

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยในครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อสร้างชุดกิจกรรมพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย และศึกษาผลของการใช้ชุดกิจกรรมพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรม ผู้วิจัย ได้ค้นคว้าเอกสารและรวบรวมเอกสาร งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง โดยมีลำดับหัวข้อดังนี้

1. หลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พุทธศักราช 2546
2. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์
 - 2.1 ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์
 - 2.2 ความสำคัญและประโยชน์ของความฉลาดทางอารมณ์
 - 2.3 องค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์
 - 2.4 การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์
 - 2.5 การวัดความฉลาดทางอารมณ์
3. ความฉลาดทางอารมณ์ของกรมสุขภาพจิต
4. การสร้างชุดกิจกรรม
 - 4.1 ความหมายของชุดกิจกรรม
 - 4.2 องค์ประกอบของชุดกิจกรรม
 - 4.3 ประโยชน์ของชุดกิจกรรม
 - 4.4 การสร้างชุดกิจกรรม
 - 4.5 การหาประสิทธิภาพของชุดกิจกรรม
5. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
 - 5.1 งานวิจัยในประเทศ
 - 5.2 งานวิจัยต่างประเทศ

หลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พุทธศักราช 2546

กระทรวงศึกษาธิการมีนโยบายให้พัฒนาการศึกษาในระดับปฐมวัยอย่างจริงจัง เมื่อปี พ.ศ. 2536 ซึ่งขณะนั้นเรียกตามแผนการศึกษาแห่งชาติ พุทธศักราช 2535 ว่าการศึกษาในระดับก่อนประถมศึกษา เพื่อให้การศึกษาในระดับนี้มีมาตรฐานเดียวกัน กระทรวงศึกษาธิการจึงได้มอบหมายให้กรมวิชาการ จัดทำแนวทางการจัดประสบการณ์และพัฒนาเป็นหลักสูตรก่อนประถมศึกษา พุทธศักราช 2540 และประกาศให้โรงเรียนและศูนย์พัฒนาเด็กระดับก่อนประถมศึกษาทั่วประเทศ ใช้ตั้งแต่ปีการศึกษา 2541 เป็นต้นมา

หลักสูตรการศึกษาปฐมวัย ได้มีการประชุมพิจารณาปรับปรุงอย่างต่อเนื่องเพื่อให้หลักสูตรมีความสมบูรณ์ที่สุด ทั้งนี้ด้วยความร่วมมือจากคณะกรรมการพัฒนาหลักสูตรระดับก่อนประถมศึกษาและคณะกรรมการพัฒนาหลักสูตรการศึกษาปฐมวัย จนได้หลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พุทธศักราช 2546 (กรมวิชาการ. 2546 : 3-20) ซึ่งมีสาระสำคัญ ดังนี้

1. ปรัชญาการศึกษา

การศึกษาปฐมวัยเป็นการพัฒนาเด็กตั้งแต่แรกเกิดถึง 5 ปี บนพื้นฐานการอบรมเลี้ยงดูและการส่งเสริมกระบวนการเรียนรู้ ที่สนองต่อธรรมชาติและพัฒนาการของเด็กแต่ละคน ตามศักยภาพ ภายใต้บริบทสังคม - วัฒนธรรมที่เด็กอาศัยอยู่ด้วยความรัก ความเอื้ออาทร และความเข้าใจของทุกคน เพื่อสร้างรากฐาน คุณภาพชีวิตให้เด็กพัฒนาไปสู่ความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ เกิดคุณค่าต่อตนเอง และสังคม

2. หลักการ

เด็กทุกคนมีสิทธิที่จะได้รับการอบรมเลี้ยงดูและส่งเสริมพัฒนาการ ตลอดจนการเรียนรู้ที่เหมาะสม ด้วยปฏิสัมพันธ์ที่ดีระหว่างเด็กกับพ่อแม่ เด็กกับผู้เลี้ยงดูหรือบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถในการอบรมเลี้ยงดู และ ให้การศึกษาเด็กปฐมวัย เพื่อให้เด็กมีโอกาสพัฒนาตนเองตามลำดับขั้นของพัฒนาการทุกด้านอย่างสมดุล และเต็มศักยภาพ โดยกำหนดหลักการ ดังนี้

2.1 ส่งเสริมกระบวนการเรียนรู้และพัฒนาการที่ครอบคลุมเด็กปฐมวัยทุกประเภท

2.2 ยึดหลักการอบรมเลี้ยงดูและให้การศึกษาที่เน้นเด็กเป็นสำคัญ โดยคำนึงถึงความแตกต่างระหว่างบุคคล และวิถีชีวิตของเด็ก ตามบริบทของชุมชน สังคม และวัฒนธรรมไทย

2.3 พัฒนาเด็ก โดยองค์รวมผ่านการเล่น และกิจกรรมที่เหมาะสมกับวัย

2.4 จัดประสบการณ์การเรียนรู้ให้สามารถดำรงชีวิตประจำวันได้อย่างมีคุณภาพและมีความสุข

2.5 ประสานความร่วมมือระหว่างครอบครัว ชุมชน และสถานศึกษาในการพัฒนาเด็ก

3. จุดมุ่งหมาย

หลักสูตรการศึกษาปฐมวัยสำหรับเด็กอายุ 3-5 ปี มุ่งให้เด็กมีพัฒนาการ ด้านร่างกาย อารมณ์ จิตใจ สังคม และสติปัญญา ที่เหมาะสมกับวัย ความสามารถและความแตกต่างระหว่างบุคคล จึงกำหนดจุดมุ่งหมายซึ่งถือเป็นมาตรฐานคุณลักษณะที่พึงประสงค์ ดังนี้

- 3.1 ร่างกายเจริญเติบโตตามวัย และมีสุขอนามัยที่ดี
- 3.2 กล้ามเนื้อใหญ่และกล้ามเนื้อเล็กแข็งแรง ใช้ได้อย่างคล่องแคล่วและประสานสัมพันธ์กัน
- 3.3 มีสุขภาพจิตที่ดี และมีความสุข
- 3.4 มีคุณธรรม จริยธรรม และมีจิตใจที่ดีงาม
- 3.5 ชื่นชมและแสดงออกทางศิลปะดนตรี การเคลื่อนไหว และรักการออกกำลังกาย
- 3.6 ช่วยเหลือตนเองได้อย่างเหมาะสมกับวัย
- 3.7 รักธรรมชาติ สิ่งแวดล้อม วัฒนธรรม และความเป็นไทย
- 3.8 อยู่ร่วมกับผู้อื่น ได้อย่างมีความสุข และปฏิบัติตนเป็นสมาชิกที่ดีของสังคมในระบอบประชาธิปไตยอันมีพระมหากษัตริย์เป็นประมุข
- 3.9 ใช้ภาษาสื่อสารได้เหมาะสมกับวัย
- 3.10 มีความสามารถในการคิดและแก้ปัญหาได้อย่างเหมาะสมกับวัย
- 3.11 มีจินตนาการและความคิดสร้างสรรค์
- 3.12 มีเจตคติที่ดีต่อการเรียนรู้ และมีทักษะในการแสวงหาความรู้

สรุปได้ว่า เด็กทุกคนจะได้รับการอบรมเลี้ยงดูและส่งเสริมพัฒนาการ ตลอดจนการเรียนรู้ที่เหมาะสม มีร่างกายเจริญเติบโตตามวัย มีสุขภาพจิตที่ดี และมีความสุข และมีสุขนิสัยที่ดี ความสามารถในการรู้จัก เข้าใจและควบคุมอารมณ์ของตนเองได้สอดคล้องกับวัย มีการประพฤติปฏิบัติตนในการอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างเหมาะสมและมีความสุข โดยมีคุณลักษณะพื้นฐานที่สำคัญ คือ ดี เก่ง สุข

4. คุณลักษณะตามวัย

คุณลักษณะตามวัยเป็นความสามารถตามวัยหรือพัฒนาการตามธรรมชาติเมื่อเด็กมีอายุถึงวัยนั้น ๆ ผู้สอนจำเป็นต้องทำความเข้าใจคุณลักษณะตามวัยของเด็กอายุ 3-5 ปี เพื่อนำไปพิจารณาจัดประสบการณ์ให้เด็กแต่ละวัยได้อย่างถูกต้องเหมาะสม ขณะเดียวกันจะต้องสังเกตเด็กแต่ละคนซึ่งมีความแตกต่างระหว่างบุคคล เพื่อนำข้อมูลไปช่วยในการพัฒนาเด็กให้เต็มตามความสามารถและศักยภาพ พัฒนาการเด็กในแต่ละช่วงอายุอาจเร็วหรือช้ากว่าเกณฑ์ที่กำหนดไว้และการพัฒนาจะเป็นไปอย่างต่อเนื่อง ถ้าสังเกตพบว่าเด็กไม่มีความก้าวหน้าอย่างชัดเจนต้องพาเด็กไปปรึกษาผู้เชี่ยวชาญหรือแพทย์เพื่อช่วยเหลือและแก้ไขได้ทันเวลาที่ คุณลักษณะตามวัยที่สำคัญของเด็กอายุ 3-5 ปี มีดังนี้

4.1 เด็กอายุ 3 ปี

4.1.1 พัฒนาการด้านร่างกาย

- 1) กระโดดขึ้นลงอยู่กับที่
- 2) เดินขึ้นบันไดสลับเท้าได้
- 3) เขียนรูปร่างกลมตามแบบได้
- 4) ใช้กรรไกรมือเดียวได้

4.1.2 พัฒนาการด้านอารมณ์ จิตใจ

- 1) แสดงอารมณ์ตามความรู้สึก
- 2) ชอบที่จะทำให้ผู้ใหญ่พอใจและได้คำชม
- 3) กลัวการพลัดพรากจากผู้เลี้ยงดูใกล้ชิดน้อยลง

4.1.3 พัฒนาการด้านสังคม

- 1) รับประทานอาหารได้ช่วยตนเอง
- 2) ชอบเล่นแบบกลุ่มนาน (เล่นของเล่นชนิดเดียวกันแต่ต่างคน

ต่างเล่น)

- 3) เล่นสมมุติได้

- 4) รู้จักรอคอย

4.1.4 พัฒนาการด้านสติปัญญา

- 1) สำรวจสิ่งต่าง ๆ ที่เหมือนกันและต่างกันได้
- 2) บอกชื่อของตนเองได้
- 3) ขอความช่วยเหลือเมื่อมีปัญหา
- 4) สนทนาได้ตอบ/เล่าเรื่องด้วยประโยคสั้น ๆ ได้

เขียนแบบได้

- 5) สนใจนิทานและเรื่องราวต่าง ๆ
- 6) ร้องเพลง ท่องคำกลอน คำคล้องจองง่าย ๆ และแสดงท่าทาง
- 7) รู้จักใช้คำถาม “อะไร”
- 8) สร้างผลงานตามความคิดของตนเองอย่างง่าย ๆ
- 9) อยากรู้อยากเห็นทุกอย่างรอบตัว

4.2 เด็กอายุ 4 ปี

4.2.1 พัฒนาการด้านร่างกาย

- 1) กระโดดขาเดียวอยู่กับที่ได้
- 2) รับลูกบอลได้ด้วยมือทั้งสอง
- 3) เดินขึ้นลงบันไดสลับเท้าได้
- 4) เขียนรูปสี่เหลี่ยมตามแบบได้
- 5) ตัดกระดาษเป็นเส้นตรงได้
- 6) กระทบกระเจิงไม่ชอบอยู่เฉย

4.2.2 พัฒนาการด้านอารมณ์ จิตใจ

- 1) แสดงออกทางอารมณ์ได้เหมาะสมกับบางสถานการณ์
- 2) เริ่มรู้จักชื่นชมความสามารถ และผลงานของตนเองและผู้อื่น
- 3) ชอบทำทนายผู้ใหญ่
- 4) ต้องการให้มีคนฟัง คนสนใจ

4.2.3 พัฒนาการด้านสังคม

- 1) แต่งตัวได้ด้วยตนเอง ไปห้องส้วมได้เอง
- 2) เล่นร่วมกับคนอื่นได้
- 3) รอคอยตามลำดับก่อน-หลัง
- 4) แบ่งของให้คนอื่น
- 5) เก็บของเล่นเข้าที่ได้

4.2.4 พัฒนาการด้านสติปัญญา

- 1) จำแนกสิ่งต่าง ๆ ด้วยประสาทสัมผัสทั้งห้าได้
- 2) บอกชื่อและนามสกุลของตนเองได้
- 3) พยายามแก้ปัญหาด้วยตนเองหลังจากได้รับคำแนะนำ
- 4) สนทนาได้ตอบ / เล่าเรื่องเป็นประโยคอย่างต่อเนื่อง

- 5) สร้างผลงานตามความคิดของตนเอง โดยมีรายละเอียดเพิ่มขึ้น
- 6) รู้จักใช้คำถาม “ทำไม”

4.3 เด็กอายุ 5 ปี

4.3.1 พัฒนาการด้านร่างกาย

- 1) กระโดดขาเดียวไปข้างหน้าอย่างต่อเนื่องได้
- 2) รับลูกบอลที่กระดอนขึ้นจากพื้นได้ด้วยมือทั้งสอง
- 3) เดินขึ้น ลงบันไดสลับเท้าได้อย่างคล่องแคล่ว
- 4) เขียนรูปตามเหลี่ยมตามแบบได้
- 5) ตัดกระดาษตามแนวเส้นโค้งที่กำหนด
- 6) ใช้ก้ำกัมน้ำหนักได้ดี เช่น ตีกระดาษคุม ผูกเชือกกรองเท้า ฯลฯ

ยึดตัว คล่องแคล่ว

4.3.2 พัฒนาการด้านอารมณ์ จิตใจ

- 1) แสดงอารมณ์ได้สอดคล้องกับสถานการณ์อย่างเหมาะสม
- 2) ชื่นชมความสามารถและผลงานของตนเองและผู้อื่น
- 3) ยึดตนเองเป็นศูนย์กลางน้อยลง

4.3.3 พัฒนาการด้านสังคม

- 1) ปฏิบัติกิจวัตรประจำวันได้ด้วยตนเอง
- 2) เล่นหรือทำงานโดยมีจุดมุ่งหมายร่วมกับผู้อื่นได้
- 3) พบผู้ใหญ่ รู้จักไหว้ ทำความเคารพ
- 4) รู้จักขอบุณ เมื่อบริจาคจากผู้ใหญ่
- 5) รับผิดชอบงานที่ได้รับมอบหมาย

4.3.4 พัฒนาการด้านสติปัญญา

- 1) บอกความแตกต่างของกลิ่น สี เสียง รส รูปร่าง จำแนก และ
- 2) บอกชื่อ นามสกุล และอายุของตนเองได้
- 3) พยายามหาวิธีแก้ปัญหาด้วยตนเอง
- 4) สนทนาโต้ตอบ และเล่าเป็นเรื่องราวได้
- 5) สร้างผลงานตามความคิดของตนเอง โดยมีรายละเอียดเพิ่มขึ้น

จัดหมวดหมู่ สิ่งของได้

และแปลกลใหม่รู้จักใช้คำถาม “ทำไม” “อย่างไร”

- 6) เริ่มเข้าใจสิ่งที่เป็นนามธรรม

7) นับปากเปล่าได้ถึง 20

สรุปได้ว่าการทำกิจกรรมประจำวันเด็กควรได้เรียนรู้ร่วมกัน มีพัฒนาการด้านร่างกาย ด้านอารมณ์ จิตใจ ด้านสังคม และด้านสติปัญญา อาทิเช่นเขียนรูปร่างกลมตามแบบได้ แสดง อารมณ์ตามความรู้สึก ชอบที่จะทำให้ผู้ใหญ่พอใจและได้คำชม เล่นสมมุติได้ รู้จักรอคอย สนทนา ได้ตอบ/เล่าเรื่องด้วยประโยคสั้น ๆ ได้ ร้องเพลงแสดงท่าทางเลียนแบบได้ และ อยากรู้อยากเห็น ทุกอย่างรอบตัว เป็นต้น

5. ระยะเวลาเรียน

ใช้เวลาในการจัดประสบการณ์ให้กับเด็ก 1 - 3 ปีการศึกษาโดยประมาณ ทั้งนี้ ขึ้นอยู่กับอายุของเด็กที่เริ่มเข้าสถานศึกษาหรือสถานพัฒนาเด็กปฐมวัย

6. สาระการเรียนรู้

สาระการเรียนรู้ใช้เป็นสื่อกลางในการจัดกิจกรรมให้กับเด็ก เพื่อส่งเสริม พัฒนาการทุกด้าน ทั้งด้านร่างกาย อารมณ์ จิตใจ สังคม และสติปัญญา ซึ่งจำเป็นต่อการพัฒนาเด็ก ให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ ทั้งนี้สาระการเรียนรู้ประกอบด้วย องค์ความรู้ ทักษะหรือกระบวนการ และ คุณลักษณะหรือค่านิยม คุณธรรม จริยธรรม ความรู้สำหรับเด็กอายุ 3-5 ปี จะเป็นเรื่องราว ที่เกี่ยวข้องกับตัวเด็กบุคคลและสถานที่ที่แวดล้อมเด็ก ธรรมชาติรอบตัว และสิ่ง ๆ รอบตัวเด็กที่เด็ก มีโอกาสใกล้ชิดหรือมีปฏิสัมพันธ์ในชีวิตประจำวันและเป็นสิ่งที่เด็กสนใจ จะไม่นั้นเนื้อหา การ ท่องจำ ในส่วนที่เกี่ยวข้องกับทักษะหรือกระบวนการจำเป็นต้องบูรณาการทักษะที่สำคัญและจำเป็น สำหรับเด็ก เช่น ทักษะการเคลื่อนไหว ทักษะทางสังคม ทักษะการคิด ทักษะการใช้ภาษา คณิตศาสตร์และวิทยาศาสตร์ เป็นต้น ขณะเดียวกันควรปลูกฝังให้เด็กเกิดเจตคติที่ดี มีค่านิยมที่ พึงประสงค์ เช่น ความรู้สึกที่ดีต่อตนเองและผู้อื่น รักการเรียนรู้ รักธรรมชาติ สิ่งแวดล้อม และมี คุณธรรม จริยธรรม ที่เหมาะสมกับวัย เป็นต้น ผู้สอนหรือผู้จัดการศึกษา อาจนำสาระการเรียนรู้ มาจัดในลักษณะหน่วยการสอนแบบบูรณาการหรือเลือกใช้วิธีการที่สอดคล้องกับปรัชญาและ หลักการจัดการศึกษาปฐมวัย สาระการเรียนรู้กำหนดเป็น 2 ส่วน ดังนี้

6.1 ประสบการณ์สำคัญ

ประสบการณ์สำคัญเป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่งสำหรับการพัฒนาเด็กทางด้าน ร่างกาย อารมณ์ จิตใจ สังคม และสติปัญญาช่วยให้เด็กเกิดทักษะที่สำคัญสำหรับการสร้าง องค์ความรู้ โดยให้เด็กได้มีปฏิสัมพันธ์กับวัตถุ สิ่งของ บุคคลต่างๆที่อยู่รอบตัว รวมทั้ง ปลูกฝัง คุณธรรม จริยธรรมไปพร้อมกันด้วย ประสบการณ์สำคัญ มีดังนี้

