

Effect of an Emotional Competencies Program on the Emotional Quotient of Primary School Students

Chanatip Kuljirakul¹, Sunsanee Mekrungrongwong²

THJPH 2021; 51(2): 101-109

Correspondence:

Chanatip Kuljirakul, Faculty of Public Health, Naresuan University, Phitsanulok 65000, THAILAND.
Email: chanatip.kjr@gmail.com
Tel. 668-3919-2928

¹ Graduate student in Master of Public Health, Naresuan University, THAILAND

² Faculty of Public Health, Naresuan University, THAILAND

Received: November 4, 2020;

Revised: February 23,
April 5, May 14, 2021;

Accepted: June 17, 2021

Extended Abstract

Children and youth should be supported in many areas, including in the development of their emotional quotient (EQ). That EQ will help the child grow until maturity, and use emotion appropriately and reasonably. They should be able to manage their own life and happily adjust to their surroundings. EQ in children aged 6-11 years can be assessed using three attributes: goodness, intelligence, and happiness. Goodness refers to the ability to control one's emotions, the ability to pay attention to and understand the emotions of others, and the ability to admit mistakes. Intelligence refers to the ability to be committed and try, ability to adapt to problems, and the ability to be assertive. Happiness means self-satisfaction, self-adjustment, and cheerfulness. By measuring EQ level, it is possible to assess how well a child has developed their EQ, and it can be used to track emotional development.

This was quasi-experimental research, which applied a two-group repeated-measures design. The effect of applying emotional competencies for EQ enhancement of primary school students in Chatrakan District, Phitsanulok Province, Thailand was tested in an experimental group ($n = 30$) versus a comparison group ($n = 30$). The duration of the experimental period was 10 weeks: 6 weeks for the program, and a follow-up at week 10. Activities were arranged 1-2 times per week, lasting 50-60 minutes each time. Before starting the experiment, a general information questionnaire was administered to all participating children, along with the EQ assessment for children aged 6-11 years. A class teacher carried out the assessments. The experimental group was exposed to 5 activities: (1) role-plays; (2) meditation and calmness training; (3) motivation group activities; (4) group activities for self-understanding and other aspects of self-awareness; and (5) recreational activities. After every activity, activities were jointly summarized. Data were expressed as percentage, mean and standard deviation, and analyzed using the independent t-test and repeated measures ANOVA. The level of statistical significance was considered to be $p < 0.05$.

The results showed that the overall EQ score, and EQ score when considered by topic (goodness, intelligence, happiness), were significantly different within the experimental group before and after the program, and at follow up ($p < 0.001$). There was a significant difference between-groups in overall EQ after the program period ($p = 0.034$). However, at follow-up, the experimental group had a lower mean EQ score than just after the experiment. Even so, the EQ score at follow-up remained higher than before the trial. This study indicated that the program to enhance EQ (goodness, intelligence, happiness) could be used to develop EQ, and could be appropriately applied in other areas. Relevant officials should allow teachers to modify the program's design to suit their area, and apply the program in their schools.

Keywords: Emotional Quotient, Primary school children, Emotional competencies program

ผลของโปรแกรมการประยุกต์หลักแนวคิดสมรรถนะทางอารมณ์ เพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ ในนักเรียนชั้นประถมศึกษา

ชนาริพ กุลจิรากุล¹, ศันสนีย์ เมขรุ่งเรืองวงศ์²

บทคัดย่อ

THJPH 2021; 51(2): 101-109

- ¹ นักศึกษาหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต (สาธารณสุขศาสตรมหาวิทยาลัยนเรศวร)
² คณะสาธารณสุขศาสตรมหาวิทยาลัยนเรศวร

การวิจัยกึ่งทดลองนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการประยุกต์หลักแนวคิดสมรรถนะทางอารมณ์ เพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ (ดี เก่ง สุข) ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 กลุ่มเข้าร่วมโปรแกรม กลุ่มละ 30 คน ใช้ระยะเวลาในการศึกษา 10 สัปดาห์ โดยจัดโปรแกรม 6 สัปดาห์ และระยะติดตามในสัปดาห์ที่ 10 เก็บรวบรวมข้อมูลโดยวิธีการตอบแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ก่อนเข้าร่วมโปรแกรม หลังเข้าร่วมโปรแกรม และระยะติดตามผล วิเคราะห์ข้อมูลด้วย ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน, สถิติ t-test for Independent Samples, สถิติ Repeated Measure ANOVA โดยกำหนดนัยสำคัญทางสถิติ $\alpha = 0.05$

ผลวิจัยพบว่า ภายหลังได้รับโปรแกรมและระยะติดตามผล กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์ (ดี เก่ง สุข) หลังการทดลอง ระยะติดตามผลเพิ่มขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.001$) เมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มเปรียบเทียบ พบว่า คะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์หลังการทดลองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p = 0.034$) แต่ในระยะติดตามผล พบว่า ไม่แตกต่างกัน ($p = 0.630$) โดยเจ้าหน้าที่ที่เกี่ยวข้อง สามารถนำโปรแกรมไปประยุกต์ใช้ในสถานศึกษาและให้คุณครูมีส่วนร่วมในการออกแบบ ปรับเปลี่ยนโปรแกรมให้เหมาะสมกับพื้นที่ และมีการประเมินความฉลาดทางอารมณ์สม่ำเสมอ เพื่อเฝ้าระวังและส่งเสริมให้เด็กมีความฉลาดทางอารมณ์ที่ดีอย่างต่อเนื่อง

คำสำคัญ: ความฉลาดทางอารมณ์, นักเรียนชั้นประถมศึกษา, โปรแกรมการประยุกต์หลักแนวคิดสมรรถนะทางอารมณ์

