้อภัย รู้จักปล่อยวาง มีสติ ซึ่งอาจมีภาคปฏิบัติในการฝึก เช่นกิจกรรมการฝึกสมาธิ
5. จัดกิจกรรมเตรียมความพร้อมในการฝึกงาน การเข้าสู่อาชีพการทำงาน การศึกษาดูงาน
6. การจัดกิจกรรมต่างๆ ควรจัดอย่างต่อเนื่องสม่ำเสมอ ตลอดจนเป็นการทำงานร่วมกัน ระหว่างอาจารย์ องค์กรนักศึกษาและผู้เกี่ยวข้อง เพราะสถาบันการศึกษาเป็นแหล่งสร้างรากฐานและพัฒนาชีวิตของคนในสังคม

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะสำหรับการนำผลการวิจัยไปใช้

1. จากผลการวิจัยพบว่า นักศึกษาปริญญาตรี คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนครทั้งโดยรวมและในองค์ประกอบด้านดี องค์ประกอบด้านเก่งและองค์ประกอบด้านสุขอยู่ในระดับเกณฑ์ปกติ ซึ่งมีองค์ประกอบย่อยในบางด้านที่มีความแตกต่างกัน ซึ่งผู้วิจัยได้ศึกษาและเสนอแนะทางเพื่อนำไปใช้ในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาต่อไป
2. ควรให้ความสำคัญต่อการจัดสภาพแวดล้อม ประสบการณ์ที่เอื้อให้นักศึกษามีการพัฒนา

ความฉลาดทางอารมณ์ เพิ่มศักยภาพของนักศึกษาให้อยู่ร่วมกับผู้อื่นและสามารถดำรงชีวิตได้
อย่างมีความสุข

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรศึกษาปัจจัยทางจิตสังคมที่ส่งผลต่อความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษา
2. ศึกษาความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาในระดับมหาวิทยาลัย



บรรณานุกรม

- จักรกฤษณ์ ศรีกล้า. 2549. ความฉลาดทางอารมณ์ของนิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 และชั้นปีที่ 2 สาขารัฐศาสตร์ คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา. ชลบุรี: มหาวิทยาลัยบูรพา.
- คมเพชร ฉัตรศุภกุล, ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. 2544. การสร้างมาตรฐานประเมินและปกติวิสัยของความฉลาดทางอารมณ์สำหรับวัยรุ่นไทย. กรุงเทพมหานคร: ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- จุฑามาศ มีน้อย. 2554. การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์กับผลการปฏิบัติงานของเจ้าหน้าที่สรรพากรในเขตพื้นที่กรุงเทพมหานคร. การค้นคว้าอิสระบริหารธุรกิจมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยศิลปากร. นครปฐม: มหาวิทยาลัยศิลปากร.
- ช่อเพชร เป้าเงิน. 2545. การพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถทางอารมณ์ด้านตระหนักรู้ตนเองของผู้บริหารสถานศึกษา สังกัดสำนักงานการประถมศึกษา จังหวัดสมุทรสาคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาการศึกษาดุฎิบัณฑิต สาขาการบริหารการศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร.
- ทศพร ประเสริฐสุข. 2543. ความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์กับการศึกษา รวมบทความทางวิชาการเรื่อง EQ. ชมรมผู้สนใจอี.คิว. กรุงเทพมหานคร: สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- _____. 2544. EQ (Emotional Intelligence) ความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์กับความสำเร้งในชีวิต ในเอกสารประกอบการสัมมนา กรุงเทพมหานคร: ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร.
- เทอดศักดิ์ เดชคง. 2547. จากความฉลาดทางอารมณ์สู่สติปัญญา. พิมพ์ครั้งที่ 9. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์มติชน.
- นิตดา อุดลพิเชษฐ์. 2542. ผลการใช้โปรแกรมพัฒนาเขาว์อารมณ์ที่มีต่อระดับเขาว์อารมณ์ของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่1 วิทยาลัยพยาบาลกองทัพเรือ. วิทยานิพนธ์ครุศาสตร์มหาบัณฑิต. กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- นุกูล ธรรมจง. 2546. บรรณนิทัศน์เรื่องความฉลาดทางอารมณ์ที่เกี่ยวข้องกับผู้บริหาร.