6.1.1 ประสพการณ์สำคัญที่ส่งเสริมพัฒนาการด้านร่างกาย ได้แก่

- 1) การทรงตัวและการประสานสัมพันธ์ของกล้ามเนื้อใหญ่ การเคลื่อนไหวอยู่กับที่และการเคลื่อนไหวเคลื่อนที่ การเคลื่อนไหวพร้อมวัสดุอุปกรณ์ การเล่นเครื่องเล่นสนาม
- 2) การประสานสัมพันธ์ของกล้ามเนื้อเล็ก การเล่นสัมผัส การเขียนภาพ และการเล่นกับสี การปั้นและการประดิษฐ์สิ่งต่าง ๆ ด้วยดินเหนียว ดินน้ำมัน แท่งไม้ เศษวัสดุ ฯลฯ การต่อของบรรจุ เท และแยกชิ้นส่วน
- 3) การรักษาสุขภาพ การปฏิบัติตนตามสุขอนามัย
- 4) การรักษาความปลอดภัย การรักษาความปลอดภัยของตนเองและผู้อื่นในกิจวัตรประจำวัน

6.1.2 ประสพการณ์สำคัญที่ส่งเสริมพัฒนาการด้านอารมณ์ และจิตใจ ได้แก่

- 1) คนตรี
 - 1.1) การแสดงปฏิกริยาโต้ตอบเสียงคนตรี
 - 1.2) การเล่นเครื่องดนตรีง่าย ๆ เช่น เครื่องดนตรีประเภทเคาะประเภทตี ฯลฯ
 - 1.3) การร้องเพลง
- 2) สุนทรียภาพ
 - 2.1) การชื่นชมและสร้างสรรค์ถึงสวยงาม
 - 2.2) การแสดงออกอย่างสนุกสนานกับเรื่องตลก ขำขัน และเรื่องราว/เหตุการณ์ที่สนุกสนานต่าง ๆ

3) การเล่น

- 3.1) การเล่นอิสระ
- 3.2) การเล่นรายบุคคล การเล่นเป็นกลุ่ม
- 3.3) การเล่นในห้องเรียนและนอกห้องเรียน

4) คุณธรรม จริยธรรม

- 4.1) การปฏิบัติตนตามหลักศาสนาที่นับถือ

6.1.3 ประสพการณ์สำคัญที่ส่งเสริมพัฒนาการด้านสังคม ได้แก่

- 1) การเรียนรู้ทางสังคม
- 2) การปฏิบัติกิจวัตรประจำวันของตนเอง
- 3) การเล่นและการทำงานร่วมกับผู้อื่น

4) การวางแผน ตัดสินใจเลือก และลงมือปฏิบัติ
 5) การมีโอกาสได้รับรู้ความรู้สึก ความสนใจ และความต้องการ
 ของตนเองและผู้อื่น

- 6) การแลกเปลี่ยนความคิดเห็นและการพบความคิดเห็นของผู้อื่น
- 7) การแก้ปัญหาในการเล่น
- 8) การปฏิบัติตามวัฒนธรรมท้องถิ่นที่อาศัยอยู่และความเป็นไทย

6.1.4 ประสพการณ์สำคัญที่ส่งเสริมพัฒนาการด้านสติปัญญา ได้แก่

1) การคิด

คมกลืน

1.1) การรู้จักสิ่งต่าง ๆ ด้วยการมอง ฟัง สัมผัส จิรมรส และ

1.2) การเลียนแบบการกระทำและเสียงต่าง ๆ

สถานที่จริง

1.3) การเชื่อมโยงภาพ ภาพถ่าย และรูปแบบต่าง ๆ กับสิ่งของ หรือ

ผลงาน

1.4) การรับรู้ และแสดงความรู้สึกผ่านสื่อ วัสดุ ของเล่น และ

1.5) การแสดงความคิดสร้างสรรค์ผ่านสื่อ วัสดุ ต่าง ๆ

2) การใช้ภาษา

2.1) การแสดงความรู้สึกด้วยคำพูด

2.2) การพูดกับผู้อื่นเกี่ยวกับประสบการณ์ตนเอง หรือ

เล่าเรื่องราวเกี่ยวกับตนเอง

2.3) การอธิบายเกี่ยวกับสิ่งของ เหตุการณ์ และความสัมพันธ์

ของสิ่งต่าง ๆ

2.4) การฟังเรื่องราวนิทาน คำคล้องจอง คำกลอน

2.5) การเขียนในหลายรูปแบบผ่านประสบการณ์ที่

สื่อความหมายต่อเด็ก เขียนภาพ เขียนขีด เขียนเขียนคล้ายตัวอักษร เขียนเหมือนสัญลักษณ์ เขียนชื่อ
 คนเอง

2.6) การอ่านในหลายรูปแบบ ผ่านประสบการณ์ที่สื่อความหมาย
 ต่อเด็ก อ่านภาพหรือสัญลักษณ์จากหนังสือนิทาน/เรื่องราวที่สนใจ

3) การสังเกต การจำแนก และการเปรียบเทียบ

3.1) การสำรวจและอธิบายความเหมือน ความต่างของสิ่งต่าง ๆ

- 3.2) การจับคู่ การจำแนก และการจัดกลุ่ม
- 3.3) การเปรียบเทียบ เช่น ยาว/สั้น ขรุขระ/เรียบ ฯลฯ
- 3.4) การเรียงลำดับสิ่งต่าง ๆ
- 3.5) การคาดคะเนสิ่งต่าง ๆ
- 3.6) การตั้งสมมติฐาน
- 3.7) การทดลองสิ่งต่าง ๆ
- 3.8) การสืบค้นข้อมูล
- 3.9) การใช้หรืออธิบายสิ่งต่าง ๆ ด้วยวิธีการที่หลากหลาย

4) จำนวน

- 4.1) การเปรียบเทียบจำนวน มากกว่า น้อยกว่า เท่ากัน
- 4.2) การนับสิ่งต่าง ๆ
- 4.3) การจับคู่หนึ่งต่อหนึ่ง
- 4.4) การเพิ่มขึ้นหรือลดลงของจำนวนหรือปริมาณ

5) มิติสัมพันธ์ (พื้นที่/ระยะ)

- 5.1) การต่อเข้าด้วยกัน การแยกออก การบรรจุและ

การเทออก

- 5.2) การสังเกตสิ่งต่าง ๆ และสถานที่จากมุมมองที่ต่าง ๆ กัน
- 5.3) การอธิบายในเรื่องตำแหน่งของสิ่งต่าง ๆ ที่สัมพันธ์กัน
- 5.4) การอธิบายในเรื่องทิศทางการเคลื่อนที่ของคน
- 5.5) การสื่อความหมายของมิติสัมพันธ์ด้วยภาพวาด ภาพถ่าย และ

รูปภาพ

6) เวลา

- 6.1) การเริ่มต้นและการหยุดการกระทำโดยสัญญาณ
- 6.2) การเปรียบเทียบเวลา เช่น ตอนเช้า ตอนเย็น

เมื่อวานนี้ พรุ่งนี้ ฯลฯ

- 4.6.3) การเรียงลำดับเหตุการณ์ต่าง ๆ
- 4.6.4) การสังเกตความเปลี่ยนแปลงของฤดู

สรุปได้ว่าประสบการณ์สำคัญเป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่งสำหรับการพัฒนาเด็กทางด้านร่างกาย อารมณ์ จิตใจ สังคม และสติปัญญาที่จะก่อให้เกิดความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กนั้น จะประกอบไปด้วย ประสบการณ์สำคัญที่ส่งเสริมพัฒนาการด้านร่างกาย ประสบการณ์สำคัญ

ที่ส่งเสริมพัฒนาการด้านอารมณ์ และจิตใจ ประสบการณ์สำคัญที่ส่งเสริมพัฒนาการด้านสติปัญญา อาทิเช่น เรียนรู้คำจากเพลง การแสดงออกอย่างสนุกสนาน การฟังเรื่องราวนิทาน และการวาดภาพ เป็นต้น

7. สารที่ควรเรียนรู้

สารที่ควรเรียนรู้ เป็นเรื่องราวรอบตัวเด็กที่นำมาเป็นสื่อในการจัดกิจกรรม ให้เด็กเกิดการเรียนรู้ ไม่เน้นการท่องจำเนื้อหา ผู้สอนสามารถกำหนดรายละเอียดขึ้นเองให้สอดคล้องกับวัย ความต้องการ และความสนใจของเด็ก โดยให้เด็กได้เรียนรู้ผ่านประสบการณ์สำคัญที่ระบุไว้ข้างต้น ทั้งนี้อาจยืดหยุ่นเนื้อหาได้ โดยคำนึงถึงประสบการณ์และสิ่งแวดล้อมในชีวิตจริงของเด็ก สารที่เด็กอายุ 3-5 ปี ควรเรียนรู้ มีดังนี้

7.1 เรื่องราวเกี่ยวกับตัวเด็ก เด็กควรรู้จักชื่อ นามสกุล รูปร่าง หน้าตา รู้จักอวัยวะต่าง ๆ วิธีระวังรักษาร่างกายให้สะอาด ปลอดภัย เรียนรู้ที่จะเล่นเป็นและทำสิ่งต่าง ๆ ด้วยตนเองคนเดียวหรือกับผู้อื่น ตลอดจนเรียนรู้ที่จะแสดงความคิดเห็น ความรู้สึก และแสดงมารยาทที่ดี

7.2 เรื่องราวเกี่ยวกับบุคคลและสภาพที่แวดล้อมของเด็ก เด็กควรได้มีโอกาสรู้จักและรับรู้เรื่องราวเกี่ยวกับครอบครัว สถานศึกษา ชุมชน รวมทั้งบุคคลต่าง ๆ ที่เด็กต้องเกี่ยวข้อง หรือมีโอกาสใกล้ชิดและมีปฏิสัมพันธ์ในชีวิตประจำวัน

7.3 ธรรมชาติรอบตัว เด็กควรจะได้เรียนรู้สิ่งมีชีวิต รวมทั้งความเปลี่ยนแปลงของโลกที่แวดล้อมเด็กตามธรรมชาติ เช่น ฤดูกาล กลางวัน กลางคืน ฯลฯ

7.4 สิ่งต่าง ๆ รอบตัวเด็ก เด็กควรจะได้รู้จักสี ขนาด รูปร่าง รูปทรง น้ำหนัก ผิวสัมผัส ของสิ่งต่าง ๆ รอบตัว สิ่งของเครื่องใช้ ยานพาหนะ และการสื่อสารต่าง ๆ ที่ใช้อยู่ในชีวิตประจำวัน

8. การจัดประสบการณ์

การจัดประสบการณ์สำหรับเด็กปฐมวัยอายุ 3-5 ปี จะไม่จัดเป็นรายวิชาแต่จัดในรูปแบบของกิจกรรมบูรณาการผ่านการเล่นเพื่อให้เด็กเรียนรู้จากประสบการณ์ตรง เกิดความรู้ ทักษะ คุณธรรม จริยธรรม รวมทั้งเกิดการพัฒนาด้านร่างกาย อารมณ์ จิตใจ สังคมและสติปัญญา โดยมีหลักการ และแนวทางการจัดประสบการณ์ ดังนี้

8.1 หลักการจัดประสบการณ์

8.1.1 จัดประสบการณ์เล่นและการเรียนรู้เพื่อพัฒนาเด็กโดยองค์รวมอย่างต่อเนื่อง

8.1.2 เน้นเด็กเป็นสำคัญ สนองความต้องการ ความสนใจ ความแตกต่าง ระหว่างบุคคลและบริบทของสังคมที่เด็กอาศัยอยู่

8.1.3 จัดให้เด็กได้รับการพัฒนา โดยให้ความสำคัญทั้งกับกระบวนการและ ผลผลิต

8.1.4 จัดการประเมินพัฒนาการให้เป็นกระบวนการอย่างต่อเนื่อง และเป็น ส่วนหนึ่งของการจัดประสบการณ์

8.1.5 ให้ผู้ปกครองและชุมชนมีส่วนร่วมในการพัฒนาเด็ก

8.2 แนวทางการจัดประสบการณ์

8.2.1 จัดประสบการณ์ให้สอดคล้องกับจิตวิทยาพัฒนาการ ที่เหมาะสมกับ อายุวุฒิภาวะและระดับพัฒนาการ เพื่อให้เด็กทุกคน ได้พัฒนาเต็มตามศักยภาพ

8.2.2 จัดประสบการณ์ให้สอดคล้องกับลักษณะการเรียนรู้ของเด็กวัยนี้คือ เด็กได้ลงมือกระทำ เรียนรู้ผ่านประสาทสัมผัสทั้ง ๕ ได้เคลื่อนไหว สำรวจ เล่น สังเกต สืบค้น ทดลอง และคิดแก้ไขปัญหาด้วยตนเอง

8.2.3 จัดประสบการณ์ในรูปแบบบูรณาการ คือ บูรณาการทั้งทักษะและ สารการเรียนรู้

8.2.4 จัดประสบการณ์ให้เด็กได้ริเริ่ม คิด วางแผน ตัดสินใจ ลงมือกระทำ และนำเสนอความคิด โดยผู้สอนเป็นผู้สนับสนุน อำนวยความสะดวก และเรียนรู้ร่วมกับเด็ก

8.2.5 จัดประสบการณ์ให้เด็กมีปฏิสัมพันธ์กับเด็กอื่น กับผู้ใหญ่ ภายใต้ สภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการเรียนรู้ ในบรรยากาศที่อบอุ่นมีความสุขและเรียนรู้การทำกิจกรรม แบบร่วมมือในลักษณะต่าง ๆ กัน

8.2.6 จัดประสบการณ์ให้เด็กมีปฏิสัมพันธ์กับสื่อและแหล่งการเรียนรู้ ที่หลากหลายและอยู่ในวิถีชีวิตของเด็ก

8.2.7 จัดประสบการณ์ที่ส่งเสริมลักษณะนิสัยที่ดีและทักษะการใช้ ชีวิตประจำวันตลอดจนสอดคล้องคุณธรรมจริยธรรมให้เป็นส่วนหนึ่งของการจัดประสบการณ์ การเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง

8.2.8 จัดประสบการณ์ทั้งในลักษณะที่มีการวางแผนไว้ล่วงหน้าและแผน ที่เกิดขึ้นในสภาพจริง โดยไม่ได้คาดการณ์ไว้

8.2.9 ให้ผู้ปกครองและชุมชนมีส่วนร่วมในการจัดประสบการณ์ ทั้งการวางแผนการสนับสนุนสื่อการสอน การเข้าร่วมกิจกรรม และการประเมินพัฒนาการ

8.2.10 จัดทำสารนิเทศน์ด้วยการรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับพัฒนาการและการเรียนรู้ของเด็กเป็นรายบุคคล นำมาไตร่ตรองและใช้ให้เป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาเด็กและการวิจัยในชั้นเรียน

8.3 การจัดกิจกรรมประจำวัน

กิจกรรมสำหรับเด็กอายุ 3-5 ปี สามารถนำมาจัดเป็นกิจกรรมประจำวันได้หลายรูปแบบ เป็นการช่วยให้ทั้งผู้สอนและเด็กทราบว่าแต่ละวันจะทำกิจกรรมอะไร เมื่อใดและอย่างไร การจัดกิจกรรมประจำวันมีหลักการจัดและขอบข่ายของกิจกรรมประจำวัน ดังนี้

8.3.1 หลักการจัดกิจกรรมประจำวัน

- 1) กำหนดระยะเวลาในการจัดกิจกรรมแต่ละกิจกรรมให้เหมาะสมกับวัยของเด็กในแต่ละวัน
- 2) กิจกรรมที่ต้องใช้ความคิด ทั้งในกลุ่มเล็กและกลุ่มใหญ่ไม่ควรใช้เวลาต่อเนื่องนานเกินกว่า 20 นาที
- 3) กิจกรรมที่เด็กมีอิสระเลือกเล่นเสรี เช่น การเล่นตามมุม การเล่นกลางแจ้ง ฯลฯ ใช้เวลาประมาณ 40 - 60 นาที
- 4) กิจกรรมควรมีความสมดุลระหว่างกิจกรรมในห้องและนอกห้อง กิจกรรมที่ใช้กล้ามเนื้อใหญ่และกล้ามเนื้อเล็ก กิจกรรมที่เป็นรายบุคคล กลุ่มย่อยและกลุ่มใหญ่ กิจกรรมที่เด็กเป็นผู้ริเริ่มและผู้สอนเป็นผู้ริเริ่ม และกิจกรรมที่ใช้กำลังและไม่ใช้กำลังจัดให้ครบทุกประเภททั้งนี้กิจกรรมที่ต้องออกกำลังควรจัดสลับกับกิจกรรมที่ไม่ต้องออกกำลังมากนัก เพื่อเด็กจะได้ไม่เหนื่อยเกินไป

8.3.2 ขอบข่ายของกิจกรรมประจำวัน การเลือกกิจกรรมที่จะนำมาจัดในแต่ละวันต้องให้ครอบคลุมดังต่อไปนี้

- 1) การพัฒนากล้ามเนื้อใหญ่ เพื่อให้เด็กได้พัฒนาความแข็งแรงของกล้ามเนื้อใหญ่ การเคลื่อนไหว และความคล่องแคล่วในการใช้วัยวะต่าง ๆ จึงควรจัดกิจกรรมโดยให้เด็กได้เล่นอิสระกลางแจ้ง เล่นเครื่องเล่นสนาม เคลื่อนไหวร่างกายตามจังหวะดนตรี
- 2) การพัฒนากล้ามเนื้อเล็ก เพื่อให้เด็กได้พัฒนาความแข็งแรงของกล้ามเนื้อเล็ก การประสานสัมพันธ์ระหว่างมือและตา จึงควรจัดกิจกรรมโดยให้เด็กได้เล่นเครื่องเล่นสัมผัส เล่นเกมต่อภาพ ฝึกช่วยเหลือตนเองในการแต่งกาย หยิบจับชิ้นส่วน ใช้อุปกรณ์ ศิลปะ เช่น สีเทียน กรรไกร พู่กัน ดินเหนียว ฯลฯ
- 3) การพัฒนาอารมณ์ จิตใจ และปลูกฝังคุณธรรม จริยธรรม เพื่อให้เด็กมีความรู้สึกที่ดีต่อตนเองและผู้อื่น มีความเชื่อมั่น กล้าแสดงออก มีวินัยในตนเอง รับผิดชอบ

ชื่อสัตว์ ประหยัด เมตตากรุณา เอื้อเพื่อ แบ่งปัน มีมารยาทและปฏิบัติตนตามวัฒนธรรมไทย และศาสนาที่นับถือ จึงควรจัดกิจกรรมต่างๆ ผ่านการเล่นให้เด็กได้มีโอกาส ตัดสินใจเลือก ได้รับการตอบสนองตามความต้องการ ได้ฝึกปฏิบัติโดยสอดคล้องคุณธรรมจริยธรรมตลอดเวลาที่โอกาสเอื้ออำนวย

4) การพัฒนาสังคมนิสัย เพื่อให้เด็กมีลักษณะนิสัยที่ดี แสดงออกอย่างเหมาะสมและอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข ช่วยเหลือตนเองในการทำกิจวัตรประจำวัน มีนิสัยรักการทำงาน รู้จักระมัดระวังความปลอดภัยของตนเองและผู้อื่น จึงควรจัดให้เด็กได้ปฏิบัติกิจวัตรประจำวันอย่างสม่ำเสมอ เช่น รับประทานอาหาร พักผ่อนนอนหลับ ขับถ่าย ทำความสะอาดร่างกาย เล่นและทำงานร่วมกับผู้อื่น ปฏิบัติตามกฎกติกาข้อตกลงของส่วนรวม เก็บของเข้าที่เมื่อเล่นหรือทำงานเสร็จ ฯลฯ