บทนำ

เด็กในช่วงระดับชั้นประถมศึกษา เป็นวัยที่มีพัฒนาการ และความสามารถในด้านต่าง ๆ เริ่มเรียนรู้ พร้อมปรับตัวเข้ากับสังคม เด็กช่วงวัยนี้จะได้รับการดูแลจากผู้ปกครองและครูให้เด็กมีความฉลาดทางอารมณ์ที่ดี ป้องกันปัญหาทางด้านอารมณ์และพฤติกรรม¹ วัยนี้ตามขั้นตอนพัฒนาการของปัจเจกนั้น จะมองสิ่งต่าง ๆ อย่างมีความสัมพันธ์กันมากขึ้น เริ่มมีความคิดเป็นของตนเองและใช้เหตุผลประกอบ² สามารถส่งเสริมให้เด็กคิดอย่างมีเหตุและผลได้ โดยความฉลาดทางอารมณ์ในเด็กนั้น เป็นความสามารถในการรู้จัก เข้าใจและควบคุมอารมณ์ของตนเองได้สอดคล้องกับวัย ปฏิบัติตนให้อยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างเหมาะสม ซึ่งความฉลาดทางอารมณ์เป็นคุณลักษณะพื้นฐานสำคัญที่จะนำไปสู่ความเป็นผู้ใหญ่ ทั้งความคิด อารมณ์ และพฤติกรรม³ ความฉลาดทางอารมณ์จึงเป็นองค์ประกอบสำคัญอย่างหนึ่งที่ต้องได้รับการพัฒนา และส่งเสริมตั้งแต่ช่วงวัยเด็ก เพราะความฉลาดทางอารมณ์ที่ดี จะทำให้เติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีความสุขในการใช้ชีวิต

ความฉลาดทางอารมณ์เด็กอายุ 6-11 ปี สามารถประเมินออกมาได้เป็นคุณลักษณะ 3 ด้าน ได้แก่ ด้านดี ด้านเก่ง และด้านสุข ดี หมายถึง ความสามารถในการควบคุมอารมณ์ของตนเอง ความสามารถในการใส่ใจ เข้าใจอารมณ์ของผู้อื่น และความสามารถในการยอมรับผิด เก่ง หมายถึง ความสามารถในการมีความมุ่งมั่นพยายาม ความสามารถในการปรับตัวต่อปัญหา และความสามารถในการกล้าแสดงออกอย่างเหมาะสม สุข หมายถึง ความพึงพอใจในชีวิต รู้จักปรับใจ และมีความรื่นเริงเบิกบาน³

จากรายงานของแผนพัฒนาเด็กและเยาวชนไทยแห่งชาติ ฉบับที่ 2 (พ.ศ. 2560-2564)⁴ พบว่า ในปี พ.ศ. 2554 เด็กวัยเรียน อายุ 6-14 ปี มีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์เฉลี่ย 45.12 เท่าว่า เกณฑ์ปกติที่ 50-100 คะแนน ซึ่งจะส่งผลต่อพฤติกรรมและทักษะการใช้ชีวิตที่ส่งผ่านไปสู่ช่วงวัยรุ่น อีกทั้งสถานการณ์เด็กที่เสนอผ่านสื่อต่าง ๆ บ่งบอกว่าเด็กมีพฤติกรรมที่รุนแรงเพิ่มขึ้น มีปัญหาสุขภาพจิต ปัญหาการปรับตัว ซึ่งแนวโน้มเกิดกับเด็กอายุน้อยลงเรื่อย ๆ⁵ จากสถิติการกระทำความผิด กรมพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2554-2557 พบว่า จำนวนคดีความที่เด็ก (อายุ 10 ปีแต่ไม่เกิน 15 ปี) ถูกดำเนินคดีในสถานพินิจฯ นั้น เพิ่มขึ้นทุกปี โดยเยาวชนไทยมีแนวโน้มใช้ความรุนแรงเพิ่มขึ้น และมีอายุเฉลี่ยในการใช้ความรุนแรงน้อยลง พฤติกรรมก้าวร้าวที่เกิดขึ้นเป็นผลมาจากความฉลาดทางอารมณ์ที่ลดลง⁷ ซึ่งควรได้รับการปรับปรุง พัฒนาให้ดีขึ้น หากปล่อยไว้ จะทำให้เด็กไม่สามารถปรับตัวให้อยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ และท้ายที่สุดอาจจะทำให้เกิดปัญหาทางพฤติกรรมและอารมณ์¹ อีกทั้งยังมีปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ในเด็ก เช่น การอยู่ในพื้นที่ชนบท การมีรายได้ไม่เพียงพอในครอบครัว ตลอดจนสภาพการเปลี่ยนแปลงของสังคมที่ปล่อยให้ผู้สูงอายุต้องเลี้ยงดู⁸

ปัจจุบันมีผู้ศึกษาและนำเสนอวิธีการเพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์หลากหลายวิธีที่น่าสนใจ แต่เป็นเพียงการเสริมสร้างเฉพาะด้านไป ทั้งนี้ผู้วิจัยสนใจศึกษาแนวคิดสมรรถนะทาง

อารมณ์ของ เดเนียล โกลแมน (Daniel Goleman) ซึ่งองค์กรหลายแห่งให้ความสนใจกันอย่างแพร่หลาย⁹ มีความครอบคลุมและสัมพันธ์กับความฉลาดทางอารมณ์ทั้ง 3 ด้าน ได้แก่ ดี เก่ง สุข ซึ่งแนวความคิดของโกลแมนเป็นสากล ได้รับการยอมรับอย่างแพร่หลายทั้งในประเทศและต่างประเทศอย่างต่อเนื่อง มีความครอบคลุมในหลายมิติทั้งที่เกี่ยวข้องกับตนเองและผู้อื่น¹⁰ ใช้เป็นแนวทางที่สามารถพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ได้¹¹

ในการศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยศึกษาโปรแกรมการประยุกต์หลักแนวคิดสมรรถนะทางอารมณ์ในนักเรียนชั้นประถมศึกษา โดยได้นำแนวคิดทฤษฎีของสมรรถนะทางอารมณ์ของ Daniel Goleman¹² มาเป็นตัวแปรในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ 3 ด้าน (ดี เก่ง สุข) ประกอบด้วย 5 องค์ประกอบที่สำคัญ คือ 1. การตระหนักรู้อารมณ์ของตนเอง 2. การบริหารจัดการอารมณ์ตนเอง 3. การสร้างแรงจูงใจที่ดีให้กับตนเอง 4. การรู้จักสังเกตและเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น และ 5. การมีทักษะทางสังคม เพื่อเป็นแนวทางการจัดโปรแกรมที่จะช่วยส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ ให้แสดงออกอย่างเหมาะสม สามารถจัดการกับอารมณ์ของตนเองและปรับตัวให้เข้ากับปัญหาที่ต้องเผชิญได้อย่างมีความสุข เติบโตอย่างมีวุฒิภาวะ มีความพึงพอใจในชีวิต สามารถดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุข

วัตถุประสงค์การวิจัย

วัตถุประสงค์ของโปรแกรมการประยุกต์หลักแนวคิดสมรรถนะทางอารมณ์ ต่อการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ ในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-experimental research) แบบสองกลุ่ม วัดซ้ำก่อนการทดลอง หลังการทดลองในสัปดาห์ที่ 6 และระยะติดตามในสัปดาห์ที่ 10

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรคือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 - 6 ปีการศึกษา 2561 อายุระหว่าง 9-12 ปี อำเภอชาติตระการ จังหวัดพิษณุโลก จำนวน 1,594 คน คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive sampling) โดยใช้เกณฑ์คัดเข้าจากโรงเรียนที่มีผลการประเมินความฉลาดทางอารมณ์เด็ก 6-11 ปี ในปีการศึกษาที่ผ่านมาเป็นโรงเรียนที่มีรับทุนและสภาพแวดล้อมใกล้เคียงกัน ไม่ได้รับกิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ในนักเรียน ตามคู่มือ “จัดกิจกรรมเสริมสร้างอีคิวนักเรียน”¹³ และผู้อำนวยการโรงเรียนยินยอมให้ทำการศึกษานาน 2 โรงเรียน เพื่อเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ จากนั้นสุ่มห้องเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 โดยวิธีการสุ่มอย่างง่าย จำนวนกลุ่มละ 1 ห้องเรียน เพื่อเป็นตัวแทนของห้องเรียนระดับชั้นดังกล่าว และคัดเลือกนักเรียนโดยใช้เกณฑ์คัดเข้าคือ เป็นนักเรียนที่สามารถสื่อสารเข้าใจภาษาไทยได้ ผู้ปกครองและนักเรียนลงนามยินยอมเข้าร่วมการศึกษา หากย้ายที่อยู่หรือถอนถอนตัวขณะดำเนินการวิจัยจะคัดออกจากการเป็นกลุ่มตัวอย่าง

กำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่างโดยใช้สูตรคำนวณตัวอย่าง เพื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของประชากร 2 กลุ่มที่เป็นอิสระต่อกัน ซึ่งมาจากการทบทวนงานวิจัย⁷ กำหนดระดับนัยสำคัญ (α) ที่ 0.05 อำนาจการทดสอบ ($1-\beta$) เท่ากับ 0.80 ค่าขนาดอิทธิพล (Effect size) เท่ากับ 0.76 และอัตราส่วนขนาดของกลุ่มตัวอย่าง (กลุ่มทดลอง : กลุ่มเปรียบเทียบ) เท่ากับ 1:1 ได้ขนาดตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษานี้จำนวน 46 คน เพื่อป้องกันการออกจากกลุ่มกลางคัน จึงคำนวณเพิ่มร้อยละ 30 จึงได้ขนาดของกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษา จำนวน 60 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง จำนวน 30 คน กลุ่มเปรียบเทียบ จำนวน 30 คน

เครื่องมือที่ใช้ในงานวิจัย

1. เครื่องมือที่ใช้ในการทดลองคือ โปรแกรมการประยุกต์หลักแนวคิดสมรรถนะทางอารมณ์ เพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ (ดี เก่ง สุข) ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 ซึ่งมี 5 องค์ประกอบที่สำคัญ คือ (1) การตระหนักอารมณ์ของตนเอง (2) การบริหารจัดการอารมณ์ตนเอง (3) การสร้างแรงจูงใจที่ดีให้กับตนเอง (4) การรู้จักสังเกตและเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น และ (5) การมีทักษะทางสังคม นำมาประยุกต์ให้เข้ากับกิจกรรม 5 รูปแบบ ได้แก่ (1) การใช้กิจกรรมบทบาทสมมติ (2) การฝึกสมาธิ และทำจิตใจให้สงบ (3) การทำกิจกรรมกลุ่มเพื่อสร้างแรงจูงใจ (4) การทำกิจกรรมกลุ่มเพื่อสร้างความเข้าใจในตนเองและผู้อื่น (5) การใช้กิจกรรมนันทนาการ โดยจัดกิจกรรมทั้งหมด 9 ครั้ง รวมระยะเวลาทั้งหมด 10 สัปดาห์ แบ่งเป็นการจัดโปรแกรม 6 สัปดาห์ และกึ่งช่วงระยะเวลาไป 4 สัปดาห์ ติดตามผลในสัปดาห์ที่ 10

สัปดาห์ที่ 1 ครั้งที่ 1 กิจกรรม “อารมณ์นี้ อารมณ์ไหน” เพื่อให้เกิดการตระหนักอารมณ์ของตนเอง และวิธีการแสดงออกทางอารมณ์ที่เหมาะสม (กิจกรรมบทบาทสมมติ) โดยจะเรียนรู้สภาวะอารมณ์ต่างๆ ผ่านการแสดงบทบาทสมมติตามสถานการณ์อารมณ์ที่ได้รับ แบ่งกลุ่มวิเคราะห์สาเหตุ ผลกระทบพร้อมแนวทางแก้ไขปัญห

สัปดาห์ที่ 2 ครั้งที่ 2 กิจกรรม “วาดภาพด้วยมือเรา” เพื่อฝึกการจัดการอารมณ์ของตนเอง ทักษะการตัดสินใจและการวางแผน (กิจกรรมฝึกสมาธิและทำจิตใจให้สงบ) ให้ฝึกสมาธิแบบกำหนดลมหายใจและตามดนตรีประกอบ จากนั้นเขียนและวาดภาพระบายสีโดยใช้มือข้างที่ไม่ถนัด แลกเปลี่ยนความคิดเห็นในการทำกิจกรรม

สัปดาห์ที่ 2 ครั้งที่ 3 กิจกรรม “ฉันทำได้” เพื่อฝึกวางแผนในการทำงานและมีเป้าหมายร่วมกับทีม ลดอำนาจในการควบคุมผู้อื่น และฝึกการจัดการกับความพ่ายแพ้ที่เกิดขึ้น (การทำกิจกรรมกลุ่มเพื่อสร้างแรงจูงใจ) โดยทำการกิจกรรม 3 ฐาน แบบจับเวลา ได้แก่ ละเลงสี ตัวเลขมหาสนุก เรียงคำให้สมบูรณ์ เมื่อจบภารกิจให้วิเคราะห์ข้อดี ข้อเสียของตนเองและกลุ่ม แนวทางปรับปรุงแก้ไขเมื่อต้องทำกิจกรรมในครั้งถัดไป