สารนิพนธ์ปริญญาศึกษามหาบัณฑิตวิทยาลัย กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
ประสานมิตร.

บุญธรรม จิตต์อนันต์. 2546 **การวิจัยทางสังคมศาสตร์**. พิมพ์ครั้งที่ 3, กรุงเทพมหานคร:

สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

บุญรอด โชติวชิรา. 2552. ความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาชั้นปีที่ ในโครงการผลิตครูการศึกษา
ขั้นพื้นฐานตามหลักสูตรระดับปริญญาตรี 5 ปี ในสถาบันการศึกษา. **วารสารพฤติกรรมศาสตร์
เพื่อการพัฒนา**. ปีที่ 1 ฉบับที่ 1 มกราคม. : 145.

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. 2543. คุณลักษณะที่เกี่ยวข้องกับ EQ. **รวมบทความทางวิชาการ เรื่อง EQ**.
กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์เดสท็อป.

ภรณ์ เอื้อจรัสพันธ์และคณะ. 2549. **ระดับความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาแพทย์
มหาวิทยาลัยขอนแก่น ปีการศึกษา 2548**. ภาควิชาเวชศาสตร์ชุมชน มหาวิทยาลัยขอนแก่น.

รัตติกรณ์ จงวิศาล. 2544. “EQ กับภาวะผู้นำในการทำงาน,” ใน **อีคิวจากแนวคิดสู่การปฏิบัติ**.
กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์เดสท็อป.

วิณี ชิตเชิดวงศ์. 2545. **รายงานการวิจัยเรื่อง การศึกษาความฉลาดทางอารมณ์ของนิสิต
ปริญญาตรี คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา**. ชลบุรี : มหาวิทยาลัยบูรพา.

วีระวัฒน์ ปันนิตมัย. 2545. **เขาวนอารมณ์ (EQ) : ดัชนีวัดความสุขและความสำเร็จของชีวิต**.
พิมพ์ครั้งที่ 3, กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์เอ็กซ์เปอร์เน็ท.

ศรีเรือน แก้วกังวาน. 2549. **จิตวิทยาพัฒนาการทุกช่วงวัย**. พิมพ์ครั้งที่ 9. กรุงเทพมหานคร:
สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

ศึกษาธิการ. กระทรวง. สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา. 2552. **การศึกษาองค์ความรู้เกี่ยวกับ
คุณลักษณะของคนไทยที่พึงประสงค์ : ความฉลาดทางอารมณ์**. กรุงเทพมหานคร: พริกหวาน
กราฟฟิค จำกัด.

_____. 2556. สำนักงานคณะกรรมการอุดมศึกษา. **แผนพัฒนาการศึกษาระดับอุดมศึกษา
ฉบับที่ 11 พ.ศ. 2555-2559**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ศันสนีย์ วรรณางกูล. 2544. **EQ. ของคุณเป็นอย่างไร**. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์เอ็กซ์เปอร์เน็ท.
สาธารณสุข. กระทรวง. กรมสุขภาพจิต. 2543. **สุขภาพจิตดีด้วยอีคิว. เอกสารประกอบการประชุม
วิชาการประจำปี**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์เดสท็อป.