5) การพัฒนาการคิด เพื่อให้เด็กได้พัฒนาความคิดรวบยอด สังเกต จำแนก เปรียบเทียบ จัดหมวดหมู่ เรียงลำดับเหตุการณ์ แก้ปัญหา จึงควรจัดกิจกรรมให้เด็กได้สนทนาอภิปรายแลกเปลี่ยนความคิดเห็น เชิญวิทยากรมาพูดคุยกับเด็ก ค้นคว้าจากแหล่งข้อมูลต่าง ๆ ทดลอง ศึกษาออกสถานที่ ประกอบอาหารหรือจัดให้เด็กได้เล่นเกมการศึกษาที่เหมาะสมกับวัยอย่างหลากหลาย ฝึกการแก้ปัญหาในชีวิตประจำวันและในการทำกิจกรรมทั้งที่เป็นกลุ่มย่อย กลุ่มใหญ่หรือรายบุคคล

6) การพัฒนาภาษา เพื่อให้เด็กได้มีโอกาสใช้ภาษาสื่อสารถ่ายทอด ความรู้สึก ความนึกคิด ความรู้ความเข้าใจในสิ่งต่าง ๆ ที่เด็กมีประสบการณ์ จึงควรจัดกิจกรรมทางภาษาให้มีความหลากหลายในสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการเรียนรู้ มุ่งปลูกฝังให้เด็กรักการอ่านและบุคลากรที่แวดล้อมต้องเป็นแบบอย่างที่ดีในการใช้ภาษา ทั้งนี้ต้องคำนึงถึงหลักการจัดกิจกรรมทางภาษาที่เหมาะสมกับเด็กเป็นสำคัญ

7) การส่งเสริมจินตนาการและความคิดสร้างสรรค์ เพื่อให้เด็กได้พัฒนาความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ ได้ถ่ายทอดอารมณ์ความรู้สึกและเห็นความสวยงามของสิ่ง ๆ รอบตัว โดยใช้กิจกรรมศิลปะและดนตรีเป็นสื่อ ใช้การเคลื่อนไหวและจังหวะตามจินตนาการ ให้ประดิษฐ์สิ่ง ๆ เล่นน้ำ เล่นทราย เล่นก่อสร้างสิ่งต่าง ๆ เช่น แท่งไม้ รูปทรงต่าง ๆ ฯลฯ

สรุปได้ว่า การจัดประสบการณ์สำหรับเด็กปฐมวัยอายุ 3-5 ปี ให้จัดในรูปกิจกรรมบูรณาการผ่านการเล่นเพื่อให้เด็กเรียนรู้จากประสบการณ์ตรง เกิดความรู้ ทักษะ คุณธรรม จริยธรรม รวมทั้งเกิดการพัฒนาทั้งด้านร่างกาย อารมณ์ จิตใจ สังคมและสติปัญญา โดยให้ผู้ปกครองและชุมชนมีส่วนร่วมในการจัดประสบการณ์ ทั้งการวางแผนการสนับสนุนสื่อการสอน การเข้าร่วมกิจกรรม และการประเมินพัฒนาการ

9. การประเมินพัฒนาการ

การประเมินพัฒนาการเด็กอายุ 3-5 ปี เป็นการประเมินพัฒนาการทางด้านร่างกาย อารมณ์ จิตใจ สังคมและสติปัญญาของเด็ก โดยถือเป็นกระบวนการต่อเนื่องและเป็นส่วนหนึ่งของกิจกรรมปกติที่จัดให้เด็กในแต่ละวัน ทั้งนี้ให้มุ่งนำข้อมูลการประเมินมาพิจารณา ปรับปรุงวางแผนการจัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมให้เด็กแต่ละคน ได้รับการพัฒนาตามจุดหมายของหลักสูตรการประเมินพัฒนาการควรวีศัลย์หลัก ดังนี้

- 9.1 ประเมินพัฒนาการของเด็กครบทุกด้านและนำผลมาพัฒนาเด็ก
- 9.2 ประเมินเป็นรายบุคคลอย่างสม่ำเสมอต่อเนื่องตลอดปี
- 9.3 สภาพการประเมินควรมีลักษณะเช่นเดียวกับการปฏิบัติกิจกรรมประจำวัน
- 9.4 ประเมินอย่างเป็นระบบ มีการวางแผนเลือกใช้เครื่องมือและจัดบันทึกไว้

เป็นหลักฐาน

9.5 ประเมินตามสภาพจริงด้วยวิธีการหลากหลายเหมาะสมกับเด็ก รวมทั้งใช้แหล่งข้อมูลหลาย ๆ ด้าน

สรุปได้ว่า ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัย ได้ใช้วิธีการประเมินสำหรับเด็กปฐมวัยอายุ 3 – 5 ปี ได้แก่ การสังเกตการณ์บันทึกพฤติกรรม การสนทนา การวิเคราะห์ข้อมูลจากผลงานเด็ก โดยใช้แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ โดยประเมินคุณลักษณะ 3 ด้าน ได้แก่ 1) ด้านคิด 2) ด้านเก่ง 3) ด้านสุข สำหรับครู/ผู้ปกครอง

แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์

1. ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์

ความฉลาดทางอารมณ์มาจากคำภาษาอังกฤษว่า Emotional Quotient (EQ) หรือ Emotional Intelligence ซึ่งในความหมายของ ความฉลาดทางอารมณ์นั้น ได้มีผู้ให้ความหมาย ดังนี้

บาร์ออน (Baron. 1992 อ้างถึงใน ทศพร ประเสริฐสุข. 2542 : 16) ได้ให้ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์ว่าเป็นองค์ประกอบด้านความสามารถในด้านส่วนตัว อารมณ์ และสังคม ของบุคคลที่จะปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อมได้อย่างประสบความสำเร็จ

ซาโลเวย์และเมเยอร์ (Salovey & Mayer. 1990 อ้างถึงใน ทศพร ประเสริฐสุข. 2542 : 16) กล่าวว่าความฉลาดทางอารมณ์เป็นความสามารถของบุคคลที่จะตระหนักรู้ในความคิด ความรู้สึกและสภาวะอารมณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นกับตนเองและผู้อื่นได้ และสามารถควบคุมอารมณ์ของ

คนทำให้สามารถชี้นำความคิดและการกระทำของคนได้อย่างสมเหตุสมผล สอดคล้องกับการทำงานและการดำเนินชีวิต โดยมีสัมพันธที่ดีกับบุคคลอื่น

โกแลแมน (Goleman, 1998) ให้ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์เอาไว้ว่า เป็นความสามารถในการตระหนักรู้ถึงความรู้สึกของตนเองและความรู้สึกของผู้อื่น จนสามารถบริหารหรือจัดการกับอารมณ์ของตนเพื่อเป็นแรงจูงใจในการสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่น ได้อย่างประสบความสำเร็จ

พระราชวรมุณี (ประยูร ทุมมจิตโต, 2542 : 7) ได้ให้ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์ว่า คือ การใช้ปัญญากำกับการแสดงออกทางอารมณ์ที่ออกมาให้มีเหตุผล เป็นการแสดงอารมณ์ความรู้สึกออกมาในแต่ละสถานการณ์ โดยถือว่าอารมณ์หรือความรู้สึกนั้นเป็นพลังให้เกิดพฤติกรรม ซึ่งถ้าพลังขาดปัญญากำกับก็จะเป็นพลังดาบอด ปัญญาจึงเป็นค้ำที่จะมากำกับชีวิตของเราให้การแสดงออกเป็นไปในทางที่ถูกต้อง

กรมสุขภาพจิต (2546 : 1) ได้ให้ความหมาย ความฉลาดทางอารมณ์ หมายถึงความสามารถในการรู้จัก เข้าใจและควบคุมอารมณ์ของตนเองได้สอดคล้องกับวัย มีการประพฤติปฏิบัติตนในการอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างเหมาะสมและมีความสุข มีคุณลักษณะพื้นฐานที่สำคัญ คือ คีเ่ง สุข

กาญจนา วณิชรมณี และวนิดา ชนินทุพทรวงศ์ (2550 : 11) กล่าวว่า ความฉลาดทางอารมณ์เป็นความสามารถในการรู้จัก เข้าใจ ควบคุมอารมณ์และปรับจิตใจ อารมณ์ของคนให้สอดคล้องกับวัยมีสัมพันธภาพที่ราบรื่น และมีความประพฤติปฏิบัติตนในการอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างเหมาะสม และมีความสุข ความฉลาดด้านอารมณ์เป็นคุณลักษณะพื้นฐานที่สำคัญที่จะนำไปสู่ความเป็นผู้ใหญ่ทั้งความคิด อารมณ์ และพฤติกรรม

จากความหมายดังกล่าวข้างต้นสามารถสรุปได้ว่า ความฉลาดทางอารมณ์ คือความสามารถในการรู้จัก เข้าใจและควบคุมอารมณ์ของตนเองได้สอดคล้องกับวัย มีการประพฤติปฏิบัติตนในการอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างเหมาะสมและมีความสุข ความฉลาดทางอารมณ์เป็นคุณลักษณะพื้นฐานที่สำคัญ

2. ความสำคัญและประโยชน์ของความฉลาดทางอารมณ์

โกแลแมน (Goleman, 1998 : 79) พบว่าความฉลาดทางอารมณ์มีความสัมพันธ์กับภาวะผู้นำ การทำงานเดี่ยวและกลุ่ม การสร้างความสัมพันธ์ระหว่างคนกับสังคม งานที่ง่าย ๆ คนที่มีความฉลาดทางอารมณ์สูงสุดในกลุ่มจะให้ผลงานที่ดีกว่าคนที่มีความฉลาดทางอารมณ์ต่ำสุดถึง 3 เท่า งานที่ยากปานกลางคนที่มีความฉลาดทางอารมณ์สูงจะได้ผลงานเท่ากับคนที่มีความฉลาดต่ำสุด

ถึง 12 คน งานที่ยากผู้ที่มีความฉลาดทางอารมณ์สูงจะให้ผลงานที่สูงกว่าคนทำงานทั่วไปถึง ร้อยละ 127 แสดงว่าความฉลาดทางอารมณ์สามารถทำนายความสำเร็จในการทำงานได้

วีระวัฒน์ ปิ่นนิคามย์ (2542 : 62) กล่าวถึงประโยชน์ของความฉลาดทางอารมณ์ที่มีต่อการทำงานว่าช่วยแก้ปัญหาทางอารมณ์ได้อย่างดี ปรับและแสดงอารมณ์ ความรู้สึกของคนได้เหมาะสมตามกาลเทศะ รู้ศักยภาพตนเองจึงเลือกกระทำสิ่งต่าง ๆ ได้อย่างเหมาะสม และประสบความสำเร็จ เข้าใจความรู้สึกของตนเองและผู้อื่น สามารถสร้างสัมพันธภาพกับผู้ร่วมงาน ได้ดี ลดความขัดแย้งระหว่างบุคคล มีเป้าหมายในชีวิตที่ชัดเจนและส่งเสริมความเป็นผู้นำที่มีศิลปะในการรู้จักใช้คน ครองใจคนได้

ดังนั้นสรุปได้ว่า บุคคลที่มีความฉลาดทางอารมณ์สูงจึงจะสามารถดำรงคนอยู่ในโลกการทำงานในปัจจุบันได้ดีกว่าคนที่ไม่มีแต่เพียงไอคิวสูงแต่ไอคิวต่ำ ความฉลาดทางอารมณ์จึงเข้ามามีบทบาทสำคัญต่อการทำงานในปัจจุบัน

3. องค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์

มีนักจิตวิทยาหลายท่านได้ให้แนวคิดเกี่ยวกับองค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์ดังนี้

โกแมน (Goleman, 1998 อ้างถึงใน วีระวัฒน์ ปิ่นนิคามย์, 2542 ข : 67) กล่าวว่า EQ ประกอบด้วย 5 องค์ประกอบที่สำคัญ ดังนี้

1. ชั้นตระหนักรู้จักอารมณ์ตน (Know One's Emotion)

มีตนแล้วให้รู้ตน หรือบางที่เรียกว่า การตระหนักรู้ตน (Self Awareness) เข้าใจยังรู้ความเปลี่ยนแปลงในอารมณ์ ภาวะอารมณ์ความต้องการของคนในแต่ละช่วงเวลา และสถานการณ์ เข้าทำนองผู้ที่รู้จักตนเอง และเอาชนะตนเองได้เป็นผู้ที่ฉลาดที่สุด

2. ชั้นบริหารจัดการอารมณ์ของคน (Managing Emotion)

เป็นความสามารถที่จะควบคุมจัดการกับความ รู้สึก หรือภาวะอารมณ์ที่เกิดขึ้นได้อย่างเหมาะสมและชาญฉลาด โดยสร้างเสริมจากภาวะที่ตระหนักรู้ในอารมณ์ของคน เมื่อเศร้า โกรธ ผิดหวัง หรือเสียใจ ก็ควบคุมคนได้ นำภาวะอารมณ์ของคนให้กลับคืนสู่สภาพปกติได้โดยเร็ว ผันร้ายให้กลายเป็นดี คิดไตร่ตรองก่อนตัดสินใจ

3. ชั้นสร้างแรงจูงใจที่ดีให้แก่ตนเองได้ (Motivating Oneself)

การกระตุ้นเตือนตนให้คิดริเริ่มอย่างมีความคิดสร้างสรรค์ ผลักดันคนมุ่งสู่เป้าหมายที่ตั้งไว้ จะนำมาซึ่งความสำเร็จ สามารถอดได้รอได้ ไม่หุนหันใจเร็วคว่นได้ ผู้ที่

สามารถทำได้ตั้งนี่ถือเป็นผู้ที่ประสบความสำเร็จในงาน มุ่งสู่เป้าหมายอย่างมีพลังของความตั้งใจมั่น มองอะไรที่ไม่ยึดติดกับเงิน ผลประโยชน์หรือตำแหน่ง

4. ชั้นสามารถรับรู้อารมณ์ของผู้อื่น ได้ (Recognizing Emotion in Others)

ความสามารถเอาใจเขามาใส่ใจเรา เป็นพื้นฐานของความ “เก่งคน”

รู้เท่าทันในความรู้สึก ความต้องการ ข้อวิตกกังวลของผู้อื่น ได้อย่างชาญฉลาด มีไหวพริบ

มีความสำคัญต่อบางอาชีพ เช่นงานที่เกี่ยวกับการรักษาพยาบาล การขาย การสอน และการบริหารจัดการ

5. ความสามารถในการจัดการความสัมพันธ์กับผู้อื่น (Handling

Relationships)

เป็นผลรวมของข้อ 1-4 ทำอย่างไรที่จะมีความสามารถในการสร้างและรักษาเครือข่ายสายสัมพันธ์ส่วนตัวและที่เกี่ยวกับงาน ซึ่งมีความสัมพันธ์อย่างมากกับการเป็นผู้มีชื่อเสียง ความเป็นผู้นำและความเก่งคน

แนวความคิดเกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์ของ โกลแมน (Goleman, 1998) มีองค์ประกอบที่สำคัญ 5 องค์ประกอบดังรายละเอียดในตารางที่ 1 ดังนี้

ตารางที่ 1 แนวความคิดเกี่ยวกับองค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์ของ โกลแมน

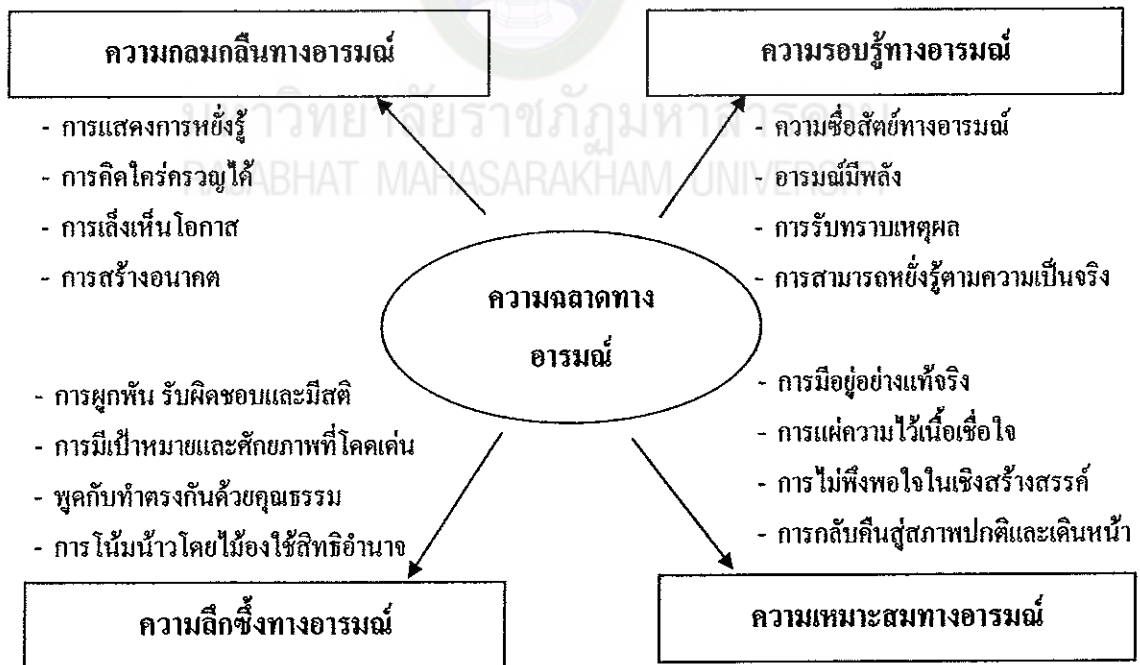
(Goleman, 1998)

องค์ประกอบ	ความหมาย
1. การเอาใจเขามาใส่ใจเรา	<p>1.1 การตระหนักถึงความรู้สึก ความต้องการและความห่วงใยของผู้อื่น</p> <p>1.2 การเข้าใจผู้อื่น รู้ถึงความรู้สึก มุมมอง สนใจในข้อวิตกกังวลของผู้อื่น</p> <p>1.3 การมีจิตใจมุ่งบริการ คาดคะเนรับรู้และตอบสนองความต้องการของผู้อื่น ได้ดี</p> <p>1.4 การพัฒนาผู้อื่น ทราบความต้องการเพื่อส่งเสริมความรู้ความสามารถได้ถูกทาง</p> <p>1.5 การสร้างโอกาสให้หลากหลาย เล็งเห็นความเป็นไปได้จาก ความแตกต่างโดยไม่แบ่งแยก</p> <p>1.6 ตระหนักถึงทัศนคติเห็นของของกลุ่ม ความสามารถ ด้านสถานการณ์ปัจจุบัน และความสัมพันธ์ของกลุ่ม ได้</p>