สัปดาห์ที่ 3 ครั้งที่ 4 กิจกรรม “นี่ใจตัวฉัน” เพื่อฝึกให้มองเห็นข้อดีหรือความภาคภูมิใจของตนเอง เสริมสร้างความพยายามที่จะพัฒนาตนเอง เกิดความรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่าและผู้อื่นมีคุณค่า ยอมรับความแตกต่างของกันและกันในกลุ่ม (การทำ

กิจกรรมกลุ่มเพื่อสร้างแรงจูงใจ) โดยให้ชมวิดีโอคลิปเรื่อง “เก่งในแบบของเรา” รวมกลุ่มช่วยกันวิเคราะห์ตัวละครจากวิดีโอคลิปที่ได้รับชม จากนั้นวาดภาพ และเขียนความคิดหรือความภาคภูมิใจของตนเอง ร่วมกันเล่าประสบการณ์ของตนเองภายในชั้นเรียน

สัปดาห์ที่ 4 ครั้งที่ 5 กิจกรรม “เพื่อนของฉันชอบทานอะไร” เพื่อฝึกการสังเกต สนใจสิ่งรอบข้าง กล้าแสดงความคิดเห็น และยอมรับความคิดเห็นของผู้อื่น เคารพความแตกต่างของผู้อื่น (การทำกิจกรรมกลุ่มเพื่อสร้างความเข้าใจในตนเองและผู้อื่น) โดยให้ถามถึงอาหารที่เพื่อนสมาชิกในกลุ่มชอบ ตามด้วยการแสดงความคิดเห็นของตนเองเชิงสร้างสรรค์

สัปดาห์ที่ 4 ครั้งที่ 6 กิจกรรม “ใครเดือดร้อน” เพื่อฝึกเรียนรู้พฤติกรรมที่ส่งผลกระทบต่อตนเองและผู้อื่น ฝึกการเข้าใจความรู้สึกและเห็นใจผู้อื่น (การทำกิจกรรมกลุ่มเพื่อสร้างความเข้าใจในตนเองและผู้อื่น) โดยให้แบ่งกลุ่ม แยกพฤติกรรมด้านบวก ด้านลบ ในเหตุการณ์กระทำที่ผู้วิจัยเตรียมไว้ บอกเกณฑ์ตัดสินในการแยกพฤติกรรมเหล่านั้น ให้ยกตัวอย่างการกระทำที่ดีและไม่ดี จะส่งผลกระทบต่อตนเองและผู้อื่นอย่างไรบ้าง หากเกิดความผิดพลาดจะมีแนวทางแก้ไขปัญหาวางอย่างไร นำมาอภิปรายหน้าชั้นเรียน

สัปดาห์ที่ 5 ครั้งที่ 7 กิจกรรม “เราจะผ่านไปได้อย่างไร” เพื่อฝึกการทำงานเป็นทีม การควบคุมอารมณ์ตนเอง การกล้าตัดสินใจ และการแก้ไขปัญหาเมื่อเกิดความขัดแย้งภายในกลุ่ม (กิจกรรมนันทนาการ) โดยให้นักเรียนแบ่งกลุ่มเล่นเกมนันทนาการ จำนวน 3 ฐาน ได้แก่ ปิงปองตัวนิ่ง, โยนสมบัติ, เพื่อนกันฉันไม่ทิ้งเธอ

สัปดาห์ที่ 6 ครั้งที่ 8 กิจกรรม “ช่วยกันนะ” เพื่อฝึกให้มีความคิดสร้างสรรค์ ฝึกทักษะด้านการสื่อสารและการเป็นผู้นำ (กิจกรรมนันทนาการ) โดยแบ่งกลุ่มวาดภาพจากคำใบ้ ซึ่งผู้ที่อยู่ท้ายแถวจะเป็นผู้วาดภาพส่งต่อให้เพื่อนคนอื่นๆ จากนั้นให้หัวหน้าแถวถ่ายทอดคำศัพท์จากภาพที่ได้รับ โดยสมาชิกกลุ่มจะสลับกันเป็นหัวหน้าเพื่อเป็นหัวหน้ากลุ่มจนครบทุกคน

สัปดาห์ที่ 6 ครั้งที่ 9 กิจกรรม “ถักทอสายใย” เพื่อฝึกทักษะการสื่อสาร สร้างทัศนคติด้านบวกต่อผู้อื่น ฝึกการจัดการกับอารมณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นในความสัมพันธ์ได้ และเกิดความสนุกสนานเพลิดเพลิน (กิจกรรมนันทนาการ) โดยจะให้ผลัดกันพูดชื่นชมข้อดีของสมาชิกในกลุ่มจนครบทุกคน

2. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล คือ แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่างและแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์เด็กอายุ 6-11 ปี³ ลักษณะการวัดเป็นแบบมาตราประมาณค่า จำนวน 60 ข้อ โดยประเมินคุณลักษณะ 3 ด้าน คือ ด้านดี ด้านเก่ง และ ด้านสุข แบ่งคะแนนได้ดังนี้ ด้านดี มีจำนวน 23 ข้อ (204 คะแนน), ด้านเก่ง มีจำนวน 19 ข้อ (197 คะแนน), ด้านสุข มีจำนวน 18 ข้อ (192 คะแนน) รวม 593 คะแนน จากนั้นนำคะแนนที่ได้ไปแปลงเป็นคะแนนมาตรฐาน คะแนนที่ (T-Score) ตามตารางเปรียบเทียบ ในแบบประเมินของความฉลาดทางอารมณ์แต่ละด้าน³ ตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ โดยนำมาใช้กับกลุ่มประชากรที่คล้ายกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 ราย นำมาวิเคราะห์ความเชื่อมั่น (Reliability) ด้วยวิธีวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่นของ Cronbach's alpha ได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบประเมิน 0.943

ข้อพิจารณาจริยธรรม

ผ่านการรับรองจากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรม การวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยนครสวรรค์ ตามเอกสารรับรอง IRB No. 1041/61 เมื่อวันที่ 30 มกราคม 2562

วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ก่อนเริ่มการทดลองโปรแกรม เก็บรวบรวมข้อมูลโดยตอบแบบสอบถามข้อมูลทั่วไป และแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์เด็กอายุ 6-11 ปี³ โดยคุณครูที่มีความคุ้นเคยกับนักเรียนอย่างน้อย 4 เดือน และสอน ณ โรงเรียนแห่งนี้น้อยกว่า 1 ปี

2. ดำเนินการทดลองโปรแกรม โดยจัดกิจกรรมที่จัดทั้งหมด 9 ครั้ง ระยะเวลา 6 สัปดาห์ โดยในสัปดาห์ที่ 1, 3 และ 5 จัดกิจกรรมสัปดาห์ละ 1 ครั้ง ส่วนในสัปดาห์ที่ 2, 4 และ 6 จัดกิจกรรมสัปดาห์ละ 2 ครั้ง ใช้เวลาครั้งละ 50-60 นาที

3. เก็บรวบรวมข้อมูลโดยวิธีการประเมินความฉลาดทางอารมณ์เด็กอายุ 6-11 ปี โดยคุณครู จะประเมินหลังเข้าร่วมโปรแกรมในสัปดาห์ที่ 6 และติดตามผล ในสัปดาห์ที่ 10 ทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ

การวิเคราะห์ข้อมูล

ใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูปโดยการแจกแจงความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ทดสอบความแตกต่าง

ของคุณลักษณะส่วนบุคคลด้วยสถิติ Chi-square test เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ระหว่างกลุ่ม โดยการทดสอบค่า t (t-test for independent samples), เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ภายในกลุ่มด้วยสถิติ Repeated measure ANOVA โดยกำหนดความเชื่อมั่นในการทดสอบที่ระดับนัยสำคัญ 0.05

ผลการวิจัย

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

เมื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของคุณลักษณะทั่วไประหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบพบว่า เพศชายและเพศหญิงไม่แตกต่างกัน ($p=0.438$) ประวัติการเจ็บป่วยไม่แตกต่างกัน ($p=1.000$) สถานภาพของบิดา มารดา ไม่แตกต่างกัน ($p=0.817$) ส่วนรายได้ต่อเดือนของครอบครัวแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p=0.024$) โดยกลุ่มทดลอง มีรายได้ต่อเดือนของครอบครัวมากกว่า 7,000 บาท ร้อยละ 83.3 กลุ่มเปรียบเทียบ มีรายได้ต่อเดือนของครอบครัวมากกว่า 7,000 บาท ร้อยละ 56.7 และบุคคลที่ปรึกษาเมื่อมีปัญหา แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p=0.024$) โดยกลุ่มทดลองปรึกษาผู้ปกครอง ร้อยละ 80 กลุ่มเปรียบเทียบปรึกษาผู้ปกครอง ร้อยละ 100 (Table 1)

Table 1 Characteristics of study groups

Personal characteristic	Experimental (n=30)		Comparison (n=30)		p^a
	n	%	n	%	
Sex					0.438
Male	17	56.7	14	46.7	
Female	13	43.3	16	53.3	
Illness					1.000
None	29	96.7	29	96.7	
Visually impaired	0	0.0	1	3.3	
Disabled	1	3.3	0	0.0	
Parental marital status					0.817
Married	21	70.0	21	70.0	
Separated/Divorced/Widowed	9	30.0	9	30.0	
Monthly family income					0.024
≤ 7,000 Baht	25	83.3	17	56.7	
> 7,000 Baht	5	16.7	13	43.3	
Person consulted when there is a problem					0.024
Parents	24	80.0	30	100.0	
Friends	6	20.0	0	0.0	

^a Chi-square test

ส่วนที่ 2 เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์ ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มเปรียบเทียบ และภายในกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ก่อนเข้าร่วมโปรแกรม หลังเข้าร่วมโปรแกรม และระยะติดตามผล

เมื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์ (ด้านดี เก่ง สุข) ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ พบว่า หลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์ (ด้านดี เก่ง สุข) แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p = 0.034$) โดยมีค่าเฉลี่ยคะแนนความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ เมื่อพิจารณาารายด้านพบว่า ด้านดี ไม่แตกต่างจากกลุ่มเปรียบเทียบ ($p = 0.191$) ด้านเก่ง แตกต่างจากกลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p = 0.005$) และด้านสุข ไม่แตกต่างจากกลุ่มเปรียบเทียบ ($p = 0.200$) (Table 2)

ค่าเฉลี่ยคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ (ด้านดี เก่ง สุข) ของกลุ่มทดลองพบว่า หลังการทดลอง มีคะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์แตกต่างจากก่อนการทดลอง โดยสูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.001$) แต่ในระยะติดตามผลค่าเฉลี่ยคะแนนลดลง แต่ยังคงสูงกว่าก่อนการทดลอง เมื่อพิจารณาารายด้าน พบว่า ด้านดี ด้านเก่ง และด้านสุข ค่าเฉลี่ยคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.001$) (Table 2)

อภิปรายผล

จากผลการศึกษา แสดงให้เห็นว่าโปรแกรมการประยุกต์หลักแนวคิดสมรรถนะทางอารมณ์ ทำให้นักเรียนมีค่าเฉลี่ยคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ที่ดีขึ้นและมีค่าเฉลี่ยคะแนนความฉลาดทางอารมณ์มากกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ กลุ่มทดลองได้มีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมต่างๆ ที่ช่วยพัฒนาทักษะด้านการตระหนักรู้อารมณ์ การบริหารจัดการอารมณ์ การสร้างแรงจูงใจให้ตนเอง สังเกตและเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น และทักษะทางด้านสังคม ผ่านการทำกิจกรรมทั้ง 5 รูปแบบ ได้แก่ (1) การใช้กิจกรรมบทบาทสมมติ สอดคล้องกับอารีวัลย์ บุญยัง¹⁴ กล่าวว่ากิจกรรมภายใต้สถานการณ์สมมติ จะสอดคล้องกับการคิดวิเคราะห์ ตีความหมาย เกิดความเข้าใจอย่างลึกซึ้งในประเด็นการเรียนรู้ นั่น ๆ ละ สร้างสรรค์จะสามารถพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ทางด้านการเรียนรู้ได้อย่างเหมาะสม (2) การฝึกสมาธิและจิตใจให้สงบ สอดคล้องกับการศึกษาของปาริชาติ แสงแก้ว¹⁵ กล่าวว่า การฝึกสมาธิแบบพุทธทำให้สมองทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพและส่งผลให้นักเรียนที่ได้รับการฝึกสมาธิแบบพุทธมีเขavnอารมณ์เพิ่มขึ้น และมีเขavnอารมณ์สูงกว่ากลุ่มที่ไม่ได้รับการฝึกสมาธิ (3) การทำกิจกรรมกลุ่มเพื่อสร้างแรงจูงใจ สอดคล้องกับการศึกษาของดาบุรัตน์ จันทะรัส¹⁶ กล่าวว่า กิจกรรมกลุ่มทำให้นักเรียนเกิดความสุขสนุกสนาน พึงพอใจในการทำกิจกรรม เนื่องจากได้ปฏิบัติร่วมกับเพื่อนๆ มีความกล้าแสดงออก มั่นใจและภูมิใจกับผลงาน