- _____ . 2544. **คู่มือความฉลาดทางอารมณ์ฉบับปรับปรุง**. นนทบุรี: ศูนย์สารนิเทศและ
 ประชาสัมพันธ์.
- _____ . 2546. **คู่มือคลายเครียด**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ชุมนุมชนสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด.
- _____ . 2548. **คู่มือความฉลาดทางอารมณ์**. นนทบุรี: สำนักพัฒนาสุขภาพจิต กรมสุขภาพจิต.
- อังคณา นุ่มท้วม. 2545. **การสร้างแบบวัดความฉลาดทางอารมณ์สำหรับนิสิตนักศึกษา
 ระดับอุดมศึกษา**. วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต. มหาสารคาม: มหาวิทยาลัยมหาสารคาม.
- อรพินทร์ ชูชม. 2542. สถานภาพการวัด EQ. **วารสารพฤติกรรมศาสตร์**. 5(สิงหาคม) :67-76.
- เกรียงศักดิ์ เจริญวงศ์ศักดิ์. 2551. **เพิ่ม EQ . ป้องกันเครียดในผู้เรียน**.
<http://blog.eduzones.com/drkieng/1939>. เข้าถึงเมื่อ 14/5/2555.
- สุริน ชูมสาย ณ อยู่ธยา. 2555. **ทฤษฎีมนุษยนิยม**. <http://surinx.blogspot.com>. เข้าถึงเมื่อ
 18/8/2556.
- สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ. 2552. **พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542
 (แก้ไขเพิ่มเติม 2545)** www.seal2thai.org/kru012htm. เข้าถึงเมื่อ 14/5/2555.
- สำนักบริการข้อมูลและสารสนเทศ. 2553. **ปัจจัยที่มีผลต่อความฉลาดทางอารมณ์**. File: //C:
 \Documents and Setting\Administrator.CC-E5B7E22D675C เข้าถึงเมื่อ 13/5/2555.
- อรพินทร์ ชูชม. 2550. มศว. เผยเด็กยุคใหม่อ่อนแอเพราะพ่อแม่. **เดลินิวส์**. 12 กรกฎาคม 2550
<http://WWW.Socialwarning.m-society.go.th./socwarn/data>. เข้าถึงเมื่อ14/5/2555.
- อโณทัย บ้านเนินและรัชณี สรรเสริญ. 2549. **ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความฉลาดทางอารมณ์
 ของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลสังกัดสถาบันพระบรมราชชนก เขตตะวันออก**.
 Srinagarind Medical Journal. <http://WWW.smj.ejnal.com/e-journal/showdetail>
 เข้าถึง 15/5/2555.
- Cooper, R.K. & Sawaf, A. 1997. **Executive EQ intelligence in leadership and
 organization**. New York: Grosset/Putnam.

- Gardner,H. 1983. **Frames of Mind : the Theory Multiple Intelligence.** New York : Basic Books.
- Graves J.G. 1999. Emotional intelligence and cognitive ability: Predicting performance in job – Simulated activations, “ **Doctorial Abstracts International** (Canada : California School of Professional Psychology,Sandiego.
- Marca St. Aubin. 1998. **Talent destection in Female Gymnasts Thesis (m.a.) Laurentian University of Sudbury** (Canada California School of Professional Psychology,Sandiego.
- Menhart S.F. 1998. “Emotional intelligence : An alterative explanation of career success. Development of mulicomponential theory of emotional intelligence and its relationship to interview outcomes (affect).” **Dissertation Abstracts Internaional** Thesis,Ph.D. (industrial Psychology) University of South Florida.
- Weisinger, H. 1998. **Emotional Intelligence at Work: The Untapped Edge for Success.** San Francisco: Jossey-Bass.





ภาคผนวก



ภาคผนวก ก

แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์

แบบประเมิน

ความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาปริญญาตรี
คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร

คำชี้แจง

แบบประเมินนี้ เป็นแบบประเมินใช้วัดความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร ซึ่งจะนำไปวิเคราะห์หาค่าความฉลาดทางอารมณ์ โดยรวม เพื่อนำไปประกอบการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาที่เหมาะสมต่อไป ทั้งนี้จะไม่มีผลกระทบที่ก่อให้เกิดผลเสียหายต่อท่าน ข้อมูลที่ท่านกรอกในแบบประเมินฉบับนี้ คณะผู้วิจัยจะถือเป็นความลับ แบบประเมินฉบับนี้ประกอบด้วย 2 ตอน ได้แก่

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้กรอกแบบประเมิน

ตอนที่ 2 แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์

คณะผู้วิจัย จึงใคร่ขอร่วมมือจากท่านในการกรอกแบบประเมินและขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้ด้วย

ผศ.สุวิมล จุลวานิช

ผศ. ดร. นพมณี ฤทธิกุลสิทธิชัย

.....