องค์ประกอบ	ความหมาย
2. ทักษะทางสังคม	2.1 ความคล่องแคล่วในการก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงที่พึงประสงค์จากความร่วมมือของผู้อื่น 2.2 การโน้มน้าว แสดงกลวิธี โน้มน้าวต่าง ๆ อย่างได้ผล 2.3 การสื่อสาร ส่งสารที่ชัดเจนและน่าเชื่อถือ 2.4 ความเป็นผู้นำ โน้มน้าวและผลักดันกลุ่มได้ดี 2.5 การกระตุ้นให้เกิดการเปลี่ยนแปลง ริเริ่ม และบริหารความเปลี่ยนแปลงได้ดี 2.6 การบริหารความขัดแย้ง เกรงใจและแก้ไขหาทางยุติความไม่เข้าใจกัน 2.7 สร้างสัมพันธ์ เสริมสร้างความร่วมมือ ร่วมใจกันเพื่อการปฏิบัติงาน 2.8 การร่วมมือกันทำงานกับผู้อื่น เพื่อมุ่งสู่เป้าหมาย 2.9 สมรรถนะของทีม สร้างพลังร่วม
3. การตระหนักรู้ตนเอง (มีสติ)	3.1 การตระหนักรู้ถึงความรู้สึกความ โน้มเอียงของตนเอง หยั่งรู้ความเป็นไปได้ของตนเองและความพร้อมต่าง ๆ 3.2 รู้เท่าทันในอารมณ์คน สาเหตุที่ทำให้เกิดความรู้สึกนั้น ๆ และผลที่จะตามมา 3.3 ประเมินตนเองได้ตามจริง รู้จุดเด่นจุดด้อยของตน 3.4 มั่นใจในตนเอง มั่นใจในความสามารถ คุณค่าของตน ความสามารถในการจัดการกับความรู้สึกภายในตนเองได้
4. การควบคุมตนเอง	4.1 การควบคุมตนเองสามารถจัดการกับสภาวะอารมณ์ความ จุนเจียวได้ 4.2 ความเป็นที่ไว้วางใจได้ รักษาความเป็นผู้ที่ซื่อสัตย์และคุณ งามความดีได้ 4.3 ความเป็นผู้ใช้สติปัญญาความรับผิดชอบ 4.4 ความสามารถที่จะปรับตัวยืดหยุ่นในการจัดการกับความ เปลี่ยนแปลง

องค์ประกอบ	ความหมาย
5. การสร้างแรงจูงใจ	4.5 การสร้างสิ่งใหม่ เป็นสุข และเปิดใจกว้างกับความคิด แนวทางหรือข้อมูลใหม่ ๆ 5.1 แนวโน้มของอารมณ์ที่เกื้อหนุนการมุ่งสู่เป้าหมาย 5.2 แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ พยายามที่จะปรับปรุงหรือให้ได้ มาตรฐานที่ดีที่สุด 5.3 ความจงรักภักดี ยึดมั่นกับเป้าหมายของกลุ่ม เป้าหมายของ องค์การ 5.4 ความคิดริเริ่ม พร้อมที่จะปฏิบัติตาม โอกาสอันหาย 5.5 การมองโลกในแง่ดี แม้มีอุปสรรค ปัญหา ก็ไม่ย่อท้อ ต่ออุปสรรค

คูเปอร์และซาวาฟ (Cooper & Sawaf, 1997) ได้เสนอรูปแบบของความฉลาดทางอารมณ์ไว้ว่า ประกอบไปด้วยหลักสำคัญ 4 หลัก ด้วยกัน ซึ่งในแต่ละหลักก็จะมี 4 องค์ประกอบ ซึ่งจะนำไปสู่การวัดประเมินที่เรียกว่า EQ Map ดังแผนภาพที่ 2



แผนภาพที่ 2 องค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์

ที่มา : คูเปอร์และซาวาฟ (Cooper & Sawaf, 1997)

บาร์ออน (Baron, 1997 อ้างถึงใน ทศพร ประเสริฐสุข. 2542 : 107-108) ได้เสนอองค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์โดย แบ่งเป็น 5 หมวด และจำแนกเป็น 15 คุณลักษณะสำคัญ ดังนี้

ตารางที่ 2 องค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์ของบาร์ออน (Baron, 1997)

องค์ประกอบ	ความหมาย
1. ความสามารถภายในตน	1.1 ตระหนักรู้จักตน 1.2 เข้าใจภาวะอารมณ์ของตน 1.3 กล้าแสดงความคิดและความรู้สึก
2. ทักษะของความสัมพันธ์	2.1 ตระหนักรู้เท่าทันในความคิดความรู้สึกของผู้อื่นได้ดี 2.2 ใส่ใจสวัสดิภาพห้วงโยผู้อื่น 2.3 สร้างสายสัมพันธ์กับผู้อื่น ได้ดี
3. ความสามารถในการปรับปรุงตัว	3.1 ตรวจสอบความรู้สึกของตน 3.2 ตีความสถานการณ์ต่าง ๆ ได้ดี 3.3 ยึดหยุ่นความคิดและความรู้สึกของตนได้ดี 3.4 แก้ไขปัญหาและสถานการณ์เฉพาะหน้าได้ดี
4. กลยุทธ์ในการบริหารความเครียด	4.1 จัดการกับความเครียด ได้ดี 4.2 ควบคุมอารมณ์ของตนได้ดี
5. ปัจจัยด้านแรงจูงใจและสภาวะอารมณ์	5.1 มองโลกในแง่ดี 5.2 สร้างความสนุกสนานให้เกิดแก่ตนเองและผู้อื่น ได้ดี 5.3 รู้สึกและแสดงออกซึ่งความเป็นสุขให้ปรากฏได้

ธีระ ชัยบุทธรขรรยง (2543 : 36) ได้กล่าวไว้ว่าผู้ที่จัดว่ามีความฉลาดทางอารมณ์ควรมีองค์ประกอบดังนี้

1. รู้จักและเข้าใจอารมณ์ของตนเอง รู้ในขณะนี้ว่าตนเองมีอารมณ์ความรู้สึกอย่างไร เช่น รู้ว่าตนเองโกรธ และไม่พอใจ การรู้จักเข้าใจอารมณ์ของตนเองจนทำให้ไม่เป็นทาสอารมณ์ และทำอะไรด้วยอารมณ์ชั่ววูบหรือวู่วาม

2. เข้าใจถึงจิตใจผู้อื่น และรักษาสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น ได้ต้องรู้ว่าบุคคลอื่นที่เราเกี่ยวข้องกับด้วยเขามีอารมณ์ความรู้สึกอย่างไร เข้าใจว่าทำไมเขาจึงเกิดอารมณ์และความรู้สึกเช่นนั้น ให้ความสนใจเอาใจเขามาใส่ใจเราไม่กล่าวโทษผู้ใดว่าเป็นสาเหตุของวิกฤตการณ์ต่าง ๆ ต้องให้ความสำคัญเห็นคุณค่าและยกย่องให้เกียรติผู้อื่น

3. รู้จักจัดการกับตนเอง ให้สามารถเผชิญกับความคับข้องใจ ความเศร้า เสียใจ ความยากลำบาก ความกลัว อื่น ๆ ได้อย่างมั่นคง โดยมีรายละเอียดดังนี้

3.1 ควบคุมตนเองไม่ให้แสดงอารมณ์ในทางไม่ใช่ออกมา เช่น โกรธ ก็ให้รู้ตัวว่า โกรธต้องแสดงออกด้วยท่าทางที่สงบเยือกเย็น ไม่วุ่นวาย อุดหนุน พร้อมทั้งจะรอเวลาอันเหมาะสม หรือมีความคิดรอบคอบตัดสินใจด้วยใจเย็นและมีสติ

3.2 ทนต่อแรงปะทะทางอารมณ์ความรู้สึกของผู้อื่น ได้อย่างสงบนิ่ง มั่นคง ยืนหยัด เผชิญกับภาวะที่ไม่น่าอภิรมย์ ความไม่สบายใจ ความพ่ายแพ้ ท้อแท้ ทอดอาลัย รู้จักสงบนิ่งกับสิ่งที่สุควิสัย จะแก้ไขเปลี่ยนแปลงได้

3.3 สื่อสารความรู้สึกนึกคิดกับผู้อื่น ได้ดี รู้จักรักษาน้ำใจผู้อื่น สุภาพ อ่อนโยน ไม่ใช่ถ้อยคำที่เยาะเย้ยถากถาม ฝ่ายตรงข้าม ไม่พุดจาต่อเสียด หาเรื่องที่จะทำให้เกิดความขัดแย้ง

3.4 รู้จักนำพลังแห่งอารมณ์ ความรู้สึกมาใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อตนเอง ต้องรู้ว่าตนเองมีความสามารถด้านใด มีความต้องการทำสิ่งใด รู้จักสร้างแรงจูงใจให้ตัวเองอย่างสม่ำเสมอในการนำตนเองไปสู่ความสำเร็จ โดยใช้อารมณ์ความรู้สึกเป็นสิ่งที่กระตุ้น มีความมานะพยายาม สามารถตรากตรำทำงานฟันฝ่าสถานการณ์ทั้ง ๆ ที่เกิดความผิดหวัง แม้ล้มเหลวก็สามารถลุกขึ้นมาสู้ต่อไปโดยไม่ย่อท้อ เมื่อตัดสินใจสิ่งใดไปแล้วจะมั่นคงอยู่กับการตัดสินใจนั้น แม้ผิดก็รับเป็นบทเรียนไม่กลัวเสียหน้า

ทศพร ประเสริฐสุข (2542 : 29-30) ได้สรุปองค์ประกอบของเซาว์ปัญญาทางอารมณ์ตามแนวคิดของสโตเวย์ และเมเยอร์ (Salovey & Mayer, 1990) และของโกลแมน (Goleman, 1998) ได้ 5 องค์ประกอบใหญ่ ดังต่อไปนี้

1. การตระหนักรู้ในตนเอง (Self-Awareness หรือ Knowing One' Self) เป็นความสามารถที่จะรับรู้และเข้าใจ ความรู้สึก ความคิด และอารมณ์ของตนเองได้ตามความเป็นจริงสามารถประเมินตนเองได้อย่างชัดเจนตรงไปตรงมา มีความเชื่อมั่นรู้จักจุดเด่นจุดด้อยของตนเอง เป็นคนซื่อตรง พุดแล้วรักษาคำพูด มีจรรยาบรรณ มีสติเข้าใจตน

2. การบริหารจัดการกับอารมณ์ของตน (Managing Emotion) หรืออาจเรียกว่าการกำหนดตนเอง (Self-Regulation) เป็นความสามารถที่จะจัดการกับอารมณ์ต่าง ๆ ที่

เกิดขึ้นได้อย่างเหมาะสมประกอบด้วยความสามารถในการควบคุมตนเอง (Self-Regulation) เป็นคนที่น่าไว้วางใจได้ (Trustworthiness) มีคุณธรรม (Conscientiousness) มีความสามารถในการปรับตัว (Adaptability) และมีความสามารถในการสร้างแนวคิดใหม่ ๆ ที่เป็นประโยชน์ต่อการดำรงชีวิต

3. การจูงใจตนเอง (Motivation One' Self) เป็นความสามารถที่จะจูงใจตนเองที่เรียกว่าแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ (Achievement Motive) มีมนุษยสัมพันธ์ มองโลกในแง่ดี สามารถนำอารมณ์ความรู้สึกของตนเองมาสร้างพลังในการกระทำสิ่งต่าง ๆ และเป็นกำลังในการให้กำลังใจตนเองในการคิด และกระทำอย่างสร้างสรรค์

4. การเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น (Recognizing Emotion in Others) หมายถึงความสามารถที่เข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น มีความเห็นอกเห็นใจ เอาใจเขามาใส่ใจเรา มีจิตใจให้บริการ (Service Orientation) สามารถแสดงออกทางอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม

5. การดำเนินการด้านความสัมพันธ์กับผู้อื่น (Handling Relationships) ซึ่งเป็นลักษณะที่เป็นทักษะทางสังคม (Social Skills) เป็นความสามารถที่จะรู้เท่าทันอารมณ์ของผู้อื่น เป็นทักษะทางสังคมที่จะมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น อันจะส่งผลให้เกิดความเป็นผู้นำความสามารถ ลักษณะนี้จะประกอบไปด้วยการสื่อความที่ดี (Communication) การบริหารความขัดแย้ง (Conflict Management)

ดังนั้น กล่าวสรุปได้ว่า องค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์สามารถแบ่งออกได้เป็น 2 ส่วนใหญ่ ๆ คือ เขาวินิจฉัยในส่วนที่เกี่ยวข้องกับตัวเอง เพื่อพัฒนาตนเอง และเขาวินิจฉัยในส่วนที่เกี่ยวข้องกับผู้อื่น เพื่อพัฒนาความสัมพันธ์กับผู้อื่น

4. การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์

Button (1974 : 1-2) กล่าวว่า การจัดกิจกรรมเพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์เป็นสิ่งที่จัดขึ้นมีจุดมุ่งหมายส่งเสริมให้มนุษย์ได้เติบโต และพัฒนาขึ้น ช่วยฝึกทักษะหลาย ๆ ด้านและด้านหนึ่งที่สำคัญ คือ ทักษะทางสังคมที่ช่วยให้มนุษย์สามารถอยู่ร่วมกันและทำงานกับผู้อื่นอย่างราบรื่น เช่น ทักษะการเป็นผู้ให้และผู้รับ การปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อม การควบคุมตนเอง และการยอมรับความสามารถของตนเองและผู้อื่น

นักวิชาการศึกษาและนักจิตวิทยาเชื่อตรงกันว่า ความฉลาดทางอารมณ์สามารถพัฒนาได้ตลอดชีวิต โดยเป็นผลรวมจากปฏิสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กับสิ่งแวดล้อมในแต่ละวัฒนธรรม ไม่ให้ถูกกำหนดตายตัวจากพันธุกรรม เพราะเกี่ยวกับประสบการณ์โดยตรง วีระวัฒน์

ปีนิตานัย (2542 : 188-193) กล่าวว่าการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ ควรคำนึงถึงปัจจัยต่าง ๆ ดังนี้

1. ศึกษาแนวคิด แนวปฏิบัติต่าง ๆ ของความฉลาดทางอารมณ์ให้เข้าใจอย่างลึกซึ้ง
2. คำนึงอายุ และพัฒนาการทางสังคมของแต่ละบุคคลซึ่งมีความแตกต่างกัน
3. ออกแบบ โปรแกรมการพัฒนาให้ครอบคลุมองค์ประกอบต่าง ๆ

ที่เป็นตัวแทนที่ดีของความฉลาดทางอารมณ์

4. คัดเลือกวิทยากร ผู้เอื้ออำนวยกิจกรรมด้วยความระมัดระวัง
 5. เน้นให้ผู้รับการพัฒนาได้เรียนรู้จากประสบการณ์ โดยแสดงออกมาจากการสวมบทบาทการเล่นละคร การสร้างสถานการณ์จำลอง และมีข้อมูลย้อนกลับเป็นทางการหรือส่วนตัวกำหนดวิธีการประเมินความสำเร็จของการพัฒนาเป็นครั้งย่อย ๆ หรือติดตามหลังการพัฒนา
- เทคส์คีย์ เดซง (2542 : 15) กล่าวว่าการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์เพื่อให้เกิดเจตคติที่ดีและนำไปสู่การปฏิบัติได้นั้น ต้องมีกระบวนการเรียนรู้ ดังนี้

1. การอ่านและฟัง จากตำราเรียน หนังสือพิมพ์ ฟังจากครู พ่อแม่ กัลยาณมิตร ผู้รู้
 2. การเรียนรู้จากแบบอย่าง จากครู พ่อแม่ เพื่อน
 3. การทดลองปฏิบัติด้วยวิธีการต่าง ๆ เพื่อดูว่าเกิดผลอย่างไร จะได้ปรับปรุง
 4. การหยั่งรู้ภาคการณ ต้องฟังข้อมูลพอสมควรเป็นพื้นฐานแล้วนำไปปฏิบัติ
- พระราชวรมนู (ประยูร ธมฺมจิตโต. 2543: 7-13) เทศนาว่าการฝึกอารมณ์ในทางพระพุทธศาสนานั้นเรียกว่า “มัชฌิมาปฏิปทา” หรือ “ทางสายกลาง” การพัฒนาการแสดงออกทางอารมณ์มี 2 วิธี ได้แก่

1. สมถกรรมฐาน ให้พลังสมาธิข่มฝ่ายไม่ดีให้มีบทบาท ทำให้ไม่เป็นทาสของอารมณ์
2. วิปัสสนากรรมฐาน เป็นการพัฒนาที่ถาวรเพราะมีสมาธิอยู่ด้วย ซึ่งจะเป็นต่อการทำงานการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของบุคคลจึงต้องพิจารณาถึงองค์ประกอบของจิตแล้วเลือกพัฒนาตัวที่เด่น ๆ ให้เกิดพลังมากขึ้น

พระธรรมปิฎก (2542 : 6-7) เทศนาว่า การพัฒนามนุษย์มิใช่พัฒนาปัญญาเพียงอย่างเดียวแต่มีองค์ประกอบแห่งการดำเนินชีวิต 3 ด้าน มานูธรรมการเป็นปัจจัยแก่กันได้แก่ พฤติกรรม จิตใจ และปัญญา ในพระพุทธศาสนา คือ ศีล สมาธิ ปัญญา คนที่พัฒนาแล้วจะพัฒนา 4 ด้าน คือ

สถานที่ เวลา และเหตุการณ์ทั้งอารมณ์ดี และอารมณ์ไม่ดี เพื่อให้เกิดความสมดุลในการจัดการกับอารมณ์ตนเอง รู้จักแสดงออกทางอารมณ์และระบายอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม ฝึกความสามารถในการผ่อนคลายความเครียด เช่น การผ่อนคลายกล้ามเนื้อ การร้องเพลง เป็นต้น

6. การแสดงออกทางอารมณ์ที่เหมาะสมโดยคำนึงถึงสีหน้า ท่าทางและคำพูด เด็กจึงต้องได้รับการฝึก อาจจะเป็นในชั่วโมงโฮมรูมหรือกิจกรรมแนะแนว

7. รู้จักการแสดงอารมณ์ที่ไม่ดี ความสามารถในการไตร่ตรองก่อนการแสดงออกและสามารถที่จะอดทนรอคอยที่จะแสดงพฤติกรรมได้

8. ฝึกการสร้างแรงจูงใจให้เกิดขึ้นกับคน แรงจูงใจที่สำคัญ คือ แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ (Achievement Motive) และแรงจูงใจใฝ่สัมพันธ์ (Affiliation Motive)

9. ฝึกความสามารถในการหยั่งรู้อารมณ์ผู้อื่น สามารถรับรู้อารมณ์และความรู้ของผู้อื่นเพื่อให้เกิดความเข้าใจและเห็นอกเห็นใจผู้อื่น (Empathy) จะต้องฝึกให้คำนึงถึงผู้อื่นที่เรียกว่าใจเขาใจเรา ฝึกการสังเกต การตรวจสอบอารมณ์

10. ฝึกทางด้านมนุษยสัมพันธ์ การแสดงน้ำใจ เอื้ออาทรต่อบุคคลอื่น เห็นแก่คุณค่าของตนเองและผู้อื่น ฝึกการให้เกียรติผู้อื่น ได้ด้วยความจริงใจสามารถแสดงความคิดเห็นชื่นชมและให้กำลังใจซึ่งกันและกันได้ในวาระที่เหมาะสม

การพัฒนาชาวอารมณ์ด้านสมรรถนะส่วนบุคคล ได้มีผู้เสนอแนวคิดในการพัฒนา ดังต่อไปนี้

อุสา สุทธิสาคร (2543 : 95) ได้เสนอไว้ในหนังสือพัฒนา EQ เด็กได้อย่างไร การทำให้เด็ก ๆ ตระหนักรู้ตนเอง ทำได้หลายวิธี แต่ที่สำคัญที่สุด คือการให้ข้อมูลที่ถูกต้องตรงไปตรงมากับเด็ก ควรให้โอกาสเด็กเรียนรู้และมีประสบการณ์จากสิ่งแวดล้อมรอบตัวให้มากที่สุด รวมถึงการตัดสินใจด้วยตนเองด้วย

อุมาพร ตรังคสมบัติ (2544 : 74-75) กล่าวว่า การจะสร้าง EQ ให้ลูกต้องสร้างสองสิ่งให้เกิดในตัวลูก นั่นคือ