Table 2 Between- and within-group comparisons of average emotional quotient (EQ) scores, before and after the program and at follow-up

EQ	Before		After		Follow-up		p^a
	Mean	S.D.	Mean	S.D.	Mean	S.D.	
Average scores, EQ (Goodness, Intelligence, Happiness)							
Experimental	43.72	5.79	50.19	5.83	47.51	5.24	< 0.001
Comparison	46.52	5.77	46.77	6.32	48.26	6.72	0.135
p^b	0.067		0.034		0.630		
Average scores, EQ (Goodness)							
Experimental	45.52	7.35	50.11	7.95	48.47	8.00	< 0.001
Comparison	45.84	6.36	47.64	6.41	49.08	8.71	0.086
p^b	0.857		0.191		0.781		
Average scores, EQ (Intelligence)							
Experimental	42.93	6.30	50.08	6.20	47.33	5.47	< 0.001
Comparison	45.59	6.37	44.90	7.64	49.17	8.31	0.001
p^b	0.110		0.005		0.314		
Average scores, EQ (Happiness)							
Experimental	42.68	6.64	50.43	6.17	47.14	6.40	< 0.001
Comparison	48.26	6.83	48.18	7.26	49.18	8.31	0.660
p^b	0.002		0.200		0.293		

^a Repeated measures ANOVA

^b t-test for independent samples

ของตนเอง ยอมรับข้อคิดเห็นของเพื่อน เข้าใจและเห็นจุดด้อยของเพื่อน เพื่อที่จะได้คอยช่วยเหลือและให้กำลังใจซึ่งกันและกัน และสอดคล้องกับ อารี มั่งคั่ง¹⁷ กล่าวว่า การจัดกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ช่วยให้นักเรียนได้รู้จักยอมรับตนเอง และผู้อื่น สมาชิกกลุ่มจะรู้สึกว่าคุณค่า มีคุณค่า ผู้อื่นมีคุณค่า ทำกิจกรรมแล้วรู้สึกอบอุ่น สามารถเข้าใจตนเองและผู้อื่นได้ (4) การทำกิจกรรมกลุ่มเพื่อสร้างความเข้าใจในตนเองและผู้อื่น สอดคล้องกับการศึกษาของ ปรียานุช มาตยารักษ์ และกาญจนา ไชยพันธุ์¹⁸ กล่าวว่า กระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น เป็นแนวทางพัฒนาเยาวชนให้เป็นผู้มีจิตใจที่อ่อนโยน มีน้ำใจและเห็นอกเห็นใจผู้อื่น เข้าใจถึงจิตใจของบุคคลที่กำลังเผชิญปัญหาต่างๆ ได้เป็นอย่างดีและทำให้เกิดความต้องการที่จะเอื้อเฟื้อช่วยเหลือผู้อื่น (5) การใช้กิจกรรมนันทนาการ สอดคล้องกับการศึกษาของ อภัย เปิงนวล¹⁹ นักเรียนจะมีความสุข สนุกสนาน ชื่นชอบและพึงพอใจในการปฏิบัติกิจกรรม เพราะได้ทำกิจกรรมร่วมกับเพื่อนๆ เปลี่ยนตำแหน่งในฐานะผู้นำและผู้ตาม มีความมั่นใจและภาคภูมิใจในตนเองเพิ่มมากขึ้น และยอมรับความคิดเห็นของเพื่อน ซึ่งพฤติกรรมเหล่านี้ส่งผลต่อการพัฒนาคุณลักษณะด้านดี ด้านเก่งและด้านสูงของนักเรียนให้เพิ่มขึ้น

จากผลการศึกษา แสดงให้เห็นว่าโปรแกรมมีส่วนพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ ทั้ง 3 ด้าน ได้แก่ ด้านดี ด้านเก่ง และด้านสูง โดยภายหลังการทดลองนักเรียนกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนความฉลาดทางอารมณ์เพิ่มขึ้นทุกด้าน และสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ ส่วนในระยะติดตามผลเมื่อถึงระยะเวลาไป 4 สัปดาห์ นักเรียนในกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์ลดลง แต่คะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์ในระยะติดตามยังคงสูงกว่าก่อนการทดลอง ส่วนกลุ่มเปรียบเทียบมีคะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์เพิ่มขึ้น แต่เป็นการเพิ่มขึ้นแบบค่อยเป็นค่อยไป สอดคล้องกับการศึกษาของ ประยูรเกียรติ²⁰ ได้ศึกษาความฉลาดทางอารมณ์ในเด็กประถมศึกษา โดยใช้แนวคิดของโกลแมน พบว่า ภายหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนความฉลาดทางอารมณ์เพิ่มขึ้นทุกด้าน และภายหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ เพราะแนวคิดของโกลแมนเป็นแนวคิดที่มุ่งพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์โดยการยับยั้ง จัดการอารมณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นกับตนเอง และผู้อื่นได้ สอดคล้องกับภาณุมาศ พุกพลารักษ์ และปิ่นกนก วงศ์ปิยะ²¹ กล่าวว่า แนวคิดความฉลาดทางอารมณ์ของโกลแมน จะทำให้เกิดการมองโลกในแง่ดีระดับสูงสุด สามารถจัดการกับอารมณ์ของตนเองได้ และสามารถรับรู้อารมณ์ความรู้สึกของผู้อื่นได้ดี อีกทั้งยังปรับความคิดของตนเองให้ดีขึ้น เพื่อที่จะตอบสนองต่อผู้อื่นได้อย่างเหมาะสม ทั้งนี้การเปลี่ยนแปลงของความฉลาดทางอารมณ์ มีหลายปัจจัยเข้ามาเกี่ยวข้อง เช่น รายได้ของครอบครัว โดยในกลุ่มเปรียบเทียบ จำนวนนักเรียนที่ครอบครัวมีรายได้สูงมีมากกว่ากลุ่มทดลอง สอดคล้องกับการศึกษาที่พบว่าเมื่อมีเงินใช้จ่ายเพียงพอย่อมมีความสุขสบายใจ²² ซึ่งถ้าหากมีเงินใช้จ่ายพอเพียงในครอบครัว อาจทำให้เด็กสามารถเข้าถึงโอกาสในการมีคุณภาพชีวิตที่ดี ได้รับการส่งเสริมกระตุ้นพัฒนาการด้านต่าง ๆ เห็นได้จากคะแนนความฉลาดทาง