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้กรอกแบบประเมิน

กรุณาใส่เครื่องหมาย ✓ ลงใน () ที่ตรงกับข้อมูลของท่าน

1. ท่านเป็นนักศึกษาปริญญาตรี ชั้นปีที่ () 1 () 2 () 3 () 4

2. ท่านเป็นนักศึกษา สาขาวิชา

() การโรงแรม () การท่องเที่ยว

() ภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสารสากล

3. เพศ () ชาย () หญิง

ตอนที่ 2 แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์

คำแนะนำ แบบประเมินฉบับนี้ เป็นประโยคที่มีข้อความเกี่ยวกับอารมณ์และความรู้สึกที่แสดงออกในลักษณะต่างๆ ถึงแม้ว่าบางประโยคอาจไม่ตรงกับที่ท่านเป็นอยู่ ขอให้ท่านเลือกคำตอบที่ตรงกับตัวท่านมากที่สุด ไม่มีคำตอบที่ถูกหรือผิด ดีหรือไม่ดี กรุณาตอบตามความเป็นจริงและตอบทุกข้อ เพื่อให้ผลการประเมินสามารถนำไปสู่การพัฒนา กิจกรรมและวิธีการที่จะพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาได้อย่างเหมาะสมและดียิ่งขึ้นต่อไป

ข้อความแต่ละประโยค จะมีคำตอบ 4 คำตอบ คือ ไม่จริง จริงบางครั้ง ค่อนข้างจริง จริงมาก ขอให้ท่านใส่เครื่องหมาย ✓ ในช่องที่ท่านคิดว่าตรงกับตัวท่านมากที่สุด

ข้อ	คำถาม	ไม่จริง	จริง บางครั้ง	ค่อนข้าง จริง	จริง มาก	สำหรับ นักวิจัย
1	เวลาโกรธหรือไม่สบายใจ ข้าพเจ้ารับรู้ได้ว่าเกิดอะไรขึ้นกับข้าพเจ้า					
2	ข้าพเจ้าบอกไม่ได้ว่าอะไรทำให้ข้าพเจ้ารู้สึกโกรธ					
3	เมื่อถูกขัดใจ ข้าพเจ้ารู้สึกหงุดหงิดจนควบคุมอารมณ์ไม่ได้					
4	ข้าพเจ้าสามารถคอย เพื่อให้บรรลุเป้าหมายที่พอใจ					