1. ทักษะในการจัดการกับตนเอง

2. ทักษะในการจัดการกับผู้อื่น

2.1 ทักษะจัดการกับตัวเอง คือ

2.1.1 ต้องสร้างให้ลูกรู้จักและเข้าใจตนเอง

2.1.2 ต้องสร้างให้ลูกจัดการกับอารมณ์ของตนเองอย่างมีประสิทธิภาพ

2.1.3 ต้องสร้างให้ลูกมีเอกลักษณ์ที่มั่นคง

2.1.4 ต้องสร้างให้ลูกมีความนับถือตนเองสูง

2.1.5 ต้องสร้างให้ลูกมีวินัยและความรับผิดชอบ

2.1.6 ต้องสร้างให้ลูกมีการตัดสินใจ และการแก้ปัญหาอย่างมี

ประสิทธิภาพ

2.1.7 ต้องสร้างให้ลูกมีการปรับค่านิยม

2.1.8 ต้องสร้างให้ลูกจัดการกับความเครียดได้ดี

2.1.9 ต้องสร้างให้ลูกมองโลกในแง่ดี

2.1.10 ต้องสร้างให้ลูกมีแรงจูงใจและเป้าหมายในชีวิต

2.2 ทักษะการจัดการกับผู้อื่น

2.2.1 ต้องสร้างให้ลูกมีความเข้าใจในผู้อื่น แล้วจัดการกับอารมณ์ของ

ผู้อื่นได้

2.2.2 ต้องสร้างให้ลูกมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี

2.2.3 ต้องสร้างให้ลูกมีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

2.2.4 ต้องสร้างให้ลูกมีศีลธรรมจรรยา

2.2.5 ต้องสร้างให้ลูกสื่อสารกับผู้อื่นอย่างมีประสิทธิภาพ

2.2.6 ต้องสร้างให้ลูกแก้ไขความขัดแย้งกับผู้อื่นอย่างมีประสิทธิภาพ

2.2.7 ต้องสร้างให้ลูกสามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นได้ดี

โกแมน (Goleman, 1998 อ้างถึงใน วีระวัฒน์ ปิ่นนิคามย์, 2542 ข : 69-75)

เสนอแนะวิธีการพัฒนาอารมณ์ไว้ 5 ประการดังนี้

1. รู้จักอารมณ์ตนเอง การรู้จักอารมณ์ตนเองจะเป็นพื้นฐานในการควบคุมอารมณ์เพื่อแสดงออกอย่างเหมาะสม การรู้จักอารมณ์ตนเองก็คือ การรู้ตัวหรือการให้สติในทัศนะของพุทธศาสนานั้นเอง ปกติเมื่อเราเกิดอารมณ์ใด ๆ ขึ้นมา เราจะตกอยู่ในภาวะใดภาวะหนึ่งใน 3 ภาวะ ดังต่อไปนี้

1.1 ถูกครอบงำ หมายถึง การที่เราไม่สามารถฝืนต่อสภาพอารมณ์นั้น ๆ ได้ จึงแสดงพฤติกรรมไปตามสภาพอารมณ์ดังกล่าว เช่น เมื่อ โม โห ที่อาจจะมีการขว้างปาข้าวของหรือส่งเสียงดัง โดยไม่สนใจใคร การไม่ยั้งคิดยึนร้ายกับอารมณ์ที่เกิดขึ้นหรือละเลยไม่สนใจ เพื่อบรรเทาการแสดงอารมณ์และการรู้เท่าทันอารมณ์ซึ่งการรู้ตัวจะมีพลังเหนือความรู้สึกและอารมณ์ที่ไม่ดีต่าง ๆ รู้ว่าในสภาพอารมณ์นี้ควรจะทำเช่นไรจึงจะเหมาะสมที่สุด

1.2 ใช้เวลาทบทวนอารมณ์ของตนเอง พิจารณาว่าตนเป็นคนที่มีลักษณะอารมณ์เช่นไร คล้อยตามตนเอง ผู้อื่นหรือสิ่งแวดล้อม ทบทวนลักษณะการแสดงออกทางอารมณ์ และผลย้อนกลับจากการแสดงอารมณ์ของเราว่า รู้สึกพอใจ ไม่พอใจ คิดว่าเหมาะสมหรือไม่

เหมาะสม ถ้ารู้สึกพอใจหรือเหมาะสมแล้ว ต้องแน่ใจว่าไม่ได้เข้าข้างตนเอง แล้วใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อไป

1.3 ฝึกให้เกิดการรู้ตัวเสมอและมีสติอยู่กับการรู้ตัว โดยให้รู้ว่าขณะนี้เรากำลังรู้สึกอย่างไรกับตนเองหรือสิ่งที่เกิดขึ้นรอบ ๆ ตัว รู้สึกสบายใจ ไม่สบายใจ คิดอย่างไรกับความรูสึกนั้น และการคิดกับการรู้สึกนั้นมีผลอย่างไรต่อการแสดงออกของตนเอง

2. จัดการกับอารมณ์ตนเองเป็นความสามารถในการควบคุมอารมณ์ และแสดงออกทางอารมณ์ทั้งดีและไม่ดีอย่างเหมาะสมกับบุคคล สถานที่ เวลาและสถานการณ์การจะจัดการกับอารมณ์ได้อย่างเหมาะสมเพียงใด ขึ้นอยู่กับความสามารถในการควบคุมอารมณ์ไม่แสดงออกทันทีทันใด สามารถอธิบายได้อย่างสมเหตุสมผลถึงการเกิดการแสดงอารมณ์ การแสดงพฤติกรรมที่มีผลย้อนกลับในทางบวกและทางลบ ได้แก่

2.1 ฝึกสังเกตพฤติกรรมที่ตกลงไป เพื่อตอบสนองอารมณ์ที่เกิดขึ้น และดูด้วยว่าผลที่ตามมาเป็นเช่นไร

2.2 เตรียมการในการแสดงอารมณ์ ฝึกการสั่งตัวเองว่าจะทำอะไร และจะไม่ทำอะไร

2.3 ฝึกการรับรู้สิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นแล้ว หรือที่เราต้องเกี่ยวข้องในด้านดี มองฟังสิ่งที่ดี สร้างอารมณ์ให้แจ่มใสเกิดความสบายใจ

2.4 ฝึกการสร้างความรู้สึกที่ดีต่อตนเองผู้อื่นและสิ่งอื่นที่อยู่รอบตัว

2.5 ฝึกการมองหาประโยชน์หรือโอกาสจากอุปสรรค โดยการเปลี่ยนมุมมองในแง่ดี โดยคิดว่าเป็นสิ่งที่ท้าทายและมีทางเลือกมากกว่า 1 ทาง

2.6 ฝึกการผ่อนคลายความเครียดที่เกิดจากอารมณ์ไม่ดี โดยเลือกวิธีที่เหมาะสมกับตนเอง การจัดการกับอารมณ์ได้อย่างเหมาะสมจะทำให้เกิดความสบายใจ ซึ่งจะมีผลไปถึงความสำเร็จและความสุขในการทำงานรวมทั้งการอยู่ร่วมกับผู้อื่น

3. สร้างแรงจูงใจให้ตนเอง เป็นการมองแง่ดีของสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นกับตนเอง และสร้างความเชื่อมั่นว่าเราสามารถอยู่กับสิ่งนั้นได้ สามารถทำได้เพื่อให้เกิดกำลังใจที่จะสร้างในสิ่งที่คิมุ่งไปสู่เป้าหมายที่คั้งไว้ คือ

3.1 ทบทวนว่าสิ่งสำคัญในชีวิตของเรามีอะไรบ้างให้จัดอันดับความสำคัญของความต้องการอยากได้ อยากมี อยากเป็น แล้วพิจารณาว่าจะบรรลุสิ่งที่ต้อง แต่ละสิ่งนั้นสิ่งใดมีทางเป็นไปได้และไม่ได้

3.2 นำความต้องการที่เป็นไปได้และเกิดประโยชน์มาคั้งเป้าหมายที่ชัดเจนให้แก่ตนเองแล้ววางขั้นตอนที่จะมุ่งไปสู่เป้าหมายนั้น

3.3 ในการปฏิบัติเพื่อให้บรรลุเป้าหมาย ต้องระวังอย่าให้มีเหตุการณ์บางอย่างมาทำให้ไขว่เขวออกนอกเส้นทางที่จะบรรลุเป้าหมาย

3.4 ต้องลดความสมบูรณ์แบบในตัวเราลง ไม่ใช่ทำทุกอย่างดีที่สุดและต้องไม่ผิดพลาดเลยฝึกความยืดหยุ่นในอารมณ์เพื่อไม่ให้เครียดและคิดหว้ง

3.5 ฝึกการมองหาประโยชน์จากอุปสรรค เพื่อสร้างความรู้สึที่ดี ๆ ที่จะเป็พลังให้เกิดสิ่งดีอื่น ๆ ต่อไป

3.6 ฝึกสร้างทัศนคติที่ดีหามุมมองที่ดีในเรื่องที่เราไม่พอใจ มองปัญหาเป็นการเรียนรู้ เป็นการเพิ่มพลังแรงจูงใจให้แก่ตนเอง

3.7 หมั่นสร้างความหมายในชีวิตให้แก่ตนเอง นึกถึงสิ่งี่สร้างความภาคภูมิใจแม้จะเป็นสิ่งเล็ก ๆ น้อย ๆ พยายามใช้สิ่งดีในตนเองสร้างให้เกิดคุณค่าทั้งแก่ตนเองและผู้อื่น

4. การหยั่งรู้อารมณ์ผู้อื่น เป็นความสามารถในการรับรู้อารมณ์ ความรู้สึกของผู้อื่น มีความเข้าใจเห็นใจผู้อื่น การฝึกอารมณ์ด้านนี้จะต้องพยายามนึกถึงผู้อื่นพอ ๆ กับการนึกถึงตนเองจึงจะรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น ได้ดี คือ

4.1 ให้ความสนใจในการแสดงออกของผู้อื่น โดยการสังเกตสีหน้า แววตา ท่าทาง การพูด น้ำเสียงตลอดจนการแสดงออกอย่างอื่น

4.2 อ่านอารมณ์ความรู้สึกผู้อื่นจากสิ่งที่สังเกตเห็นว่าเขากำลังมีความรู้สึกใดอาจตรวจสอบว่าเขารู้สึกอย่างไร โดยการถามแต่ต้องทำในสภาพที่เหมาะสม มิฉะนั้นจะเป็นการทำลายความรู้สึกกันได้

4.3 ทำความเข้าใจอารมณ์ และความรู้สึกของบุคคลตามสภาพที่เขาเผชิญอยู่หรือที่เรียกว่าเอาใจเขามาใส่ใจเรา

4.4 แสดงการตอบสนองอารมณ์ความรู้สึกของผู้อื่นที่เป็นการแสดงว่าเข้าใจเห็นใจกันทำให้เกิดอารมณ์ความรู้สึกที่ดีต่อกัน

5. รักษาสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน เป็นความสามารถในการอยู่ร่วมกัน ทำงานร่วมกับผู้อื่น โดยมีสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน และสร้างสรรค์ผลงานที่เป็นประโยชน์ ผู้ที่มีความสามารถและทักษะด้านนี้จะสามารถใช้ทั้งความคิด อารมณ์ และพฤติกรรมในการอยู่ร่วมกัน และทำงานร่วมกับบุคคลต่าง ๆ ได้อย่างราบรื่น ดังนี้

5.1 สร้างอารมณ์ที่ดีต่อกัน ฝึกการสร้างความรู้สึกที่ดีต่อผู้อื่น เข้าใจ เห็นใจผู้อื่นซึ่งจะทำให้เกิดการเริ่มต้นของการมีสัมพันธภาพที่ดีเกิดขึ้น

5.2 ฝึกการสื่อสารที่มีประสิทธิภาพ สร้างความเข้าใจที่ตรงกันชัดเจน ฝึกการเป็นผู้ฟังและผู้พูดที่ดี รวมทั้งคำนึงถึงความรู้สึกของผู้รับการสื่อสารด้วย

5.3 ฝึกการแสดงน้ำใจเอื้อเฟื้อ รู้จักการให้การรับ การแลกเปลี่ยนให้เกิดคุณค่า และประโยชน์สำหรับตนเองและบุคคลที่เกี่ยวข้อง

5.4 ฝึกการให้เกียรติผู้อื่นอย่างจริงใจ ให้การยอมรับเพราะเป็นสิ่งที่ทำให้ผู้รับมีความภาคภูมิใจและมีความรู้สึกที่ดีตอบแทนมา

5.5 ฝึกการแสดงความชื่นชอบ ชื่นชมและให้กำลังใจซึ่งกันและกันตามวาระที่เหมาะสม การจะเกิดผลอย่างแท้จริงต้องอาศัยความมุ่งมั่น อดทนและต้องอาศัยเวลา

สรุปได้ว่า การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ คือการพัฒนาทักษะการควบคุมอารมณ์ โดยใช้เทคนิค วิธีการจัดกิจกรรมต่าง ๆ ที่จะช่วยให้เด็ก และวัยรุ่นรู้จักการควบคุมอารมณ์ของตนเองโดยใช้ทักษะปัญญา มีหลายวิธี เช่น การแก้ปัญหาความขัดแย้ง การเจรจาต่อรองการใช้กลุ่มเพื่อนช่วย

5. การวัดความฉลาดทางอารมณ์

การวัดความฉลาดทางอารมณ์ได้แบ่งออกเป็นกลุ่มตามแนวคิดของนักทฤษฎีและกลุ่ม โดยเสนอแนวคิดการวัดความฉลาดทางอารมณ์ตามกลุ่มต่าง ๆ ดังนี้

5.1 การวัดความฉลาดทางอารมณ์ตามแนวทางการวัดความสามารถของกลุ่มสโตเวย์และเมเยอร์ (Salovey & Mayer, 1990) ได้พัฒนาการวัดความฉลาดทางอารมณ์โดยใช้วิธีให้ผู้ตอบรายงานตนเองโดยมีการประเมิน 5 ระดับ คือ 1 หมายถึงไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง และ 5 เห็นด้วยอย่างยิ่ง มีจำนวนข้อสอบทั้งหมด 33 ข้อ มีกลุ่มการจัดระบบอารมณ์ 10 ข้อ กลุ่มการใช้ประโยชน์ทางอารมณ์ 10 ข้อ และการประเมินค่าการแสดงอารมณ์ 13 ข้อ จากการตรวจสอบความเที่ยงตรงพบว่ามาตรวัดความฉลาดทางอารมณ์ฉบับนี้มีความสัมพันธ์กับโครงสร้างที่เกี่ยวข้องทางทฤษฎี ได้แก่ การเอาใจใส่ความรู้สึก ความกระฉับกระฉวยในความรู้สึกการปรับปรุงสภาวะอารมณ์ การมองโลกในแง่ดี และการอดทนอดกลั้น นอกจากนี้ยังมีความน่าเชื่อมั่นชนิดความสอดคล้องภายในแบบอัลฟาของครอนบาค เท่ากับ .09

ตัวอย่างประโยคในมาตรวัด

เมื่อฉันเผชิญกับอุปสรรค ฉันจดจำเวลาที่ฉันเจออุปสรรคที่คล้ายกันและฝ่าฟันไปได้

ฉันหวังว่าสิ่งต่าง ๆ ที่ดีจะเกิดขึ้น

สโลเวย์และคณะ (Salovey et.al. 1990 อ้างถึงใน กรมสุขภาพจิต. 2543 : 17) ใช้มาตรวัด Trait –Meta-Mood Scale (TMMS) โดยเป็นการวัดความแตกต่างระหว่างบุคคลในความสามารถที่จะสะท้อนอารมณ์และการจัดการกับอารมณ์ มีดัชนีชี้บ่งระดับความเอาใจใส่ที่บุคคลมีต่ออารมณ์ที่ไม่ดีหรือคงอารมณ์ที่ดี ซึ่งดัชนีวัดนี้ สโลเวย์และคณะอธิบายว่าเป็นความสามารถหลายอย่างที่มีอยู่ในโครงสร้างของความฉลาดทางอารมณ์ แบบวัดของสโลเวย์และคณะมีการให้ผู้ตอบประเมินตนเองและมีมาตรประเมินค่าจากระดับ 1 ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง จนถึง 5 เห็นด้วยอย่างยิ่ง องค์ประกอบของแบบทดสอบ มีดังนี้

1. ความเอาใจใส่ต่ออารมณ์ความรู้สึก มีจำนวน 21 ข้อ เช่น ข้อความทางบวก “ฉันใส่ใจมากกว่าฉันรู้สึกอย่างไร” และข้อความทางลบเช่น “ฉันไม่ใส่ใจกับความรู้สึกของตนเอง”

2. ความชัดเจนในการแยกแยะอารมณ์ความรู้สึก มีจำนวน 15 ข้อ เช่น “โดยปกติฉันมีอารมณ์ความรู้สึกที่ชัดเจน” เป็นข้อความทางบวก หรือ “ฉันไม่สามารถรู้สึกถึงอารมณ์ความรู้สึก” เป็นข้อความทางลบ

3. การปรับสภาวะอารมณ์ ประกอบด้วยข้อความที่เกี่ยวข้องกับความพยายามที่จะปรับสภาวะอารมณ์ที่ไม่น่าพอใจหรือคงอารมณ์ที่น่าพอใจไว้ เช่น “ถึงแม้ว่าฉันมีความเศร้า แต่โดยส่วนใหญ่ฉันที่ทัศนคติที่ดี” เป็นข้อความทางบวก และ “ถึงแม้บางครั้งฉันมีความสุขแต่โดยส่วนใหญ่ฉันที่ทัศนคติที่ไม่ดี” เป็นข้อความทางลบ

องค์ประกอบทั้ง 3 ด้านมีความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน เป็นแบบวัดที่มีความเชื่อมั่นและความเที่ยงตรงเชิงสอดคล้องและเชิงจำแนก ผลจากการศึกษาพบว่าความเอาใจใส่ต่ออารมณ์ความรู้สึกมีความสัมพันธ์กับการมีสติของตนเอง ความชัดเจนทางอารมณ์และความรู้สึกมีความสัมพันธ์ทางลบกับความคลุมเครือทางอารมณ์ การแสดงออกและความเศร้า หดหู่ และการปรับอารมณ์ความรู้สึกมีความสัมพันธ์ทางลบกับความเศร้า หดหู่ และมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการมองโลกในแง่ดีและความเชื่อการจ้ดระบบสภาวะอารมณ์ที่ไม่ดี ต่อมาเมเยอร์ คารูโซและสโลเวย์ (Mayer, Caruso and Salovey. 1990) ได้พัฒนาแบบวัดในรูปที่เป็นกระดาษ คือ Multifactor Emotional Intelligence Scale (MEIS) และแบบวัด The Emotion IQ Test ที่ทำเป็น CD-ROM แบบทดสอบทั้งสอบแบบดังกล่าวเหมือนกันทุกประการในด้าน โครงสร้างและเนื้อหาแต่ต่างกันที่สื่อที่นำเสนอแบบทดสอบ เมเยอร์และคณะเชื่อว่าแบบทดสอบที่พัฒนาขึ้นตามแนวคิด โครงสร้าง ความฉลาดทางอารมณ์ล่าสุดนี้เป็นการวัดความฉลาดทางอารมณ์ที่แท้จริง เป็นแบบทดสอบที่ประกอบด้วยงานด้านความสามารถให้ผู้ตอบทำทั้งหมด 12 งาน จากแบบทดสอบ 4 ประเภท ดังนี้

1. แบบทดสอบการระบุนอารมณ์ เป็นการวัดการรับรู้ทางอารมณ์ให้ผู้ตอบระบุนอารมณ์คนที่ปรากฏในภาพในการออกแบบและในคนตรีและงานที่เสนอสถานการณ์ทางอารมณ์ให้ผู้ตอบระบุว่า บุคคลในสถานการณ์นั้นมีอารมณ์อย่างไร

2. แบบทดสอบการใช้อารมณ์ เป็นการวัดการซึมซับอารมณ์ มีอยู่ 2 ส่วน ได้แก่ การวัดว่าผู้ตอบสามารถสร้างความรู้สึกที่แตกต่างกันได้ดีแค่ไหนและการใช้ความรู้สึกที่เอื้อต่อกระบวนการคิด

3. แบบทดสอบความเข้าใจทางอารมณ์ วัดความสามารถของบุคคลที่จะทราบว่าอารมณ์มีที่มาจากอะไร และอะไรจะเกิดขึ้นถ้าอารมณ์มีความเข้มข้น ตลอดจนสามารถเข้าใจความสัมพันธ์ระหว่างอารมณ์ที่แตกต่างกัน เช่น “การมองโลกในแง่ดีส่วนใหญ่ประกอบด้วยอารมณ์สองชนิดใด” และให้ผู้ถูกทดสอบเลือกตอบเป็นตัวอย่างข้อคำถามในแบบทดสอบประเภทนี้

4. แบบทดสอบการจัดระบบอารมณ์ วัดความสามารถที่จัดการและควบคุมอารมณ์ของตนและบุคคลอื่น ซึ่งเป็นองค์ประกอบหลักของความฉลาดทางอารมณ์แบบทดสอบที่ให้ผู้ตอบประเมินประโยชน์ของการกระทำที่เป็นไปได้ในสถานการณ์ทางอารมณ์

ผลการวิเคราะห์แบบทดสอบ MEIS พบว่าความฉลาดทางอารมณ์สามารถแยกองค์ประกอบได้ 3 องค์ประกอบ ได้แก่ การรับรู้ทางอารมณ์ ความเข้าใจทางอารมณ์และการจัดการทางอารมณ์

5.2 แบบวัดความฉลาดทางอารมณ์ตามแนวคิดของบาร์ออน

บาร์ออน (Baron, 1997 : 85) ใช้เวลากว่า 16 ปี ศึกษาเรื่องแบบทดสอบความฉลาดทางอารมณ์ จากนิยามของบาร์ออนเกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์ เขาได้สร้างเครื่องมือวัดชื่อ Emotional Quotient Inventory (EQI) จากการวิเคราะห์องค์ประกอบของมาตรวัดความฉลาดทางอารมณ์ มีองค์ประกอบ 13 ด้าน แบบทดสอบโดยรวมมีความสัมพันธ์ทางลบกับความรู้สึกทางลบ เช่น ความเศร้า หดหู่ และมีความสัมพันธ์ทางบวกกับคุณลักษณะที่เกี่ยวกับความรู้สึกทางลบ แบบทดสอบความฉลาดทางอารมณ์ของบาร์ออนยังมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความคงที่ทางอารมณ์และการแสดงออกแต่แบบทดสอบของบาร์ออนในภาพรวมหรือมาคราย่อยไม่มีความสัมพันธ์กับแบบทดสอบเขาวิปัญญาทางสมอง

บาร์ออน ได้สร้างแบบทดสอบเพื่อให้เป็นเครื่องมือสร้างฐานทางอารมณ์ (Emotional Profiles) เพื่อใช้ในการจัดสรรคนให้เหมาะกับอาชีพหรือชีงบอารมณ์ด้านที่ควรมีการปรับปรุง แบบทดสอบนี้จึงมีประโยชน์สำหรับการวางแผนในการทำงาน แม้ว่าแบบทดสอบของบาร์ออน จะมีเกณฑ์ปกติ (Norm) มีการวิเคราะห์องค์ประกอบและมีการหาความสัมพันธ์กับ

แบบทดสอบจำนวนมาก แต่ยังไม่มีการยืนยันเกี่ยวกับการพยากรณ์ความสำเร็จทางอาชีพและวิชาการ

5.3 แบบวัดความฉลาดทางอารมณ์ตามแนวคิดของโกลแมน

แบบวัดความฉลาดทางอารมณ์ของโกลแมน (Goleman, 1998 : 83) ประกอบด้วยคำถาม 10 ข้อ แต่ละข้อคำถามต้องระบุคำตอบที่มีต่อสถานการณ์ที่สมมติขึ้น แบบวัดความฉลาดทางอารมณ์ของโกลแมนมีความสัมพันธ์สูงกับความเข้าใจผู้อื่นและการควบคุมอารมณ์ และยังมีเนื้อหาที่ควรเกี่ยวกับองค์ประกอบร่วมของ MEIS ของสโลเวย์และคณะได้แก่องค์ประกอบด้านการจัดการทางอารมณ์ อย่างไรก็ตามแบบวัดความฉลาดทางอารมณ์ของโกลแมนมีค่าความเชื่อมั่นค่อนข้างต่ำ ($r = .18$)

5.4 แบบวัดความฉลาดทางอารมณ์ของ กรมสุขภาพจิต

แบบวัดความฉลาดทางอารมณ์ของกรมสุขภาพจิต (2546 : 1-4) ได้สร้างแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์สำหรับเด็กอายุ 3-5 ปี มีข้อคำถามทั้งหมด 55 ข้อ แบ่งเป็น 3 องค์ประกอบใหญ่ และ 9 องค์ประกอบย่อย ลักษณะของแบบทดสอบเป็นมาตราส่วนประเมินค่า 4 ระดับ คือ ไม่เป็นเลย เป็นบางครั้ง เป็นบ่อยครั้ง และเป็นประจำ

สรุปจากการศึกษาการสร้างแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์นั้น ผู้วิจัยได้สร้างโดยแบ่งแบบทดสอบออกเป็นด้านตามองค์ประกอบที่มาจากแนวคิดโครงสร้างทฤษฎีของตนเองส่วนในประเทศไทยสร้างโดยอ้างอิงแนวโครงสร้างทฤษฎีของนักวิชาการชาวต่างประเทศ โดยแบ่งออกเป็น ด้านตามองค์ประกอบเช่นกัน และในการศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยได้ใช้แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของกรมสุขภาพจิต (2546 : 2-6) มาใช้กับประชากรและกลุ่มตัวอย่าง เนื่องจากเป็นแบบประเมินที่ปรับปรุงโครงสร้างและองค์ประกอบให้เหมาะสมกับสภาพของคนไทยสอดคล้องจนเกณฑ์มาตรฐานที่กำหนดขึ้นสำหรับคนไทยโดยเฉพาะ และมีค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับอยู่ในระดับที่เชื่อถือได้คือ .85

ความฉลาดทางอารมณ์ของกรมสุขภาพจิต

กรมสุขภาพจิต (2546 : 1-8) ได้มีแนวคิดว่าผู้ที่มีความฉลาดทางอารมณ์สูงน่าจะมีความสามารถในการดำเนินชีวิตที่มีหลักสำคัญ 3 ประการคือ รู้จักตนเองและอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ สามารถปรับตัวแก้ปัญหาแต่ไม่ไขว่เพื่อชัยชนะรวมทั้งรู้จักหาความสุขและแก้ทุกข์ให้ตนเองได้ จากแนวคิดดังกล่าวจึงได้กำหนดองค์ประกอบหลักขึ้นเป็น 3 ด้าน โดยใช้ชื่อความที่สั้น เข้าใจง่ายและสื่อความหมายที่แสดงถึงคุณสมบัติของผู้ที่มีความฉลาดทางอารมณ์ คือ ดี เก่ง สุข ซึ่งมีองค์ประกอบย่อยดังต่อไปนี้

1. ดี หมายถึง ความสามารถในการควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง ที่จะอยู่ร่วมกับผู้อื่น ประกอบด้วย

1.1 การรู้จักอารมณ์

เมื่อเด็กมีอารมณ์เกิดขึ้น เช่น โกรธ โมโห ผู้ใหญ่ควรช่วยให้เด็กรู้จักอารมณ์ของตนเอง อันเป็นพื้นฐานของการควบคุมอารมณ์ได้ในอนาคต โดยไม่ตำหนิเด็ก แต่ควรแสดงท่าทีที่เข้าใจ เช่น โอบกอดเด็ก จะทำให้เด็กรู้สึกผ่อนคลาย และผู้ใหญ่ควรถามเพื่อเป็นการให้เด็ก ทบทวนอารมณ์ของตนเอง เช่น “หนูรู้ตัวหรือเปล่าว่ากำลังโกรธ” “หนูรู้สึกว่ามีใคร ๆ ก็พากันรัก น้อยมากกว่าหนูใช่ไหม”

1.2 มีน้ำใจ

ผู้ใหญ่ควรสอนให้เด็กรู้จักแบ่งปันสิ่งของให้คนอื่น หรือกล่าวชมเมื่อเด็ก ช่วยเหลือผู้อื่นทำสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ทั้งนี้เพื่อประโยชน์ของตัวเด็กเองและการอยู่ร่วมกับคนอื่น

1.3 รู้ว่าอะไรถูกอะไรผิด

เมื่อเด็กทำผิด เช่น เดินชนผู้อื่น โดยไม่ได้ตั้งใจ ควรสอนเด็กให้รู้จักกล่าวคำขอโทษ เพราะการเดินชนผู้อื่นอาจจะทำให้เขาเจ็บหรือไม่พอใจได้ การขอโทษทำให้ผู้อื่น ไม่ถือโทษ โกรธเด็ก

2. เก่ง หมายถึง ความสามารถในการพัฒนาคนไปสู่ความสำเร็จ ประกอบไปด้วย

2.1 กระตือรือร้น/สนใจใฝ่รู้

ผู้ใหญ่ควรมีท่าทีสนใจเมื่อเด็กมีข้อสงสัยหรือซักถาม เพราะเด็กวัยนี้มักมีความสนใจ อยากรู้ อยากเห็นสิ่งแปลกใหม่รอบตัว นอกจากนี้ ผู้ใหญ่ควรส่งเสริมให้เด็กรู้จักวิธี ค้นหาคำตอบอย่างง่ายที่สอดคล้องกับวัยของเด็ก

2.2 ปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลง

เมื่อมีการเปลี่ยนแปลงเด็กมักจะเกิดความหวุ่นไหว ดังนั้นผู้ใหญ่ควร ปลอดภัย ให้ความมั่นใจเด็กเพื่อให้เด็กรู้สึกอบอุ่นและปรับตัวได้ นอกจากนี้ ผู้ใหญ่ควรให้เด็กได้ พบปะคนอื่น ๆ นอกบ้านบ้าง เช่น พาไปเที่ยวบ้านญาติ บ้านเพื่อน หรือเล่นกับเพื่อนนอกบ้าน ซึ่ง จะทำให้เด็กได้เรียนรู้เกี่ยวกับการอยู่ร่วมกับคนอื่นหรือสิ่งแวดล้อมรอบตัว

2.3 กล้าพูดกล้าบอก

เมื่อเด็กบอกความรู้สึก หรือแสดงความคิดเห็นผู้ใหญ่ควรรับฟังด้วยความ สนใจและถามเหตุผล ท่าทีของผู้ใหญ่จะเป็นการสนับสนุนให้เด็กมีความมั่นใจในตนเอง และผู้ใหญ่ ก็จะทำให้เด็กมากขึ้นด้วย

3. สุข หมายถึง ความสามารถในทางอารมณ์ที่ทำให้เกิดความสุข ประกอบไปด้วย

3.1 มีความพอใจ

ผู้ใหญ่ควรสนับสนุนให้เด็กทำอะไรด้วยตนเองหรือแสดงความสามารถ เฉพาะตัว เมื่อเด็กทำได้ผู้ใหญ่ควรกล่าวชมเชย จะทำให้เด็กเกิดความภูมิใจและมีความสุข

3.2 อบอุ่นใจ

เด็กทุกคนต้องการให้ผู้ใหญ่อยู่ใกล้ซัด คอยปกป้องและให้กำลังใจ โดยเฉพาะเวลาเด็กเริ่มทำอะไรด้วยตนเองเป็นครั้งแรก เพราะจะทำให้เด็กรู้สึกอบอุ่นใจ ไม่กังวล มีความมั่นคงทางอารมณ์ และกล้าที่จะทำสิ่งต่าง ๆ ด้วยตนเองในระยะต่อไป

3.3 สนุกสนานรื่นเริง

ผู้ใหญ่ควรเปิดโอกาสให้เด็กได้เล่น หรือร่วมสนุกสนานเฮฮากับเพื่อน เพราะเป็นสิ่งจำเป็นต่อชีวิตเด็ก ทั้งนี้พ่อแม่อาจจะมีส่วนช่วยกระตุ้น โดยการร่วมกิจกรรมกับเด็ก สิ่งเหล่านี้จะเป็นการฝึกให้เด็กเป็นคนอารมณ์ดี และเป็นการช่วยผ่อนคลายอารมณ์ที่ขุ่นมัวทั้งหลายได้เป็นอย่างดี สำหรับเด็กที่มีท่าทางหงอยเหงา ผู้ใหญ่ไม่ควรละเลย แต่ควรสนับสนุนให้เด็กร่วมในกิจกรรมที่สนุกสนานกับผู้อื่น

จากแนวคิดเกี่ยวกับองค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์ของนักจิตวิทยา นักการศึกษา จะเห็นได้ว่ามีส่วนประกอบโดยรวมแล้วสอดคล้องกัน ดังนั้นในการพัฒนาชุดกิจกรรมครั้งนี้ผู้วิจัยได้ยึดหลักการจัดองค์ประกอบของกรมสุขภาพจิต พุทธศักราช 2546 เป็นแนวทางสำคัญ ในการสร้างชุดกิจกรรม ซึ่งสามารถสรุปองค์ประกอบเป็น 3 ด้านคือ ด้านดี เก่ง และสุข โดยแบ่งออกเป็นองค์ประกอบย่อย 9 องค์ประกอบ ดังนี้

ตารางที่ 3 องค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์ของกรมสุขภาพจิต

องค์ประกอบ	ความหมาย
1. ดี	1. การรู้จักอารมณ์ 2. มีน้ำใจ 3. รู้ว่าอะไรถูกอะไรผิด
2. เก่ง	1. กระตือรือร้น/สนใจใฝ่รู้ 2. ปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลง 3. กล้าพูดกล้าบอก

องค์ประกอบ	ความหมาย
3. สุข	1. มีความพอใจ 2. อบอุ่นใจ 3. สนุกสนานร่าเริง

โดยผู้วิจัยจะใช้องค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์ดังกล่าวในการกำหนด วัตถุประสงค์ และเนื้อหา ของชุดกิจกรรมแนะแนวที่สร้างขึ้นและใช้ในการทดลองต่อไป

การสร้างชุดกิจกรรม

1. ความหมายของชุดกิจกรรม

ชุดกิจกรรมมีชื่อเรียกต่าง ๆ กันหลายชื่อ เช่น Learning Package, Learning Activity Package, Instructional Package, Instructional Kits หรืออาจจะเรียก Self – Instructional Unit สาเหตุหนึ่งที่ทำให้ชุดกิจกรรมมีชื่อต่างกันออกไปเนื่องจากชุดกิจกรรมนั้นเกิดขึ้นในหลาย ๆ แห่ง การสอนมีลักษณะ ไม่แน่นอนตายตัวนัก แต่โดยภาพรวมแล้ว ชุดกิจกรรมเป็นวิธีการหนึ่งของการ จัดการเรียนการสอนที่ได้แนวคิดหลาย ๆ แนวมาใช้ร่วมกัน ได้แก่แนวคิดใช้สื่อประสม (Multi Media) แนวคิดการสอนแบบหน่วย แนวคิดการใช้วิธีระบบ และแนวคิดการให้การศึกษาเป็น รายบุคคล ทั้งนี้เพื่อให้การเรียนรู้ของผู้เรียนเกิดขึ้นอย่างมีประสิทธิภาพมากที่สุด (วิณา วโรตมะวิชญ, 2531 : 8) มีนักวิชาการได้ให้ความหมายของชุดกิจกรรมไว้ ดังนี้

กรมสามัญศึกษา (2540 : 27) ได้ให้ความหมายของชุดกิจกรรมไว้ว่า หมายถึง ระบบการผลิตและการนำสื่อการสอนประสมที่สอดคล้องกับวิชาและหัวข้อเรื่องมาช่วยให้การ เปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการเรียนรู้ของนักเรียนเป็น ไปอย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น

บุญชม ศรีสะอาด (2541 : 95) ให้ความหมายชุดกิจกรรมไว้ว่า หมายถึง สื่อการเรียนหลายอย่างประกอบกันจัดเข้าไว้ด้วยกันอย่างเป็นชุด เรียกว่า สื่อประสมเพื่อมุ่งให้ผู้เรียนเกิด การเรียนรู้อย่างมีประสิทธิภาพ

ลักษณะ นันตาทาศ (2543 : 19) ได้ให้ความหมายของชุดกิจกรรมไว้ว่า การนำเอา สื่อการสอนหลายอย่างมาสัมพันธ์กันและมีคุณค่าเสริมซึ่งกันและกันอย่างมีระบบ สื่อการสอน อย่างหนึ่งอาจสอนเพื่อเร้าความสนใจ ในขณะที่อีกอย่างหนึ่งใช้เพื่ออธิบายข้อเท็จจริงของเนื้อหา และอีกอย่างหนึ่งใช้เพื่อก่อให้เกิดความเข้าใจที่ลึกซึ้งและป้องกันการเข้าใจความหมายผิด

ปิยะพงษ์ สุริยะพรหม (2546 : 63-64) ได้ให้ความหมายของชุดกิจกรรมว่า หมายถึง รูปแบบการเรียนการสอนที่ใช้สื่อต่าง ๆ หลายชนิดเป็นองค์ประกอบเพื่อก่อให้เกิดความสมบูรณ์ในตัวเอง ลักษณะของชุดฝึกหรือชุดการสอนก็จะแตกต่างกันไปตามวัตถุประสงค์ของการสร้าง เพื่อให้ผู้บรรลุเป้าหมายการเรียนที่วางไว้อย่างมีประสิทธิภาพ

จากการศึกษาความหมายของชุดกิจกรรมการเรียนรู้จากนักวิชาการหลายคน พอสรุปได้ว่า ชุดกิจกรรมการเรียนรู้ หมายถึง สื่อการเรียนที่ประกอบด้วยกิจกรรมหลาย ๆ กิจกรรมนำมาประกอบเข้าด้วยกันอย่างเป็นระบบและมีความสัมพันธ์กัน สื่อการสอนอย่างหนึ่งอาจสอนเพื่อสร้างความสนใจ ในขณะที่สื่ออีกอย่างหนึ่งเพื่ออธิบายข้อเท็จจริงทุกอย่างจะต้องสอดคล้องกับเนื้อหาและจุดประสงค์ ซึ่งจัดไว้ด้วยกันอย่างเป็นชุด เป็นเครื่องมือถ่ายทอดความรู้ประสบการณ์ให้แก่ นักเรียนได้ดำเนินไปอย่างมีคุณภาพ พร้อมทั้งตอบสนองความแตกต่างระหว่างบุคคลให้ผู้บรรลุเป้าหมายการเรียนที่วางไว้อย่างมีประสิทธิภาพ

2. องค์ประกอบของชุดกิจกรรม

บุญชม ศรีสะอาด (2541 : 95-96) ได้กล่าวถึงชุดกิจกรรมว่า มีองค์ประกอบที่สำคัญ 4 ด้าน คือ

1. คู่มือการใช้กิจกรรม เป็นคู่มือที่จัดทำขึ้นเพื่อให้ผู้ใช้ชุดกิจกรรมศึกษา และปฏิบัติตามเพื่อให้บรรลุผลอย่างมีประสิทธิภาพ
2. บัตรงาน เป็นบัตรที่มีคำสั่งว่าจะให้ผู้เรียนปฏิบัติอะไรบ้าง โดยระบุกิจกรรมตามลำดับขั้นตอนของการเรียน
3. แบบทดสอบวัดผลความก้าวหน้าของผู้เรียน เป็นแบบทดสอบที่ใช้สำหรับตรวจสอบว่าหลังจากเรียนชุดกิจกรรมจบแล้ว ผู้เรียนเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมตามจุดประสงค์การเรียนรู้ที่กำหนดไว้หรือไม่
4. สื่อการเรียนต่าง ๆ เป็นสื่อสำหรับให้ผู้เรียนศึกษามีหลายชนิดประกอบกัน อาจเป็นประเภทสิ่งพิมพ์ ประเภทโสตทัศนูปกรณ์

ทิตนา เขมมณี (2543 : 10-12) กล่าวว่าองค์ประกอบชุดกิจกรรมนั้น มีความสำคัญต่อการสร้างชุดกิจกรรมเป็นอย่างยิ่ง เราจะเป็นแนวทางในการสร้างชุดกิจกรรมให้เป็นไปอย่างมีระบบและสมบูรณ์ในตัวเอง และควรประกอบด้วย

1. ชื่อกิจกรรม ประกอบด้วย หมายเลขกิจกรรม ชื่อของกิจกรรมและเนื้อหาของกิจกรรมเท่านั้น

2. คำชี้แจง เป็นส่วนที่อธิบายความมุ่งหมายหลักของกิจกรรมและลักษณะของการจัดกิจกรรมเพื่อให้บรรลุจุดมุ่งหมายนั้น

3. จุดมุ่งหมาย เป็นส่วนที่ระบุจุดมุ่งหมายที่สำคัญของกิจกรรมนั้น

4. ความคิดรวบยอด เป็นส่วนที่ระบุเนื้อหาหรือมโนทัศน์ของกิจกรรมนั้น ส่วนนี้ควรได้รับการย้ำและเน้นเป็นพิเศษ

5. สื่อ เป็นส่วนที่ระบุถึงวัสดุอุปกรณ์ที่จำเป็นในการดำเนินกิจกรรมเพื่อช่วยให้ครูทราบว่าต้องเตรียมอะไรบ้าง

6. เวลาที่ใช้เป็นส่วนที่ระบุเวลาโดยประมาณว่า กิจกรรมนั้นควรใช้เวลาเพียงใด

7. ขั้นตอนในการดำเนินกิจกรรม เป็นส่วนที่ระบุในการจัดกิจกรรมอย่างเป็นขั้นตอน เพื่อให้บรรลุตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ ซึ่งนอกจากจะสอดคล้องกับหลักวิชาแล้วยังเป็นการอำนวยความสะดวกแก่ครูในการดำเนินการ ซึ่งขั้นตอนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ประกอบด้วย

7.1 ขั้นนำ เป็นการเตรียมความพร้อมของผู้เรียน

7.2 ขั้นกิจกรรม เป็นส่วนที่ช่วยให้ผู้เรียนได้มีส่วนร่วมในกิจกรรมการเรียนรู้ ทำให้เกิดประสบการณ์นำไปสู่การเรียนรู้ตามเป้าหมาย

7.3 ขั้นอภิปราย เป็นส่วนที่ผู้เรียนมีโอกาสนำเสนอประสบการณ์ที่ได้รับจากขั้นกิจกรรมมาวิเคราะห์ เพื่อให้เกิดความเข้าใจและอภิปรายเพื่อให้เกิดการเรียนรู้ที่กว้างขวาง

7.4 ขั้นสรุป เป็นส่วนที่ครูและผู้เรียนประมวลข้อความรู้ที่ได้จากกิจกรรมและขั้นอภิปรายมาสรุปหาสาระสำคัญที่สามารถนำไปใช้ต่อไป

7.5 ขั้นประเมินผล เป็นส่วนที่วัดความรู้ ความเข้าใจ ของผู้เรียนหลังจากฝึกปฏิบัติกิจกรรมครบถ้วนทุกขั้นตอนแล้ว โดยให้ทำแบบฝึกกิจกรรมพบทวน

สุวิทย์ มูลคำ (2548 : 52) กล่าวถึง ชุดกิจกรรมว่ามีองค์ประกอบสำคัญ 4 ประการคือ

1. คู่มือการใช้ชุดกิจกรรม เป็นคู่มือหรือแผนการสอนสำหรับผู้สอนให้ศึกษาและปฏิบัติตามขั้นตอนต่าง ๆ ซึ่งมีรายละเอียดชี้แจงไว้อย่างชัดเจน

2. บัตรคำสั่งหรือบัตรงาน เป็นเอกสารที่บอกให้ผู้เรียนประกอบกิจกรรมแต่ละอย่างตามขั้นตอนที่กำหนดไว้ บรรจุในชุดการเรียนรู้ บัตรคำสั่งหรือบัตรงานจะมีครบตามจำนวนกลุ่มหรือจำนวนผู้เรียนซึ่งประกอบด้วย คำอธิบายเรื่องที่จะศึกษา คำสั่งให้ผู้เรียนประกอบกิจกรรม

3. สาระและสื่อการเรียนประเภทต่าง ๆ จัดไว้ในรูปของสื่อการสอนที่หลากหลายแบ่งเป็น 2 ประเภท ดังนี้

3.1 ประเภทเอกสารสิ่งพิมพ์ เช่น หนังสือ วารสาร บทความ ใบบทความรู้

3.2 ประเภทโสตทัศนูปกรณ์ เช่น รูปภาพ แผนภาพ แผนภูมิ สไลด์

4. แบบประเมินผล เป็นแบบทดสอบที่ใช้วัดและประเมินความรู้ด้วยตนเองทั้ง

ก่อนและหลังเรียน

จากการศึกษาองค์ประกอบของชุดกิจกรรม สรุปได้ว่า องค์ประกอบของชุดกิจกรรม มีดังนี้

กิจกรรม

1. ชื่อกิจกรรม ประกอบด้วยหมายเลข ชื่อของกิจกรรม และเนื้อหาของกิจกรรม
2. คำชี้แจง เป็นส่วนที่ระบุจุดมุ่งหมายและหลักการของกิจกรรม
3. จุดมุ่งหมาย เป็นส่วนที่ระบุจุดมุ่งหมายสำคัญของกิจกรรม
4. ความคิดรวบยอด เป็นส่วนที่ระบุเนื้อหาของชุดกิจกรรม
5. สื่อ เป็นสื่อที่ให้ผู้เรียนได้ศึกษา และดำเนินกิจกรรม
6. ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม การระบุการจัดกิจกรรมเป็นขั้นเป็นตอน
7. เวลาที่ใช้ ระบุเวลาโดยประมาณในการเรียนรู้การปฏิบัติกิจกรรม
8. วัตถุประสงค์และประเมินผล

3. ประโยชน์ของชุดกิจกรรม

กาญจนา เกียรติประวัติ (ม.ป.ป. : 174) กล่าวถึง ประโยชน์ของชุดกิจกรรม ไว้ดังนี้

1. ช่วยเพิ่มประสิทธิภาพในการสอนของครู ลดบทบาทในการบอกของครู
2. ช่วยเพิ่มประสิทธิภาพในการเรียนรู้ของนักเรียน เพราะสื่อประสมที่ได้จัดไว้ในระบบเป็นการแปรเปลี่ยนกิจกรรมและช่วยรักษาระดับความสนใจของผู้เรียนตลอดเวลา
3. เปิดโอกาสให้นักเรียนศึกษาด้วยตนเอง ทำให้มีทักษะในการแสวงหาความรู้ พิจารณาข้อมูล ฝึกความรับผิดชอบและการตัดสินใจ
4. เป็นแหล่งความรู้ที่ทันสมัยและจำเป็นถึงหลักจิตวิทยา
5. ช่วยจัดปัญหาขาดแคลนครู เพราะผู้เรียนสามารถศึกษาด้วยตนเองได้
6. ส่งเสริมการเรียนนอกระบบ เพราะสามารถนำไปใช้ได้ตลอดเวลา

มะลิ อาจวิชัย (2540 : 17) ได้กล่าวถึง ความสำคัญของชุดฝึกกิจกรรมว่า ชุดฝึกกิจกรรมที่ดีและมีประสิทธิภาพจะช่วยให้ผู้เรียนประสบผลสำเร็จในการฝึกทักษะได้เป็นอย่างดี ชุดกิจกรรมที่ดีเปรียบเสมือนผู้ช่วยที่สำคัญของครู ทำให้ลดภาระการสอนทำให้ผู้เรียนสามารถพัฒนาตนเองได้อย่างเต็มที่และเพิ่มความมั่นใจในการเรียนได้เป็นอย่างดี

เนาวรัตน์ ชื่นมณี (2540 : 33) ได้กล่าวถึง ประโยชน์ของชุดกิจกรรมว่าจำเป็นต่อการเรียนทักษะทางภาษา เพราะจะช่วยให้ผู้เรียนเข้าใจบทเรียนดีขึ้น สามารถจดจำเนื้อหาในบทเรียนและคำศัพท์ต่าง ๆ ได้คงทน ทำให้เกิดความสนุกสนานในขณะที่เรียน ทราบความก้าวหน้าของตนเอง สามารถนำชุดกิจกรรมทบทวนเนื้อหาเดิมด้วยตนเองได้ และนำไปปรับปรุงแก้ไขทันที ซึ่งจะมีผลให้ครูประหยัดเวลา ค่าใช้จ่าย และลดภาระ ได้มากนอกจากนี้ยังทำให้ผู้เรียนสามารถนำภาษาไปใช้สื่อสารได้อย่างมีประสิทธิภาพด้วย

ฉวีวรรณ กิณวงศ์ (2542 : 2) ได้กล่าวถึง ประโยชน์ของชุดกิจกรรมว่า

1. ช่วยให้ผู้สอนถ่ายทอดเนื้อหาวิชาที่สลับซับซ้อน และมีลักษณะเป็นนามธรรม ได้ดี
2. เพื่อสร้างความสนใจของผู้เรียน ให้สนใจเรียนดีขึ้นและส่งเสริมประสิทธิภาพของผู้เรียนให้กว้างขวางยิ่งขึ้น
3. เปิดโอกาสให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมในการเรียน แสดงความคิดเห็นฝึกการตัดสินใจด้วยการวิเคราะห์เหตุผลมาประกอบแสวงหาความรู้ด้วยตนเอง และมีความรับผิดชอบต่ตนเองและสังคม
4. ช่วยให้ผู้สอนมีความมั่นใจในการสอน เพราะชุดฝึกกิจกรรมผลิตไว้เป็นหมวดหมู่ สามารถหยิบไปใช้ได้ทันที
5. ช่วยให้ผู้เรียนมีความคิดรวบยอดหรือมโนคติอย่างเดียวกัน
6. เพื่อช่วยส่งเสริมการคิดวิเคราะห์และการแก้ปัญหาในการเรียนได้
7. เพื่อช่วยให้ผู้เรียนที่เรียนช้า สามารถเรียนได้เร็วขึ้น

จากการศึกษาประโยชน์และความสำคัญของชุดกิจกรรมการเรียนรู้ สรุปได้ว่าชุดกิจกรรมการเรียนรู้ ช่วยเพิ่มประสิทธิภาพในการสอนของครู ลดบทบาทของครูช่วยให้นักเรียนมีประสิทธิภาพในการเรียนรู้ เปิดโอกาสให้นักเรียนศึกษาด้วยตนเองทำให้มีทักษะในการแสวงหาความรู้ พิจารณาข้อมูล ฝึกความรับผิดชอบและการตัดสินใจ เปิดโอกาสให้นักเรียนก้าวหน้าตามอัตราความสามารถของแต่ละคน สนองต่อความแตกต่างระหว่างบุคคลมีการวัดผลบ่อยช่วยสร้างแรงจูงใจ นอกจากนี้ ชุดกิจกรรมยังจำเป็นต่อการเรียนทักษะทางภาษา มาก เพราะช่วยให้นักเรียนเข้าใจในบทเรียน สามารถจดจำเนื้อหา คำศัพท์ได้คงทน สนุกสนานขณะเรียนนำมาวัดผลเพื่อให้ทราบความก้าวหน้า ช่วยให้นักเรียนประสบผลสำเร็จในการฝึกทักษะพัฒนาตนเองได้เต็มที่ เพิ่มความมั่นใจ นอกจากนี้ยังช่วยให้ผู้สอนถ่ายทอดเนื้อหาวิชาที่สลับซับซ้อนเป็นนามธรรม ได้ดี ได้รับความสนใจ เสริมประสิทธิภาพนักเรียนให้กว้าง เปิดโอกาสให้นักเรียนมีส่วนร่วมในการเรียน

แสดงความคิดเห็น ผิดการตัดสินใจด้วย การวิเคราะห์เหตุผลมาส่งเสริมการคิดวิเคราะห์ และการแก้ปัญหาในการเรียน ช่วยให้ผู้เรียนมีความคิดรวบยอดหรือมโนมคติอย่างเดียวกัน

4. การสร้างชุดกิจกรรม

นักการศึกษาหลายท่านได้เสนอขั้นตอนในการสร้างชุดกิจกรรมไว้ค่อนข้างมาก ซึ่งจากการศึกษาขั้นตอนในการสร้างชุดกิจกรรมของ สุนันทา สุนทรประเสริฐ (2545 : 17-18) สุวิทย์ มูลคำ และอรทัย มูลคำ (2545 : 53-54) พบว่ามีขั้นตอนที่ไม่แตกต่างกันมากนัก สรุปได้ดังนี้

1. ศึกษาและวิเคราะห์เนื้อหาสาระของหน่วยการเรียนรู้ และผลการเรียนรู้ที่คาดหวังอย่างละเอียด
 2. แบ่งหน่วยการเรียนรู้ เพื่อสะดวกต่อการเรียนรู้ของนักเรียน
 3. กำหนดจุดประสงค์การเรียนรู้ในแต่ละหน่วยการเรียนรู้ให้สอดคล้อง ทั้งจุดประสงค์ทั่วไปและจุดประสงค์เชิงพฤติกรรม รวมทั้งกำหนดเกณฑ์การตัดสินไว้ด้วย
 4. กำหนดความคิดรวบยอด โดยให้สอดคล้องกับหน่วยการเรียนรู้ และจุดประสงค์เพื่อเป็นแนวทางในการจัดกิจกรรม เนื้อหาสาระ สื่อ และส่วนประกอบอื่น ๆ
 5. จัดกิจกรรมการเรียนรู้ให้สอดคล้องกับจุดประสงค์การเรียนรู้ เพื่อเป็นแนวทางในการเลือกและผลิตสื่อการสอน
 6. เลือกและผลิตสื่อการเรียนที่เหมาะสมกับแต่ละหน่วยการเรียนรู้ พร้อมทั้งจัดสื่อการสอนอย่างเป็นระบบ
 7. กำหนดแบบประเมินผล พร้อมทั้งกำหนดเกณฑ์การประเมินอย่างละเอียด ซึ่งต้องประเมินให้ตรงกับจุดประสงค์ที่ตั้งไว้ โดยใช้การสอบแบบอิงเกณฑ์
 8. ทดสอบประสิทธิภาพของชุดกิจกรรม เป็นการนำชุดกิจกรรมไปทดสอบด้วยวิธีการต่าง ๆ ก่อนที่จะนำไปใช้จริง เช่น ทดลองใช้กับผู้เรียนที่เป็นตัวอย่างของกลุ่มเป้าหมาย หรือให้ผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบ เพื่อให้ได้ชุดกิจกรรมที่มีคุณภาพและเหมาะสมกับผู้เรียน
- จากขั้นตอนที่กล่าวมาข้างต้น สรุปได้ว่าการผลิตชุดกิจกรรมเป็นผลผลิตของกระบวนการออกแบบเพื่อพัฒนาการเรียนการสอนให้ได้ประสิทธิผลหรือประสิทธิภาพที่ตั้งไว้นั่นเอง

5. การหาประสิทธิภาพของชุดกิจกรรม

มีนักวิชาการ ได้กล่าวถึงการหาประสิทธิภาพของชุดกิจกรรม ไว้ดังนี้

วาโร เริงสวัสดิ์ (2545 : 42-45) เสนอเกณฑ์ประสิทธิภาพของชุดกิจกรรมว่าเป็นระดับประสิทธิภาพของนวัตกรรมที่ช่วยให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ เป็นระดับที่ผู้ผลิตพอใจว่า

นวัตกรรมมีประสิทธิภาพตามที่กำหนดไว้มีคุณค่านำไปใช้ได้ประสิทธิภาพกระทำได้โดยการประเมินผลพฤติกรรมผู้เรียน 2 ประเภท คือ

1. กิจกรรมต่อเนื่อง (Transitional Behavior หรือ E_1) คือ ประเมินผลต่อเนื่อง ประกอบด้วยพฤติกรรมย่อย เรียกว่า ขบวนการเรียนรู้ที่สังเกตจากการประกอบกิจกรรมกลุ่ม และรายบุคคล

2. การประเมินพฤติกรรมขั้นสุดท้าย (Terminal Behavior หรือ E_2) คือ ประสิทธิภาพของขบวนการ และประสิทธิภาพของผลลัพธ์ ซึ่งการที่จะกำหนดเกณฑ์ E_1/E_2 มีค่าเท่าใดผู้สอนเป็นผู้พิจารณา โดยที่เป็นความรู้ คำจำ ตั้งไว้ 80/80, 85/85 และ 90/90 ส่วนเนื้อหาที่เป็นทักษะ อาจตั้งไว้ 75/75 ซึ่งเมื่อผลิตนวัตกรรมเสร็จแล้วจะต้องนำนวัตกรรมไปหาประสิทธิภาพตามขั้นตอน ดังนี้

2.1 แบบเดี่ยว (1:1) เป็นการทดสอบกับผู้เรียน 3 คน โดยใช้เด็กระดับสติปัญญาต่างกัน อ่อน ปานกลาง เก่ง โดยเริ่มกับเด็กที่สติปัญญาอ่อนเสียก่อนทำการปรับปรุงและนำไปทดลองกับเด็กที่มีสติปัญญ่าปานกลาง และทดลองกับเด็กเก่ง แต่ถ้าหากเวลาไม่เอื้ออำนวยสภาพการณ์ไม่เหมาะสมให้ทดลองกับเด็กอ่อนหรือเด็กปานกลางเพียงคนเดียว โดยปกติคะแนนที่ได้จากการทดสอบ แบบเดี่ยวนี้อาจได้คะแนนต่ำกว่าเกณฑ์มาก แต่เมื่อปรับปรุงแล้วคะแนนจะสูงขึ้นมาก

2.2 แบบกลุ่ม (1:10) เป็นการทดลองกับผู้เรียน 6-10 คน โดยให้ละกันทั้งเด็กอ่อน ปานกลาง เก่ง เมื่อทดลองแล้วหาคะแนนประสิทธิภาพ คะแนนของผู้เรียนจะเพิ่มขึ้นอีกเกือบเท่าเกณฑ์ โดยเฉลี่ยจะห่างจากเกณฑ์ประมาณร้อยละ 10

2.3 ภาคสนาม (1:100) เป็นการทดลองกับผู้เรียนทั้งชั้น 30-40 คน หรือ 100 คน สำหรับบุคลากรเรียนรู้รายบุคคล ชั้นที่เลือกทำการทดลองจะต้องมีนักเรียนละกันทั้งเก่งและอ่อน เมื่อทดลองแล้วทำการปรับปรุง ผลลัพธ์ที่ได้ควรใกล้เคียงกับเกณฑ์ที่ตั้งไว้ หากต่ำกว่าเกณฑ์ไม่เกินร้อยละ 2.5 ให้ยอมรับหากแตกต่างกันมากผู้สอนต้องกำหนดประสิทธิภาพชุดกิจกรรมการเรียนรู้ใหม่ โดยยึดสภาพความเป็นจริงเป็นเกณฑ์

เมื่อทดลองนวัตกรรมแล้วให้เทียบกับค่า E_1/E_2 เพื่อดูว่าจะยอมรับประสิทธิภาพหรือไม่ การยอมรับประสิทธิภาพของนวัตกรรมใหม่มี 3 ระดับ คือ

1. สูงกว่าเกณฑ์ เมื่อประสิทธิภาพของนวัตกรรมสูงกว่าเกณฑ์ที่ตั้งไว้ มีค่าไม่เกิน 2.5 %

2. เท่ากับเกณฑ์ เมื่อประสิทธิภาพของนวัตกรรมเท่ากับหรือสูงกว่าเกณฑ์ที่ตั้งไว้ไม่เกิน 2.5 %

3. ต่ำกว่าเกณฑ์ เมื่อประสิทธิภาพของนวัตกรรมต่ำกว่าเกณฑ์ที่ตั้งไว้มีค่าไม่เกิน 2.5%

การหาประสิทธิภาพของชุดกิจกรรม เป็นการนำชุดกิจกรรมที่ผลิตขึ้นเป็นต้นแบบไปทดลองใช้ (Try Out) ตามขั้นตอนที่กำหนดไว้ในแต่ละระบบ เพื่อปรับปรุงให้เกิดผลตามเกณฑ์ที่กำหนดแล้วจึงนำไปทดลองสอนจริงแล้วนำผลที่ได้มาปรับปรุงแก้ไขอีกครั้ง ก่อนที่จะผลิตออกมาเป็นจำนวนมาก การนำชุดกิจกรรมที่ได้ทดลองใช้และปรับปรุงแล้วไปสอนจริงในชั้นเรียนอาจใช้เวลา 1 ภาคเรียนเป็นอย่างน้อย ซึ่งประสิทธิภาพตามเกณฑ์ที่กำหนดควรมีลักษณะ ดังนี้

1. การกำหนดเกณฑ์ประสิทธิภาพ

กำหนดเกณฑ์การหาประสิทธิภาพโดยใช้มาตรฐาน ในการตั้งเกณฑ์ประสิทธิภาพในที่นี้ หมายถึง การกำหนดค่าของ E_1/E_2 ว่าควรมีค่าเป็นเท่าใด สำหรับเกณฑ์การหาประสิทธิภาพที่ตั้งขึ้นนี้

E_1 หมายถึง คะแนนที่ได้จากผลการทำกิจกรรมหรือแบบฝึกหัดต่าง ๆ ในช่วงของการใช้ชุดกิจกรรม

E_2 หมายถึง คะแนนที่ผู้เรียนทำได้จากการทดสอบหลังเรียนเป็นการตรวจสอบว่าชุดกิจกรรมที่ได้พัฒนาขึ้นมานี้มีประสิทธิภาพตามเกณฑ์ที่ตั้งไว้

โดยปกติแล้วการกำหนดเกณฑ์ E_1/E_2 ขึ้นอยู่กับเนื้อหาเป็นความรู้ความจำมักกำหนดเกณฑ์ไว้ที่ 80/80, 85/85, 90/90 ส่วนเนื้อหาที่เน้นทักษะมักกำหนดต่ำกว่า เช่น 75/75 อย่างไรก็ตามไม่ควรกำหนดต่ำกว่านี้ เพราะกำหนดไว้เท่าใดมักจะ ได้ผลเท่านั้น

2. วิธีการประเมินประสิทธิภาพของชุดกิจกรรม ทำได้ 2 วิธี

2.1 ประเมินโดยอาศัยเกณฑ์ การประเมินประสิทธิภาพของชุดกิจกรรม เป็นการตรวจสอบหรือประเมินประสิทธิภาพของชุดกิจกรรมที่นิยมประเมินจะเป็นชุดกิจกรรมสำหรับกลุ่มกิจกรรม หรือชุดกิจกรรมที่ใช้ในศูนย์การเรียนรู้ โดยใช้เกณฑ์มาตรฐาน 90/90 เป็นเกณฑ์ประเมินสำหรับเนื้อหาประเภทความรู้ ความจำและใช้เกณฑ์มาตรฐาน 80/80 สำหรับเนื้อหาที่เป็นทักษะ ความหมายของตัวเลขและเกณฑ์มาตรฐานดังกล่าวมีความหมายดังนี้ คือ 90 ตัวแรก หมายถึง ค่าร้อยละของประสิทธิภาพในด้านกระบวนการของชุดกิจกรรม ซึ่งประกอบไปด้วยผลของการปฏิบัติภารกิจต่าง ๆ เช่นงาน และแบบฝึกของผู้เรียน โดยนำคะแนนที่ได้จากการวัดผลการกิจทั้งหลาย ทั้งรายบุคคลและกลุ่มย่อยทุกชิ้นมารวมกัน และคำนวณหาค่าร้อยละเฉลี่ย ส่วน 90 ตัวหลังนั้น หมายถึง คะแนนจากการทดสอบหลังเรียน (Post-test) ของผู้เรียนทุกคนนำมาคำนวณหาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ก็จะได้ค่าตัวเลขทั้งสอง เพื่อนำไปเปรียบเทียบกับเกณฑ์มาตรฐานต่อไป

2.2 ประเมิน โดยไม่ได้ตั้งเกณฑ์ไว้ล่วงหน้าเป็นการประเมินด้วยการเปรียบเทียบผลการสอบของผู้เรียนภายหลังจากที่เรียนจากชุดกิจกรรมนั้นแล้ว (Post-Test) ว่าสูงกว่าก่อนเรียน (Pre-Test) อย่างมีนัยสำคัญหรือไม่ หากผลการเปรียบเทียบพบว่าผู้เรียน ได้คะแนนสอบหลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญก็แสดงว่าชุดกิจกรรมนั้นมีประสิทธิภาพ

3. วิธีการคำนวณหาประสิทธิภาพของชุดกิจกรรม

หลังจากกำหนดเกณฑ์ประสิทธิภาพของชุดกิจกรรมแล้ว ต้องนำคะแนนกิจกรรมและคะแนนทดสอบหลังการเรียนหรือการใช้กิจกรรมมาคำนวณเพื่อหาประสิทธิภาพของชุดกิจกรรมตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้ ซึ่งใช้สูตรของ ชัยยงค์ พรหมวงศ์ (2537 : 916) ดังนี้

3.1 การหา E_1

$$E_1 = \frac{\sum x}{A} \times 100$$

เมื่อ

E_1	แทน	ประสิทธิภาพของกระบวนการ
$\sum x$	แทน	คะแนนรวมของแบบฝึกหัดหรืองานทุกชิ้นของนักเรียนทุกคน
A	แทน	คะแนนเต็มของแบบฝึกหัดหรืองานทุกชิ้นรวมกัน
N	แทน	จำนวนผู้เรียนทั้งหมด

3.2 การหา E_2

$$E_2 = \frac{\sum y}{B} \times 100$$

เมื่อ

E_2	แทน	ประสิทธิภาพของผลลัพธ์
$\sum y$	แทน	คะแนนรวมการทดสอบหลังเรียนของนักเรียนทุกคน
B	แทน	คะแนนเต็มของการทดสอบหลังเรียน
N	แทน	จำนวนผู้เรียนทั้งหมด

จากการศึกษาแนวคิดการหาประสิทธิภาพของชุดกิจกรรมการเรียนรู้ ดังนั้นในการวิจัยครั้งนี้ การหาประสิทธิภาพของชุดกิจกรรมพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย ได้กำหนดเกณฑ์ 80/80 เนื่องจากการจัดกิจกรรมเน้นความรู้ความจำ และความเข้าใจ

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

1. งานวิจัยในประเทศ

สศไส ชะนะกุล (2538 : 92) ได้วิจัยผลการจัดกิจกรรมวาดภาพนอกชั้นเรียนที่มีต่อความคิดสร้างสรรค์และการรับรู้การอนุรักษ์สิ่งแวดล้อมของเด็กปฐมวัย กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นอนุบาลปีที่ 2 โรงเรียนสาธิตละอออุทิศ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนดุสิต กรุงเทพมหานคร ผลการวิจัยพบว่า ความคิดสร้างสรรค์และการรับรู้การอนุรักษ์สิ่งแวดล้อมของเด็กปฐมวัยที่ได้รับการจัดกิจกรรมนอกชั้นเรียน สูงกว่าเด็กปฐมวัยที่ได้รับการจัดกิจกรรมวาดภาพในชั้นเรียนปกติ

นิสรา คำมณี (2544 : 83-86) ได้ศึกษาผลของกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์ด้านการงูใจตนเอง กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศิลปากร จังหวัดนครปฐม โดยแบ่งเป็นกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 15 คน ผลการทดลองพบว่า กลุ่มทดลองมีความเฉลียวฉลาดด้านการงูใจสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และกลุ่มทดลองมีความเฉลียวฉลาดด้านการงูใจตนเองสูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้เข้าร่วมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

รุ่งฟ้า ล้อมในเมือง (2544 : 78-80) ได้วิจัยการสร้างชุดพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาศาสนาบ้านราชภัฏมหาสารคาม จำนวน 33 คน พบว่า 1) คุณภาพของชุดพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ที่สร้างขึ้น ผู้เชี่ยวชาญได้ตรวจสอบคุณภาพแล้วอยู่ในเกณฑ์ดี ในด้านกระบวนการและผลลัพธ์ 2) ประสิทธิภาพของชุดพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ที่สร้างขึ้นเมื่อนำไปทดลองกิจกรรมให้นักศึกษาผลปรากฏว่า คะแนนเฉลี่ยของระดับความฉลาดทางอารมณ์ก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

อภิญา ดวงจันทร์ (2544 : 68-72) ได้ศึกษาเปรียบเทียบผลของการใช้สถานการณ์จำลองที่มีต่อความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์ ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนเสด็จนครเขตคลองสาน กรุงเทพมหานคร กลุ่มทดลองที่ 2 ได้รับการใช้สถานการณ์จำลองและการใช้หลักฟรีแมค พบว่า นักเรียนมีความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์เพิ่มขึ้นหลังจากได้รับสถานการณ์จำลองและการชี้แนะอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 นักเรียนมีความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์เพิ่มขึ้นหลังจากได้รับการใช้สถานการณ์จำลองและหลักการฟรีแมค อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

กลั่นบุปผา โสธรชัยวิทย์ (2546 : 77-80) ได้วิจัยผลของกิจกรรมต่อการพัฒนาเยาวชนอารมณ์ด้านสมรรถนะส่วนบุคคล และด้านสมรรถนะทางสังคมของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนบ้านบะเค อำเภอนาทอง จังหวัดร้อยเอ็ด พบว่านักเรียนที่มีเยาวชนอารมณ์ด้านสมรรถนะ

ส่วนบุคคลและทางสังคมสูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้เข้าร่วมกิจกรรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ดวงพร พิทักษ์วงศ์ (2546 : 81) ได้วิจัยการสร้างชุดกิจกรรมศิลปะเพื่อพัฒนาความคิดสร้างสรรค์สำหรับเด็กปฐมวัย กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนระดับชั้นอนุบาลปีที่ 2 โรงเรียนบ้านคลองลาว จังหวัดจันทบุรี พบว่าเด็กปฐมวัยที่ได้รับการจัดกิจกรรมศิลปะแบบปกติตามแนวการจัดประสบการณ์มีความคิดสร้างสรรค์แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยเด็กปฐมวัยที่เรียนด้วยชุดกิจกรรมมีความคิดสร้างสรรค์สูงกว่าเด็กปฐมวัยที่ได้รับการจัดกิจกรรมศิลปะแบบปกติ และมีความคิดสร้างสรรค์สูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

สวัสดี วงชาติ (2548 : 76-79) ได้วิจัยการพัฒนาชุดฝึกความฉลาดทางอารมณ์ด้านการจัดการกับอารมณ์ของตนเอง สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 เขตอำเภอเสลภูมิ จังหวัดร้อยเอ็ด พบว่า ชุดฝึกความฉลาดทางอารมณ์ด้านการจัดการกับอารมณ์ตนเองมีประสิทธิภาพ 83.92/93.89 และนักเรียนมีความฉลาดทางอารมณ์ด้านการจัดการกับอารมณ์ตนเองหลังเข้าร่วมกิจกรรมเพิ่มขึ้นก่อนเข้าร่วมกิจกรรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

สุมาลัย วงศ์เกษม (2549 : 83-86) ได้วิจัยการสร้างชุดกิจกรรมพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของวัยรุ่น กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม จำนวน 30 คน ผลการวิจัยพบว่า ชุดกิจกรรมการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์มีประสิทธิภาพเท่ากับ 85.85/80.03 โดยนักเรียนมีความฉลาดทางอารมณ์หลังการเข้าร่วมกิจกรรมเพิ่มขึ้นจากก่อนเข้าร่วมกิจกรรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 นักเรียนมีความพึงพอใจต่อกิจกรรมพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า นักเรียนมีความพึงพอใจมากที่สุดคือเนื้อหาที่เรียนให้ข้อคิดเกี่ยวกับการดำเนินชีวิตประจำวัน ผู้เรียนมีความสุขที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมมีการแลกเปลี่ยนการเรียนรู้กับครูและเพื่อนนักเรียน

จุไร พิมพ์วารี (2550 : 78) ได้วิจัยผลการจัดประสบการณ์บูรณาการกิจกรรมเพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนระดับชั้นอนุบาลปีที่ 2 โรงเรียนบ้านโลกศรี จังหวัดอุดรธานี ผลการวิจัยพบว่านักเรียนที่ได้รับการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยที่มีการพัฒนาด้านเก่ง คี และมีสุข หลังการจัดประสบการณ์บูรณาการกิจกรรมเพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่าก่อนได้รับการจัดประสบการณ์บูรณาการกิจกรรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

2. งานวิจัยต่างประเทศ

เบอร์เนต (Bemet. 1996 : 89-90) วิจัยเรื่อง ความสัมพันธ์ขององค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์กับสุขภาพจิต ความพึงพอใจ ความคิดสร้างสรรค์ บุคลิกภาพ พบว่า การตระหนักรู้ในความรู้สึกของตนเองมีความสำคัญในการติดต่อสื่อสารและตอบสนองต่อบุคคลอื่น ๆ

ลิฟฟ์ (Liff. 2003 : 28-30,32,34) ได้ทำการศึกษาเรื่อง “ความฉลาดทางสังคม และความฉลาดทางอารมณ์ : ประยุกต์ใช้ในการพัฒนาการศึกษา” พบว่าความฉลาดทางสังคม (SI) และความฉลาดอารมณ์ (EI) มีความสัมพันธ์อย่างเด่นชัดต่อความสำเร็จในการศึกษาระดับมัธยมศึกษา โดยได้ศึกษาใน 6 ปัจจัย ดังนี้ 1) ตระหนักรู้ในตนเอง 2) การจัดการกับอารมณ์ของตนเอง 3) การมีจุดมุ่งหมาย 4) การเตือนตนเอง 5) การเห็นอกเห็นใจ 6) ทักษะทางสังคม และในบทความนี้ได้แสดงถึงความสำคัญของ SI กับ EI ดังนี้ 1) ประสิทธิภาพในการเรียนของนักเรียนมีทั้ง IQ และ EI เป็นส่วนสำคัญ 2) ความสามารถในการควบคุมหรือหยุดอารมณ์ (โกรธ เกลียด ฯลฯ) จะสร้างความสามารถในการแก้ปัญหาได้ 3) ความสามารถในการสร้างระบบรางวัลเพื่อให้ตนเองอยู่กับการทำงาน การบ้าน เป็นกลยุทธ์ที่สำคัญสำหรับเด็กทั้งที่บ้านและที่โรงเรียน

เพทริคส์ (Petrides. 2004 : 149-162) ได้วิจัยเรื่อง การประเมินค่า IQ และ EI : ความคิดเห็นเกี่ยวกับลักษณะของเพศหญิงและชาย โดยให้เด็กประเมิน IQ และ EI ของตนเองและของพ่อแม่ มีเด็กจำนวน 224 คน จากการสำรวจพบว่าเด็กผู้ชายได้คะแนนตนเองด้าน IQ สูง แต่ EI ต่ำกว่าผู้หญิง และการให้คะแนนพ่อแม่ เด็กทั้งผู้หญิงและผู้ชายจะให้คะแนน IQ ของพ่อสูงกว่า แต่ให้คะแนน EI ต่ำกว่าแม่ ผลจากการศึกษาสนับสนุนสมมติฐานว่า คนที่มี IQ จะมีความเป็นผู้ชายเป็นหลัก ซึ่งตรงกันข้ามกับ EI ที่แสดงให้เห็นถึงความเป็นผู้หญิง EI ที่ใช้ในการประเมินคะแนนมี 12 ด้าน ดังนี้

1. การตระหนักรู้ในอารมณ์ รู้ถึงความรู้สึก เข้าใจถึงความสัมพันธ์ระหว่างอารมณ์และความคิด คำพูด และการกระทำ รู้ว่าความรู้สึกมีผลกับความสามารถ นำไปสู่การตระหนักถึงคุณค่าของตนเองและจุดมุ่งหมาย
2. การรู้ถึงคุณค่าในตนเอง ตระหนักถึงจุดแข็งและจุดอ่อนของตนเอง และการยอมรับการสะท้อนกลับ และเรียนรู้อยู่เสมอ
3. ความมั่นใจในตนเอง มั่นใจในสิ่งที่ทำ ตัดสินใจในสิ่งต่าง ๆ ได้ในสถานการณ์ที่กดดันและไม่แน่นอน
4. การควบคุมตนเอง ความคุมอารมณ์ที่แปรปรวนและแรงผลักดันต่าง ๆ ได้
5. ความซื่อสัตย์ ประพฤติตนให้อยู่ในศีล
6. การเข้าใจในความถูก ผิด และรักษาสัญญา

8. แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์
9. การเข้าไปมีส่วนร่วมในส่วนต่าง ๆ
10. การสร้างสรรค์สิ่งใหม่ ๆ ใจกว้างกับความคิดใหม่ ๆ
11. การริเริ่มที่จะทำอะไรอะไร ไปสู่จุดหมาย
12. การมองโลกในแง่ดี พยายามปฏิบัติเพื่อบรรลุจุดหมายเมื่อมีอุปสรรค

จากผลการวิจัยที่กล่าวมา สรุปได้ว่า ความฉลาดทางอารมณ์เป็นสิ่งที่สามารถพัฒนาให้เพิ่มขึ้นได้ โดยวิธีการที่นำมาใช้ในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ส่วนใหญ่เป็นการใช้ชุดกิจกรรม ซึ่งผู้วิจัยเชื่อว่าการสร้างชุดกิจกรรมพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ตามขั้นตอนและโครงสร้างตามที่คุณวิจัยกำหนดจะสามารถพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยให้เพิ่มขึ้นได้



มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม
RAJABHAT MAHASARAKHAM UNIVERSITY