อารมณ์ด้านสูง พบว่า ก่อนการทดลอง กลุ่มเปรียบเทียบมีค่าเฉลี่ยคะแนนความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่ากลุ่มทดลอง และปัจจัยด้านบุคคลที่ปรึกษาเมื่อมีปัญหา โดยกลุ่มเปรียบเทียบเลือกปรึกษาผู้ปกครองทุกคน (ร้อยละ 100) มากกว่ากลุ่มทดลองที่เลือกปรึกษาผู้ปกครองร้อยละ 80 สอดคล้องกับการศึกษาที่พบว่า การสื่อสารในครอบครัวมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กอายุ 6-11 ปี ครอบครัวที่มีการสื่อสารดี เด็กมีความฉลาดทางอารมณ์ดีกว่า เนื่องจากผู้ปกครองรับฟังปัญหาของเด็กและสะท้อนพฤติกรรมของเด็ก ทำให้เด็กเข้าใจเหตุผล เรียนรู้การแก้ปัญหาและปรับตัวต่อปัญหาได้²³ รวมถึงปัจจัยสัมพันธ์สภาพในครอบครัว ความเครียดของบิดา มารดา²³ จำนวนพี่น้อง²⁴ ทั้งนี้เมื่อถึงระยะเวลาไป 4 สัปดาห์ อาจส่งผลทำให้ค่าเฉลี่ยคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ของกลุ่มทดลองในระยะติดตามผลลดลง อย่างไรก็ตามค่าเฉลี่ยคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ระยะติดตามผลยังคงสูงกว่าก่อนการทดลองทุกด้าน

ข้อเสนอแนะในการนำงานวิจัยไปใช้ โรงเรียนหรือเจ้าหน้าที่ที่เกี่ยวข้องสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในสถานศึกษาได้ สามารถออกแบบเพิ่มเติม โดยมีสื่อในการทำกิจกรรมในโปรแกรมที่หลากหลาย เช่น วิดีโอเกม ภาพกราฟิก ภาพเคลื่อนไหวต่างๆ ซึ่งจะเป็นการดึงดูดความสนใจ ช่วยทำให้เข้าใจกิจกรรมในแต่ละครั้งเพิ่มมากขึ้น โดยปรับเปลี่ยน แก่กิจกรรมให้เหมาะสมตามรับทงของพื้นที่ สอดคล้องกับในหลักสูตรการเรียนการสอนปกติของโรงเรียนหรือในคาบว่างก่อนเริ่มเรียน หลังเลิกเรียน เพื่อให้ความฉลาดทางอารมณ์ถูกกระตุ้นและพัฒนาอย่างสม่ำเสมอ เป็นการเฝ้าระวังการมีความฉลาดทางอารมณ์ต่ำในเด็กอย่างต่อเนื่อง การศึกษาลักษณะนี้มีระยะเวลาค่อนข้างจำกัด การศึกษาลงต่อไปควรมีการติดตามผลเพื่อให้เห็นถึงความยั่งยืนของการเปลี่ยนแปลงและแนวโน้มของความฉลาดทางอารมณ์

สรุป

ช่วงเวลาที่จัดกิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ นักเรียนส่วนใหญ่มีความสนใจและให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรม ตอบคำถาม แสดงความคิดเห็นในประเด็นที่ผู้วิจัยนำเสนอ ทำให้นักเรียนมีการพัฒนากิจกรรมแต่ละด้านในระดับดี กิจกรรมที่อยู่ในโปรแกรม เป็นกิจกรรมที่ช่วยสร้างทัศนคติด้านบวก และค่านิยมที่ดีต่อสังคม กลุ่มตัวอย่างมีโอกาสแสดงความรู้สึก ความคิดเห็นของตนเองอย่างเหมาะสม และได้รับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น ได้เรียนรู้จากประสบการณ์ตรงของผู้ที่มีประสบการณ์คล้ายกัน เกิดความเข้าใจ เข้าใจอารมณ์ของผู้อื่นเพิ่มมากขึ้น สามารถปรับตัวต่อปัญหาได้ ทำให้เกิดเครือข่ายชักนำไปสู่การพัฒนาพฤติกรรมที่ดีขึ้น ทั้งนี้การส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ผ่านกิจกรรมต่างๆ และถึงระยะเวลาไป อาจยังไม่เพียงพอที่ทำให้ค่าเฉลี่ยคะแนนความฉลาดทางอารมณ์คงอยู่อีกทั้งโปรแกรมนี้ดำเนินการระยะเวลาสั้นๆ เพียง 6 สัปดาห์ ซึ่งขาดความยั่งยืน และต่อเนื่องของกิจกรรม จึงควรมีการส่งเสริมและกระตุ้นกิจกรรมภายในโปรแกรมอย่างต่อเนื่องเพื่อให้ความฉลาดทางอารมณ์ได้รับการฝึกฝนและพัฒนาให้คงอยู่เสมอ

การมีส่วนร่วมของผู้ปกครอง

ชนาธิป กุลจิรากุล; ออกแบบกระบวนการวิจัย ดำเนินงานวิจัย เก็บรวบรวมข้อมูล วิเคราะห์ข้อมูล และเขียนร่างบทความต้นฉบับ เหมะรุ่งเรืองวงศ์; ให้คำปรึกษาและร่วมตรวจสอบสถิติ ผู้ปกครองทุกคนอ่านและตรวจสอบบทความก่อนส่งตีพิมพ์

กิตติกรรมประกาศ

ขอขอบคุณผู้อำนวยการโรงเรียน คุณครู และผู้เข้าร่วมวิจัยทุกท่านที่ให้ความร่วมมืออย่างดีในการเก็บรวบรวมข้อมูลตลอดระยะเวลาการศึกษา รวมทั้งผู้ที่เกี่ยวข้องในการอนุเคราะห์การวิจัย และผู้สนับสนุนที่ทำให้การวิจัยสำเร็จได้ด้วยดี

แหล่งทุนวิจัย

ไม่มี

ผลประโยชน์ทับซ้อน

ไม่มี

References

1. Outhaithulaton M, Satprertprai S, Mekkamol O. Educational management affecting emotional intelligence of Prathomsuksa 3 students in Kanchanaburi. *Journal of Education* 2013; 14(1): 94-102. (In Thai)
2. Lumjai P. Moral and ethical development: development approach. *Journal of Humanities and Social Sciences University of Phayao* 2014; 2(3): 29-41. (In Thai)
3. Department of Mental Health, Ministry of Public Health. Emotional Quotient form 6-11 years. Available from: <http://www.sorpsor.com/component/download?id=427>, accessed 7 July, 2017. (In Thai)
4. National Child and Youth Development Promotion Commission, Ministry of Social Development and Human Security. National child and youth development promotion plan 2017 -2021. Bangkok: JS Printing House; 2018. (In Thai)
5. Phoasavasdi C, Sukkatup J, Tawilo P, Ratanatirawan P, Runseawa B, editors. Child and youth situation. In: Guide to taking care of school-age children with emotional behavior problems for health personnel (Trial Version). 2nd ed. Bangkok: The Agricultural Cooperative Federation of Thailand Limited; 2016. (In Thai)
6. Department of Juvenile Observation and Protection. Reports statistics for the year 2010-2015. Available from: <http://www.djop.go.th/stat/statbetween2008-2011>, accessed 10 February, 2021. (In Thai)
7. Yingyoud P, Powwattana A, Auemaneekul N. The effects of an emotional intelligence development program on aggressive behavior among boys in a home for boys. *Journal of Health Science Research* 2018; 12(1): 10-20. (In Thai)
8. Rajanukul Institute, Department of Mental Health. The results of the IQ survey of Thai children in primary school grade 1 across the country. Available from: http://iqeq.rajanukul.go.th/index.php?mode=iqeq&group_id=0&id=305, accessed 1 February, 2020. (In Thai)
9. Watnitrommanee K, Phitnonkiat Y, Inochanon A, Suwanmaitree S, Duangchant O. Development of emotional quotient assessment for 3-5 and 6-11 year olds (short form). *Rajanukul Institute Journal* 2015; 30(1): 1-7. (In Thai)
10. Takerngkiat J. Emotional quotient, stress coping behaviors and good organizational citizen behavior of signal department. [M.A. Thesis in Psychology]. Bangkok: Faculty of Graduate Studies, Thammasat University; 2015. (In Thai)
11. Poomsanguan K, Paikoh K. Nurses and development of emotional quotient. *Journal of The Royal Thai Army Nurses* 2014; 15(3): 18-23. (In Thai)
12. Goleman D. Working with emotional intelligence. Available from: http://www.stephanehaefliger.com/campus/biblio/017/17_39.pdf, accessed 16 August, 2018.
13. Palitnonkert Y, Sae-Tang S, Khuncharoen K, Phuengsuk P, editors. Manual for organizing activities to enhance the IQ of students for elementary school teachers. 3rd ed. Bangkok: The Agricultural Cooperative Federation of Thailand Limited; 2016. (In Thai)
14. Bunyang A. Creative drama: developing student's emotional intelligence. In: Pidokrajit N, Bunchuea K, Chankong W, Poonpetchpan P, Rojpaisarnkit K, Promsuwan S, et al editors. Proceedings of Graduate School conference 2018; 2018 June 29; Suan Sunandha Rajabhat University, Bangkok. Thailand. p.1302-08. (In Thai)
15. Sangkaew P. The effects of a Buddhist meditation program on intelligent quotient and emotional quotient of Pratomsuksa 4 school pupils. [M.Sc. Thesis in Psychology]. Chiang Mai: Faculty of

- Graduate Studies, Chiang Mai University; 2008. (In Thai)
16. Jantharos D. Using group activities in homeroom sessions to develop emotional quotient of Prathom Suksa 6 students. [M.Ed. Thesis in Psychology]. Chiang Mai: Faculty of Graduate studies, Chiang Mai University; 2006. (In Thai)
 17. Mangkang A. Effect of group activity on emotional quotient of Mattayom Suksa 6 students at Chonkanyanukoon School, Chonburi Province: a preliminary study. HCU Journal of Health Science 2013; 16(32): 53-72. (In Thai)
 18. Mattayarak P, Chaiyapan G. The effect of group process program for developing the adolescent's empathy. Journal of Education Khon Kaen University (Graduate Studies Research) 2013; 7(1): 104-13. (In Thai)
 19. Pangnun A. The development of the emotional quotient of Phatom Suksa 6 students by using recreation activities. [M.Ed. Thesis in Curriculum and Instruction]. Chiang Rai: Faculty of Graduate Studies, Chiang Rai Rajabhat University; 2010. (In Thai)
 20. Prayoonkiat K. The effect of physical education learning management in flag football on emotional intelligence of elementary school students based on Goleman's Concept. [M.Ed. Thesis in Health and Physical Education]. Bangkok: Faculty of Graduate Studies, Chulalongkorn University; 2011. (In Thai)
 21. Pukpoonsab P, Wongpinpech P. The effect of participation in the emotional quotient development program on optimism of maintenance officers. The Journal of Faculty of Applied Arts 2015; 8(2): 132-42. (In Thai)
 22. Luenam A, Kupgan P. Emotional intelligence among students in the Faculty of Public and Environmental Health at Huachiew Chalearmprakit University. HCU Journal of Health Science 2015; 18(36): 151-70. (In Thai)
 23. Wacharasin C, Khamngoen R, Sriprasan C, Chivanon N. Association between family factors and emotional intelligence of 6-11-year-old children. Journal of Health Science Research 2017; 11(1): 12-22. (In Thai)
 24. Thipkumporn O, Pattanathaburt P, Noosorn N. Factors affecting emotional intelligence among high school students, Muang District Phitsanulok Province. Thai Journal of Health Education 2020; 43(1): 61-73. (In Thai)