5	ข้าพเจ้ามักมีปฏิกิริยาโต้ตอบรุนแรงต่อปัญหาเพียงเล็กน้อย					
6	เมื่อถูกบังคับให้ทำในสิ่งที่ไม่ชอบ ข้าพเจ้าจะอธิบายเหตุผลจนผู้อื่นยอมรับได้					
7	ข้าพเจ้าสังเกตได้เมื่อคนใกล้ชิดมีอาการเปลี่ยนแปลง					
8	ข้าพเจ้าไม่สนใจกับความทุกข์ของผู้อื่นที่ไม่รู้จัก					
9	ข้าพเจ้าไม่ยอมรับในสิ่งที่ผู้อื่นกระทำที่ต่างไปจากความคิดของข้าพเจ้า					
10	ข้าพเจ้ายอมรับได้ว่าผู้อื่นก็อาจมีเหตุผลที่ไม่พอใจการกระทำของข้าพเจ้า					
11	ข้าพเจ้ารู้สึกว่าคุณชอบเรียกร้องความสนใจมากเกินไป					
12	แม้จะมีภาระที่ต้องทำ ข้าพเจ้าก็ยินดีรับฟังความทุกข์ของผู้อื่นที่ต้องการความช่วยเหลือ					
13	เป็นเรื่องธรรมดาที่จะเอาเปรียบผู้อื่นเมื่อมีโอกาส					
14	ข้าพเจ้าเห็นคุณค่าในน้ำใจของผู้อื่นที่มีต่อข้าพเจ้า					
15	เมื่อทำผิด ข้าพเจ้าสามารถกล่าวคำ “ขอโทษ” ผู้อื่นได้					
16	ข้าพเจ้ายอมรับข้อผิดพลาดของผู้อื่นได้ยาก					
17	แม้จะต้องเสียประโยชน์ส่วนตัวบ้าง ข้าพเจ้าก็ยินดีที่จะทำเพื่อส่วนรวม					
18	ข้าพเจ้ารู้สึกลำบากใจในการกระทำให้สิ่งใดสิ่งหนึ่งเพื่อผู้อื่น					

ข้อ	คำถาม	ไม่จริง	จริง บางครั้ง	ค่อนข้าง จริง	จริง มาก	สำหรับ นักวิจัย
19	ข้าพเจ้าไม่รู้ว่าตนเองเก่งเรื่องอะไร					
20	แม้จะเป็นงานยาก ข้าพเจ้าก็มั่นใจว่าสามารถทำได้					
21	เมื่อทำสิ่งใดไม่สำเร็จ ข้าพเจ้ารู้สึกหมดกำลังใจ					
22	ข้าพเจ้ารู้สึกมีคุณค่าเมื่อได้ทำสิ่งต่างๆอย่างเต็มความสามารถ					
23	เมื่อต้องเผชิญกับอุปสรรคและความผิดหวัง ข้าพเจ้าก็จะไม่ยอมแพ้					
24	เมื่อเริ่มทำสิ่งหนึ่งสิ่งใด ข้าพเจ้ามักทำต่อไปไม่สำเร็จ					

25	ข้าพเจ้าพยายามหาสาเหตุที่แท้จริงของปัญหา โดยไม่คิดเอาเองตามใจชอบ					
26	บ่อยครั้งที่ข้าพเจ้าไม่รู้ว่า อะไรทำให้ข้าพเจ้าไม่มีความสุข					
27	ข้าพเจ้ารู้สึกว่าการตัดสินใจแก้ปัญหาเป็นเรื่องยากสำหรับข้าพเจ้า					
28	เมื่อต้องทำอะไรหลายอย่างในเวลาเดียวกัน ข้าพเจ้าตัดสินใจได้ว่าควรทำอะไรก่อนหลัง					
29	ข้าพเจ้าลำบากใจเมื่อต้องอยู่กับคนแปลกหน้าหรือคนที่ไม่คุ้นเคย					
30	ข้าพเจ้าทนไม่ได้เมื่อต้องอยู่ในสังคมที่มีกฎระเบียบขัดกับความเคยชินของข้าพเจ้า					
31	ข้าพเจ้าทำความรู้จักกับคนอื่นได้ง่าย					
32	ข้าพเจ้ามีเพื่อนสนิทหลายคนที่คบกันมานาน					
33	ข้าพเจ้าไม่กล้าบอกความต้องการของข้าพเจ้าให้ผู้อื่นรู้					
34	ข้าพเจ้าทำในสิ่งที่ต้องการโดยไม่ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน					
35	เป็นการยากสำหรับข้าพเจ้าที่จะโต้แย้งผู้อื่น แม้จะมีเหตุผลเพียงพอก็ตาม					
36	เมื่อไม่เห็นด้วยข้าพเจ้าสามารถอธิบายเหตุผลที่เขายอมรับได้					
37	ข้าพเจ้ารู้สึกว่าคุณค่าของตัวเอง					
38	ข้าพเจ้าทำหน้าที่ได้ดี ไม่ว่าจะอยู่ในบทบาทใด					
39	ข้าพเจ้าสามารถทำงานที่ได้รับมอบหมายได้ดีที่สุด					
40	ข้าพเจ้าไม่มั่นใจในการทำงานที่ยากลำบาก					



ข้อ	คำถาม	ไม่จริง	จริง บางครั้ง	ค่อนข้าง จริง	จริง มาก	สำหรับ นักวิจัย
41	ถึงแม้สถานการณ์จะเลวร้าย ข้าพเจ้าก็มีความหวังว่าจะดีขึ้น					

42	ทุกปัญหามักมีทางออกเสมอ					
43	เมื่อมีเรื่องทำให้เครียด ข้าพเจ้ามักปรับเปลี่ยนให้เป็นเรื่อง ผ่อนคลาย สนุกสนานได้					
44	ข้าพเจ้าสนุกสนานทุกครั้งกับกิจกรรมในวันสุดสัปดาห์ วันหยุดพักผ่อน					
45	ข้าพเจ้ารู้สึกไม่พอใจที่ผู้อื่นได้รับสิ่งดี ๆ มากกว่าข้าพเจ้า					
46	ข้าพเจ้าพอใจกับสิ่งที่เป็นอยู่					
47	ข้าพเจ้าไม่รู้ว่าจะหาอะไรทำเมื่อรู้สึกเบื่อหน่าย					
48	เมื่อว่างเว้นจากหน้าที่ข้าพเจ้าจะทำในสิ่งที่ชอบ					
49	เมื่อไม่สบายใจ ข้าพเจ้ามีวิธีผ่อนคลายอารมณ์ได้					
50	ข้าพเจ้าสามารถผ่อนคลายตนเองได้แม้จะเหนื่อยจาก ภาระหน้าที่					
51	ข้าพเจ้าไม่สามารถทำให้เป็นสุขได้จนกว่าจะได้ทุกสิ่งที่ ต้องการ					
52	ข้าพเจ้ามักทุกข์ร้อนกับเรื่องเล็กน้อยๆที่เกิดขึ้นเสมอ					



ขอได้รับความขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

คณะผู้วิจัย

ภาคผนวก ข

ประวัติผู้เชี่ยวชาญ

ประวัติผู้วิจัย



ประวัติผู้เชี่ยวชาญ

1. น.ส. เรไร ทิวะทัศน์

Miss Rerai Theewathat

การศึกษา วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต (จิตวิทยาคลินิก)

ตำแหน่ง นักจิตวิทยาคลินิกชำนาญการ

สถาบันประสาทวิทยา(งานจิตวิทยา กลุ่มงานประสาทวิทยา)

2. น.ส. จิตรจิรา ฤทธิกุลสิทธิชัย

Miss Chitjira Rittikoonsittichai

การศึกษา วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต (จิตวิทยาคลินิก)

ตำแหน่ง นักจิตวิทยาคลินิก

สถาบันประสาทวิทยา(งานจิตวิทยา กลุ่มงานประสาทวิทยา)

ประวัติผู้วิจัย



1. ผศ. สุวิมล จุลวานิช

Asst. prof. Suwimol Chulwanich

การศึกษา การศึกษามหาบัณฑิต

ตำแหน่งปัจจุบันผู้ช่วยศาสตราจารย์ ระดับ 8 สาขา

สังคมศาสตร์

กลุ่มวิชามนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์
มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร

2. ผศ. ดร. นพมณี ฤทธิกุลสิทธิชัย

Asst. prof. Dr. Nopmanee Rittikulsithichai

การศึกษา ครุศาสตร์ดุษฎีบัณฑิต

ตำแหน่งปัจจุบันผู้ช่วยศาสตราจารย์ ระดับ 8 สาขา

ภาษาอังกฤษ

กลุ่มวิชาภาษาต่างประเทศ

มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร

