

การศึกษาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรม  
โดยใช้กิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์

สารนิพนธ์

ของ

กรองทอง จุลิรัชนิกร

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา  
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาการศึกษาพิเศษ

พฤษภาคม 2549

การศึกษาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรม  
โดยใช้กิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์

สารนิพนธ์

ของ

กรองทอง จุฬิรัชนี้กร

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา  
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาการศึกษาพิเศษ

พฤษภาคม 2549

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

การศึกษาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรม  
โดยใช้กิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์

บทคัดย่อ  
ของ  
กรองทอง จุลิรัชนิกร

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา  
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาการศึกษาพิเศษ  
พฤษภาคม 2549

กรองทอง จุลิรัชนี้กร. (2549). การศึกษาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรม โดยใช้กิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์. สารนิพนธ์ กศ.ม. (การศึกษาพิเศษ).  
กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ :  
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดารณี ศักดิ์ศิริผล.

การวิจัยครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรมจากการจัดกิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาเป็นเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรมและขาดความฉลาดทางอารมณ์ชั้นอนุบาล 3 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2548 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา จำนวน 10 คน โดยการคัดเลือกอย่างเจาะจง

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กอายุ 3-5 ปี แบบประเมินพฤติกรรมเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรม (SDQ) กิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ ใช้แบบแผนการทดลองแบบ One Group Pretest – Posttest Design การวิเคราะห์ข้อมูลใช้สถิติค่าเฉลี่ย ความเบี่ยงเบนมาตรฐาน การทดสอบสมมติฐานใช้ สถิติ t-test for Dependent

ผลการวิจัยพบว่า กิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ สามารถพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรม หลังจากได้รับการจัดกิจกรรมสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

A STUDY ON EMOTIONAL QUATIENT OF THE BEHAVIORALLY  
DISORDERED CHILDREN BY EMOTIONAL DEVELOPMENT ACTIVITIER

AN ABSTRACT

BY

KRONGTONG JULIRATCHANEEKRON

Presented in partial fulfillment of the requirements  
For the Master of Education degree in Special Education  
At Srinakharinwirot University

May 2006

Krongtong Juliratchaneekron. (2006). *A Study Emotional Quotient of the Behaviorally Disordered Children by Emotional Development Activitier*. Master Project, M.Ed. (Special Education). Bangkok : Graduate School, Srinakharinwirot University. Advisor Committee : Asist Prof. Daranee Saksiripon.

The purpose of this study was to improve the emotion intelligence of the behaviorally disordered children by Emotional Development Activitier. The sample for this study was 10 Behaviorally Disordered Children in Early Childhood 3, the first semester of 2005, at Satidratjabhat Songkhla University School. The research design of this study was the One Group Pretest – Posttest Design. The instruments were Emotional Quotient for 3 – 5 years test, Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ) and Emotional Development Activitier. The collected data were analyzed using mean, standard deviation and t-test for Dependent.

It was found that the emotion intelligence of the behaviorally disordered students, after exposures to the development activities increased, significantly at .01 level.

อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ ประธานคณะกรรมการบริหารหลักสูตร และคณะกรรมการ  
สอบได้พิจารณาสารนิพนธ์ เรื่อง การศึกษาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรม  
โดยใช้กิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ ของ กรองทอง จุลรัชนีกร ฉบับนี้แล้ว เห็นสมควร  
รับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาการศึกษา  
พิเศษของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒได้

อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์

.....  
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ดารณี ศักดิ์ศิริผล)

ประธานคณะกรรมการบริหารหลักสูตร

.....  
(ศาสตราจารย์ผดุง อารยะวิญญู)

คณะกรรมการสอบ

..... ประธาน  
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ดารณี ศักดิ์ศิริผล)

..... กรรมการสอบสารนิพนธ์  
(อาจารย์พัชรี จิวพัฒนกุล)

..... กรรมการสอบสารนิพนธ์  
(อาจารย์เรวดี กระโหมวงศ์)

อนุมัติให้รับสารนิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาการศึกษาพิเศษ ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

..... คณบดีคณะศึกษาศาสตร์

## ประกาศคุณูปการ

สารนิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จได้ด้วยดี โดยความกรุณาของ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ดารณี ศักดิ์ศิริผล ประธานที่ปรึกษาในการให้คำปรึกษา คำแนะนำ ข้อคิด และการแก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ ศาสตราจารย์ผดุง อารยะวิญญู กรรมการควบคุมสารนิพนธ์ อาจารย์พัชรี จิวพัฒนกุล กรรมการสอบปากเปล่าสารนิพนธ์ ที่แต่งตั้งเพิ่มเติม อาจารย์เรวดี กระโหมวงศ์ กรรมการในการตรวจสอบและให้คำแนะนำเกี่ยวกับสถิติการวิจัย ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งในความกรุณาอย่างยั้งและขอกราบขอบพระคุณอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอกราบขอบพระคุณ อาจารย์จำเป็น สังข์มุสิกานนท์ อาจารย์ประจำภาควิชาการศึกษาพิเศษ มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา คุณกนกวรรณ บุญเสริม พยาบาลวิชาชีพฝ่ายงานชุมชน โรงพยาบาลจิตเวชสงขลาราชนครินทร์ คุณกัณณวณิช สกุนทร์ นักจิตวิทยาประจำโรงพยาบาลจิตเวชสงขลาราชนครินทร์ คุณนวลนภา แซ่เซ่ง นักจิตวิทยาประจำศูนย์สุขภาพจิตเขต 12 จังหวัดสงขลา ที่ได้เสนอแนะและเป็นผู้เชี่ยวชาญในการตรวจสอบ เครื่องมือ ในการทำสารนิพนธ์ฉบับนี้

ขอกราบขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ดวงจิต แก้วอุบล ผู้อำนวยการโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา ผู้บริหารและคณะครูผู้สอน ที่อำนวยความสะดวกเป็นอย่างดีในการทำสารนิพนธ์ ตลอดจนขอขอบคุณนักเรียนที่มีปัญหาทางพฤติกรรมระดับอนุบาล 3 ทุกคน ที่ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน

ขอขอบคุณเพื่อน ๆ ปริญญาโท วิชาเอกการศึกษาพิเศษทุกคนที่คอยให้กำลังใจ ให้ความช่วยเหลือ บรรณารักษ์ห้องวิทยฐานบริการ คุณสายสวาท บั้นแก้ว ศึกษานิเทศก์ สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาสงขลา เขต 1 ที่เอื้ออำนวยความสะดวกในการค้นคว้าตำรา เอกสาร และผู้ที่เกี่ยวข้องทุกท่านที่คอยแนะนำให้สารนิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จได้ด้วยดี

ประการสำคัญอย่างยิ่งที่ทำให้ผู้วิจัยมีกำลังใจ อันส่งผลให้สารนิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงได้นั้น คือ กำลังใจจากคุณพ่อ คุณแม่ น้องสาวและญาติ ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณทุกท่านมา ณ ที่นี้ คุณค่าและประโยชน์อันพึงมีจากสารนิพนธ์ฉบับนี้ ขอมอบเป็นเครื่องบูชาพระคุณบิดา มารดา ที่ให้โอกาสทางการศึกษา อบรมเลี้ยงดู ให้ความรัก ความอบอุ่น กำลังใจ และพระคุณของอาจารย์ทุกท่านที่ได้ถ่ายทอดความรู้ ประสิทธิ์ประสาทวิชาแก่ผู้วิจัย ที่ทำให้ผู้วิจัยได้รับความสำเร็จทางการศึกษา

กรรองทอง จุลิรัชนีกร



# สารบัญ

บทที่

	หน้า
<b>1 บทนำ</b> .....	1
ภูมิหลัง .....	1
ความมุ่งหมายของการวิจัย .....	2
ความสำคัญของการวิจัย .....	2
ขอบเขตของการวิจัย .....	2
กรอบแนวคิดในการวิจัย .....	4
สมมติฐานในการวิจัย .....	4
<b>2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง</b> .....	5
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรม.....	5
ความหมายของเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรม.....	5
ลักษณะของเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรม.....	7
สาเหตุของเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรม.....	8
การคัดแยกเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรม.....	10
การช่วยเหลือเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรม.....	12
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรม.....	14
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความฉลาดทางอารมณ์.....	15
ประวัติและความเป็นมาของความฉลาดทางอารมณ์.....	15
ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์.....	16
แนวทางการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์.....	17
โครงสร้างของความฉลาดทางอารมณ์.....	20
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความฉลาดทางอารมณ์.....	22
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์.....	23
ความหมายของกิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์.....	23
ลักษณะแนวคิดของกิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์.....	29
ประเภทของกิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์.....	29
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์.....	34

## สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
<b>3</b>	<b>วิธีดำเนินการวิจัย</b> ..... 35
	ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย ..... 35
	การสร้างเครื่องมือในการวิจัย ..... 35
	การดำเนินการทดลอง ..... 37
	การวิเคราะห์ข้อมูล ..... 38
	สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ..... 38
<b>4</b>	<b>ผลการวิเคราะห์ข้อมูล</b> ..... 40
<b>5</b>	<b>สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ</b> ..... 42
	<b>บรรณานุกรม</b> ..... 46
	<b>ภาคผนวก</b> ..... 49
	ภาคผนวก ก..... 50
	ภาคผนวก ข..... 78
	<b>ประวัติย่อผู้วิจัย</b> ..... 86

## บัญชีตาราง

ตาราง	หน้า
1 ตารางการกำหนดการจัดกิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์.....	38
2 คะแนนเฉลี่ยและคะแนนความเบี่ยงเบนมาตรฐานของความฉลาดทางอารมณ์ ก่อนและหลังการจัดกิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ .....	40
3 การเปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรม ระหว่าง ก่อนและหลังการจัดกิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ .....	41

# บทที่ 1

## บทนำ

### ภูมิหลัง

เด็กจำนวนหนึ่งเติบโตมาด้วยการเลี้ยงดูที่อยู่ในสภาพอารมณ์ที่รุนแรง ในระดับที่เบี่ยงเบนไปจากลักษณะทางอารมณ์และพฤติกรรมของเด็กปกติทั่วไป ทำให้เด็กกลุ่มนี้ถูกจัดเป็นเด็กที่มีความต้องการพิเศษกลุ่มหนึ่ง ซึ่งต้องได้รับการช่วยเหลือแก้ไขก่อนที่จะสายเกินแก้ เพราะถ้าไม่ได้รับการช่วยเหลือแก้ไขให้ทันท่วงที จะทำให้กลายเป็นเด็กที่มีปัญหาเกี่ยวกับตนเอง และก่อปัญหาเป็นภัยต่อผู้อื่นในสังคม ซึ่งอาจเรียกได้ว่า เป็นเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรม ซึ่งลักษณะของเด็กกลุ่มนี้ จะไม่สามารถสร้างสัมพันธภาพอันลึกซึ้งกับใคร ๆ ไม่รู้สึกผูกพันกับใคร มักมีเพื่อนในจินตนาการ ผู้ใหญ่ไม่ค่อยอยากจะมีสัมพันธภาพกับเด็ก สาเหตุที่ทำให้เด็กเป็นเช่นนี้ยังไม่ทราบชัดเจน แต่การศึกษาค้นคว้าวิจัยในปัจจุบัน อธิบายว่า เกิดจากการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างเด็กกับสิ่งแวดล้อมเชิงสังคมที่ไม่เอื้อต่อวุฒิภาวะทางสังคม และความผิดปกติในเชิงชีววิทยา ซึ่งเด็กจะมีพฤติกรรมที่เก็บตัว ถอยหนีสังคม ไม่มีสัมพันธภาพกับใครแบบรู้จักให้และรู้จักรับ มีพฤติกรรมต่อต้านสังคมในรูปแบบต่าง ๆ เช่น ก้าวร้าว ชอบทำตัวเป็นนาย ชอบครอบงำคนอื่น ชอบหาเรื่องทะเลาะกัน อิจฉา ขาดความรับผิดชอบ มักทำลายและทำร้ายผู้อื่น (ศรีเรือน แก้วกังวาล. 2545 : 168-169)

เด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรมนั้น ย่อมพบเห็นอยู่ในทุกโรงเรียนทุกสถาบันการศึกษา ตั้งแต่ระดับอนุบาลขึ้นไป จะต่างกันก็ตรงที่มีจำนวนมากหรือน้อยและมีปัญหาทางพฤติกรรมในขั้นรุนแรงเพียงใด เด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรมในโรงเรียนมักก่อปัญหาให้แก่ครูประจำชั้น ผู้ปกครอง เพื่อนนักเรียนด้วยกัน ตลอดจนผู้เกี่ยวข้องอื่น ๆ และปัญหาต่าง ๆ นี้ย่อมส่งผลต่อตัวเด็กเช่นกัน โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ส่งผลกระทบต่อผลการเรียนของเด็ก เด็กจะมีผลการเรียนต่ำ เข้ากับเพื่อนไม่ได้ มักก่อแค้นและสร้างความวุ่นวายในชั้นเรียน ล้อเลียนเพื่อน เพื่อความสนุกสนานของตนเอง ส่งเสียงดังและเสียงหัวเราะเป็นที่รำคาญ ในการเรียนการสอน เด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรม ครูจะต้องเผชิญกับปัญหาทางพฤติกรรมของเด็กมากมาย ที่จะต้องคอยแก้ไขปัญหาดังกล่าว ซึ่งเด็กบางคนจะมีพฤติกรรมรุนแรงขึ้นเมื่อเด็กมีอายุมากขึ้นด้วยเช่นกัน

จากลักษณะที่ได้กล่าวมา แสดงให้เห็นว่าเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรม มีความบกพร่องทางอารมณ์ ไม่สามารถควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเองได้ ขาดสติความยับยั้งอารมณ์และพฤติกรรม การไม่รู้จักเห็นใจผู้อื่น และขาดความรับผิดชอบต่อส่วนรวม เรียกว่า ขาดทักษะความฉลาดทางอารมณ์ ดังที่โกแมน (Goleman. 1995 : 317) กล่าวว่า ความฉลาดทางอารมณ์ คือความสามารถในการตระหนักถึงความรู้สึกของตนเอง และความรู้สึกของผู้อื่น สามารถบริหารจัดการกับอารมณ์เพื่อเป็นที่ยอมรับในการสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่น ได้อย่างประสบความสำเร็จ เพื่อให้เกิดความตระหนักรู้จักตนเอง การควบคุมอารมณ์ การเอาใจเขามาใส่ใจเรา และมีทักษะทางสังคมที่ดี

การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์สามารถทำได้หลายวิธี กิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เป็นวิธีการหนึ่งที่จะช่วยเสริมสร้างให้เด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรมสามารถซึมซับและพัฒนาให้มีความฉลาดทางอารมณ์สูงขึ้น อันจะนำไปสู่พฤติกรรมที่ใกล้เคียงกับพฤติกรรมปกติ ก่อให้เกิดความเก่ง ดี มีสุข ได้

จากปัญหาและความสำคัญดังกล่าว ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาถึงความฉลาดทางอารมณ์ โดยการใช้กิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรม ระดับชั้นอนุบาล 3 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา

### ความมุ่งหมายของการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ตั้งจุดมุ่งหมาย เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรม จากการจัดกิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์

### ความสำคัญของการวิจัย

ผลของการวิจัยครั้งนี้จะเป็นแนวทางให้ครู อาจารย์ ผู้ปกครอง และบุคลากรที่เกี่ยวข้อง นำเอากิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ ไปใช้ในการจัดกิจกรรมแก่เด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรมระดับชั้นอนุบาล 3 ได้

### ขอบเขตของการวิจัย

#### ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักเรียนที่มีปัญหาทางพฤติกรรมและขาดความฉลาดทางอารมณ์ ชั้นอนุบาล 3 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักเรียนที่มีปัญหาทางพฤติกรรมและขาดความฉลาดทางอารมณ์ ชั้นอนุบาล 3 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2548 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา จำนวน 10 คน โดยการคัดเลือกอย่างเจาะจง มีวิธีการคัดเลือก ดังนี้

1. ให้ครูประจำชั้นอนุบาล 3 เสนอรายชื่อนักเรียนที่สังเกตว่ามีปัญหาทางพฤติกรรมและขาดความฉลาดทางอารมณ์
2. ศึกษาประวัติของเด็กจากครอบครัว
3. ประเมินพฤติกรรมที่เป็นปัญหา ได้แก่ ก้าวร้าว ก่อความวุ่นวายในชั้นเรียนและประเมินความฉลาดทางอารมณ์โดยใช้แบบประเมินของกรมสุขภาพจิต
4. เลือกกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 10 คน

### ตัวแปรที่ศึกษา คือ

1. ตัวแปรต้น คือ กิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์
2. ตัวแปรตาม คือ ความฉลาดทางอารมณ์

### นิยามศัพท์เฉพาะ

1. **เด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรม** หมายถึง นักเรียนที่มีพฤติกรรมเบี่ยงเบนไปจากพฤติกรรมของนักเรียนที่อยู่ในวัยเดียวกัน ได้แก่ เรียกร้องความสนใจ ส่งเสียงดังขณะที่ครูสอน ทำเสียงอึกทึก ครีกริโครม พุดหยาบคาย ทำร้ายผู้อื่น ก่อความวุ่นวายในชั้นเรียน พฤติกรรมเช่นนี้ส่งผลกระทบต่อการเรียนรู้ของตนเองและผู้อื่น

2. **ความฉลาดทางอารมณ์** หมายถึง ความสามารถทางอารมณ์ที่จะช่วยให้การดำเนินชีวิตเป็นไปอย่างสร้างสรรค์และมีความสุข ความสามารถในการรู้จัก เข้าใจและควบคุมอารมณ์ของตนเองได้สอดคล้องตามวัย มีการประพฤติปฏิบัติตนในการอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างเหมาะสมและมีความสุข ซึ่งประกอบด้วยคุณลักษณะ 3 ด้าน คือ ดี เก่ง มีสุข

2.1 **ด้านดี** คือ ความพร้อมทางอารมณ์ที่จะอยู่ร่วมกับผู้อื่น โดยประเมินจากการควบคุมอารมณ์ การใส่ใจและเข้าใจอารมณ์ผู้อื่น

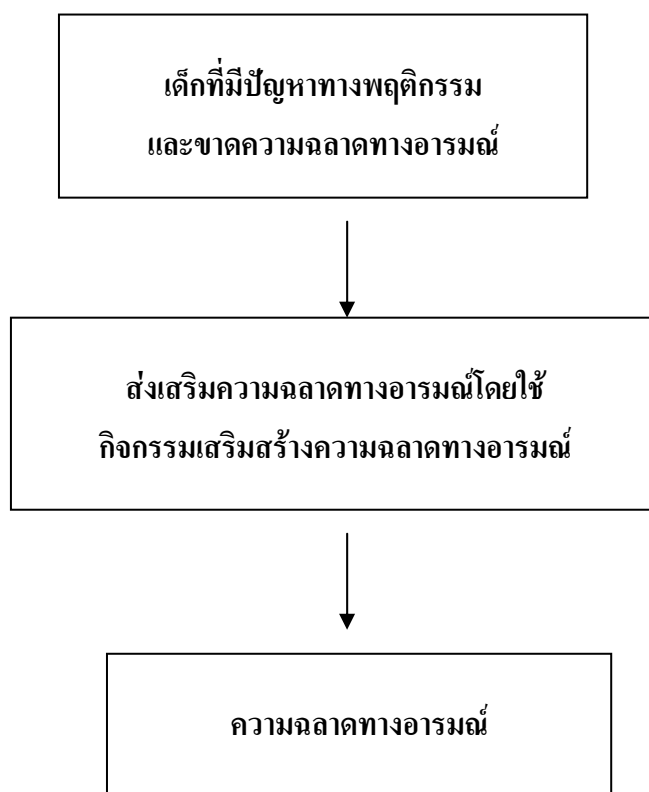
2.2 **ด้านเก่ง** คือ ความพร้อมที่จะพัฒนาตนไปสู่ความสำเร็จ โดยประเมินจากการมุ่งมั่นพยายาม การปรับตัวต่อปัญหาและการกล้าแสดงออกอย่างเหมาะสม

2.3 **ด้านสุข** คือ ความพร้อมทางอารมณ์ที่ทำให้เกิดความสุข โดยประเมินจากการมีความพอใจในตนเอง การรู้จักปรับใจและความรื่นเริงเบิกบาน

3. **กิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์** หมายถึง กิจกรรมที่เป็นพื้นฐานสำคัญในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ ซึ่งเป็นกิจกรรมที่นำมาพัฒนาเด็กแบ่งเป็น 8 ข้อ ดังนี้

- 3.1 การรู้จักและควบคุมอารมณ์
- 3.2 การพัฒนาความคิดอย่างมีเหตุผล
- 3.3 การรู้ว่าอะไรถูกอะไรผิด
- 3.4 การเข้าใจและเห็นความสำคัญของการอยู่ร่วมกัน
- 3.5 ทักษะในการเสริมสร้างคุณภาพของการอยู่ร่วมกัน
- 3.6 การสร้างแรงจูงใจ
- 3.7 การสื่อสารที่เหมาะสม
- 3.8 ความภาคภูมิใจในตนเอง

## กรอบแนวคิดในการวิจัย



## สมมติฐานในการวิจัย

ความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรมหลังได้รับการสอนด้วยกิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์สูงขึ้น

## บทที่ 2

### เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการวิจัยครั้งนี้ได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และได้นำเสนอตามหัวข้อต่อไปนี้

1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรม
  - 1.1 ความหมายของเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรม
  - 1.2 ลักษณะของเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรม
  - 1.3 สาเหตุของเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรม
  - 1.4 การคัดแยกเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรม
  - 1.5 การช่วยเหลือเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรม
  - 1.6 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรม
2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความฉลาดทางอารมณ์
  - 2.1 ประวัติและความเป็นมาของความฉลาดทางอารมณ์
  - 2.2 ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์
  - 2.3 แนวทางการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์
  - 2.4 โครงสร้างของความฉลาดทางอารมณ์
  - 2.5 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความฉลาดทางอารมณ์
3. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์
  - 3.1 ความหมายของกิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์
  - 3.2 ลักษณะแนวคิดของกิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์
  - 3.3 ประเภทของกิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์
  - 3.4 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์

#### 1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรม

##### 1.1 ความหมายของเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรม

ฟรอยด์ (เกสร ทมทิตชงค์. 2535 : 6 ; อ้างอิงจาก Freud. 1937 : 14) ได้ให้ความหมายของความก้าวร้าวในเชิงทฤษฎีสัญชาตญาณไว้ว่า ความก้าวร้าวที่แสดงออกมา คือ การทำลายคนอื่น มีจุดมุ่งหมายที่จะให้ผู้รับความก้าวร้าวนั้นมีอันตรายแตกดับไป ตามความหมายนี้ ถ้าเป็นการทำให้คนอื่นเดือดร้อนโดยเจตนาหรือไม่เจตนาก็ตาม ถือว่าเป็นความก้าวร้าวทั้งสิ้น



บัลล์ (นุชนาฏ หงษ์ไกรเลิศ. 2539 : 28 ; อ้างอิงมาจาก Buss. 1961 : 1-7) อธิบายความหมายของความก้าวร้าวว่า “ความก้าวร้าวเป็นการตอบสนองต่อสิ่งที่มากระตุ้น ในรูปของการกระทำอย่างทันที โดยมีเจตนาจะทำให้ผู้อื่นเจ็บปวดได้”

สำนักงานการศึกษาแห่งสหรัฐอเมริกา (ผดุง อารยะวิญญู. 25332 : 97 ; อ้างอิงจาก Renold Birch 1997) ได้ให้คำจำกัดความของเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรมไว้ว่า เด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรม หมายถึง เด็กที่มีลักษณะดังต่อไปนี้

1) ไม่สามารถเรียนหนังสือได้เหมือนเช่นเด็กปกติทั่วไป และการที่เด็กไม่สามารถเรียนได้นั้น มิได้มีสาเหตุมาจากองค์ประกอบทางสติปัญญา การรับรู้และสุขภาพ หรือความบกพร่องทางร่างกาย

2) ไม่สามารถรักษาความสัมพันธ์อันดีกับเพื่อนนักเรียนด้วยกันหรือครูได้

3) มีพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม เมื่อเปรียบเทียบกับเด็กปกติอื่น ๆ ในวัยเดียวกันมีความคับข้องใจ และมีความเก็บกดทางอารมณ์

4) แสดงอาการทางร่างกาย เช่น ปวดศีรษะ ปวดตามส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย หรือมีความหวาดกลัว เมื่อมีปัญหาล้วนตัวหรือปัญหาทางด้านการเรียน เด็กอาจมีลักษณะเพียงข้อใดข้อหนึ่งหรือหลายข้อก็ได้ และปัญหาจะต้องเกิดขึ้นและมีมาเป็นเวลานานแล้ว

ผดุง อารยะวิญญู (2543 : 97) นิยามทางการศึกษา ของเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรมว่า เด็กที่แสดงพฤติกรรมเบี่ยงเบนไปจากเด็กปกติทั่วไป และพฤติกรรมที่เบี่ยงเบนส่งผลกระทบต่อ การเรียนรู้ของเด็กและผู้อื่น พฤติกรรมที่เบี่ยงเบนนี้เป็นผลมาจากความขัดแย้งระหว่างเด็กกับสภาพแวดล้อมรอบตัวเด็ก และความขัดแย้งที่เกิดขึ้นในตัวเด็กเอง

นิยามเชิงปฏิบัติการ กล่าวว่า เด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรม หมายถึง เด็กที่แม้จะได้รับการทางด้าน การแนะแนวและการให้คำปรึกษาแล้ว ก็ยังมีความบกพร่องทางพฤติกรรมอยู่ในขั้นรุนแรงและมีปัญหาต่อเนื่องอย่างสม่ำเสมอ ปัญหาดังกล่าวเป็นอุปสรรคต่อการเรียนรู้ของนักเรียนด้วยตนเอง ปัญหาทางพฤติกรรมดังกล่าวมิได้มีสาเหตุมาจากความผิดปกติทางร่างกายและประสาทสัมผัสด้านการรับรู้

เกสร ทมทิตชงค์ (2535 : 43) เด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรม คือ เด็กที่มีพฤติกรรมเบี่ยงเบนไปจากพฤติกรรมของเด็กที่อยู่ในวัยเดียวกัน ซึ่งทำให้มีความขัดแย้งอย่างมาก ต่อความเจริญเติบโตและพัฒนาการของเด็ก เด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรมนี้ แบ่งเป็น 2 กลุ่มใหญ่ ๆ คือ เด็กที่มีปัญหาทางอารมณ์ ซึ่งเด็กเหล่านี้จะแยกตัวเองออกจากทุกคน เด็กที่มีปัญหาทางอารมณ์จะระบายอารมณ์โดยการแสดงออกทางกาย และเด็กที่มีการปรับตัวทางสังคมไม่ค่อยดี คือ เด็กที่มักทำผิดต่อกฎหมาย

กล่าวโดยสรุปว่า เด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรม หมายถึง เด็กที่มีการปรับตัวได้ไม่ดี อันเนื่องมาจากสภาพทางร่างกาย สติปัญญา สภาพความกดดัน ในการที่จะแสดงพฤติกรรมต่าง ๆ ที่

เป็นไปในทางก้าวร้าว ถดถอย ตีอรั้น อารมณ์ร้าย ชอบฝ่าฝืนระเบียบข้อบังคับของโรงเรียนอยู่เสมอ จนได้ชื่อว่าเป็นเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรม

## 1.2 ลักษณะของเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรม

การศึกษาพฤติกรรมของเด็กกระทำได้หลายรูปแบบ ขึ้นอยู่กับความสนใจและจุดมุ่งหมายของผู้ศึกษา จากการศึกษาผลงานการวิจัยของนักจิตวิทยาและนักการศึกษาจำนวนมาก อาจจำแนกพฤติกรรมที่เป็นปัญหาออกได้ 2 ประเภท คือ พฤติกรรมที่เกิดจากความขัดแย้งภายในตัวเด็กเอง และพฤติกรรมที่เกิดจากความขัดแย้งระหว่างเด็กกับสิ่งแวดล้อมที่อยู่ใกล้ตัวเด็ก การก้าวร้าวและการก่อกวน การเคลื่อนไหวที่ผิดปกติ และการปรับตัวที่ไม่ถูกต้อง เป็นพฤติกรรมที่เกิดขึ้นจากความขัดแย้งระหว่างเด็กกับสิ่งแวดล้อมรอบตัวเด็ก ส่วนความวิตกกังวล การมีปมด้อย การหนีสังคมและความผิดปกติทางการเรียน มีสาเหตุมาจาก ความขัดแย้งภายในเด็กเอง ดังนี้

1.2.1 ความก้าวร้าว การก่อกวน เด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรมมักแสดงออกในทางก้าวร้าว ก่อกวนความสงบสุขของผู้อื่น พฤติกรรมที่แสดงออกในทางก้าวร้าว อาจรวมไปถึงการแสดงออกซึ่งความโหดร้าย ทารุณสัตว์ ชกต่อยทำร้ายร่างกายตนเองและผู้อื่น ขู่ คุกคาม หิวดีร้องกระต๊อบเท้า ไม่เคารพเชื่อฟังครูและพ่อแม่ ฝ่าฝืนคำสั่งของครูหรือพ่อแม่ เด็กที่มีพฤติกรรมในลักษณะนี้ มักมีความขัดแย้งกับคนใกล้เคียง พฤติกรรมอาจรุนแรงขึ้นหากไม่ได้รับการแก้ไข

1.2.2 การเคลื่อนไหวที่ผิดปกติ หมายถึง การอยู่ไม่นิ่ง เคลื่อนไหวอยู่ตลอดเวลา โดยปราศจากจุดมุ่งหมาย และไม่ได้รับการอนุญาตจากครู เด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรมอาจมีพฤติกรรมในลักษณะนี้ นอกจากนี้ยังมีความสนใจสั้น สนใจบทเรียนได้ไม่นาน ขาดสมาธิในการเรียน หันเหความสนใจไปสู่สิ่งอื่นได้ง่าย เด็กที่มีการเคลื่อนไหวที่ผิดปกตินี้ อาจมีปัญหาการก้าวร้าวร่วมด้วยก็ได้

1.2.3 การปรับตัวทางสังคม เด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรม มีการปรับตัวทางสังคมที่ไม่ถูกต้อง ซึ่งหมายถึงการฝ่าฝืนกฎเกณฑ์ที่เป็นที่ยอมรับของสังคมและพฤติกรรมนี้อาจรุนแรงขึ้นในช่วงวัยรุ่น

1.2.4 ความวิตกกังวลและปมด้อย เด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรม อาจไม่กล้าแสดงออก ในชั้นเรียน บางคนมีความประหม่าอย่างเห็นได้ชัด เมื่อจำเป็นต้องออกไปรายงานหน้าชั้น บางคนมีอาการตัวร้อนและเป็นไข้ เมื่อถึงเวลาไปโรงเรียน บางคนขาดความเชื่อมั่นในตนเองอย่างเห็นได้ชัดในบางคน ร้องไห้บ่อย พฤติกรรมเหล่านี้จัดเป็นพฤติกรรมที่เกิดจากความวิตกกังวลหรือจากปมด้อยของแต่ละบุคคล เด็กที่มีพฤติกรรมในลักษณะดังกล่าวนี้ถือว่าเป็นเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรม แต่ความรุนแรงของพฤติกรรมในแต่ละบุคคลอาจแตกต่างกันไป พฤติกรรมที่ค่อนข้างรุนแรง และสม่ำเสมอเท่านั้น จึงจัดเป็นพฤติกรรมของเด็กที่ต้องการได้รับการบริการทางการศึกษาพิเศษ

1.2.5 การหนีสังคม หรือการปลีกตัวออกจากสังคมเป็นพฤติกรรมที่เบี่ยงเบนอย่างหนึ่งของเด็ก สังเกตได้จากการที่เด็กไม่พูดคุยน ไม่เล่นกับเพื่อน ไม่ร่วมกิจกรรมที่ทางโรงเรียนจัดขึ้น เด็กประเภทนี้มีลักษณะเป็นคนขี้อาย พูดไม่เก่ง ไม่กล้าพูดต่อหน้าสาธารณชน ไม่กล้าพูดในที่

ประชุม บางคนเป็นคนเจ้าอารมณ์ เด็กเหล่านี้ขาดทักษะที่จำเป็นในการติดต่อกับผู้อื่น ขาดความเชื่อมั่นในตนเองในด้านการพูด เด็กจึงชอบอยู่คนเดียว ทำงานคนเดียว เด็กเหล่านี้อาจมีปฏิสัมพันธ์กับเด็กอื่นได้ แต่มักเป็นไปในลักษณะแสดงอาการก้าวร้าว ไม่มีวุฒิภาวะ หรือไม่ก็แสดงพฤติกรรมทางสังคมที่ไม่เหมาะสม

1.2.6 ความผิดปกติในทางการเรียน สังคมมักกำหนดว่า หน้าที่สำคัญของเด็ก คือ การเรียน เด็กที่มีผลการเรียนดี มักเป็นที่ชื่นชมของครู ผู้ปกครองและเพื่อน เด็กที่เรียนไม่ดี อาจไม่ได้รับการยกย่องเท่าที่ควร ซึ่งมีผลต่อการปรับตัวของเด็ก เด็กที่เรียนไม่ดี อาจกลายเป็นเด็กที่มีปัญหา การศึกษาวิจัยเป็นจำนวนมากระบุว่า เด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรมมีผลการเรียนต่ำ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในด้านการอ่าน การสะกดคำ และคณิตศาสตร์ (ผดุง อารยะวิญญู, 2533 : 100-101)

กล่าวโดยสรุป ลักษณะของเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรม อาจเป็นเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรมต่าง ๆ เช่น เร็วร้อนใจ ความสนใจ ทำเสียงอึกทึกกรีกโครม หยาดคาย ก้าวร้าว ทั้งทางวาจาและทางกาย เป็นเด็กที่อยู่ไม่นิ่ง ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง ขาดความสนใจ เกียจคร้าน ชอบทำลายข้าวของ กลัว วิดกกังวล ซึ่งเด็กกลุ่มนี้มักจะมีพฤติกรรมไม่เหมือนคนอื่น และมักทำผิดกฎหมาย

### 1.3 สาเหตุของเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรม

ในสมัยก่อน เด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรมอย่างรุนแรงถือว่าเป็นคนป่วย ซึ่งเป็นการโยนความผิดไปที่ตัวเด็ก โดยที่ครูเป็นจำนวนมากที่สอนเด็กเหล่านี้เห็นด้วย และเป็นผลให้ครูปฏิบัติต่อเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรมเล็กน้อย เหมือนกับเด็กที่มีปัญหารุนแรง ปัจจุบันปัญหาทางพฤติกรรมของเด็กนั้น เชื่อกันว่ามาจากตัวเด็กเอง และจากสิ่งแวดล้อมของเด็ก จากการปฏิบัติต่อกันระหว่างตัวเด็กและคนสำคัญในชีวิตเด็ก แหล่งปัญหาอาจกล่าวได้ว่า เป็นปัญหาที่มาจากตัวเด็ก และปัญหาที่มาจากสิ่งแวดล้อม ซึ่งมีรายละเอียด ดังนี้

1.3.1 ปัญหาจากทางร่างกาย ได้แก่ สมองได้รับบาดเจ็บ ร่างกายผิดปกติ เช่น เด็กที่เป็นโรคลมชักที่มีลักษณะเหมือนฝันกลางวัน เด็กอาจมีอาการชั่วคราวระยะเวลานั้น ๆ ซึ่งช่วงเวลาที่เด็กไม่ได้ยินการสอนตอนสำคัญ หรือตอนที่ครูออกคำสั่งให้ทำงาน เด็กอาจถูกครูดุว่าไม่ฟังและไม่ดูตามเวลาคนอื่นทำ แต่ถ้าครูทราบว่าเป็นโรคทางร่างกายก็อาจจะสอนซ้ำหรือออกคำสั่งซ้ำ เพื่อให้เด็กได้มีโอกาสปะติดปะต่อการเรียนรู้การสอนได้ เด็กที่โกรธง่าย อาจเป็นผลมาจากต่อมต่าง ๆ ทำงานไม่เป็นปกติ อาจทำให้เด็กโกรธง่าย หรือมุ้งร้ายเป็นศัตรูกับผู้อื่น ถ้าครูสังเกตเห็นว่าพฤติกรรมเช่นนี้เกิดขึ้นทุกวันก่อนถึงเวลาอาหารกลางวันเพียงเล็กน้อย ซึ่งเป็นเวลาที่ร่างกายของเด็กกำลังมีปฏิกิริยาตอบสนองต่อความผิดพลาดทางร่างกาย ครูจึงควรต้องทราบสาเหตุผลต่าง ๆ จากทางร่างกายนั้นสามารถทำให้พฤติกรรมเปลี่ยนไปจากธรรมดาและควรที่จะหาทางทุกทางเพื่อช่วยเหลือแก้ไข โดยปรึกษาแพทย์ ซึ่งแพทย์อาจควบคุมหรือแก้ไขด้วยการให้ยา

1.3.2 ปัญหาทางจิตใจ อาจจะเนื่องมาจากความแตกต่าง ระหว่างความสามารถของ เด็ก มาตรฐานของสังคม หรืออาจจะเนื่องมาจากเด็กขาดทักษะในการที่จะเผชิญกับปัญหาต่าง ๆ เช่น

เด็กถูกบังคับให้ทำงานที่เขาไม่สามารถทำได้ เขาก็อาจจะทิ้งงานนั้นไปหรือเด็กอาจจะตื่นเต้น เครียด และแสดงอาการโกรธต่อนักเรียนคนอื่น ต่อครู หรือต่อตำราเรียน เด็กอาจแสดงปฏิกิริยามุ่งร้ายหรือ แยกตัวออกไปเลยเมื่อถูกล้อเลียน เป็นต้น

1.3.3 ปัญหาที่มาจากสิ่งแวดล้อม หมายถึง ความยากจน ความกดดันจากโรงเรียน สภาพครอบครัว ปัญหาเรื่องผิว เด็กส่วนใหญ่จะเรียนรู้วิธีการแสดงออกถึงอารมณ์ โกรธ เกือบและความคับข้องใจ ออกมาในลักษณะที่ยอมรับโดยสังคมโรงเรียน เพื่อนบ้านและครอบครัว แต่ถ้าหากเด็กไม่สามารถเรียนรู้วิธีการแสดงออกที่สังคมยอมรับ เด็กจะมีปัญหาทางพฤติกรรมขึ้น

สาเหตุส่วนใหญ่ที่มีผลต่อพฤติกรรมเด็ก มีดังนี้

1 สภาพครอบครัว เด็กที่มาจากครอบครัวแตกแยก ครอบครัวหย่าร้าง บิดาหรือมารดาตาย ทำให้เด็กขาดความอบอุ่นในครอบครัว เด็กเกิดความรู้สึกไม่มีความปลอดภัย ไม่เป็นที่ต้องการของใคร เด็กมีความลำบากใจในการปรับตัวเพื่อให้เข้ากับฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งและเริ่มเกิดความสับสนในอารมณ์ว่าตนควรจะทำตนเช่นใดในสภาพแวดล้อมเช่นนั้น

2 สภาพโรงเรียน ครูและเด็กไม่เข้าใจกัน สิ่งแวดล้อมในปัจจุบันเปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็วจนทำให้เกิดช่องว่างระหว่างวัยหรือช่องว่างระหว่างความคิด ครูบางคนยังคงใช้วิธีและหลักสูตรการเรียนการสอนแบบเดิมอยู่ เด็กเกิดความเบื่อหน่ายในบทเรียน ลักษณะครูสมัยก่อนยังใช้วิธีทำโทษ ดุ ว่าและตี ทำให้เด็กเกิดความคับข้องใจ และเมื่อเด็กไม่เป็นที่ยอมรับของครูก็ย่อมมีผลสะท้อนมาถึงเพื่อนร่วมชั้นด้วย จึงไม่มีใครอยากจะเป็นเพื่อนกับเด็กคนนั้น เด็กจึงมีปัญหาด้านการปรับตัว มีปมด้อยและมีความขัดแย้งในตนเองเกิดขึ้น เมื่อเด็กเกิดความสับสนทางอารมณ์ก็ย่อมมีผลกระทบต่อปัญหาด้านลักษณะความประพฤติและความสามารถที่จะควบคุมตนเองให้มีสมาธิทางการเรียนได้ เด็กจะแสดงออกในรูปแบบต่อต้านสภาพแวดล้อมในห้องเรียนก็คือ การขาดเรียน มีอาการทางประสาท ควบคุมตนเองไม่ได้ ไม่สนใจในเรื่องความสะอาด อารมณ์เสียเป็นประจำ เหม่อลอย ผลการเรียนตกต่ำ ทำร้ายเพื่อนหรือขว้างปาของ

1.3.4 ปัญหาจากพันธุกรรมและการรับเชื้อโรคบางชนิด ปัญหาจากพันธุกรรมและการรับเชื้อโรคบางชนิดที่มีผลกระทบกระเทือนถึงสมอง ได้แก่ เด็กออทิสติกซึ่งทางการแพทย์ในสหรัฐอเมริกาวินิจฉัยว่าเป็นโรคทางจิต และโรคอื่นที่พบเห็นมาก คือ โรคเบาหวาน พฤติกรรมของเด็กที่มีปัญหามักจะแสดงออกมาในรูปแบบของการต่อต้านสังคม กฎระเบียบและข้อห้ามต่าง ๆ อาจถึงขั้นทำผิดกฎหมายได้ เด็กพวกนี้จึงไม่เป็นที่พึงประสงค์ของครู และทางโรงเรียนก็ไม่ทำตามระเบียบข้อบังคับ หนีโรงเรียนประพฤติตนไปในทางที่เสื่อมเสีย ทำผิดกฎหมาย (เกสร ทมทิต ชงค์. 2535 : 47)

กล่าวโดยสรุปได้ว่า เด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรมอาจมีสาเหตุมาจากสิ่งต่าง ๆ ดังนี้

1) เป็นเด็กที่เกิดจากความผิดปกติทางร่างกาย เช่น การได้รับบาดเจ็บทางสมอง หรือความผิดปกติทางกายภาพอื่น ๆ

2) สาเหตุทางจิตวิทยา เป็นสาเหตุเฉพาะตัวบุคคลอาจไม่สามารถปรับอารมณ์และปรับตัวให้เข้ากับสังคมได้

3) สาเหตุมาจากสภาพแวดล้อม คือ เด็กไม่สามารถปรับตัวให้เข้ากับสังคมได้ เช่นคนอื่น มีสภาพครอบครัวที่ไม่อบอุ่น การอบรมเลี้ยงดูขาดการเอาใจใส่ มีความเก็บกดทางอารมณ์

#### 1.4 การคัดแยกเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรม

การสังเกตเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรม ไม่ใช่เป็นเรื่องยากเกินไปถ้าหากครูผู้ปกครอง ตั้งใจทำการสังเกต เพราะเด็กกลุ่มนี้ส่วนมากจะแสดงพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์อย่างโจ่งแจ้ง ชัดเจน ดุ่ง่ายกว่าเด็กที่มีปัญหาทางวุฒิภาวะ และเด็กที่มีปัญหาทางบุคลิกภาพประเภทอื่นๆ อย่างไรก็ตาม ผู้สนใจย่อมสังเกตเห็นเด็กกลุ่มที่ระบายนอารมณ์กับสิ่งภายนอกตนได้ง่ายกว่าเด็กกลุ่มที่เก็บกดอารมณ์ไว้ในตนอย่างเข้มข้น

นักจิตวิทยามีเกณฑ์บางประการในการประเมินแยกเด็กกลุ่มนี้ออกจากเด็กปกติ เด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรมต้องการได้รับการช่วยเหลือแก้ไขก่อนที่จะสายเกินแก้ ซึ่งอาจนำแบบทดสอบมาใช้เพื่อให้ทราบชัดเจนว่าเด็กคนใด มีพัฒนาการทางพฤติกรรมบกพร่อง เพื่อทำการบำบัดและช่วยเหลือ เกณฑ์การตัดสินที่เด็กจะได้รับการตัดสินใจว่าเป็นเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรม ควรมีคุณสมบัติ ดังนี้

1.4.1 เป็นเด็กที่แสดงพฤติกรรมทางอารมณ์ที่เบี่ยงเบนไปจากเด็กทั่วไปในวัยเดียวกัน ถึงแม้ว่าจะได้รับการให้คำปรึกษาแล้วก็ยังมีปัญหาทางอารมณ์อยู่ในลักษณะเดิม

1.4.2 การประเมินผลทางจิตวิทยา และการสังเกตอย่างมีระบบ ระบุว่า เด็กมีปัญหาด้านพฤติกรรมมาเป็นระยะเวลาอันยาวนาน

1.4.3 มีพฤติกรรมที่เป็นอุปสรรคต่อการเรียนของตน การอ่าน การเขียน คณิตศาสตร์ พัฒนาการทางสังคม พัฒนาการทางภาษา และการควบคุมพฤติกรรมของตนเอง

1.4.4 มีหลักฐานยืนยันว่าปัญหาของนักเรียนมิได้เกิดจากความบกพร่องทางร่างกาย การรับรู้และสติปัญญา

จะพบว่า เด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรม มักมีปัญหาทางอารมณ์ ดังที่กล่าวมานั้นตั้งแต่เด็ก แต่เด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรมในขั้นรุนแรงจะต้องมีคุณสมบัติเพิ่มขึ้นอีก 2 ข้อ คือ

1) มีหลักฐานยืนยันว่าเด็กต้องการบำบัดรักษา การให้คำแนะนำปรึกษาทั้งเป็นรายกลุ่มและรายบุคคล รวมทั้งผู้ปกครองของเด็กด้วย กิจกรรมดังกล่าวต้องเป็นกิจกรรมที่มีขั้นตอนและวิธีการที่แน่นอน เพื่อให้เด็กได้รับการตามลำดับขั้น

2) มีหลักฐานยืนยันว่าบริการในโครงการโรงเรียนการศึกษาพิเศษ ไม่สอดคล้องตามสภาพความบกพร่อง และความต้องการของเด็ก

การคัดกรองเด็กนั้น เด็กจะต้องได้รับการทดสอบทางพฤติกรรม ผู้ทดสอบอาจเป็นนักจิตวิทยา ครูการศึกษาพิเศษ หรือครูแนะแนว โดยใช้เครื่องมือต่อไปนี้เพียงเครื่องมือเดียวหรือหลายเครื่องมือก็ได้ ดังนี้

- 1) Devereux Rating Scale
- 2) Quay – Peterson Behavior Problem Checklist
- 3) Ottawa School Behavior Checklist
- 4) Walker Problem Behavior Identification Checklist
- 5) Child Behavior Rating Scale
- 6) Recorded Teacher Observations

นอกจากนี้เด็กจะต้องได้รับการทดสอบ ดังนี้

- 1) การตรวจสุขภาพ โดยแพทย์แผนปัจจุบัน
- 2) การทดสอบทางสายตา
- 3) การทดสอบทางการได้ยิน
- 4) การทดสอบทางภาษาและการพูด
- 5) การทดสอบทางจิตวิทยา ได้แก่ การทดสอบสติปัญญา การวัดบุคลิกภาพ วัด

#### ทัศนคติ

6) การทดสอบทางการศึกษา ได้แก่ การทดสอบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

7) การทดสอบทางจิตแพทย์ (ผดุง อารยะวิญญู. 2533 : 99)

การบันทึกการตรวจสอบเด็ก ควรทำ ดังนี้

- 1) ให้รายละเอียดเกี่ยวกับพฤติกรรมของเด็กอย่างเพียงพอ
- 2) สามารถนำไปใช้ได้ในการศึกษา

พฤติกรรมที่เขียนลงไปในการรายงานการตรวจสอบเด็ก ไม่ควรใช้คำหรือประโยคที่มีความหมายกว้าง ๆ การตรวจสอบอย่างละเอียดและเพียงพอ นั้นช่วยให้ครูสามารถเลือกวิธีแต่ละวิธีมาใช้กับปัญหาทางพฤติกรรมแต่ละอย่างให้เหมาะสมและถูกต้องได้

การตรวจสอบบางอย่างต้องทำโดยคนที่ได้รับการฝึกฝนมาเป็นพิเศษ เช่น นักจิตวิทยา นักแนะแนว นักจิตวิทยาคลินิกหรือจิตแพทย์ บุคคลเหล่านี้จะทำหน้าที่ตรวจสอบเด็กโดยใช้วิธีการต่าง ๆ ได้หลายอย่าง เช่น การสังเกต การตรวจสอบเด็กโดยใช้แบบทดสอบที่ครูทำขึ้นเอง

วิธีการตรวจสอบอาจทำได้ ดังนี้

1) การสังเกต ตามปกติครูจะสังเกตเมื่อเด็กเล่นข้างนอก เช่น เด็กเดินคนเดียวอย่างไม่ม่มีจุดมุ่งหมายหรือเปล่า เด็กมีทักษะในการเล่น เช่น โยนและรับลูกบอลหรือวิ่ง และเล่นเกมต่าง ๆ ได้หรือไม่ เพียงไร เราจะได้ข้อมูลที่มีประโยชน์จากการสังเกตเด็กในขณะที่เด็กเล่น

2) การตรวจสอบเด็กโดยใช้แบบทดสอบที่ครูทำขึ้นเอง เช่น แบบทดสอบที่ถามเด็กเกี่ยวกับตัวเด็กเอง ซึ่งครูอาจจะออกแบบทดสอบเพื่อใช้วัดการปรับตัวทางสังคมว่าสมดุลง พอดีกันไหม เพื่อให้ครูทราบว่าเด็กมีความรับผิดชอบในพฤติกรรมของตนเองแค่ไหน อย่างไร และเด็กมีความเห็นอย่างไรเกี่ยวกับตนเองในฐานะที่เป็นสมาชิกคนหนึ่งในชั้นเรียน

3) การให้เพื่อนลงความเห็น เป็นวิธีที่มีประสิทธิภาพอีกวิธีหนึ่งในการที่จะบอกเด็กคนไหนมีท่าทีว่าจะมีปัญหาทางสังคม วิธีที่ใช้มีสังคมมิติ และวิธีการให้เด็กแสดงว่าชอบเพื่อนคนไหน โดยให้วาดรูปเพื่อนหรือรูปเพื่อนที่ตนชอบ

กล่าวโดยสรุปว่า การคัดแยกเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรมในชั้นเรียนปกติ แม้ว่าจะไม่สามารถบอกได้ว่า เด็กคนไหนมีปัญหาทางพฤติกรรมแต่ครูเป็นคนสำคัญที่จะบอกได้ว่าเด็กคนไหนมีปัญหาและครูจะเป็นคนที่สามารถจัดส่งเด็กที่ต้องการ การวินิจฉัยคัดแยก เพิ่มเติมไปให้ผู้ที่มีความรู้ทำการตรวจสอบเด็ก นอกจากนี้ครูยังสามารถรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับตัวเด็ก เพราะครูพบว่าสามารถทำนายเด็กได้ว่าจะประสบผลสำเร็จในโรงเรียนหรือไม่ ข้อมูลจากการตรวจสอบ มีประโยชน์ต่อครูในการกระตุ้นและแก้ไขพฤติกรรมที่มีปัญหาของเด็กให้ลดลง ซึ่งเป็นส่วนช่วยให้เกิดผลดีต่อการเรียนการสอน

### 1.5 การช่วยเหลือเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรม

วิธีการช่วยเหลือเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรมนั้น ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับปัญหาของเด็ก ทั้งในแง่ลักษณะความเข้มและสิ่งแวดล้อมที่เป็นลักษณะเฉพาะของเด็กแนวทางกว้าง ๆ ที่อาจใช้ในการแก้ไขปัญหานั้นแนวคิดหลักของทฤษฎีจิตบำบัด ได้แก่ การบำบัดโดยให้เกิดการหยั่งรู้ บำบัดโดยการเล่น การบำบัดแบบกลุ่ม พฤติกรรมบำบัด ครอบครัวบำบัด และการบำบัดโดยใช้ยา นักการศึกษา นักจิตวิทยา และนักพฤติกรรมศาสตร์ อาจมีความคิดเห็นปลื้มก้อยแตกต่างกันบ้างในการช่วยเหลือเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรม ดังนั้น การช่วยเหลือเด็กอาจมีรูปแบบการช่วยเหลือ 3 รูปแบบ คือ รูปแบบทางจิตวิทยาการศึกษา รูปแบบทางจิตวิทยา และรูปแบบทางนิเวศวิทยา

1.5.1 รูปแบบทางจิตวิทยาการศึกษา นักจิตวิทยาการศึกษา มีความเชื่อว่าองค์ประกอบทางชีววิทยา และการอบรมเลี้ยงดูของผู้ปกครองมีอิทธิพลต่อพัฒนาการทางบุคลิกภาพของเด็ก พฤติกรรมอันไม่พึงประสงค์ ตลอดจนปัญหาทางอารมณ์ ล้วนมีมูลเหตุมาจากพัฒนาการทางบุคลิกภาพที่ดำเนินไปอย่างไม่ถูกต้องทั้งสิ้น พฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์อาจมีมากขึ้น หากทางบ้านและทางโรงเรียนไม่ดูแลเอาใจใส่ และหาทางลดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์เหล่านั้น ในการช่วยเหลือเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรม นักจิตวิทยาการศึกษา มีความเชื่อว่า ทางหนึ่งที่จะช่วยให้เด็กลดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ลงได้ คือ ให้เด็กเข้าใจปัญหาของตนเองและยินดีที่จะหาทางขจัดปัญหานั้น ๆ การช่วยเหลือเด็กนั้น ครูจะต้องทำให้เด็กเกิดความเชื่อถือ เกิดศรัทธา ทำให้เด็กมีกำลังใจที่จะต่อสู้กับปัญหาของตน ดังนั้น การเรียนการสอนจึงควรกระทำเป็นรายบุคคล ควรใช้เกม สถานการณ์จำลองและกิจกรรมอื่นที่แตกต่างไปจากที่ใช้กับเด็กปกติ จึงจะสามารถช่วยเหลือเด็กได้อย่างมีประสิทธิภาพ

1.5.2 รูปแบบทางจิตวิทยา นักจิตวิทยาได้ค้นพบหลักการเรียนรู้ และการปรับพฤติกรรมของเด็ก หลักการปรับพฤติกรรมนี้ สามารถนำมาใช้ในการปรับพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ได้ ตัวอย่างเช่น เด็กอาจจะเรียนรู้โดยการสังเกตพฤติกรรมของเด็ก โดยยึดพฤติกรรมที่ดีของเด็กปกติ เป็นแบบอย่าง นักพฤติกรรมศาสตร์รู้ว่า การที่ครูให้ความสนใจแก่พฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์นั้น ทำให้เด็กแสดงพฤติกรรมเช่นนั้นบ่อย ๆ ดังนั้น การปรับพฤติกรรมของเด็กจึงควรเน้นและให้ความ

สนใจพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์เท่านั้น พฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ไม่ควรได้รับความสนใจ ในการช่วยเหลือเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรมนั้น นักจิตวิทยาเชื่อว่า พฤติกรรมสามารถปรับได้ในการปรับพฤติกรรมของเด็กนั้น สิ่งแรกที่จะต้องกระทำ คือ พิจารณาว่า พฤติกรรมใดบ้างที่เป็นปัญหาและมีความจำเป็นต้องปรับ โดยการให้เพิ่มหรือลดลง หลังจากนั้นครูหรือนักจิตวิทยาอาจให้แรงเสริมเพื่อให้เด็กแสดงพฤติกรรมที่พึงประสงค์เพิ่มขึ้น หรืออาจใช้เทคนิคอื่น ๆ ในการลดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ลง การปรับพฤติกรรมสามารถนำมาใช้กับเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรมได้อย่างมีประสิทธิภาพ

1.5.3 รูปแบบทางนิเวศวิทยา นักนิเวศวิทยาเชื่อว่า เด็กเป็นส่วนหนึ่งของสังคม เด็กเป็นส่วนหนึ่งของโรงเรียนและโรงเรียนเป็นส่วนหนึ่งของสังคม พฤติกรรมของเด็กควรได้รับการยอมรับจากสังคม มิฉะนั้นแล้ว จะเกิดความไม่สงบในสังคมขึ้น หากพิจารณาในมุมกลับ พฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ของสมาชิกอีกกลุ่มหนึ่งในสังคม อาจเป็นพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ของสมาชิกกลุ่มหนึ่งก็ได้ ผู้ปกครอง ครูและบุคลากรในโรงเรียน อาจเห็นว่าพฤติกรรมบางอย่างของเด็กมีปัญหา แต่ความจริงแล้ว ระบบโรงเรียนต่างหากที่มีปัญหาเพราะไม่สามารถสนองธรรมชาติของเด็กเหล่านี้ได้

ในการช่วยเหลือเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรมนั้น นักนิเวศวิทยาเชื่อว่า ครูควรทำความเข้าใจกับทุกอย่างที่ประกอบขึ้นเป็นระบบในสังคม ทั้งนี้เพื่อหาทางขจัดสิ่งที่เป็นสาเหตุปัญหาของเด็ก เด็กอาจได้รับการปรับพฤติกรรม แต่นักนิเวศวิทยาเชื่อว่า นั้นยังไม่เป็นการเพียงพอ ควรมีการปรับปรุงเปลี่ยนแปลงสภาพแวดล้อมของเด็กเท่าที่จำเป็นด้วย และรวมไปถึงการปรับปรุงทัศนคติของครู นักเรียน ผู้ปกครอง ตลอดจนสมาชิกในชุมชน เพื่อให้มีความเข้าใจและยอมรับเด็กมากขึ้น โรงเรียนควรจัดบริการต่าง ๆ ให้แก่เด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรม ดังนี้

- 1) จัดบริการขึ้นในโรงเรียน เพื่อให้ครูแนะแนวได้ช่วยเหลือครูประจำชั้นอีกคนหนึ่ง
- 2) ควรจัดให้มีครูไปเยี่ยมบ้านของเด็ก เพื่อปรึกษาหารือกับบิดามารดาของเด็ก
- 3) ถ้ามีทางจะทำได้ควรจัดชั้นพิเศษให้เด็กเหล่านี้โดยตรง และควรจัดครูที่มีความเข้าใจในพัฒนาการทางด้านร่างกายและจิตใจของเด็ก เพื่อคอยแนะนำและแก้ไขความประพฤติที่ไม่เหมาะสมของเด็กได้

- 4) จัดให้มีกิจกรรมที่น่าสนใจ เพื่อให้เด็กมีโอกาसออกกำลังกายและแสดงความคิดเห็นของตนได้

- 5) ไม่ควรใช้วิธีลงโทษเด็ก เพราะจะทำให้เด็กเกิดปัญหาทางอารมณ์ เด็กจะเกิดความคับแค้นใจ ภายหลังจากถูกลงโทษ และอาจสร้างพฤติกรรมการแยกตัวออกจากสังคมได้ การลงโทษเป็นการสร้างสิ่งที่ไม่พึงพอใจ เกิดการหลีกเลี่ยง จึงเป็นไปได้ที่เด็กอาจจะหนีออกจากโรงเรียน ซึ่งก่อให้เกิดผลเสียแก่เด็กมากกว่าผลดี และอาจทำให้เกิดพฤติกรรมก้าวร้าว เด็กที่ถูกทำโทษ มักจะแสดงออกด้วยลักษณะของพฤติกรรมก้าวร้าว เช่น ขว้างปาของ กระที่บเท้า กล่าวคำหยาบ เป็นต้น

กล่าวโดยสรุปว่า การช่วยเหลือเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรม วิธีการที่ดีที่สุด ควรหลีกเลี่ยงการลงโทษเด็ก เนื่องจากอาจทำให้ส่งผลต่อพฤติกรรมและอารมณ์ของเด็ก และทำให้เกิดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ติดตัวเด็กไปตลอด



## 1.6 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรม

### งานวิจัยในต่างประเทศ

สก็อต และคนอื่น ๆ (นุชนาฏ หงส์ไกรเลิศ. 2539 : 33 ; อ้างอิงจาก Scott and Others. 1967 : 73-76) ได้ศึกษาวิธีการลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียน โดยใช้แรงเสริมทางสังคม ซึ่งผู้วิจัยได้ใช้วิธีการปรับพฤติกรรม เพื่อให้เด็กมีความสัมพันธ์กับเพื่อนมากขึ้น ในระยะแรกครูเพียงแต่สังเกตและบันทึกความถี่ของพฤติกรรมก้าวร้าว ในระยะที่สองครูได้รับคำแนะนำให้ใช้แรงเสริมทางสังคม คือ ให้คำชมเชยและให้ความสนใจเมื่อนักเรียนแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสม เช่น การช่วยเหลือผู้อื่น สนใจผู้อื่น พูดคุยกับผู้อื่นอย่างเป็นมิตร ตลอดจนมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็นในขณะเดียวกัน ครูจะไม่ให้แรงเสริมทางสังคม เมื่อนักเรียนแสดงพฤติกรรมก้าวร้าว ลดลงและนักเรียนมีความสัมพันธ์กับเพื่อนมากขึ้น

### งานวิจัยภายในประเทศ

สมพร สุทัศนีย์ (2523 : บทคัดย่อ) ได้ใช้ระบบแรงเสริมแลกเปลี่ยน เพิ่มความสามารถทางวิชาการของเด็กชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ที่มีความบกพร่อง จำนวน 10 คน ในรายวิชา 5 วิชา คือ อ่านเลข การสะกดคำ การเขียนชื่อ และการเขียนเรียงความภาษาอังกฤษ ในแต่ละสัปดาห์ครูจะให้ผู้รับการทดลองทำงานแต่ละอย่างและครูจะมีบันทึกพฤติกรรมการทำงานแต่ละอย่างที่เสร็จและถูกต้อง ในสัปดาห์ที่แล้ว และจะได้รับรางวัลในสัปดาห์ต่อมา เป็นเกรต นอกจากนี้โรงเรียนยังขอความร่วมมือจากพ่อแม่ให้เกรตแก่เด็กที่บ้าน ในสัปดาห์เช่นเดียวกับที่โรงเรียน จากผลการทดลองปรากฏว่า ความสามารถในการอ่าน ความสามารถทางคณิตศาสตร์ การสะกดคำ การเขียนชื่อ และการเรียงความเพิ่มขึ้นจากร้อยละ 68 ถึงร้อยละ 86 นอกจากความสามารถทางวิชาการเพิ่มขึ้นแล้วยังทำให้ความสัมพันธ์ระหว่างบ้านและโรงเรียนดีขึ้นด้วย

## 2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความฉลาดทางอารมณ์

### 2.1 ประวัติและความเป็นมาของความฉลาดทางอารมณ์

อีคิวถือเป็นเรื่องใหม่ในแวดวงการศึกษาและจิตวิทยา เพราะเพิ่งได้รับความสนใจและยอมรับในความสำคัญอย่างจริงจัง เมื่อ 10 กว่าปีมานี้ เดิมเคยเชื่อกันว่า ความสามารถทางเชาวน์ปัญญา คือ ปัจจัยสำคัญที่ทำให้มนุษย์ประสบความสำเร็จ มีชีวิตที่ดีและมีความสุข ต่อมาก็จิตวิทยาเริ่มตั้งข้อสงสัยต่อความเชื่อ ความเข้าใจดังกล่าว เพราะไม่เชื่อว่าความสำเร็จและความสุขในชีวิตของคน ๆ หนึ่ง จะขึ้นอยู่กับความสามารถทางเชาวน์ปัญญา แต่เพียงอย่างเดียว แต่ขึ้นอยู่กับความฉลาดทางอารมณ์

ในระยะแรกที่นักจิตวิทยา คิดและเขียนเกี่ยวกับเชาวน์ปัญญา ส่วนใหญ่จะให้ความสนใจกับความสามารถด้านความฉลาดรู้ของเชาวน์ปัญญา (Cognitive) เช่น ความจำ และการแก้ปัญหา แต่ก็มีนักจิตวิทยาหลายคนเริ่มเห็นความสำคัญของความฉลาดรู้ ที่ไม่เกี่ยวข้องกับเชาวน์ปัญญา (Non-Cognitive Aspects) เช่น เดวิด เวคสเลอร์ ได้ให้คำจำกัดความของเชาวน์ปัญญาว่า “เป็นความสามารถหลาย ๆ ด้านรวมกันของบุคคลในการกระทำอย่างมีจุดมุ่งหมาย คิดอย่างมีเหตุผลและการเข้ากับสิ่งแวดล้อมได้อย่างมีประสิทธิภาพ” และ เวคสเลอร์ ยังได้อธิบายเพิ่มเติมว่า ความฉลาดรู้ที่ไม่เกี่ยวข้องกับเชาวน์ปัญญาไม่รวมองค์ประกอบ 3 ด้าน คือ อารมณ์ บุคคลและสังคม และแบบทดสอบเชาวน์ปัญญาที่ไม่รวมองค์ประกอบทั้ง 3 ด้านนี้จะเป็นแบบทดสอบที่ไม่สมบูรณ์ และ โรเบิร์ต ทอนไดค์ ซึ่งให้ความสนใจด้านเชาวน์ปัญญาด้านสังคม แต่แนวคิดนี้ได้ถูกกลืนเลยในช่วงปี 1937 เป็นต้นมา จนกระทั่งถึง ค.ศ. 1983 เมื่อ การ์ดเนอร์ เริ่มเสนอแนวคิดที่ว่า ความสามารถภายในของบุคคลและความสามารถในการมีความสัมพันธ์กับบุคคลอื่น มีความสำคัญที่ควรทดสอบหรือประเมินได้เช่นเดียวกับการทดสอบเชาวน์ปัญญา และการทดสอบชนิดอื่น ๆ

ต่อมาได้มีข้อมูลจากการศึกษาวิจัยจำนวนมากที่แสดงว่า การเข้าใจและยอมรับเป็นคุณสมบัติที่สำคัญของการเป็นผู้นำที่มีความสามารถ โดยเฉพาะอย่างยิ่งข้อมูลจากการวิจัยชี้บ่งว่า ผู้นำสามารถสร้างความไว้วางใจซึ่งกันและกัน ความนับถือและการสร้างความเคารพซึ่งกันและกัน ต่อมาเมื่อ ซาโลเวย์และเมเยอร์ ได้ให้ความสนใจเกี่ยวกับ แนวคิดความฉลาดรู้ โดยใช้คำว่า “ความฉลาดทางอารมณ์” ได้อธิบายความฉลาดทางอารมณ์ว่า เป็นรูปแบบหนึ่งของความฉลาดทางสังคมที่ประกอบด้วย ความสามารถในการรับรู้อารมณ์ และความรู้สึกของตนเองและผู้อื่น สามารถแยกความแตกต่างของอารมณ์ที่เกิดขึ้น และใช้ข้อมูลนี้เป็นเครื่องชี้นำในการคิดและกระทำสิ่งต่าง ๆ ในต้น ค.ศ. 1990 ดาเนียล โกลแมน ได้เขียนหนังสือเรื่อง ความฉลาดทางอารมณ์ โกลแมนเป็นนักเขียนที่ใช้หลักวิทยาศาสตร์ให้กับหนังสือนิตยสารไทม์ ซึ่งเขียนในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับสมองและพฤติกรรมซึ่งชี้บ่งถึงความฉลาดทางอารมณ์และสังคมว่า มีบทบาทสำคัญต่อความสำเร็จของบุคคล เป็นที่ทราบกันดีว่า IQ ไม่ได้เป็นข้อมูลที่ดีในการทำงาน ฮันเตอร์ได้กล่าวว่า IQ มีส่วนต่อความสำเร็จน้อยมาก ประมาณร้อยละ 4 (กรมสุขภาพจิต. 2543 : 10-11)

การศึกษาเรื่องอารมณ์ไม่ค่อยได้รับความสนใจจากนักวิชาการ นักปรัชญา นักวิทยาศาสตร์ เนื่องจากต่างมุ่งความสนใจไปที่สติปัญญา ซึ่งเป็นวิชาการส่วนที่มีความรุ่งเรืองมาตลอด อริสโตเติล กล่าวว่า สิ่งที่สูงสุดในมนุษย์ ได้แก่ สติปัญญา ส่วนอารมณ์ถือเป็นสิ่งที่มีความสำคัญเป็นอันดับรอง ระยะเวลาหลังนี้ได้มีผู้เห็นความสำคัญของอารมณ์มากขึ้น และเป็นที่ยอมรับกันทั่วไปว่า อารมณ์มีส่วนเสริมสร้างมากกว่าจะขัดขวางศักยภาพทางสติปัญญา

อารมณ์เป็นกระบวนการทางจิตประเภทหนึ่ง ซึ่งเกิดจากการตอบสนองต่อสิ่งกระตุ้นทั้งภายในตน เช่น ความเจ็บปวด ค่านิยม ความจำและสิ่งกระตุ้นภายนอก เช่น ความร้อน การขัดแย้ง การได้ยินเสียงที่หนวกหู อารมณ์เป็นพฤติกรรมที่ทำงานเกี่ยวพันกันซับซ้อนระหว่างสภาพร่างกายและกระบวนการคิด อารมณ์และความคิดจึงไม่สามารถแยกออกจากกันได้โดยเด็ดขาด อารมณ์แบ่งเป็น 2 ประเภทใหญ่ ๆ ได้แก่

1.1 อารมณ์ทางบวก เช่น ความสนุก ความชื่นชม ความรัก ความตื่นเต้น เป็นต้น

1.2 อารมณ์ทางลบ เช่น ความโกรธ ความกลัว ความเกลียด ความวิตกกังวล

ในอดีต อารมณ์มักถูกมองว่า เป็นพฤติกรรมระดับต่ำ (Low function) ในขณะที่กระบวนการความคิดต่าง ๆ เช่น การตัดสินใจ การใช้เหตุผล เป็นความคิดระดับสูง (High function) ปัจจุบันอธิบายว่า สองสิ่งนี้ไม่ได้แยกออกจากกัน แต่ทำงานร่วมกัน แนวคิดเกี่ยวกับบทบาทของอารมณ์ในการดำเนินชีวิต ในการเข้าสังคม ในด้านความเฉลียวฉลาด ได้รับการค้นคว้าอย่างมากมาย ทำให้แนวคิดเดิม ๆ เกี่ยวกับได้ขยายออกไปกว้างขวาง แนวคิดปัจจุบันได้รับการยอมรับ ความสำคัญของอารมณ์ที่มีต่อการดำรงชีวิตที่เป็นสุข ไม่ยิ่งหย่อนไปกว่าความสามารถทางสติปัญญา (ศรีเรือน แก้วกังวาน. 2545 : 152-153)

## 2.2 ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์

ซาโลเวย์ และ สเติร์นเบิร์ก (กรมสุขภาพจิต. 2546 ; อ้างอิงจาก Solovey และ Steinberg. 1990) ให้คำจำกัดความว่า ความฉลาดทางอารมณ์ E.Q. (Emotional Quotient) หมายถึง ความฉลาดที่ประกอบไปด้วยคุณลักษณะสำคัญ 5 ประการ คือ ความสามารถในการจัดการกับอารมณ์ของตน ความสามารถในการจัดการกับอารมณ์เหล่านั้น ความสามารถในการจูงใจตน ความสามารถในการหยั่งรู้ความรู้สึกหรืออารมณ์ของบุคคลอื่น และความสามารถในการบริหารสัมพันธ์ระหว่างบุคคล

การ์ดเนอร์ (กรมสุขภาพจิต. 2546 ; อ้างอิงจาก Gardner. 1996) กล่าวว่า ความฉลาดทางอารมณ์ คือ ความสามารถของบุคคลในการกำหนดรับรู้อารมณ์ของตนเองและอารมณ์ของผู้อื่นได้อย่างแม่นยำ และการใช้อารมณ์ในการจูงใจตนเองและผู้อื่น มีลักษณะคล้ายกับมิติความฉลาดภายในระหว่างบุคคล

อารี พันธุ์ณี (2542 : 125-127) ความฉลาดทางอารมณ์ หมายถึง ความสามารถของบุคคลในการรับรู้อารมณ์ของตนเอง รู้เท่าทันอารมณ์ของตนเอง สามารถควบคุมอารมณ์ จัดการกับ

อารมณ์ของตนเองและแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสม และรับรู้อารมณ์ของผู้อื่น ตอบสนองอารมณ์และความต้องการของผู้อื่นได้ถูกต้อง

พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต) (กรมสุขภาพจิต. 2546 : 38 ; อ้างอิงจาก พระธรรมปิฎก ป.อ. ปยุตโต) อธิบายถึง ความฉลาดทางอารมณ์ว่า อารมณ์ก็คือ สภาพจิตที่โยงไปถึงพฤติกรรมในความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม เพราะอารมณ์หรือสภาพจิตนั้น อาศัยพฤติกรรมเป็นช่องทางสื่อสาร แสดงออก เมื่ออารมณ์หรือสภาพจิตได้รับการดูแลพัฒนาซึ่งช่องทาง ขยายขอบเขตและปลดปล่อยด้วยปัญญา ให้สื่อสารแสดงออกอย่างได้ผลดี ด้วยพฤติกรรมทางกาย วาจา ก็นับได้ว่าระบบความสัมพันธ์แห่งพฤติกรรม จิตใจ และปัญญาเข้ามาประสานกัน บรรจบเป็นองค์รวม ซึ่งเมื่อดำเนินไปอย่างถูกต้องก็จะอยู่ในภาวะสมดุล ก่อให้เกิดผลดีทั้งแก่ตนเองและคนอื่น ตลอดจนถึงสังคมและสิ่งแวดล้อม

เท็ดคัทดี้ เดชคง (2545 : 15) ความฉลาดทางอารมณ์ หมายถึง ความสามารถในการรับรู้และเข้าใจตนเอง เข้าใจเห็นใจผู้อื่น มีความมุ่งมั่น อดทน รอคอยเพื่อไปยังเป้าหมาย มองโลกในด้านที่เป็นบวก และรู้จักการจัดการกับปัญหาและความขัดแย้งของตนเอง

จากความหมายของความฉลาดทางอารมณ์ดังกล่าวข้างต้น สรุปได้ว่า ความฉลาดทางอารมณ์ หมายถึง ความสามารถของบุคคลในการตระหนักรู้ความรู้สึก ความคิด และอารมณ์ของตนเองและบุคคลอื่น สามารถรอการตอบสนองความต้องการของตนได้ สามารถใช้อารมณ์ให้เป็นประโยชน์ในการดำรงชีวิตร่วมกับบุคคลอื่นได้อย่างมีความสุข ความสามารถในการควบคุมอารมณ์ และแรงกระตุ้นภายในตนเอง

## 2.3 แนวทางการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์

2.3.1 การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ ทำได้ทั้งที่เป็นทางการและไม่เป็นทางการ อาจเกิดจากการได้สังเกต พฤติกรรมการแสดงออกของต้นแบบ พ่อแม่ที่มีระดับความฉลาดทางอารมณ์สูง มักจะทำให้ลูกเรียนรู้ การแสดงออกทางอารมณ์ที่ดีไปด้วย เด็กที่เติบโตจากภาวะแวดล้อมที่มีแต่คำชมและการให้กำลังใจ ย่อมเรียนรู้ การมองโลกในแง่ดีไปด้วย มีความมั่นใจในตนเองพ่อแม่อาจฝึกพัฒนาการ ด้านความฉลาดทางอารมณ์ตั้งแต่อายุ 5-6 ปี ซึ่งมีพัฒนาการทางสมองพร้อมอยู่แล้ว

2.3.2 ต้องอาศัยความร่วมมือร่วมใจของทุกฝ่าย พ่อแม่ ครู-อาจารย์จะต้องร่วมเรียนรู้ และฝึกฝนด้วย เพราะความฉลาดทางอารมณ์เป็นผลจากการมีปฏิสัมพันธ์ในสถานการณ์ทางสังคม และวัฒนธรรมร่วมกัน

2.3.3 ต้องเอาจริงเอาจังอย่างต่อเนื่องและใช้เวลา การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ส่วนหนึ่งจะเกิดจากการชี้แนะจากบุคคลต่าง ๆ นับตั้งแต่การอบรมเลี้ยงดู การสั่งสอนของครูอาจารย์ อีกส่วนหนึ่งเกิดจากการสังเกต การเรียนรู้ซึมซับพฤติกรรมและความคิดความอ่านเข้าสู่ตนเอง

3.3.4 ควรมีการประเมินความพร้อมและความต้องการก่อน ควรมีการประเมินลักษณะความฉลาดทางอารมณ์ของบุคคลในขณะนั้น รวมทั้งสภาพปัญหาและความต้องการพัฒนาตนเองก่อน

ทำการฝึกสอน เด็กคนเดียวอาจมีสมรรถนะความฉลาดทางอารมณ์แต่ละด้านแตกต่างกันไป จึงต้องใช้เทคนิคการพัฒนาที่เหมาะสมสำหรับแต่ละด้าน

3.3.5 การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ได้ผลสืบเนื่องและคงทนนั้น ต้องพัฒนาจากทุกระดับ นับตั้งแต่การรู้จัก ภาวะอารมณ์ของตน สามารถระบุอารมณ์ของผู้อื่น การควบคุมตน การรู้จักเอาใจเขามาใส่ใจเรา และทักษะทางสังคม ซึ่งมีความยากและซับซ้อนมากขึ้นเป็นลำดับ การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ จะต้องมีการสลายพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์และเรียนรู้พฤติกรรมที่เหมาะสม

3.3.6 ต้องฝึกในเชิงสถานการณ์ให้ทดลองเรียนรู้ ปฏิบัติและทราบผลการแสดงออก การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ที่ดีเป็นผลมาจากการสามารถปฏิบัติได้ ไม่ใช่เพียงแต่รู้ เข้าใจ แต่ไม่ได้ทำหรือทำไม่ได้ อาจทำได้โดยให้พบกับสถานการณ์จริง และทำการบันทึกพฤติกรรมเพื่อชี้ในสิ่งที่ควรปรับปรุง

3.3.7 ควรพิจารณาความแตกต่างของการเรียนรู้ด้านสมอง กับการเรียนรู้ทางอารมณ์ ซึ่งควบคุมความรู้สึกและแรงขับของร่างกาย ได้แก่ การสร้างแรงจูงใจที่ดี การฝึกต่อเนื่องเป็นระยะ ๆ ในสถานการณ์ทางสังคม และให้ทราบผลการปฏิบัติซึ่งต่างจากการฝึกสมองด้านความคิด ความเข้าใจ ซึ่งควบคุมความสามารถในการวิเคราะห์หาเหตุผล หลักการและตรรกต่าง ๆ

3.3.8 ควรทำการฝึกเป็นรายบุคคล ร่วมกับกิจกรรมสัมพันธ์ในกลุ่มเล็ก ๆ เริ่มจากการสร้างแรงจูงใจที่ดี ชีชวนให้ปฏิบัติการแสดงออก การให้ดูต้นแบบ เปิดโอกาสให้ฝึกในสถานการณ์ต่าง ๆ และมีการแจ้ง รายงานผล ซึ่งอาจเริ่มต้นจากการฝึกมนุษย์สัมพันธ์ขั้นพื้นฐาน เช่น การยิ้มแย้ม โอบอ้อมประอัย การเรียกชื่อ การแสดงความเอื้ออาทร การมีอารมณ์ขัน การกล่าวชมเชย ขอโทษ ขอบคุน การเผยความรู้สึก และการควบคุมอารมณ์โกรธ เป็นต้น กิจกรรมที่จัดอาจเป็นเกมกิจกรรม คู่ กลุ่มสัมพันธ์ การเล่นเกม การแสดงสถานการณ์จำลอง

วิธีการพัฒนาอารมณ์มี 5 ประการ ดังนี้

1) การรู้จักอารมณ์ตนเอง เป็นองค์ประกอบสำคัญเบื้องต้นที่จะนำไปสู่การควบคุมอารมณ์และการแสดงออกที่เหมาะสมต่อไป ขั้นตอนของการรู้จักอารมณ์ของตนเอง เริ่มจากการรู้ตัวหรือการมีสติ แนวทางการพัฒนาการรู้จักอารมณ์ของตนเอง ทำได้ดังนี้ คือ

1.1) ให้เวลาทบทวนอารมณ์ของตนเอง พิจารณาว่าอารมณ์ของตนเองมีลักษณะอย่างไร คล้อยตามตนเอง ผู้อื่น หรือสิ่งแวดล้อม ทบทวน ลักษณะการแสดงทางอารมณ์ และผลย้อนกลับจากการแสดงของเราว่า รู้สึกพอใจ ไม่พอใจ คิดว่าเหมาะสมหรือไม่เหมาะสม ถ้ารู้สึกพอใจและเหมาะสมแล้ว ต้องแน่ใจว่า ไม่ได้เข้าข้างตนเอง แล้วชี้ให้เกิดประโยชน์ต่อไป

1.2) ฝึกให้เกิดการรู้ตัวอยู่เสมอและมีสติอยู่กับการรู้ตัว โดยให้รู้ว่า ขณะนี้เรากำลังรู้สึกอย่างไรกับตัวเองหรือสิ่งที่เกิดขึ้นรอบ ๆ ตัว รู้สึกสบายใจ ไม่สบายใจ คิดอย่างไรกับความรูสึกนั้น และความคิด ความรูสึกนั้นมีผลอย่างไรกับการแสดงออกของตนเอง

2) การจัดการกับอารมณ์ของตนเอง เป็นความสามารถในการควบคุมอารมณ์ทั้งดีและไม่ค่อยดี ได้อย่างเหมาะสมกับบุคคล สถานที่ เวลาและสถานการณ์ การจะจัดการกับอารมณ์ได้

อย่างเหมาะสมเพียงใด ขึ้นอยู่กับความสามารถ ควบคุมอารมณ์ ไม่แสดงออกทันทีทันใด แนวทางการฝึกการจัดการกับอารมณ์ของตนเอง ทำได้ดังนี้ คือ

- 2.1) ทบทวนว่ามีอะไรบ้างที่ทาลงไปเพื่อตอบสนองอารมณ์ที่เกิดขึ้น
- 2.2) เตรียมการในการแสดงอารมณ์ ฝึกการสั่งตัวเองว่าจะทำอะไรและจะไม่ทำอะไร
- 2.3) ฝึกการรับรู้สิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นแล้ว หรือที่เราต้องเกี่ยวข้องกับ ในด้านดี ฟังสิ่งดี สร้างอารมณ์ให้แจ่มใส เกิดความสบายใจ
- 2.4) ฝึกการสร้างความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง
- 2.5) ฝึกการมองหาประโยชน์หรือโอกาสจากอุปสรรค โดยการเปลี่ยนแปลงมุมมองในแง่ดี โดยคิดว่าเป็นสิ่งท้าทายและมีทางเลือกมากกว่าหนึ่งทาง

3) การสร้างแรงจูงใจให้กับตนเอง เป็นการมองแง่ดีของสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นกับตัวเอง และสร้างความเชื่อมั่นว่า เราสามารถอยู่กับสิ่งนั้นได้ สามารถทำได้เพื่อเกิดกำลังใจที่จะสร้างสรรค์ในสิ่งที่ดี มุ่งไปสู่เป้าหมายที่ตั้งไว้ในแนวทางในการสร้างแรงจูงใจให้กับตนเอง ทำได้ดังนี้คือ

- 3.1) ทบทวนว่าสิ่งสำคัญในชีวิตของเรามีอะไรบ้าง ให้จัดอันดับความสำคัญของความต้องการอยากได้ อยากมี อยากเป็น แล้วพิจารณาว่าการจะบรรลุสิ่งที่ต้องการแต่ละสิ่งนั้น สิ่งใดมีทางเป็นไปได้และเป็นไปไม่ได้
- 3.2) นำความต้องการที่เป็นไปได้และเกิดประโยชน์นั้น มาตั้งเป้าหมายที่ชัดเจนให้แก่ตนเอง แล้ววางขั้นตอนที่จะมุ่งไปสู่เป้าหมายนั้น
- 3.3) ในการปฏิบัติเพื่อให้บรรลุเป้าหมาย ต้องระวางอย่างให้มีเหตุการณ์บางอย่างมาทำให้ไขว่เขว วกวน ออกนอกทางที่จะบรรลุเป้าหมาย
- 3.4) ฝึกสร้างทัศนคติที่ดี หามุมมองที่ดีในเรื่องที่เราไม่พอใจ มองปัญหาเป็นการเรียนรู้ เป็นการเพิ่มพลัง และแรงจูงใจให้ตนเอง

4) การหยั่งรู้อารมณ์ผู้อื่น เป็นความสามารถในการรับรู้อารมณ์ ความรู้สึกของผู้อื่น มีความเข้าใจ เห็นใจผู้อื่น สามารถปรับอารมณ์ให้ตอบสนองต่อผู้อื่นได้ แนวทางการฝึก การหยั่งอารมณ์ผู้อื่น ทำได้ดังนี้ คือ

- 4.1) ให้ความสนใจการแสดงออกของผู้อื่น โดยการสังเกตสีหน้า แววตา ท่าทางการพูด น้ำเสียง ตลอดจนการแสดงออกอื่น ๆ
- 4.2) อารมณ์ความรู้สึกของผู้อื่นจากการสังเกตเห็นว่าเขากำลังมีความรู้สึกใด อาจตรวจสอบว่าเขารู้สึกอย่างไรโดยการถาม แต่ต้องทำในสภาพที่เหมาะสม มิฉะนั้นจะเป็นการทำลายความรู้สึก
- 4.3) ทำความเข้าใจอารมณ์และความรู้สึกของบุคคลตามสภาพที่เขาเผชิญอยู่ หรือที่เรียกว่า เอาใจเขามาใส่ใจเรา
- 4.4) แสดงการตอบสนองอารมณ์ ความรู้สึกของผู้อื่นเป็นการแสดงว่าเข้าใจ เห็นใจกัน ทำให้เกิดอารมณ์ความรู้สึกที่ดีต่อกัน

5) รักษาสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน เป็นความสามารถในการอยู่ร่วมกัน ทำงานร่วมกับผู้อื่นโดยมีสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน และสร้างสรรค์ผลงานที่เป็นประโยชน์ ผู้ที่มีความสามารถและทักษะด้านนี้ จะสามารถใช้ทั้งความคิด อารมณ์และพฤติกรรมในการอยู่ร่วมกับบุคคลต่าง ๆ ได้อย่างราบรื่น แนวทางในการพัฒนา การรักษาสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน ทำได้ดังนี้ คือ

5.1) สร้างอารมณ์ที่ดีต่อกัน ฝึกการสร้างความรู้สึกที่ดีต่อผู้อื่น เข้าใจ เห็นใจผู้อื่น ซึ่งทำให้การเริ่มต้นของการมีสัมพันธภาพที่ดีเกิดขึ้น

5.2) ฝึกการสื่อสารที่มีประสิทธิภาพ สร้างความเข้าใจที่ตรงกันชัดเจน ฝึกการเป็นผู้ฟังและผู้พูดที่ดี รวมทั้งคำนึงถึงความรู้สึกของผู้รับการสื่อสารด้วย

5.3) ฝึกการแสดงน้ำใจ เอื้อเฟื้อ รู้จักการให้ การรับ การแลกเปลี่ยนให้เกิดคุณค่าและประโยชน์สำหรับตนเองและบุคคลที่เกี่ยวข้อง

5.4) ฝึกการให้เกียรติผู้อื่นอย่างจริงจัง ให้การยอมรับ มีความชื่นชอบ ชื่นชมและให้กำลังใจซึ่งกันและกันตามความเหมาะสม การจะเกิดผลอย่างแท้จริง ต้องอาศัยความมุ่งมั่น อดทน และอาศัยเวลา (กรมสุขภาพจิต. 2543 : 25)

กล่าวโดยสรุปว่า การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ สามารถฝึกจิตใจและอารมณ์บริหารอารมณ์ของตนเองให้เหมาะสมกับสถานการณ์ที่เผชิญอยู่ มีการสร้างแรงจูงใจที่ดีให้กับตนเอง สามารถรู้เท่าทันอารมณ์ของผู้อื่น การรู้จักสร้างสัมพันธภาพที่ดีต่อผู้อื่น ซึ่งการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ จะช่วยให้เราสามารถอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

## 2.4 โครงสร้างของความฉลาดทางอารมณ์

ในการศึกษาความฉลาดทางอารมณ์ นักวิชาการหลายคนได้พยายามศึกษาโครงสร้างของความฉลาดทางอารมณ์ (จารุวรรณ สกุลคู. 2543 : 18-19 ; อ้างอิงจาก ซาโลเวีย และเมเยอร์ Salovey and Mayer. 1990 : 185-211) ได้เสนอองค์ประกอบของโครงสร้างความฉลาดทางอารมณ์ไว้ 4 ประการ ดังนี้ การตระหนักรู้อารมณ์ของตน ได้แก่ การสังเกตและการรับรู้อารมณ์ที่เกิดขึ้นของตนตามที่เป็นจริง มีความสามารถในการหยั่งรู้การเปลี่ยนแปลง ภาวะอารมณ์ของตนในแต่ละช่วงเวลาและแต่ละสถานการณ์ เข้าใจความรู้สึกของตนเองอย่างถ่องแท้ เข้าใจความรู้สึกภายในที่แสดงออกทางร่างกาย หรือกิริยา อากาที่แสดงออก เมื่อมีสิ่งเร้ามากระทบกระเทือนอารมณ์

2.4.1 การจัดการกับอารมณ์ ได้แก่ การจัดการกับอารมณ์ของตนเองได้อย่างเหมาะสมกับสถานการณ์ มีความสามารถและเทคนิคในการผ่อนคลายความวิตกกังวล การละวางความเศร้า โศก โกรธ ผิดหวัง เสียใจได้ง่าย สามารถควบคุมตนไม่ให้เกิดอารมณ์ เช่น ความฉุนเฉียวออกมาสามารถปรับภาวะอารมณ์ให้กลับสู่สภาพปกติได้โดยรวดเร็ว มีการไตร่ตรองก่อนการตัดสินใจ

2.4.2 การจูงใจตน ได้แก่ การสร้างแรงจูงใจจูงใจตนให้คิดริเริ่มสร้างสรรค์ เพื่อให้บรรลุเป้าหมายที่วางไว้ กระตุ้นเตือนตนให้มีความกระตือรือร้น มุ่งมั่น ไม่ท้อถอย สามารถอดทน รอผลที่ดีกว่าในภายหลังได้ มีความเชื่อมั่นว่าสามารถทำได้ ฝึกฝนตนเองเสมอ มีทัศนะมองโลกในแง่ดี

2.4.3 การรับรู้อารมณ์ของบุคคลอื่น ได้แก่ การมีความรู้สึกร่วม มีความเห็นอกเห็นใจ เข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น รู้จักเอาใจเขามาใส่ใจเรา สามารถรับรู้อารมณ์และความต้องการ ความวิตกกังวลของบุคคลอื่น และสามารถแสดงออกได้อย่างเหมาะสม

2.4.4 การจัดการความสัมพันธ์กับบุคคลอื่น ได้แก่ ความสามารถในการสร้างและรักษาสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น ทั้งที่เป็นส่วนตัวและการทำงาน มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี สามารถจัดการกับข้อขัดแย้งระหว่างบุคคลได้

(จารุวรรณ สกุลคุ. 2543 : 18-19 ; อ้างอิงจาก คูเปอร์ และชาวาฟ Cooper and Sawaf. 1997) ได้กล่าวถึง โครงสร้างของความฉลาดทางอารมณ์ว่า มี 4 องค์ประกอบ ดังนี้

1) ความรอบรู้ทางอารมณ์ เป็นปัจจัยที่ทำให้เกิดการรับรู้ การควบคุมตนเองและความเชื่อมั่นในตนเอง ซึ่งได้แก่

- 1.1) ความซื่อสัตย์ทางอารมณ์
- 1.2) การสร้างพลังอารมณ์
- 1.3) การตระหนักรู้อารมณ์
- 1.4) การรับผลย้อนกลับของอารมณ์
- 1.5) การหยั่งรู้อารมณ์
- 1.6) ความรับผิดชอบ
- 1.7) การสร้างความสัมพันธ์
- 1.8) ความเหมาะสมทางอารมณ์
- 1.9) การสร้างความเชื่อถือได้
- 1.10) การมีความเชื่อถือ ความศรัทธาและความยืดหยุ่น
- 1.11) การริเริ่มสร้างสรรค์
- 1.12) ความสามารถในการปรับอารมณ์ให้กลับสภาพปกติ และดำเนินชีวิตต่อไป

2) ความลึกซึ้งทางอารมณ์ ประกอบด้วย

- 2.1) ความมุ่งมั่นในงาน มีความรับผิดชอบ มีสติ
- 2.2) มีเป้าหมายที่แน่นอน มีศักยภาพที่จะพัฒนาอารมณ์
- 2.3) ความถูกต้องสมบูรณ์ รักษามาตรฐานส่วนบุคคล ยึดหลักจริยธรรม รักษา

คำพูด และยอมรับข้อผิดพลาดของตนเองอย่างเปิดเผย

3) ความกลมกลืนทางอารมณ์ ประกอบด้วย

- 3.1) การแสดงออกในการหยั่งรู้
- 3.2) ความสามารถในการคิดไตร่ตรอง
- 3.3) ความสามารถในการเล็งเห็นโอกาส
- 3.4) ความสามารถในการสร้างและวางแผนสำหรับอนาคต



โครงสร้างความฉลาดทางอารมณ์ซึ่ง กรมสุขภาพจิต (2547 : 5-7) ได้พัฒนาแนวคิดเรื่องความฉลาดทางอารมณ์ โดยกำหนดกรอบโครงสร้างที่เน้นในด้าน “ดี เก่ง สุข” ที่สอดคล้องกับแผนพัฒนาการศึกษา ฉบับที่ 8 (พ.ศ. 2540-2544) ว่า จะพัฒนาคนไทยให้มีคุณลักษณะมองกว้าง คิดไกล ใฝ่ดี คือ เป็นผู้ใฝ่รู้การเรียนรู้ รู้จักคิด วิเคราะห์ ใช้เหตุผลเชิงวิทยาศาสตร์ มีความคิดรวบยอด กล่าวโดยรวม คือ มุ่งให้เป็นคนที่มีความรับผิดชอบทั้งต่อตนเอง ครอบครัว ชุมชน และสังคม ยึดมั่นในคุณธรรมและจริยธรรมตามแนวพระพุทธศาสนา เป็นคนดีและมีความสุข ดังนั้น “ดี เก่ง สุข” จึงเป็นเป้าหมายของการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ กรมสุขภาพจิต ได้ให้ความหมายของ “ดี เก่ง สุข” ไว้ดังนี้

- 1) ดี หมายถึง ความพร้อมทางอารมณ์ที่จะอยู่ร่วมกับผู้อื่น ประกอบด้วย
  - 1.1) การควบคุมอารมณ์ เป็นความสามารถยับยั้งอารมณ์ของตนเองได้
  - 1.2) การใส่ใจและเข้าใจอารมณ์ของผู้อื่น เป็นความสามารถในการเรียนรู้ และใส่ใจอารมณ์ของผู้อื่น
- 2) เก่ง หมายถึง ความพร้อมทางอารมณ์ที่จะพัฒนาตนเองไปสู่ความสำเร็จ ประกอบด้วย
  - 2.1) การมุ่งมั่นพยายาม เป็นความมุ่งมั่นที่จะทำให้สำเร็จ
  - 2.2) ปรับตัวต่อปัญหา เป็นการกล้าที่จะเผชิญปัญหาได้อย่างเหมาะสม
  - 2.3) กล้าแสดงออกอย่างเหมาะสม เป็นความรู้สึกกล้าที่จะบอกเล่าความรู้สึกและความคิดเห็นของตนเองที่มีต่อเรื่องราวหรือสถานการณ์ต่าง ๆ ได้อย่างเหมาะสม
- 3) สุข หมายถึง ความพร้อมทางอารมณ์ของบุคคลที่ทำให้เกิดความสุข ประกอบด้วย
  - 3.1) การพอใจในตนเอง เป็นความรู้สึกว่าตนเองเก่ง และมีคุณค่าเมื่อประพฤติปฏิบัติดีหรือทำสิ่งต่าง ๆ ได้สำเร็จและได้รับคำชมเชย
  - 3.2) การรู้จักปรับใจ เป็นความรู้สึกพึงพอใจที่เกิดจากการปรับหรือยืดหยุ่นตามความต้องการของตัวเอง
  - 3.3) รื่นเริงเบิกบาน เป็นความสามารถในการสร้างความสนุกสนาน

กล่าวโดยสรุปว่า โครงสร้างความฉลาดทางอารมณ์จำเป็นต้องอาศัยปัจจัยสำคัญหลายประการที่จะช่วยให้บุคคลมีวุฒิภาวะทางอารมณ์เป็นไปอย่างสมบูรณ์ เพื่อนำไปสู่ความเก่ง ดี มีสุข และสามารถรู้จักการควบคุมอารมณ์ของตนเองให้เป็นปกติได้ในสังคม

## 2.5 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความฉลาดทางอารมณ์

### งานวิจัยในต่างประเทศ

มาร์ติน เซลิกแมน ได้ทำการวิจัย ที่ Met life พบว่า พนักงานขายที่เข้าใหม่ ซึ่งเป็นคนมองโลกในแง่ดี สามารถทำยอดขายประกันภัยได้มากกว่าพนักงานขายผู้มองโลกในแง่ร้าย ถึงร้อยละ 37 ในช่วง 2 ปีแรก เมื่อบริษัทได้ตกลงจ้างบุคคล กลุ่มพิเศษที่ได้คะแนนสูงด้านการมองโลกในแง่ดีแต่คะแนนไม่ผ่านเกณฑ์ในการคัดเลือกตากปกติ คนกลุ่มนี้สามารถทำยอดขายได้มากกว่า

พวกมองโลกในแง่ร้าย ร้อยละ 21 ในการทำงานปีแรกและร้อยละ 57 ในปีที่ 2 และทำยอดขายโดยเฉลี่ยได้ ร้อยละ 27

ในการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับการมองโลกในแง่ดีอีกเรื่องหนึ่ง เซลิกแมน ได้ทดสอบนักศึกษาปีแรก 500 คน ที่มหาวิทยาลัยเพนซิลเวเนีย เขาพบว่า คะแนนจากแบบทดสอบการมองโลกในแง่ดีสามารถทำนายความสำเร็จในการเรียนได้ดีกว่าผลการทดสอบทางสังคมหรือคะแนนที่ได้รับในระดับมัธยมปลาย (กรมสุขภาพจิต. 2543 : 11)

### งานวิจัยในประเทศ

จารุวรรณ สุกุลกู (2543 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาอิทธิพลของประสบการณ์ในมหาวิทยาลัยต่อความฉลาดทางอารมณ์ ของนิสิต มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ กลุ่มตัวอย่างเป็นนิสิตระดับปริญญาตรี จำนวน 1,196 คน ผลการวิจัยพบว่า นิสิตของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ มีความฉลาดทางอารมณ์อยู่ในระดับมากขึ้น และมีระดับความฉลาดทางอารมณ์ของนิสิตร้อยละ 79.84

## 3. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์

### 3.1 ความหมายของกิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์

กิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ หมายถึง กิจกรรมที่เป็นพื้นฐานสำคัญในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ ซึ่งประกอบด้วยคุณลักษณะ 3 ประการ คือ ดี เก่ง สุข

ด้านดี คือ ความพร้อมทางอารมณ์ที่จะอยู่ร่วมกับผู้อื่น โดยประเมินจากการควบคุมอารมณ์ การใส่ใจและเข้าใจอารมณ์ผู้อื่น

ด้านเก่ง คือ ความพร้อมที่จะพัฒนาตนไปสู่ความสำเร็จ โดยประเมินจากการมุ่งมั่นพยายาม การปรับตัวต่อปัญหาและการกล้าแสดงออกอย่างเหมาะสม

ด้านสุข คือ ความพร้อมทางอารมณ์ที่ทำให้เกิดความสุข โดยประเมินจากการมีความพอใจในตนเอง การรู้จักปรับใจ และความรื่นเริงเบิกบาน

สุนน อมรวิวัฒน์ และคณะ (กรมวิชาการ. 2542 ; อ้างอิงจาก สุนน อมรวิวัฒน์ ม.ป.ป.) ได้นิยามความหมายของคุณลักษณะ “ดี เก่ง สุข” ไว้ดังนี้

ดี หมายถึง การมีวินัยและการมีค่านิยมประชาธิปไตย

1) มีวินัย ประกอบด้วย

- 1.1) สนใจใฝ่รู้
- 1.2) มีสติควบคุมตนเอง
- 1.3) รับผิดชอบ
- 1.4) มีเหตุผล
- 1.5) ซื่อสัตย์
- 1.6) ขยัน

2) มีค่านิยมประชาธิปไตย ประกอบด้วย

- 2.1) เห็นคุณค่าของตนเองและคุณค่าผู้อื่น
- 2.2) ทำหน้าที่ของตนเองอย่างสมบูรณ์
- 2.3) ยอมรับความคิดเห็นของผู้อื่น
- 2.4) เคารพกติกาของสังคม
- 2.5) ทำงานร่วมกับผู้อื่นเป็น

เก่ง หมายถึง การมีคุณสมบัติดังต่อไปนี้

- 1) มีความสามารถในการใช้ภาษา ทั้งการฟัง พูด อ่าน และเขียน
- 2) มีตรรกะคณิตศาสตร์ และวิทยาศาสตร์ ที่ช่วยให้เกิดการสังเกต ประมวล จัดกลุ่ม

เชื่อมโยง

3) มีทักษะทางดนตรี และจังหวะการเคลื่อนไหว

4) มีความลึกซึ้งภายในจิตใจและเอื้ออาหารต่อสิ่งแวดล้อม

สุข หมายถึง คุณสมบัติดังต่อไปนี้

- 1) มีความรักและการแบ่งปัน
- 2) เข้าใจความสัมพันธ์ระหว่างความจริง ความงามและความเป็นธรรม
- 3) ประพฤติชอบ มีความสุข สันติและไม่เบียดเบียน

กรมวิชาการ (2542 : 56-63) ได้สังเคราะห์กรอบความหมายของคุณลักษณะดี เก่ง สุข เพื่อใช้ในการประชุมปฏิบัติการ เพื่อพัฒนาแผนการสอน ระดับประถมศึกษาและมัธยมศึกษา เมื่อเดือนกรกฎาคม 2541 ดังนี้

เป็นคนดี หมายถึง คุณลักษณะทางจิตใจและพฤติกรรมของควมมีวินัย และค่านิยมประชาธิปไตย

1) ความมีวินัย คือ คุณลักษณะทางจิตใจ และพฤติกรรมที่ช่วยให้บุคคลนั้นสามารถควบคุมตนเองและปฏิบัติตนตามระเบียบ กฎ กติกาของสังคม เพื่อประโยชน์สุขของตนเองและของส่วนรวม พฤติกรรมที่บ่งชี้ถึงความมีวินัย ประกอบด้วย

- 1.1) สนใจใฝ่รู้
- 1.2) ควบคุมตนเอง
- 1.3) รับผิดชอบ
- 1.4) มีเหตุผล
- 1.5) ซื่อสัตย์
- 1.6) ขยัน
- 1.7) ตรงต่อเวลา
- 1.8) เชื่อมั่นในตนเอง

- 1.9) อดทนเป็นผู้นำ
- 1.10) ความร่วมมือ
- 1.11) การรับฟัง/เคารพความคิดเห็นผู้อื่น
- 1.12) การเคารพในสิทธิของผู้อื่น
- 1.13) การช่วยเหลือพึ่งพาตนเอง
- 1.14) การรู้จักเสียสละและเห็นอกเห็นใจผู้อื่น
- 1.15) การช่วยเหลือผู้อื่นและส่วนรวม
- 1.16) การทำตามข้อตกลง
- 1.17) ความเชื่อมั่นในตนเองและผู้อื่น
- 1.18) การมีวินัยในการเรียนรู้

2) ค่านิยมประชาธิปไตย คือ คุณลักษณะทางจิตใจและพฤติกรรมของบุคคลที่เห็นคุณค่าของตนเองและคุณค่าของผู้อื่น เคารพสิทธิและป้องกันสิทธิของตนเองและผู้อื่นด้วยน้ำใจที่เคารพต่อคุณค่า และเสียสละใหญ่ ด้วยความเข้าใจระหว่างกันและกันด้วยความสันติ พฤติกรรมที่บ่งชี้ถึงความมีประชาธิปไตย ประกอบด้วย

- 2.1) เห็นคุณค่าของตนเองและผู้อื่น
- 2.2) การยอมรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น
- 2.3) การเคารพสิทธิป้องกันสิทธิของตนเอง
- 2.4) การเคารพสิทธิของผู้อื่น
- 2.5) ความมีเหตุผล
- 2.6) การเคารพกติกาของสังคม
- 2.7) ทำงานร่วมกับผู้อื่นเป็น
- 2.8) มีความเสียสละ
- 2.9) มองโลกในแง่ดี มีความไว้วางใจผู้อื่น
- 2.10) ไม่มีจิตใจเป็นเผด็จการ

เป็นคนเก่ง หมายถึง เก่งในการเรียนรู้ที่จะเรียนรู้ด้วยตนเอง เรียนรู้ที่จะอยู่ร่วมกับผู้อื่นและเรียนรู้ที่จะทำงานร่วมกับผู้อื่น

1) การเรียนรู้ที่จะเรียนรู้ด้วยตนเอง โดยการพัฒนาทักษะการคิด (วิเคราะห์ สังเคราะห์ จำแนก จัดลำดับความสำคัญ) และทักษะการแก้ปัญหา พฤติกรรมที่บ่งชี้ถึงการที่จะเรียนรู้ด้วยตนเอง ประกอบด้วย

- 1.1) รู้แหล่งข้อมูลและวิธีการแสวงหาความรู้ที่หลากหลาย
- 1.2) สามารถรวบรวมข้อมูล
- 1.3) สามารถสรุปความ แปลความข้อมูล

- 1.4) สามารถนำข้อมูลไปใช้ในการกำหนดวิธีการแก้ปัญหาได้
  - 1.5) สามารถจัดลำดับความสำคัญของเรื่องได้
  - 1.6) สามารถกำหนดขั้นตอนในการแก้ปัญหาในรูปของยุทธวิธี
  - 1.7) สามารถใช้ข้อมูลในการตัดสินใจ
  - 1.8) สามารถประยุกต์ใช้และพัฒนาความรู้
- 2) การเรียนรู้ที่จะทำงานและอยู่ร่วมกับผู้อื่น ด้วยการพัฒนาทักษะการจัดการ ทักษะการวิเคราะห์ตนเอง และการพัฒนาความเข้าใจและความรู้สึกของผู้อื่น
- 2.1) ทักษะการจัดการ พฤติกรรมที่บ่งชี้ ประกอบด้วย
    - 2.1.1) ความสามารถในการวางแผน พฤติกรรมที่แสดง ได้แก่
      - 2.1.1.1) การวิเคราะห์งาน
      - 2.1.1.2) ใช้ข้อมูลในการตัดสินใจ
      - 2.1.1.3) กำหนดขั้นตอนการทำงาน
    - 2.1.2) ความสามารถในการปฏิบัติงาน พฤติกรรมที่แสดง ได้แก่
      - 2.1.2.1) ประสานงาน
      - 2.1.2.2) ทำเป็นระเบียบตามแบบแผน
      - 2.1.2.3) บริหารเวลาและใช้ทรัพยากรอย่างคุ้มค่า
    - 2.1.3) ความสามารถในการติดตาม ประเมินผล พฤติกรรมที่แสดง ได้แก่
      - 2.3.1.1) ติดตามอย่างเป็นระบบ
      - 2.3.1.2) ประเมินผลและปรับปรุงงาน
      - 2.3.1.3) สรุปผลงาน
    - 2.1.4) มีประสิทธิภาพและประสิทธิผลในการจัดการ พฤติกรรมที่แสดง ได้แก่
      - 2.1.4.1) เลือกใช้วิธีการแก้ปัญหาที่เหมาะสม
      - 2.1.4.2) เลือกใช้วิธีการตัดสินใจอย่างเหมาะสม
      - 2.1.4.3) ปรับตัวได้เหมาะสมกับสถานการณ์
  - 2.2) ทักษะการคิดวิเคราะห์ตนเอง พฤติกรรมที่บ่งชี้ ประกอบด้วย
    - 2.2.1) มองเห็นจุดเด่นและจุดด้อยของตนเอง
    - 2.2.2) สามารถรู้และเข้าใจความรู้สึกและอารมณ์ของตนเอง
    - 2.2.3) เห็นคุณค่าและความสำคัญของตนเอง
    - 2.2.4) รู้จักประมาณตน
  - 2.3) การเข้าใจผู้อื่น พฤติกรรมที่บ่งชี้ ประกอบด้วย
    - 2.3.1) รู้จักเห็นอกเห็นใจบุคคลอื่น
    - 2.3.2) มีความไวต่อความรู้สึกของผู้อื่น

### 2.3.3) รู้จักการรักษาสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น

สุขกาย สุขใจ

สุขกาย หมายถึง ภาวะที่ปราศจากโรคภัยไข้เจ็บ ทั้งทางร่างกาย จิตใจและสามารถอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข พฤติกรรมที่บ่งชี้ ประกอบด้วย

- 1) เห็นคุณค่าของการออกกำลังกาย
- 2) ออกกำลังกายสม่ำเสมอ
- 3) พักผ่อนอย่างเพียงพอ
- 4) รู้จักเลือกรับประทานอาหารที่มีประโยชน์
- 5) รู้จักรักษาสุขภาพ
- 6) รู้จักรักษาความสะอาดร่างกาย
- 7) รู้จักปฏิบัติภัยเพื่อป้องกันโรคภัยไข้เจ็บ
- 8) รู้จักป้องกันอันตรายจากอุบัติเหตุต่าง ๆ

สุขใจ (สุขภาพจิตดี) หมายถึง การที่บุคคลรู้จักตนเองเป็นอย่างดี ยอมรับข้อบกพร่องที่ตนมีความภาคภูมิใจในข้อดีของตน มีอารมณ์แจ่มใส มีจิตใจที่มั่นคง ไม่มีความวิตกกังวล และความตึงเครียด มองโลกในแง่ดี สามารถที่จะปรับตนให้เข้ากับสถานการณ์ต่าง ๆ รวมทั้งสามารถที่จะหาความสุขจากสิ่งแวดล้อมของตนเองได้ได้ดี พฤติกรรมที่บ่งชี้ ประกอบด้วย

- 1) มีความคิดดี มีเหตุผล
- 2) ไม่มีความขัดแย้งในจิตใจ
- 3) มีความเชื่อมั่นและเข้าใจตนเองอย่างดี
- 4) สามารถเผชิญกับสถานการณ์ต่าง ๆ ที่มากระทบได้ด้วยจิตใจที่มั่นคง
- 5) ปราศจากการเจ็บป่วยทั้งด้านร่างกายและจิตใจ
- 6) พึงพอใจในการกระทำที่พิจารณาว่าดี ถูกต้อง
- 7) รู้จักตนและเข้าใจตนเองดี
- 8) รับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น
- 9) มีความรักและไว้วางใจผู้อื่นทำประโยชน์ให้แก่หมู่คณะ

กรมสุขภาพจิตได้พัฒนาแนวคิดเรื่อง ความฉลาดทางอารมณ์ ซึ่งประกอบด้วยปัจจัย

3 ประการ คือ ดี เก่ง สุข

ดี หมายถึง ความสามารถในการควบคุมอารมณ์และความต้องการของคน รู้จักเห็นใจผู้อื่นและมีความรับผิดชอบต่อส่วนรวม ซึ่งมีรายละเอียด ดังนี้

- 1) ความสามารถในการควบคุมอารมณ์และความต้องการของตน ได้แก่
  - 1.1) รู้อารมณ์และความต้องการของตนเอง
  - 1.2) ควบคุมอารมณ์และความต้องการได้

- 1.3) แสดงออกอย่างเหมาะสม
- 2) ความสามารถในการเห็นใจผู้อื่น ได้แก่
  - 2.1) ใส่ใจผู้อื่น
  - 2.2) เข้าใจและยอมรับผู้อื่น
  - 2.3) แสดงความเห็นใจอย่างเหมาะสม
- 3) ความสามารถในการความรับผิดชอบ ได้แก่
  - 3.1) รู้จักการให้ รู้จักการรับ
  - 3.2) รู้จักรับผิด รู้จักให้อภัย
  - 3.3) เห็นแก่ประโยชน์ส่วนรวม

เก่ง หมายถึง ความสามารถในการรู้จักตนเอง มีแรงจูงใจ สามารถตัดสินใจ แก้ปัญหา และแสดงออกได้อย่างมีประสิทธิภาพ ตลอดจนมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น ดังต่อไปนี้

- 1) ความสามารถในการรู้จักและสร้างแรงจูงใจให้ตนเอง ได้แก่
  - 1.1) รู้ศักยภาพของตนเอง
  - 1.2) สร้างขวัญและกำลังใจให้ตนเองได้
  - 1.3) มีความมุ่งมั่นที่จะไปให้ถึงเป้าหมาย
- 2) ความสามารถในการตัดสินใจและการแก้ปัญหา ได้แก่
  - 2.1) รับรู้และเข้าใจปัญหา
  - 2.2) มีขั้นตอนในการแก้ปัญหาได้อย่างเหมาะสม
  - 2.3) แสดงความเห็นที่ขัดแย้งได้อย่างสร้างสรรค์

สุข หมายถึง ความสามารถในการดำเนินชีวิตอย่างเป็นสุข มีความภูมิใจในตนเอง พอใจในชีวิตและมีความสุขสงบทางใจ ดังนี้

- 1) ภูมิใจในตนเอง ได้แก่
  - 1.1) เห็นคุณค่าในตนเอง
  - 1.2) เชื่อมั่นในตนเอง
  - 1.3) เข้าใจตนเอง
- 2) พึงพอใจในชีวิต ได้แก่
  - 2.1) รู้จักมองโลกในแง่ดี
  - 2.2) มีอารมณ์ขัน
  - 2.3) พอใจในสิ่งที่ตนมีอยู่
  - 2.4) มีความสงบทางใจ
  - 2.5) มีกิจกรรมที่เสริมสร้างความสุข
  - 2.6) รู้จักผ่อนคลาย

2.7) ยอมรับสภาพความเป็นจริง

2.8) มีความสงบทางจิตใจ

กล่าวโดยสรุปว่า กิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ เป็นกิจกรรมที่ช่วยพัฒนาอารมณ์ของบุคคลให้เกิดคุณลักษณะทั้ง 3 ด้าน คือ ด้านดี ประกอบด้วย การควบคุมอารมณ์ของตน การใส่ใจ และเข้าใจอารมณ์ของผู้อื่น ด้านเก่ง คือ มีความมุ่งมั่น พยายาม และกล้าแสดงออกอย่างเหมาะสม ด้านสุข คือ การมีความพอใจในตนเอง การรู้จักปรับใจและความรื่นเริงใจ

### 3.2 ลักษณะแนวคิดของกิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์

ลักษณะแนวคิดของกิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ มีดังนี้

3.2.1 เป็นการสร้างความสมดุลของการทำงานระหว่างสมองส่วนคิดและส่วนความรู้สึก เป็นการพัฒนาเด็กซึ่งเกิดขึ้นได้จากการใช้วิธีการเคลื่อนไหวทางร่างกาย การเล่น การใช้แขน ขา เสมือนการออกกำลังกายอย่างหนึ่ง ดังนั้น ในการสร้างกิจกรรมการพัฒนา จะแทรกสิ่งเหล่านี้เข้าไปในกิจกรรม นับเป็นความสำคัญที่หลายท่านอาจคาดไม่ถึง แต่จริง ๆ แล้วการออกแบบกิจกรรมให้มีการทำงานกันอย่างสมดุล จะช่วยให้เด็กได้รับการพัฒนาทั้งด้านสติปัญญาและอารมณ์ไปพร้อม ๆ กัน

3.2.2 งานศิลปะ เช่น การวาดรูป งานฝีมือ งานปั้น การเล่นดนตรี วรรณกรรม นิทาน ละคร เป็นต้น เป็นสื่อกลางในการพัฒนาความรู้ และอารมณ์ไปพร้อม ๆ กัน และเป็นกิจกรรมที่จะทำ ให้เด็กเกิดความสุขสนุกสนานและมีความสุข ซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญที่ช่วยให้การเรียนรู้มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น ดังนั้น การใช้นิทาน การแสดงละคร การวาดรูป จึงเป็นหลักสำคัญในการออกแบบกิจกรรมพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์สำหรับเด็ก เพราะจะเป็นการสร้างประสบการณ์ที่หล่อหลอมและซึมซับ เข้าไปในความรู้สึกโดยเด็กไม่รู้ตัว

3.2.3 การพูดคุยกัน หลังจบกิจกรรมที่เป็นการกระทำ เช่น การเล่นเกม งานศิลปะ จะเป็นการฝึกคิดหาเหตุผล ฝึกพูดถ่ายทอดความรู้สึก และข้อคิดเห็นของเด็กแต่ละคนเป็นการพัฒนาปัญญา และการรู้จักคิดเป็น

3.2.4 ทุกกิจกรรมสามารถนำไปประยุกต์เพื่อใช้บูรณาการในการเรียนการสอนวิชาต่าง ๆ เช่น ภาษาไทย ภาษาอังกฤษ คณิตศาสตร์ พลศึกษา วิทยาศาสตร์ เพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กอย่างต่อเนื่อง ช่วยให้เด็กรู้สึกสนุกสนานกับการเรียน และเสริมให้เด็กรักการเรียนมากขึ้น (กรมสุขภาพจิต. 2543 : 19-25)

กล่าวโดยสรุปว่า แนวคิดในการออกแบบกิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์จึงมุ่งสู่การประเทืองอารมณ์ ประเทืองปัญญา ประเทืองจิตวิญญาณ รู้สึก สุขจากการได้รับการเสริมแรงทางบวกจากครูและเพื่อน จากการได้รับการปลุกฝังความคิดทางบวกและจากการฝึกสมาธิ

### 3.3 ประเภทของกิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์

กิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ สามารถแบ่งคุณลักษณะออกเป็น 3 ด้าน คือ ด้านดี ด้านเก่ง ด้านสุข



คุณลักษณะด้านดี วัตจากพฤติกรรมกรรมการแสดงออกทางสังคมหรือพฤติกรรมที่สังคมยอมรับ ได้แก่

### 3.3.1 การรู้จักและควบคุมอารมณ์

อีริกสัน (Erikson, Ciring Kaplan, 1963 ; 1991) กล่าวว่า การรู้จักอารมณ์ การได้ทบทวนพฤติกรรมและการกระทำ จะเป็นรากฐานนำไปสู่การรู้จักตนเอง เด็กวัย 6-11 ปี สิ่งแวดล้อมใหม่ ๆ จะทำให้เด็กมีการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์มาก และจะแสดงออกมาทางสีหน้า คำพูด และเริ่มจะสามารถรู้จักควบคุมอารมณ์และการปรับตัวได้ดีขึ้นตามวัยที่เพิ่มขึ้น เช่น พยายามสะกดกลั่นความน้อยใจ ถ้าไม่พอใจก็จะเลี่ยงไปจากสถานการณ์นั้น ๆ สามารถควบคุมความต้องการและยืดระยะเวลาเพื่อตอบสนองความต้องการได้นานขึ้น กิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ เด็กวัย 6-11 ปี ในด้านการรู้จักและควบคุมอารมณ์ จึงเน้นเรื่อง

3.3.1.1 การตระหนักถึงความสำคัญของอารมณ์

3.3.1.2 การแยกแยะความแตกต่างของอารมณ์

3.3.1.3 การแสดงออกเพื่อสื่อความหมายได้ตรงกับอารมณ์ความรู้สึกที่เกิดขึ้น

3.3.1.4 การรู้จักอารมณ์ต่าง ๆ ของตนเองและถ่ายทอดออกมาเป็นคำพูดหรือ

ท่าทางได้

3.3.1.5 การทบทวนอารมณ์ตนเองทั้งอารมณ์ที่ดีและไม่ดี เพื่อเข้าใจตนเองมากขึ้น

3.3.1.6 การฝึกควบคุมอารมณ์ได้อย่างถูกต้องเหมาะสม

3.3.1.7 การรู้ว่าอะไรถูกอะไรผิด

ในช่วงวัย 6-11 ปี เด็กวัยเรียนสามารถประเมินได้ว่าอะไรถูกอะไรผิด ความเข้าใจจริยธรรมของเด็กวัยนี้มาจากการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมและพัฒนาการทางเชาวน์ปัญญาที่สูง ในช่วงวัยนี้จะมีการพัฒนาความคิดด้านเหตุผลเชิงจริยธรรมสูงขึ้น กิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ เด็กวัย 6-11 ปี ในด้านการรู้ว่าอะไรถูกอะไรผิด จึงเน้นเรื่อง

1) การตระหนักถึงความสำคัญของการทำดี

2) สามารถแยกแยะสิ่งที่ดีและไม่ดีได้อย่างถูกต้อง

3) สามารถตระหนักในความสำคัญของกฎและปฏิบัติตามกฎได้

4) ตระหนักถึงผลกระทบของพฤติกรรมด้านบวกและด้านลบ

5) ฝึกการแก้ไขปัญหาด้วยวิธีการที่เหมาะสม ใช้เหตุผลและความคิดทางบวก

6) ได้เรียนรู้กฎเกณฑ์และการปฏิบัติตนในสังคม

7) เรียนรู้พฤติกรรมที่ส่งผลกระทบต่อตนเองและผู้อื่น

8) ตระหนักถึงจริยธรรมโดยการใช้เหตุผล

9) การเข้าใจ และเห็นความสำคัญของการอยู่ร่วมกันและทักษะในการ

เสริมสร้างคุณภาพของการอยู่ร่วมกัน

เด็กวัย 6-11 ปี จะมีพัฒนาการด้านการพูดและความเข้าใจดีขึ้น เป็นช่วงที่พ่อแม่ ควรเริ่มอบรมสั่งสอนเพื่อถ่ายทอดค่านิยม วัฒนธรรม ศีลธรรม ให้แก่เด็กทีละน้อย โดยเริ่มจากสิ่งง่าย ๆ เช่น การกราบไหว้ การช่วยเหลือคนอื่น การสงสารคนที่ตกทุกข์ได้ยาก การเชื่อฟังสิ่งที่ผู้ใหญ่บอกและสอนทักษะการเข้าสังคมของเด็กวัยนี้จะออกมาในรูปแบบของการให้ความร่วมมือในการเล่นเกมส์ สร้างสัมพันธภาพกับเพื่อนหรือเด็กวัยเดียวกัน จะมีความสัมพันธ์ใกล้ชิดกับเด็กเพศเดียวกัน ความใกล้ชิดที่เด็กมีต่อบุคคลอื่น จะเสริมสร้างให้เด็กเกิดการรับรู้ การเข้าใจความรู้สึกของคนอื่น การแบ่งปัน การรับรู้มาตรฐานและกฎเกณฑ์ของกลุ่มกิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เด็กวัย 6-11 ปี ในด้านการเสริมสร้างคุณภาพของการอยู่ร่วมกัน จึงเน้นเรื่อง

- 1) การเรียนรู้ความสำคัญของผู้อื่น
- 2) การเข้าใจถึงประโยชน์ของความแตกต่างระหว่างบุคคล
- 3) การยอมรับในความแตกต่างกัน
- 4) ความตระหนักว่าคนเราต้องพึ่งพาอาศัยกัน
- 5) การคำนึงถึงความต้องการของผู้อื่นและการประนีประนอม
- 6) การรับฟังความเห็นของผู้อื่น
- 7) การทำงานเป็นทีม
- 8) การเข้าใจ ความสำคัญของปัจจัยที่ทำให้การอยู่ร่วมกันเป็นไปอย่างราบรื่น
- 9) การบอกเล่าและการรับฟังเกี่ยวกับตนเองและผู้อื่น
- 10) การเรียนรู้การแบ่งปัน การให้และการรับ
- 11) เรียนรู้มารยาทของการอยู่ร่วมกัน รู้จักแสดงความรู้สึก พูดชมเชย ให้กำลังใจ และกล่าวขอบคุณ ขอโทษ
- 12) ฝึกความไว้วางใจต่อกัน
- 13) ฝึกการเป็นผู้นำผู้ตาม
- 14) ฝึกทักษะการแก้ไขความขัดแย้ง
- 15) ฝึกทักษะการจูงใจให้ทำประโยชน์ร่วมกัน
- 16) ฝึกความไว้วางใจต่อกัน
- 17) ฝึกการเป็นผู้นำ ผู้ตาม
- 18) ฝึกทักษะการแก้ไขความขัดแย้ง
- 19) ฝึกทักษะการจูงใจให้ทำประโยชน์ร่วมกัน
- 20) ฝึกการสื่อสารที่เหมาะสม

คุณลักษณะด้านเก่ง วัดจากพฤติกรรมที่แสดงถึงความมุ่งมั่น พยายาม สามารถปรับตัวเผชิญปัญหาอย่างเหมาะสม สามารถพูดถ่ายทอดความรู้สึกและแสดงความคิดเห็นของตนเองได้ดี ได้แก่

### 1) การเสริมสร้างแรงจูงใจให้กับตนเอง

ในช่วงวัย 6-11 ปี เด็กต้องเผชิญกับความท้าทายในการเรียนรู้มากขึ้น คือ ถ้าเด็กทำอะไรได้สำเร็จ เด็กก็จะเกิดความรู้สึกว่า ความพยายามของตนมีคุณค่า ซึ่งจะพัฒนาไปสู่ การทำอะไรได้นาน โดยไม่ย่อท้อหรือเกิดความมุ่งมั่นมานะ พยายาม สามารถรับคำติชมได้โดยไม่ รู้สึกว่ามีปมด้อย กิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เด็กวัย 6-11 ปี ในด้านการเสริมสร้าง แรงจูงใจจึงเน้นเรื่อง

- 1.1) การเรียนรู้ว่า ความพยายามและการไม่ย่อท้อต่ออุปสรรคจะ นำไปสู่ความสำเร็จ
- 1.2) การเสริมสร้างความมั่นใจ สร้างทัศนคติ และความคิดเชิงบวกต่อ ตนเอง
- 1.3) การตั้งเป้าหมายของตนเอง
- 1.4) การฝึกทักษะการทำงานร่วมกัน และเรียนรู้ความสำเร็จของกลุ่ม
- 1.5) การเรียนรู้วิธีการจัดการกับความกังวลใจ
- 1.6) การเปลี่ยนพลังเชิงลบให้เป็นด้านบวก
- 1.7) การพัฒนาวินัยและแรงจูงใจ

### 2) การสื่อสารที่เหมาะสม

พื้นฐานสำคัญของการสื่อสาร คือ การรับรู้ เข้าใจอารมณ์และความคิดทั้ง ของตนเองและผู้อื่น เข้าใจถึงกระบวนการ เกิดการรับรู้ตนเอง และการนับถือตนเอง ซึ่งพฤติกรรม การแสดงออกที่แตกต่างกันนั้น เกิดจากการรับรู้เกี่ยวกับตนเองของแต่ละบุคคล การเข้าใจถึงความ แตกต่างระหว่างบุคคล ทำให้เกิดการเลือกรูปแบบการสื่อสารที่เหมาะสมกับบุคคล เป็นการรักษาสัม พันธภาพและแก้ไขปัญหาความขัดแย้ง กิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เด็กวัย 6-11 ปี ใน ด้านการสื่อสารจึงเน้นเรื่อง

- 2.1) ทักษะการฟังเพื่อจับใจความ
- 2.2) มารยาทในการฟังที่ดี
- 2.3) มีวินัย มีความอดทนในการฟัง
- 2.4) ทักษะในการสื่อข้อความเพื่อสื่อสารความรู้สึก ความคิดของตนเอง ให้ผู้อื่นเข้าใจได้อย่างถูกต้อง
- 2.5) ทักษะในการสื่อสารให้ผู้อื่นยอมรับและคล้อยตาม
- 2.6) ทักษะการใช้คำพูดและการแสดงท่าทีที่เหมาะสม

คุณลักษณะด้านสุข วัตจากพฤติกรรมที่แสดงถึง เรื่องการคิดอย่างมีเหตุผล และ ความภาคภูมิใจในตนเอง โดยธรรมชาติในวัยเด็ก ความสุขอยู่ที่การได้เล่นอย่างสนุกสนาน เป็น ความรู้สึก สุข สนุก เมื่อโตขึ้นก็จะเป็นความสุขสันต์ มีจิตใจเบิกบาน จวบจนเป็นผู้ใหญ่ และวัยสูงอายุ ความสุขจะแปรเปลี่ยนเป็นความสงบสุขทางใจ สิ่งที่ทำนำไปสู่การเป็นคนมีความสุข คือ มีความรู้สึก

ที่ดีต่อตนเอง หรือมีความภาคภูมิใจในตนเอง ซึ่งจะนำไปสู่การมีอารมณ์มั่นคงเข้มแข็ง ไม่หวั่นไหวง่าย การพัฒนาความคิดอย่างมีเหตุผล และความคิดทางบวก และมีระบบที่เอื้อให้สามารถปรับใจและยืดหยุ่นความต้องการของตนเองได้ กิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เด็กวัย 6-11 ปี ในด้านการพัฒนาความคิดอย่างมีเหตุผล จึงเน้นเรื่อง

- 1) การส่งเสริมความคิดหาเหตุผล
- 2) การเสริมสร้างความมั่นใจในตนเอง
- 3) การฝึกการคิดเพื่อแก้ปัญหา
- 4) การเห็นความสำคัญของการทำงานเป็นทีม
- 5) การฝึกทักษะการคิดอย่างเป็นระบบ

ความภาคภูมิใจ

ความภาคภูมิใจในตนเองนี้ จะเกิดขึ้นระหว่างเด็กที่มีความสัมพันธ์กับเพื่อนและผู้ใหญ่ เด็กจะถูกประเมินคุณค่าและสถานภาพของตนเอง จากการกระทำของเขาที่ผู้อื่นยอมรับได้ หรือยอมรับไม่ได้ ทำให้เด็กสามารถหาคำตอบได้ว่า ฉันเป็นใคร ฉันเป็นคนแบบไหน เด็กวัยนี้ต้องการความเชื่อมั่นในตนเอง และความคาดหวังทางสังคม ซึ่งเป็นปัจจัยที่ทำให้เด็กมีความเคารพในตนเองสูงขึ้นหรือต่ำลง เนื่องจากเด็กวัยนี้ อยู่ในช่วงประเมินตนเอง ในลักษณะการแข่งขัน ดังนั้นต้องระวังอย่าให้เกิดการตอกย้ำในความผิดพลาดของเด็ก เพราะจะเป็นตัวบั่นทอนความมั่นใจในตนเอง กิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เด็กวัย 6-11 ปี ในด้านการพัฒนาความภาคภูมิใจ จึงเน้นเรื่อง

- 1) การสร้างทัศนคติเชิงบวกต่อตนเอง
- 2) การสร้างความตระหนักรู้และเข้าใจความสามารถของตนเอง
- 3) การฝึกทักษะการสื่อสารและพูดชื่นชมผู้อื่น
- 4) การเข้าใจเหตุผลและผลของความสำเร็จ
- 5) การสำรวจความสามารถพิเศษ ลักษณะนิสัยความสนใจของตนเองจากมุมมองของคนอื่น (กรมสุขภาพจิต. 2547 : 25-35)

กล่าวโดยสรุปว่า กิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ สามารถสร้างให้บุคคลเป็นผู้ที่มีความฉลาดทางอารมณ์ หากมีการส่งเสริมให้ได้รับการพัฒนาอย่างต่อเนื่อง ก็จะสามารถช่วยทำให้เกิดความเก่ง ดี และมีสุขได้

#### 4. งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์

ซาลเซน และ แอมบรอส กับ แบรคบิล (กรมสุขภาพจิต. 2543 : 14 ; อ้างถึงจาก Strangman. 1973) ได้ทำการทดลองและพบว่า พฤติกรรมที่แสดงออกถึงอารมณ์ จะเกิดจากการเรียนรู้ เช่น การยิ้มของเด็กทารก ระยะเวลาแรก ๆ การยิ้มเป็นเพียงการเคลื่อนไหวกล้ามเนื้อไปหน้า ต่อมาปฏิกิริยาที่ตอบสนองสิ่งเร้าภายนอก แล้วเริ่มมีพัฒนาการดีขึ้นโดยยิ้มเมื่อเห็นหน้าคน

เซียร์ และคณะ (กรมสุขภาพจิต. 2543 : 14 ; อ้างถึงจาก Strangman. 1973) ได้ศึกษาถึงเรื่อง ความก้าวร้าว เขากล่าวว่า ความก้าวร้าว เป็นอารมณ์อย่างหนึ่งที่แสดงออกเพื่อต้องการให้ผู้อื่นเจ็บปวด โดยแสดงออกในรูปของพฤติกรรมการทะเลาะวิวาท ต่อสู้ แสดงความเกรี้ยวโกรธ แต่ความก้าวร้าวนี้ สามารถเพิ่มขึ้นหรือลดลงโดยกระบวนการเรียนรู้ทางสังคม ซึ่งพ่อแม่เป็นบุคคลสำคัญที่จะตอบสนองต่อพฤติกรรมเด็ก ผลการวิจัยพบว่า เด็กที่ถูกพ่อแม่ทำโทษ จะมีพฤติกรรมความก้าวร้าวรุนแรงมากกว่าพฤติกรรมอื่น ๆ

## บทที่ 3

### วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรม ระดับชั้นอนุบาล 3 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2548 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา โดยการใช้กิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ ผู้วิจัยได้ดำเนินการศึกษาค้นคว้าตามลำดับขั้นตอน ดังนี้

1. การกำหนดประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
2. การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
3. การดำเนินการทดลอง
4. การวิเคราะห์ข้อมูล
5. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

#### ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษา

##### ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักเรียนที่มีปัญหาทางพฤติกรรมและขาดความฉลาดทางอารมณ์ ชั้นอนุบาล 3 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักเรียนที่มีปัญหาทางพฤติกรรมและขาดความฉลาดทางอารมณ์ ชั้นอนุบาล 3 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2548 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา จำนวน 10 คน โดยการคัดเลือกอย่างเจาะจง มีวิธีการคัดเลือก ดังนี้

1. ให้ครูประจำชั้นอนุบาล 3 เสนอรายชื่อนักเรียนที่สังเกตว่ามีปัญหาทางพฤติกรรมและขาดความฉลาดทางอารมณ์
2. ศึกษาประวัติของเด็กจากครอบครัว
3. ประเมินพฤติกรรมที่เป็นปัญหา ได้แก่ ก้าวร้าว ก่อความวุ่นวายในชั้นเรียนและประเมินความฉลาดทางอารมณ์โดยใช้แบบประเมินของกรมสุขภาพจิต
4. เลือกกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 10 คน

#### การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. กิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์
2. แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์
3. แบบประเมินพฤติกรรมเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรม (SDQ)

### กิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์

เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ โดยได้ศึกษาจากวิธีการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์หลายวิธี ได้มีขั้นตอนในการนำเครื่องมือมาใช้ ดังนี้

1. ศึกษาเอกสารวารสาร ตำรา ผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความฉลาดทางอารมณ์ รวมทั้งการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับผู้ที่มีประสบการณ์ ในการจัดกิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ และขอคำปรึกษาจากนักจิตวิทยา และพยาบาลผู้เชี่ยวชาญในการจัดกิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ ของโรงพยาบาลจิตเวชสงขลาราชนครินทร์ และศูนย์สุขภาพจิตเขต 12 จังหวัดสงขลา

2. กำหนดรูปแบบวิธีสอน เวลา สื่อ ให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของกิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์

3. ให้ผู้เชี่ยวชาญด้านการจัดกิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ ตรวจสอบความถูกต้องและความเหมาะสม ของเนื้อหา รูปแบบ วิธีการจัดกิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์

4. นำกิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์มาปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญ

### แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์

เป็นแบบประเมินที่ช่วยให้ครูได้ทราบถึงจุดดี จุดเด่นของลักษณะความฉลาดทางอารมณ์ที่ควรส่งเสริม และจุดอ่อนที่ควรพัฒนาให้ดียิ่งขึ้นต่อไป และสามารถใช้ติดตามเพื่อดูพัฒนาการทางอารมณ์ว่ามีความก้าวหน้ามากน้อยเพียงใด มีขั้นตอนในการนำเครื่องมือมาใช้ ดังนี้คือ

1. ศึกษาเนื้อหาและจุดประสงค์การเรียนรู้จากตำรา หนังสือ คู่มือ

2. ขออนุญาตจากกรมสุขภาพจิต ในการนำแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์มาใช้ในการทดลอง โดยได้ติดต่อประสานกับศูนย์สุขภาพจิต เขต 12 ในการขอรับเอกสารแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์

### แบบประเมินพฤติกรรมเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรม (SDQ)

เป็นแบบประเมินของกรมสุขภาพจิตที่ทำให้ทราบถึงจุดอ่อนและจุดแข็งของพฤติกรรมตลอดจนสามารถนำมาช่วยแก้ไขและจัดการกับพฤติกรรมที่เป็นปัญหาให้กับครูได้ ซึ่งมีขั้นตอนในการนำเครื่องมือมาใช้ ดังนี้คือ

1. ศึกษาเนื้อหาและจุดประสงค์การเรียนรู้จากตำรา หนังสือ คู่มือ

2. ขออนุญาตจากศูนย์สุขภาพจิตเขต 12 จังหวัดสงขลา ในการนำแบบประเมินพฤติกรรมเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรม (SDQ) มาใช้ในการทดลอง

### เกณฑ์คะแนนวัดระดับความฉลาดทางอารมณ์

เกณฑ์คะแนนวัดระดับความฉลาดทางอารมณ์ ทำให้ทราบว่าเด็กมีความฉลาดทางอารมณ์อยู่ในระดับใด มีความจำเป็นต้องพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์มากขึ้นเพียงใด โดยมีเกณฑ์ดังนี้

เกณฑ์คะแนน 50 - 60 คะแนน หมายถึง เด็กมีความฉลาดทางอารมณ์อยู่ในเกณฑ์ดี ควรส่งเสริมและรักษาคุณลักษณะนี้ให้คงไว้

เกณฑ์คะแนน 49 - 40 คะแนน หมายถึง เด็กควรได้รับการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ในด้านนั้น ๆ ให้ดียิ่งขึ้น และควรพัฒนาให้เด็กมีความฉลาดทางอารมณ์อย่างต่อเนื่อง

เกณฑ์คะแนนต่ำกว่า 40 คะแนน หมายถึง เด็กจำเป็นต้องได้รับการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ในด้านนั้น ๆ ให้ดียิ่งขึ้น มีการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์เด็ก อย่างจริงจังและสม่ำเสมอ

### การดำเนินการทดลอง

#### 1. แบบแผนการทดลอง

การศึกษาครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง (Experimental Research) ใช้แบบแผนการทดลองกลุ่มทดลองกลุ่มเดียว วัดผลก่อนและหลังการทดลอง (One Group Pretest-Posttest Design) ล้วน สายยศ และ อังคณา สายยศ (2538 : 249) ดังนี้

E		T <sub>1</sub>	X	T <sub>2</sub>
เมื่อ				
E	แทน	กลุ่มตัวอย่างนักเรียนที่เลือกมาโดยเจาะจง		
X	แทน	กลุ่มตัวอย่างที่ได้รับจากการจัดกิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์		
T <sub>1</sub>	แทน	การทดสอบด้วยแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ก่อนทำกิจกรรม		
T <sub>2</sub>	แทน	การทดสอบด้วยแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ก่อนหลังทำกิจกรรม		

#### 2. ขั้นตอนการทดลอง

2.1 ก่อนที่จะดำเนินการทดลอง ผู้วิจัยขอให้บัณฑิตวิทยาลัยออกหนังสือเพื่อขออนุญาตต่อกรมสุขภาพจิต และศูนย์สุขภาพจิต เขต 12 จังหวัดสงขลา ในการนำเครื่องมือมาใช้ในการทดลอง และขออนุญาตผู้บริหารโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา ที่มีนักเรียนเป็นกลุ่มตัวอย่างเพื่อดำเนินการทดลอง



2.2 ทำการสอบก่อนการทดลองโดยใช้แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ชั้นอนุบาล 3

2.3 ดำเนินการทดลองในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2548 เป็นเวลา 8 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 4 ครั้ง ครั้งละ 1 กิจกรรม ใช้เวลาประมาณกิจกรรมละ 50 นาที รวม 32 ครั้ง ตามลำดับดังนี้

ตาราง 1 ตารางกำหนดการจัดกิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์

วัน	เวลา	กิจกรรม
จันทร์ – พฤหัสบดี	12.10 – 13.00 น.	การรู้จักและควบคุมอารมณ์
จันทร์ – พฤหัสบดี	12.10 – 13.00 น.	การพัฒนาความคิดอย่างมีเหตุผล
จันทร์ – พฤหัสบดี	12.10 – 13.00 น.	การรู้ว่าอะไรถูกอะไรผิด
จันทร์ – พฤหัสบดี	12.10 – 13.00 น.	การเข้าใจและเห็นความสำคัญของการอยู่ร่วมกัน
จันทร์ – พฤหัสบดี	12.10 – 13.00 น.	ทักษะในการเสริมสร้างคุณภาพของการอยู่ร่วมกัน
จันทร์ – พฤหัสบดี	12.10 – 13.00 น.	การสร้างแรงจูงใจ
จันทร์ – พฤหัสบดี	12.10 – 13.00 น.	การสื่อสารที่เหมาะสม
จันทร์ – พฤหัสบดี	12.10 – 13.00 น.	ความภาคภูมิใจในตนเอง

2.4 ทำการทดสอบความฉลาดทางอารมณ์ หลังการทดลองโดยใช้แบบทดสอบวิธีการทดสอบ วิธีตรวจให้คะแนน เช่นเดียวกับก่อนการทดลอง แล้วนำข้อมูลมาวิเคราะห์ต่อไป

### การวิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์ความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนที่มีปัญหาทางพฤติกรรม ชั้นอนุบาล 3 ก่อนและหลังการจัดกิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ โดยใช้สถิติ t-test for Dependent

### สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

#### 1. สถิติพื้นฐาน

1.1 ค่าเฉลี่ย (Mean) คำนวณจากสูตร ถ้วน สายยศ และอังคณา สายยศ (2538 : 73)

$$\bar{X} = \frac{\sum X}{N}$$

เมื่อ	$\bar{X}$	=	คะแนนเฉลี่ย (ค่าเฉลี่ย)
	$\sum X$	=	ผลรวมของคะแนนทั้งหมด
	N	=	จำนวนคนในกลุ่มตัวอย่าง

1.2 ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) คำนวณจาก ล้วน สายยศ และ อังคณา สายยศ (2538 : 79)

$$S.D = \sqrt{\frac{N\sum X^2 - (\sum X)^2}{N(N-1)}}$$

เมื่อ	S.D	=	ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน
	$\sum X$	=	ผลรวมของคะแนน
	$\sum X^2$	=	ผลรวมของคะแนนแต่ละตัวยกกำลังสอง
	$(\sum X)^2$	=	ผลรวมของคะแนนทั้งหมดยกกำลังสอง
	N	=	จำนวนคนในกลุ่มตัวอย่าง

## 2. สถิติสำหรับทดสอบสมมติฐาน

การเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ก่อนการทดลอง และหลังการทดลอง โดยใช้ t-test for Dependent คำนวณจากสูตร ล้วน สายยศ และ อังคณา สายยศ (2538 : 104)

$$t = \frac{\sum D}{\sqrt{\frac{n\sum D^2 - (\sum D)^2}{n-1}}}$$

เมื่อ	D แทน	ความแตกต่างของคะแนนแต่ละคู่
	N แทน	จำนวนคู่
	t แทน	ค่าที่ใช้ในการพิจารณาค่าแจกแจง t

## บทที่ 4

### ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

เมื่อทำการทดลองสอน โดยใช้กิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ เสร็จสิ้นแล้ว ผู้วิจัยได้วิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรมชั้นอนุบาล 3 โดยนำเสนอตั้งตารางซึ่งมี 2 ตอน ดังนี้

ตาราง 2 คะแนนค่าเฉลี่ยและคะแนนความเบี่ยงเบนมาตรฐานของความฉลาดทางอารมณ์ ก่อนและหลังการจัดกิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์

คนที่	ความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรมก่อนการทดลอง (คะแนนเต็ม 60 คะแนน)	ความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรมหลังการทดลอง (คะแนนเต็ม 60 คะแนน)	ผลต่างของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรม (คะแนนเต็ม 60 คะแนน)
1	29.8	50	20.2
2	28.2	51.1	22.9
3	29.3	54.4	25.1
4	33.1	51.3	18.2
5	29.8	56.2	26.4
6	33	47.5	14.5
7	27.4	51.3	23.9
8	36.3	51	14.7
9	31.6	51.3	19.7
10	32.2	42.5	10.3
$\bar{X}$	31.07	50.66	19.59
S.D	2.68	3.70	
ระดับ	ต่ำ	ดี	

จากตาราง 2 แสดงว่า ความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรมชั้นอนุบาล 3 ก่อนการจัดกิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ มีคะแนนตั้งแต่ 27.4-36.3 คะแนน ค่าเฉลี่ยของกลุ่มเท่ากับ 31.07 คะแนน ซึ่งหมายถึง ความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรม อยู่ในระดับต่ำ และหลังการจัดกิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ มีคะแนนตั้งแต่

42.5-56.2 คะแนนค่าเฉลี่ยของกลุ่มเท่ากับ 50.66 คะแนน ซึ่งหมายถึง ความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรมอยู่ในระดับดี และมีคะแนนผลต่างก่อนและหลังการจัดกิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ ตั้งแต่ 10.3 – 26.4 คะแนน และมีค่าเฉลี่ยผลต่างของคะแนนเท่ากับ 19.59 และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 3.70

ตาราง 3 การเปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรม ระหว่างก่อนและหลังการจัดกิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์

กลุ่มตัวอย่าง	N	$\bar{X}$	S	$\Sigma D$	$(\Sigma D)^2$	t
ก่อนการทดลอง	10	31.07	2.68	19.59	13.99	11.88**
หลังการทดลอง	10	50.66	3.70			

\*\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตาราง 3 แสดงว่า ความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรมชั้นอนุบาล 3 จากการจัดกิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์สูงขึ้นกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานการวิจัยที่เสนอไว้ว่า กิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์สามารถพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรมให้สูงขึ้นได้

## บทที่ 5

### สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

#### ความมุ่งหมายของการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ตั้งจุดมุ่งหมายเพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรม จากการจัดกิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์

#### สมมติฐานในการวิจัย

กิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ สามารถพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรมให้สูงขึ้นได้

#### ขอบเขตของการวิจัย

##### ประชากรกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักเรียนที่มีปัญหาทางพฤติกรรมและขาดความฉลาดทางอารมณ์ ชั้นอนุบาล 3 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักเรียนที่มีปัญหาทางพฤติกรรมและขาดความฉลาดทางอารมณ์ ชั้นอนุบาล 3 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2548 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา จำนวน 10 คน โดยการคัดเลือกอย่างเจาะจง มีวิธีการคัดเลือก ดังนี้

1. ให้ครูประจำชั้นอนุบาล 3 เสนอรายชื่อเด็กที่สังเกตว่ามีปัญหาทางพฤติกรรมและขาดความฉลาดทางอารมณ์

2. ศึกษาประวัติของเด็กจากครอบครัว

3. ประเมินพฤติกรรมที่เป็นปัญหา ได้แก่ ก้าวร้าว ก่อความวุ่นวายในชั้นเรียนและประเมินความฉลาดทางอารมณ์โดยใช้แบบประเมินของกรมสุขภาพจิต

4. เลือกกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 10 คน

##### เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ประกอบด้วย

1. กิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์

2. แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์

3. แบบประเมินพฤติกรรมเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรม (SDQ)

#### วิธีดำเนินการทดลอง

ดำเนินการทดลองตามแบบแผนการทดลอง One Group Pretest – Posttest Design ก่อนการทดลอง ใช้แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ ดำเนินการสอนโดยใช้กิจกรรมเสริมสร้าง

ความฉลาดทางอารมณ์ โดยใช้เวลาทดลอง 8 สัปดาห์ ๆ ละ 4 ครั้ง ๆ ละ 50 นาที รวมเวลาทดลองทั้งสิ้น 32 ครั้ง เมื่อสิ้นสุดหลังการทดลองใช้แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ มีวิธีการประเมินเช่นเดียวกับก่อนการทดลอง ได้ทำการวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติ คะแนนเฉลี่ย ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน และใช้สถิติ t-test for Dependent

## สรุปผลการวิจัย

จากการศึกษาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรม โดยใช้กิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ ผลสรุปว่า ความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรม มีคะแนนก่อนและหลังการทดลองแตกต่างกัน โดยก่อนการจัดกิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ มีคะแนนตั้งแต่ 27.4 – 36.6 คะแนน ค่าเฉลี่ยของกลุ่มเท่ากับ 31.07 คะแนน ซึ่งหมายถึงความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรมอยู่ในระดับต่ำ และหลังการจัดกิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ มีคะแนนตั้งแต่ 42.5 – 56.2 คะแนน ค่าเฉลี่ยของกลุ่มเท่ากับ 50.66 คะแนน ซึ่งหมายถึง ความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรมอยู่ในระดับดี และมีคะแนนผลต่างก่อนและหลังการจัดกิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ ตั้งแต่ 10.3 – 26.4 คะแนน มีค่าเฉลี่ยผลต่างของคะแนนเท่ากับ 19.59 และมีค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 3.70 ความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรมสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

## อภิปรายผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการศึกษาศาสนาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรมโดยใช้กิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ พบว่า

ความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรม มีคะแนนก่อนและหลังการทดลองแตกต่างกัน โดยก่อนการจัดกิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ มีคะแนนตั้งแต่ 27.4 – 36.6 คะแนน ค่าเฉลี่ยของกลุ่มเท่ากับ 31.07 คะแนน ซึ่งหมายถึง ความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรมอยู่ในระดับต่ำ และหลังการจัดกิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ มีคะแนนตั้งแต่ 42.5 – 56.2 คะแนน ค่าเฉลี่ยของกลุ่มเท่ากับ 50.66 คะแนน ซึ่งหมายถึง ความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรมอยู่ในระดับดี และมีคะแนนผลต่างก่อนและหลังการจัดกิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ ตั้งแต่ 10.3 – 26.4 คะแนน มีค่าเฉลี่ยผลต่างของคะแนนเท่ากับ 19.59 และมีค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 3.70 ความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรมสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 หลังการจัดกิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ แสดงให้เห็นว่า กิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์สามารถพัฒนาเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรมให้มีความฉลาดทางอารมณ์ที่ดีขึ้น เนื่องจากเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรมส่วนใหญ่จะมีลักษณะที่แตกต่างจากเด็กปกติอย่างเห็นได้ชัด คือ การแสดงพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ขณะทำกิจกรรมร่วมกับผู้อื่น เช่น ก้าวร้าว ก่อวุ่นวาย อยู่นิ่ง ขาด

ความคงทนต่อการทำกิจกรรม ขาดสมาธิในการควบคุมตนเอง และไม่สามารถปฏิบัติตามกฎกติกาของห้องเรียนได้ พฤติกรรมต่าง ๆ ดังที่กล่าวมานี้ มีความขัดแย้งอยู่ในตัวเด็ก ซึ่งบางครั้งเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรมก็ไม่ต้องมีการที่จะแสดงพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมอาจมีหลายประการ สิ่งสำคัญประการหนึ่งย่อมเกี่ยวข้องกับการเลี้ยงดูในช่วงปฐมวัย ดังที่แนวคิดทฤษฎีของ อิริคสัน Erikson, โคลเบอร์ก Kohlberg, กิลลิแกน Gilligan กล่าวว่า เด็กวัย 3-6 ขวบ ถ้าได้รับการตอบสนองและส่งเสริมพัฒนาการทางอารมณ์ ให้รู้จักรับผิดชอบตนเอง ได้ค้นคว้าสิ่งแวดล้อม ได้ซักถาม ได้จินตนาการถึงสิ่งที่จะเกิดขึ้นต่อไป ก็จะพัฒนาเด็กไปสู่ความคิดสร้างสรรค์ แต่ถ้าเด็กถูกขัดขวางความต้องการ เกิดความขัดแย้งกับบุคคลอื่น ไม่สามารถทำในสิ่งที่ต้องการได้ ก็จะพัฒนาเด็กไปสู่ความรู้สึกผิด เซียร์และคณะ (Sears et al. 1957 อ้างถึง Strangman. 1973) ได้ศึกษาถึงเรื่อง ความก้าวร้าว เขากล่าวว่า ความก้าวร้าวเป็นอารมณ์อย่างหนึ่งแสดงออกเพื่อต้องการให้ผู้อื่นเจ็บปวด โดยแสดงออกในรูปของพฤติกรรม การทะเลาะวิวาท ต่อสู้ แสดงความโกรธเกรี้ยว แต่ความก้าวร้าวนี้ สามารถเพิ่มขึ้นหรือลดลงโดยกระบวนการเรียนรู้ทางสังคม เซียร์เห็นว่า บทบาทของพ่อแม่มีผลต่อพัฒนาการความก้าวร้าวของเด็ก เช่น จากการศึกษาวิจัยพบว่า เด็กที่ถูกทำโทษหรือถูกพ่อแม่ตอบโต้ด้วยปฏิบัติการก้าวร้าวรุนแรงยิ่งกว่า จะมีพฤติกรรมก้าวร้าวมากกว่า ปัญหาพฤติกรรมอื่น ๆ เด็กจะเกิดความรู้สึกไม่สบายใจ (กรมสุขภาพจิต. 2546 : 13-14)

ฉะนั้น เมื่อเด็กได้รับการเลี้ยงดูในสภาวะที่มีความเข้าใจกันทางอารมณ์ก็ย่อมทำให้เด็กสามารถควบคุมตนเอง ระวังอารมณ์ที่แสดงออกในทางที่ไม่สมควรได้ ความฉลาดทางอารมณ์เป็นองค์ประกอบสำคัญในการที่จะพัฒนาเด็กให้สามารถนำไปใช้เผชิญหน้ากับสถานการณ์ต่าง ๆ ในชีวิตประจำวันได้ หากเด็กเข้าใจอารมณ์ตนเอง อารมณ์ผู้อื่น ก็ย่อมทำให้รู้เท่าทันกับสิ่งที่เรากำลังจะทำลงไป โกลแมน (Goleman. 1995) ได้เสนอวิธีพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กไว้ว่า การรู้จักอารมณ์ตนเองเป็นองค์ประกอบสำคัญเบื้องต้นที่จะนำไปสู่การควบคุมอารมณ์ และการแสดงออกที่เหมาะสมต่อไป ขั้นตอนของการรู้จักอารมณ์ตนเอง ควรเริ่มจากการทบทวนอารมณ์ตนเองว่ามีลักษณะเช่นไร ผลย้อนกลับของการแสดงอารมณ์เป็นเช่นไร เหมาะสมหรือไม่ ซึ่งเป็นการฝึกให้รู้ตัว รู้เท่าทันความรู้สึกและมีสติตนเอง รู้ว่ากำลังรู้สึกอย่างไรกับตนเอง และสิ่งที่เกิดขึ้นรอบ ๆ ตัว การรู้จักอารมณ์ตนเอง ช่วยให้เกิดการเข้าใจสาเหตุของความรู้สึกได้ดีขึ้น และรู้จักการแยกแยะระหว่างความรู้สึกและการกระทำ (กรมสุขภาพจิต. 2546 : 25)

กิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ที่ได้นำมาพัฒนาเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรม เป็นกิจกรรมที่มีลักษณะมุ่งเน้นให้เด็กเป็นคนเก่ง ดี มีสุข สามารถใช้ชีวิตในสังคมได้โดยอาศัยความฉลาดทางอารมณ์ในการบริหารตนเองในด้านต่าง ๆ การที่เด็กจะเป็นคนเก่งนั้น ไม่จำเป็นต้องเป็นผู้ที่มี IQ เป็นเยี่ยม แต่เก่งในที่นี้หมายความว่า เป็นผู้ที่มีความพร้อมที่จะพัฒนาตนไปสู่ความสำเร็จ มีความมุ่งมั่นพยายาม สามารถปรับตัวต่อปัญหาได้ การเป็นคนดี หมายความว่า เป็นความพร้อมทางอารมณ์ที่จะอยู่ร่วมกับคนอื่น สามารถควบคุมอารมณ์ ใสใจและเข้าใจอารมณ์ผู้อื่นได้

และการมีสุข หมายความว่า มีความพร้อมทางอารมณ์ที่ทำให้เกิดความสุข มีความพอใจในตนเอง การรู้จักปรับใจ และความรื่นเริงเบิกบาน

ซึ่งกิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ที่ได้พัฒนาเด็ก จะครอบคลุมในทุก ๆ ด้าน อย่างเท่า ๆ กัน เช่น การรู้จักและควบคุมอารมณ์ การพัฒนาความคิดอย่างมีเหตุผลและความคิดทางบวก การรู้ว่าอะไรถูกอะไรผิด การเข้าใจและเห็นความสำคัญของการอยู่ร่วมกัน การมีทักษะในการเสริมสร้างคุณภาพของการอยู่ร่วมกัน การสร้างแรงจูงใจ การสื่อสารที่เหมาะสม และการมีความภาคภูมิใจในตนเอง ซึ่งสิ่งเหล่านี้จะหลอมรวมให้เด็กเป็นผู้ที่มีคุณลักษณะเก่ง ดี มีสุข ได้อย่างชัดเจน

ดังนั้น จึงสรุปได้ว่า กิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ สามารถพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรมให้ก่อเกิดความเก่ง ดี มีสุข โดยการใช้หลักการที่มุ่งเน้นให้เด็กได้เรียนรู้อารมณ์ การกระทำ ความคิดของตนเอง ตลอดจนสามารถซึมซับความรู้สึกให้เข้าใจอารมณ์ของผู้อื่นได้ สามารถฝึกฝนตนเองให้มีความอดทน รู้จักการช่วยเหลือผู้อื่น และสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ด้วยดีด้วยความรื่นเริง เบิกบานใจ ย่อมทำให้เด็กเป็นผู้ที่มีความสุขในตนเอง และสามารถส่งความสุขไปให้กับผู้อื่นได้เช่นกัน เมื่อเรามีความสุข ผู้อื่นก็มีความสุข ย่อมเป็นสิ่งที่ทุกคนปรารถนาอยากให้มีในสังคม

## ข้อเสนอแนะ

### ข้อเสนอแนะทั่วไป

1. การจัดกิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ให้กับเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรมพบว่า บางกิจกรรมเป็นกิจกรรมที่เด็กยังไม่เคยได้ปฏิบัติมาก่อน ทำให้ต้องใช้ระยะเวลาในการอธิบาย วิธีการทำกิจกรรมให้เด็กเข้าใจ ซึ่งทำให้เกิดความยืดเวลาในการทำกิจกรรมออกไป จนทำให้เกิดต่อความสนใจของเด็กในระดับอนุบาลที่มีความอดทนต่อการทำกิจกรรมให้ยาวนานได้

2. ในกิจกรรมที่ต้องการฝึกสมาธิเด็ก ฝึกการฟังอย่างตั้งใจ จำเป็นต้องใช้สถานที่ที่ค่อนข้างเป็นสัดส่วน เพื่อทำให้มีเสียงรบกวนจากภายนอกน้อยลง และเด็กจะมีความตั้งใจในการทำกิจกรรมได้เต็มที่ ตลอดจนสามารถประเมินผลการทำกิจกรรมได้ชัดเจน

### ข้อเสนอแนะในการวิจัย

1. ควรมีการวิจัยเชิงคุณภาพเพื่อประเมินผล ติดตามผล และพัฒนาเด็กอย่างต่อเนื่อง เพื่อให้ความฉลาดทางอารมณ์ในวัยเด็กเป็นพื้นฐานให้มีความฉลาดทางอารมณ์ติดตัวจนถึงวัยรุ่น

2. ควรทำการวิจัยเชิงคุณภาพเปรียบเทียบกลุ่มตัวอย่างที่เป็นเด็กปกติ กับเด็กที่มีความต้องการพิเศษ เพื่อดูว่าความฉลาดทางอารมณ์ระหว่างเด็กสองกลุ่มมีผลสัมฤทธิ์ความเป็นไปได้และมีความต้องการแตกต่างกันอย่างไร



บรรณานุกรม

## บรรณานุกรม

- กรมวิชาการ. (2524). **คู่มือหลักสูตรประถมศึกษา 2521 (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. 2533)**.  
กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์การศาสนา.
- \_\_\_\_\_. (2542) **แนวการจัดกิจกรรมเพื่อสร้างเสริมคุณลักษณะดี เก่ง สุข**. กรุงเทพฯ :  
โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว.
- \_\_\_\_\_. (2545). **ส่งเสริมลูกน้อยให้มีวุฒิภาวะทางอารมณ์ ศิลธรรมและจริยธรรม**.  
กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว.
- กรมสุขภาพจิต. (2543). **ความฉลาดทางอารมณ์**. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ ร.ส.พ.
- \_\_\_\_\_. (2545). **คู่มือกิจกรรมความฉลาดทางอารมณ์เด็ก 3-11 ปี**. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์  
ร.ส.พ.
- \_\_\_\_\_. (2546). **คู่มือความฉลาดทางอารมณ์**. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตร.
- \_\_\_\_\_. (2547). **ความรู้เรื่องการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ เด็ก 3-11 ปี สำหรับ  
นักวิชาการ**. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก.
- \_\_\_\_\_. (2546). **อาหารใจเด็กก่อนวัยเรียน**. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์  
ทหารผ่านศึก.
- \_\_\_\_\_. (2546). **อีคิว : ความฉลาดทางอารมณ์**. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ ร.ส.พ.
- เกสร ทมทิตชงค์. (2535). **การศึกษาพิเศษเกี่ยวกับเด็กพิเศษ**. กรุงเทพฯ : นำอักษรการพิมพ์.
- จารุวรรณ สกุลคู. (2543). **อิทธิพลของประสบการณ์ใหม่มหาวิทยาลัยต่อความฉลาดทาง  
อารมณ์ของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ**. รายงานการวิจัย. กศ.ม.  
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. กรุงเทพฯ : ถ่ายเอกสาร.
- เทิดศักดิ์ เดชคง. (2545). **ความฉลาดทางอารมณ์จากทฤษฎีสู่การปฏิบัติคำถาม-คำตอบ  
และกรณีศึกษา**. กรุงเทพฯ : มติชนการพิมพ์.
- นุชนาฏ หงส์ไกรเลิศ. (2539). **ผลของการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางเพื่อลด  
พฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนบ้านนาหนองซ้าซาก  
อำเภอบ้านบึง จังหวัดชลบุรี**. วิทยานิพนธ์ กศ.ม.(การประถมศึกษา)  
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- เบญจา ชลธานนท์. (2526). **เด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรม**. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์  
แว่นแก้ว.
- ผดุง อารยะวิญญู. (2533). **การศึกษาสำหรับเด็กที่มีความต้องการพิเศษ**. พิมพ์ครั้งที่ 2.  
กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์แว่นแก้ว.
- \_\_\_\_\_. (2542). **เด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรม**. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์แว่นแก้ว.

- ล้วน สายยศ และ อังคณา สายยศ. (2538). *เทคนิคการวิจัยทางการศึกษา*. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพฯ : สรีวิทยาสาส์น.
- วัลลภ ไทเหนื่อ. (2547). *ความเฉลียวฉลาดและปัจจัยที่เกี่ยวข้อง*. กรุงเทพฯ : บี.เอส.ดี. การพิมพ์ จำกัด.
- ภาควิชาการศึกษาพิเศษ, สถาบันราชภัฏสวนดุสิต. (2536). *การศึกษาพิเศษการจัดการศึกษาแบบเรียนรวม*. กรุงเทพฯ : สถาบันราชภัฏสวนดุสิต.
- ศรีเรือน แก้วกังวาน. (2545). *จิตวิทยาเด็กที่มีลักษณะพิเศษ*. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์หมอชาวบ้าน.
- สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ. (2534). *แผนพัฒนาการศึกษาแห่งชาติ ฉบับที่ 7 (พ.ศ. 2535-2539)*. กรุงเทพฯ : อรรถพลการพิมพ์.
- \_\_\_\_\_. (2540). *แผนพัฒนาการศึกษาแห่งชาติฉบับที่ 8 (พ.ศ. 2540-2544)*. กรุงเทพฯ : อรรถพลการพิมพ์.
- สมพร สุทัศน์ีย์, มรว. (2523). *การเปรียบเทียบผลของการใช้แรงเสริมแลกเปลี่ยน (Token) ต่อพฤติกรรมที่เป็นปัญหาของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 และ 4*. วิทยานิพนธ์ ค.ม. ฉะเชิงเทรา : บัณฑิตวิทยาลัยวิทยาลัยครูฉะเชิงเทรา. ถ่ายเอกสาร.
- อารี พันธุ์มี. (2542). *ความคิดสร้างสรรค์กับการเรียนรู้*. กรุงเทพฯ : ต้นอ่อนแถมมี จำกัด.
- Erikson, Gillian Isobell. "A Study of the creative Productivity of High Ability Students Mediated by Locus – of control and Self – Efficacy Through Aforcecasting Network Intervention", *Dissertation Abstracts International*. 50(20) : 341 – A ; 1985.
- Gardner, H. (1993). *Fames of mind*. New York : Basic Books.
- Goleman, deniel. (1995). *Schooling the Emotion. Emotional Intelligence A Bantam Book*.

ภาคผนวก

### ภาคผนวก ก

1. ตัวอย่างกิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์
2. แบบฝึกทักษะเพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์

## กิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์

กิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ เป็นกิจกรรมที่จัดขึ้นเพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ให้กับเด็กอายุ 3 – 5 ปี ซึ่งเป็นออกเป็น 8 ด้าน ในแต่ละด้านจะมีกิจกรรมด้านละ 4 กิจกรรม ในที่นี้ขอเสนอตัวอย่างแผนการจัดกิจกรรมทั้ง 8 ด้าน ๆ ละ 1 กิจกรรม ดังนี้

1. ด้านการรู้จักควบคุมอารมณ์
2. ด้านการพัฒนาความคิดอย่างมีเหตุผลและความคิดทางบวก
3. ด้านการรู้ว่าอะไรถูกอะไรผิด
4. ด้านการเข้าใจและเห็นความสำคัญของการอยู่ร่วมกัน
5. ด้านทักษะการเสริมสร้างการอยู่ร่วมกัน
6. ด้านการสร้างแรงจูงใจ
7. ด้านการสื่อสารที่เหมาะสม
8. ด้านความภาคภูมิใจในตนเอง

## ตัวอย่าง กิจกรรมด้านการรู้จักควบคุมอารมณ์ กิจกรรมนิทานพาเพลิน

### จุดประสงค์

1. เพื่อส่งเสริมการบริหารอารมณ์ให้แจ่มใสได้
2. เพื่อให้เด็กสามารถแยกแยะอารมณ์ได้

### สื่ออุปกรณ์

1. นิทานเรื่องปลาวาฬซีโมโห
2. หุ่นมือรูปคนยิ้ม/คนโกรธ
3. เพลงสัตว์น้ำ

### ขั้นตอนการจัดกิจกรรม

#### ขั้นนำ

ให้เด็กนั่งเป็นรูปครึ่งวงกลม และร้องเพลงสัตว์น้ำ 1 ครั้ง

#### ขั้นสอน

1. ครูถามเด็กว่าเวลาโมโห เราารู้สึกเป็นอย่างไรบ้าง
2. เด็กร่วมกันสนทนาพูดคุยกัน
3. ครูเอาหุ่นรูปคนยิ้มกับรูปคนโกรธมาให้เด็กดู แล้วให้เด็กบอกความแตกต่างของหุ่น

ร่วมกัน

4. จากนั้นครูเล่านิทานเรื่องปลาวาฬซีโมโหให้เด็กฟัง

#### ขั้นสรุป

1. เด็กช่วยกันสรุปเรื่องราวจากนิทานและสนทนาพร้อมกับครูเกี่ยวกับว่า เด็กชอบเพื่อนที่มีอารมณ์เป็นแบบใด

2. ครูให้เด็กวาดภาพเกี่ยวกับนิทานเรื่องปลาวาฬซีโมโห
3. เด็กนำผลงานออกมาแสดงให้เพื่อนดู

### ผลที่ได้รับจากกิจกรรม

1. เด็กสามารถบอกถึงอารมณ์ดี และอารมณ์ไม่ดีได้
2. ช่วยฝึกให้เด็กบริหารอารมณ์ให้แจ่มใสอยู่เสมอได้

**การประเมินผล**

1. สังเกตพฤติกรรมของการทำกิจกรรม
2. สังเกตจากการนำผลงานออกมาเล่าเรื่อง

**เพลงสัตว์น้ำ**

มาพวกเรา  
ไปพวกเราไป  
เราเป็นสัตว์น้ำ

มาเล่นน้ำเร็วไว  
หอย ปู กุ้ง เต่า ปลา  
อยู่ในน้ำตลอดเวลา



ตัวอย่าง กิจกรรมด้านการพัฒนาความคิดอย่างมีเหตุผล และความคิดเชิงบวก  
กิจกรรม สนุกกับภาษา

**จุดประสงค์**

1. เพื่อให้เด็กสามารถสร้างความมั่นใจในตนเองได้
2. เพื่อให้เด็กสามารถสร้างภาพพจน์ที่ได้ให้กับตนเองได้

**สื่ออุปกรณ์**

1. บัตรพยัญชนะตัวอักษร ก – ฮ
2. รูปภาพที่สัมพันธ์กับพยัญชนะ

**ขั้นตอนการจัดกิจกรรม**

**ขั้นนำ**

1. ครูให้เด็กนั่งเป็นแถวตอน 3 แถว
2. แล้วบอกกับเด็กว่า ต่อไปนี้เราจะเล่นเกมสนุกกับภาษา โดยให้เด็กท่องพยัญชนะ ก-ฮ

พร้อมกัน

**ขั้นสอน**

3. จากนั้นจึงสาธิตขั้นตอนการทำกิจกรรมให้กับเด็ก โดยที่ครูจะเป็นผู้ชูบัตรภาพที่สัมพันธ์กับพยัญชนะมาให้กับเด็กก่อน

4. ใครที่สามารถตอบได้ถูกต้อง รวดเร็ว ว่า รูปภาพนั้นสัมพันธ์กับพยัญชนะตัวใด ครูก็จะแจกบัตรพยัญชนะให้

5. เมื่อจบเกม เด็กคนที่ได้บัตรพยัญชนะมากที่สุด จะถือว่าเป็นผู้ชนะ

**ขั้นสรุป**

6. เด็กนำบัตรภาพที่ตนเองได้รับออกมาแสดงให้เพื่อนดู

**ผลที่ได้รับจากการจัดกิจกรรม**

1. เด็กเกิดความภาคภูมิใจในตนเอง
2. เด็กเกิดความกล้าคิดกล้าตอบคำถาม

**การประเมิน**

1. สังเกตจากความตั้งใจในการทำกิจกรรม
2. ประเมินจากการทำแบบฝึกหัด

## ตัวอย่างกิจกรรมด้านการเรียนรู้ว่าอะไรถูกอะไรผิด กิจกรรมกระเป๋ามหัศจรรย์

### จุดประสงค์

1. เพื่อฝึกให้เด็กเกิดทักษะการคิดและการระดมความคิด
2. เพื่อให้เด็กสามารถฝึกการทบทวนตนเอง
3. เพื่อให้เด็กสามารถตระหนักถึงความสำคัญของการทำความดี

### สื่ออุปกรณ์

1. กระเป๋าใบใหญ่ จำนวน 2 ใบ
2. กระดาษวาดภาพ

### ขั้นตอนการจัดกิจกรรม

#### ขั้นนำ

1. ให้เด็กหนึ่งเป็นรูปร่างกลม ครูแจกกระดาษชิ้นเล็กให้กับเด็กทุกคน

#### ขั้นสอน

2. ครูชวนเด็กวาดภาพเกี่ยวกับนิสัยที่ไม่ดีบางอย่างในตัวเรา คนละ 1 อย่าง
3. จากนั้นจึงให้เด็กออกมาแสดงละครใบที่เกี่ยวกับนิสัยที่ไม่ดี เช่น แก่ล้งสุนัข ร้องให้

บ่อย ฯลฯ

4. ครูบอกเด็กว่าสิ่งที่ไม่ดีนั้น ให้เด็กนำมาเก็บไว้ในกระเป๋ามหัศจรรย์นี้ แล้วนำกระเป๋านั้นไว้ที่นอกห้องเรียน

5. จากนั้นครูนำกระเป๋ามหัศจรรย์ใบหนึ่งมาให้เด็กดู แล้วบอกเด็กว่า กระเป๋ามหัศจรรย์ใบนี้ มีไว้เพื่อให้เด็กใส่นิสัยที่ดีเอาไว้ให้เด็กและสัญญาว่าจะตั้งใจทำแต่ความดี

6. ครูให้เด็กวาดภาพเกี่ยวกับสิ่งที่เป็นความดี แล้วนำออกมาเล่าให้เพื่อนฟัง

#### ขั้นสรุป

7. เด็กนำผลงานของตนเองมาเก็บไว้ในกระเป๋ามหัศจรรย์

### ผลที่ได้รับการจัดกิจกรรม

1. เด็กมีความเข้าใจต่อเกณฑ์ในการตัดสินการกระทำ
2. เด็กเกิดจากการสร้างแรงจูงใจในการทำ ความดี
3. ช่วยเสริมสร้างความมั่นใจและกล้าแสดงออก

## การประเมินผล

สังเกตจากการวาดภาพและเล่าเรื่องราว

## ตัวอย่างกิจกรรมด้านการเข้าใจและเห็นความสำคัญของการอยู่ร่วมกัน กิจกรรมพนักงานเจ้าขา

### จุดประสงค์

1. เพื่อให้เด็กสามารถเรียนรู้ความสำคัญของผู้อื่น
2. เพื่อให้เด็กเข้าใจถึงประโยชน์ของความแตกต่างกันได้

### สื่ออุปกรณ์

1. กระดาษชาร์ตแผ่นใหญ่
2. สีเทียน
3. ดินสอ

### ขั้นตอนการจัดกิจกรรม

#### ขั้นนำ

1. ให้เด็กนั่งเป็นรูปวงกลม 1 วง

#### ขั้นสอน

2. ขออาสาสมัครเด็ก 1 คน เพื่อนอนลงบนกระดาษ แล้วใช้สีเทียนลาก
3. เมื่อเราได้รูปคนมาแล้ว ครูให้เด็กช่วยกันเติมหน้าตา หรืออวัยวะต่าง ๆ ของร่างกาย

ให้ครบทุกส่วน

4. เด็กช่วยกันบอกถึงความสำคัญของอวัยวะที่เด็กได้วาดนั้นร่วมกัน

#### ขั้นสรุป

5. ครูสรุปให้เด็กฟังว่า อวัยวะทุกส่วนล้วนสำคัญ ดังนั้น เราทุกคนล้วนเป็นคนสำคัญของกันและกัน

### ผลที่ได้รับจากการทำกิจกรรม

เด็กเห็นคุณค่าและเห็นความสำคัญต่อส่วนอื่น ๆ

### การประเมินผล

สังเกตจากการมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม

## ตัวอย่างกิจกรรมด้านทักษะการเสริมสร้างการอยู่ร่วมกัน กิจกรรมตึบป้องฟองน้ำ

### จุดประสงค์

เพื่อให้เด็กสามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นได้

### สื่ออุปกรณ์

1. ขวดพลาสติกขนาดเท่ากัน 2 ขวด
2. ฟองน้ำ
3. น้ำผสมกับสี

### ขั้นตอนการจัดกิจกรรม

#### ขั้นนำ

1. ให้เด็กนั่งประจำที่ของตนเอง

#### ขั้นสอน

2. ครูอธิบายถึงการทำกิจกรรมตึบป้องฟองน้ำให้กับเด็ก
3. โดยบอกถึงอุปกรณ์ที่ใช้ในการทำกิจกรรม และอธิบายวิธีการทำกิจกรรมให้กับเด็ก
4. โดยอธิบายว่า ให้เด็กแบ่งกลุ่มออกเป็น 3 กลุ่ม แต่ละกลุ่มจะมีขวดน้ำตั้งเอาไว้ที่เส้นชัย
5. ให้สมาชิกแต่ละกลุ่มนำฟองน้ำจุ่มในกะละมังที่มีน้ำผสมกับสี นำไปบีบลงในขวด

พลาสติก ที่ตั้งอยู่ที่ฝั่งตรงกันข้าม

6. กลุ่มใดสามารถบีบน้ำให้เต็มขวดก่อนจะถือว่าเป็นกลุ่มที่มีความตั้งใจ ร่วมมือร่วมใจในการทำกิจกรรมร่วมกับผู้อื่นได้ดี

#### ขั้นสรุป

7. เด็กร่วมกันแสดงความรู้สึกที่ได้ทำกิจกรรมในครั้งนี้

### ผลที่ได้รับจากการทำกิจกรรม

เด็กเกิดความภาคภูมิใจในการทำกิจกรรมร่วมกับผู้อื่นได้ดี และสามารถทำงานได้ประสบผลสำเร็จ

### การประเมินผล

1. สังเกตจากการทำกิจกรรมร่วมกับผู้อื่น

## 2. สังเกตจากการช่วยเหลือกันในกลุ่ม

### ตัวอย่างกิจกรรมด้านการสร้างแรงจูงใจ กิจกรรมโป่งห้อยตกลง

#### จุดประสงค์

เพื่อให้เด็กสามารถฝึกความพยายาม

#### สื่ออุปกรณ์

1. ลูกโป่ง
2. ตะกร้า

#### ขั้นตอนการจัดกิจกรรม

##### ขั้นนำ

1. ให้เด็กนั่งประจำที่ของตนเอง

##### ขั้นสอน

2. ครูนำลูกโป่งมาให้เด็กดู แล้วบอกเด็กว่า เราจะมาเลี้ยงลูกโป่งไม่ให้ตกลงบนพื้น
3. โดยที่ใช้ปากเป่าไปเรื่อย ๆ จนถึงจุดเส้นชัย แล้วจึงเป่าลูกโป่งให้ลงตะกร้า
4. ครูสาธิตวิธีการเลี้ยงลูกโป่งด้วยปากให้เด็กดูเป็นแบบอย่าง
5. เด็กแบ่งกลุ่มออกเป็น 2 ฝ่าย และให้มีคนถือตะกร้าฝ่ายละ 1 คน เพื่อคอยรับลูกโป่งจากเพื่อนให้ได้

6. หากฝ่ายใดสามารถรับลูกโป่งได้ลงตะกร้า จะได้คะแนน 1 คะแนน

7. ฝ่ายใดมีคะแนนมากกว่ากันจะถือเป็นฝ่ายชนะ

##### ขั้นสรุป

8. ขอตัวแทนเด็กแต่ละฝ่ายออกมาเล่าความรู้สึกที่ได้ทำกิจกรรมในครั้งนี้

#### ผลที่ได้รับจากการทำกิจกรรม

เด็กเกิดความพยายามและจะต้องช่วยเหลือตนเองให้สามารถปฏิบัติตนให้ประสบความสำเร็จได้

#### การประเมินผล

1. สังเกตจากความตั้งใจในการทำกิจกรรม
2. สังเกตจากการมีความมานะอดทนต่อตนเองและส่วนรวม

## ตัวอย่างกิจกรรมด้านการสื่อสารที่เหมาะสม กิจกรรมจดหมายที่รัก

### จุดประสงค์

1. เพื่อส่งเสริมให้เด็กสามารถสื่อสารได้อย่างเหมาะสม
2. เพื่อให้เด็กลดความแตกต่างระหว่างกันในการสื่อสารกับผู้อื่น

### สื่ออุปกรณ์

1. กระดาษการ์ด
2. ชองจดหมาย
3. คำคล้องจองตัวฉัน

### ขั้นตอนการจัดกิจกรรม

#### ขั้นนำ

1. ให้เด็กนั่งเป็นกลุ่ม ๆ ละเท่า ๆ กัน และท่องคำคล้องจอง “ตัวฉัน” 1 ครั้ง

#### ขั้นสอน

2. ครูบอกกับเด็กว่า จะให้เด็กร่วมกันทำจดหมาย เพื่อมอบให้กับเพื่อน
3. ซึ่งครูจะแจกกระดาษการ์ดให้กับทุกคน
4. ให้เด็กวาดภาพที่ตนเองชอบ แล้วตกแต่งให้สวยงาม พร้อมกับเขียนข้อความสั้น ๆ ที่

อยากจะบอกกับเพื่อน

5. เมื่อเด็กเข้าใจวิธีการทำกิจกรรมแล้ว จึงให้เด็กออกมารับอุปกรณ์และเริ่มลงมือปฏิบัติได้

#### ขั้นสรุป

6. เด็กนำจดหมายที่รักมามอบให้กับเพื่อน ๆ พร้อมกับบอกความรู้สึกของตนเอง

### ผลที่ได้รับจากการทำกิจกรรม

1. เด็กเกิดการเรียนรู้ วิธีการสื่อสารที่เหมาะสมในสังคม
2. ทำให้เกิดการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น

### การประเมินผล

สังเกตจากการบอกเล่าเรื่องราวโดยการวาดภาพสื่อสารได้

**คำคล้องจองตัวฉัน**

ตัวฉันเกิดมา  
ทำไรทำนา  
ตัวฉันเกิดมา  
อยากช่วยพ่อแม่

มีแปดขา  
ช่วยพ่อแม่  
ลำบากแท้  
ให้สุขสบาย



## ตัวอย่างกิจกรรมด้านความภาคภูมิใจในตนเอง กิจกรรมไดอารี่เล่มน้อย

### จุดประสงค์

1. เพื่อให้เด็กสามารถฝึกการวางแผนในการทำงานได้
2. เพื่อฝึกให้เด็กสามารถใช้ความคิดได้อย่างเหมาะสม

### สื่ออุปกรณ์

1. ไดอารี่คนละ 1 เล่ม
2. สติกเกอร์

### ขั้นตอนการจัดกิจกรรม

#### ขั้นนำ

1. เด็กนั่งเป็นกลุ่มตามที่ตนเองได้แบ่งไว้

#### ขั้นสอน

2. ครูบอกกับเด็กว่าจะแจกไดอารี่ให้กับเด็กคนละ 1 เล่ม เพื่อเก็บไว้เป็นสมุดสะสมความดี ถ้าเด็กคิดว่าตนเองทำสิ่งที่ดี เป็นความภาคภูมิใจในตนเอง ให้เด็กมาเล่าให้ครูฟัง แล้วครูจึงจะแจกสติกเกอร์ให้เด็กนำมาติดไว้ในสมุดสะสมความดี

3. เมื่อได้ครบ 1 สัปดาห์ เด็กจะต้องนำสมุดมาให้เพื่อนดูว่าใครมีสติกเกอร์มากที่สุด จะถือว่าเป็นผู้ที่ได้รับรางวัลแห่งการสะสมความดี

4. ครูบอกกับเด็กว่า ความดีเป็นสิ่งที่เราจะต้องถือปฏิบัติและรักษาเอาไว้ หากเราทำดี เราจะได้สิ่งที่ดีตอบแทน

#### ขั้นสรุป

5. เด็กนำสมุดไดอารี่ที่ได้รับการสะสมสติกเกอร์ออกมาแสดงให้เพื่อนดู พร้อมทั้งบอกว่า ได้ทำความดี เรื่องอะไรเพื่อให้เพื่อน ๆ ได้รับทราบ

### ผลที่ได้รับจากการทำกิจกรรม

1. เด็กได้ฝึกการคิดทบทวน
2. เด็กที่มีทัศนคติที่ดีต่อตนเอง

### การประเมินผล

1. สังเกตจากการเล่าเรื่องราว
2. สังเกตจากการกล้าแสดงออกอย่างเหมาะสม

## ภาคผนวก ข

1. แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์
2. แบบประเมินพฤติกรรมเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรม (SDQ)

### แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์เด็กอายุ 3-5 ปี

ข้อความต่อไปนี้เป็นการอธิบายถึงอารมณ์ ความรู้สึกและพฤติกรรมของเด็กในช่วง 4 เดือนที่ผ่านมา โปรดใส่เครื่องหมาย “✓” ในช่องที่คิดว่าตรงกับตัวเด็กมากที่สุด มีคำตอบที่เป็นไปได้ 4 คำตอบ สำหรับข้อความแต่ละประโยค คือ ไม่เป็นเลย เป็นบางครั้ง เป็นบ่อยครั้ง เป็นประจำ

		ไม่เป็นเลย	เป็นบางครั้ง	เป็นประจำ	คะแนน
1	บอกความรู้สึกของตนเองได้เมื่อถูกถาม เช่น รู้สึกดีใจ เสียใจ โกรธ ไม่ชอบ ไม่พอใจ				
2	มักโอบกอดหรือคลอเคลียคนที่ตนรัก				
3	ยิ้มแย้มเมื่อเล่นกับเพื่อน				
4	แสดงความเห็นใจเมื่อเห็นเพื่อนหรือผู้อื่นที่ทุกข์ร้อน เช่น บอกว่าสงสารเข้าไปปลอบ หรือเข้าไปช่วย				
5	หยุดการกระทำที่ไม่ดีเมื่อเพื่อนเห็นสีหน้าไม่พอใจของผู้ใหญ่				
6	ร้องไห้งอแงเวลาไปโรงเรียนหรือสถานที่ที่ไม่อยากไป				
7	กลัวสิ่งที่อยู่ในจินตนาการ เช่น ผี สัตว์ประหลาด				
8	เอาแต่ใจตนเอง				
9	กลัวคนแปลกหน้า				
รวมข้อ 1 - 9					
10	เต็มใจแบ่งปันสิ่งของให้คนอื่น ๆ เช่น ขนม ของเล่น				
11	ชวนคนอื่นให้เล่นด้วยกัน				
12	สงสาร ไม่ทำร้ายสัตว์				
13	บอกผู้ใหญ่เมื่อเพื่อนหรือคนในครอบครัวไม่สบาย				
14	ใจดีกับเด็กที่เล็กกว่า				
15	อาสาช่วยผู้อื่น เช่น งานบ้าน เก็บของที่เกะกะ				
16	ไม่ช่วยเหลือเมื่อได้รับการขอร้อง				
รวมข้อ 10 - 16					

		ไม่เป็น เลย	เป็น บางครั้ง	เป็น ประจำ	คะแนน
17	เชื่อฟังและทำตามที่ผู้ใหญ่ต้องการ				
18	บอกขอโทษหรือเข้ามาประจบเมื่อทำผิด				
19	ไม่เล่นของที่เป็นอันตราย เช่น ไม้ขีดไฟ ปลั๊กไฟ มีด หลังจากได้รับการห้ามปรามจาก ผู้ใหญ่				
20	ไหว้ขอบคุณเมื่อผู้อื่นให้ของโดยผู้ใหญ่ ไม่ต้องบอก				
21	ไหว้หรือสวัสดีเมื่อพบผู้ใหญ่				
22	บอกให้คอยก็ไม่อแง				
23	อดทนได้ รอคอยได้ ไม่ลงมือลงเท้า				
24	เรียกร้องเอาแต่ใจตนเอง				
รวมข้อ 17 – 24					
25	ช่างสังเกตและตั้งคำถามผู้ใหญ่ถึงสิ่งต่าง ๆ ที่ได้พบเห็น				
26	มักอยากรู้อยากเห็นกับของเล่นหรือสิ่งแปลก ใหม่				
27	กล้าซักถามหรือแสดงท่าที่สนใจเมื่อมีข้อสงสัย				
28	สนใจ รู้สึกสนุกกับงานหรือกิจกรรมการเรียนรู้ ใหม่ๆ				
29	ชอบเดินสำรวจเมื่ออยู่ในสถานที่ใหม่ ๆ				
30	ตั้งใจฟังเมื่อผู้ใหญ่ตอบเรื่องที่ยากรู้				
รวมข้อ 25 – 30					
31	ร้องไห้เมื่อไปโรงเรียน				
32	เมื่อไม่ได้ของเล่นที่อยากได้ก็สามารถเล่นของ อื่นแทน				
33	ยอมรับคำอธิบายเมื่อไม่ได้สิ่งที่ต้องการ				
34	เข้ากับเด็กคนอื่น ๆ ได้ง่ายเมื่อเริ่มรู้จักกัน				
35	หงุดหงิดเมื่อต้องเปลี่ยนแปลงจากสิ่งที่คุ้นเคย				
36	ไม่ชอบไปในสถานที่ที่ไม่คุ้นเคย เช่น บ้านญาติ บ้านเพื่อนของพ่อแม่				
37	กล้าบอกสิ่งที่ตนเองทำผิดพลาดให้ผู้ใหญ่ฟัง				

		ไม่เป็น เลย	เป็น บางครั้ง	เป็น ประจำ	คะแนน
38	บอกผู้ใหญ่เมื่อทำของเสียหาย				
39	กล้าปฏิเสธเมื่อผู้ใหญ่จะช่วยเหลือเพราะเด็ก อยากทำด้วยตนเอง				
40	บอกความต้องการของตนเองให้ผู้อื่นรู้				
41	บอกปฏิเสธเมื่อผู้ช่วยเล่นสิ่งที่ไม่ชอบ				
42	กล้าพูด กล้าคุย ทักทายตอบกลับผู้อื่น				
รวมข้อ 31 - 42					
43	เมื่อได้รับคำชมเชย มักบอกเล่าให้คนอื่นรู้				
44	ช่วยเหลือตนเองมากขึ้นเมื่อได้รับคำชม				
45	ชอบเอาผลงานที่ทำเสร็จมาให้ผู้ใหญ่ดู				
46	พอใจที่ผู้ใหญ่ชมว่าเป็นเด็กดี				
รวมข้อ 43 - 46					
47	ช่วยเหลือตัวเองได้ดีเมื่อผู้ใหญ่ให้กำลังใจ				
48	ไม่หวาดกลัวเมื่อต้องอยู่กับคนที่ไม่คุ้นเคย				
49	รู้จักแผ่ความรักให้คนอื่น เช่น กอด ปลอดภัย น่องหรือเด็กที่เล็กกว่า				
รวมข้อ 47 - 49					
50	ร่วมเล่นสนุกสนานกับคนอื่น ๆ ได้				
51	รู้จักค้นหาของมาเล่นเพื่อสร้างความสนุกสนาน เพลิดเพลิน				
52	ถึงแม้ไม่ได้เล่นก็สนุกกับการดูคนอื่นเล่นได้				
53	เมื่อเห็นคนอื่นเล่นสนุกก็อยากเข้าไปเล่นสนุก ด้วย				
54	แสดงอารมณ์สนุกร่วมตามไปกับสิ่งที่เห็น เช่น ร้องเพลง กระโดดโลดเต้น หัวเราะเฮฮา				
55	เก็บตัว ไม่เล่นสนุกสนานกับเด็กคนอื่น ๆ				
รวมข้อ 50-55					

การให้คะแนน แบ่งเป็น 2 กลุ่ม ดังนี้

กลุ่มที่ 1 ให้คะแนนแต่ละข้อ ดังนี้

ไม่เป็นเลย	ให้	1 คะแนน
เป็นบางครั้ง	ให้	2 คะแนน
เป็นบ่อยครั้ง	ให้	3 คะแนน
เป็นประจำ	ให้	4 คะแนน

กลุ่มที่ 1 ได้แก่วข้อ

1	2	3	4	5	10	11	12	13	14
15	17	18	19	20	21	22	23	25	26
27	28	29	30	32	33	34	37	38	39
40	41	42	43	44	45	46	47	48	49
50	51	52	53	54					

กลุ่มที่ 2 ให้คะแนนแต่ละข้อ ดังนี้

ไม่เป็นเลย	ให้	4 คะแนน
เป็นบางครั้ง	ให้	3 คะแนน
เป็นบ่อยครั้ง	ให้	2 คะแนน
เป็นประจำ	ให้	1 คะแนน

กลุ่มที่ 2 ได้แก่วข้อ

6	7	8	9	16
24	31	35	36	55

**แบบประเมินจุดแข็งและจุดอ่อน**  
**Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ)**

นำเครื่องหมาย X ในช่อง  ใต้ข้อความ ไม่จริง จริงบ้าง จริงแน่นอน เพียงช่องเดียว ในแต่ละข้อคำถาม กรุณาตอบทุกข้อให้ใกล้เคียงความเป็นจริงกับพฤติกรรมของเด็กที่เกิดขึ้นในช่วง 6 เดือนที่ผ่านมา หรือในช่วงปีการศึกษานี้

ชื่อเด็ก ..... เพศของเด็ก  ชาย  
วัน เดือน ปีเกิดของเด็ก ..... อายุของเด็ก .. ปี  หญิง

	ไม่จริง	จริงบ้าง	จริง แน่นอน
1. ใส่ใจกับความรู้สึกของผู้อื่น	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. อยู่ไม่สุข เคลื่อนไหวมาก ไม่สามารถอยู่นิ่งได้นาน	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. บ่นปวดศีรษะ ปวดท้องหรือคลื่นไส้บ่อย ๆ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. เต็มใจแบ่งปันกับเด็กอื่น (ขนม ของเล่น ดินสอ ฯลฯ)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. แผลงฤทธิ์บ่อย หรืออารมณ์ร้อน	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. ค่อนข้างอยู่โดดเดี่ยว มักเล่นตามลำพัง	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. โดยปกติแล้ว เชื่อฟัง ทำตามผู้ใหญ่บอก	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. มีความกังวลหลายเรื่อง ดูเหมือนกังวลบ่อย	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. ช่วยเหลือถ้ามีใครบาดเจ็บ ไม่สบายใจหรือเจ็บป่วย	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. หยุกหยิก หรือตื่นไปตื่นมาตลอดเวลา	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. มีเพื่อนสนิทอย่างน้อยหนึ่งคน	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. มีเรื่องต่อสู้หรือรังแกเด็กอื่นบ่อย ๆ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. ไม่มีความสุข เศร้าหรือร้องไห้บ่อย ๆ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. โดยทั่วไปเป็นที่ชอบพอของเด็กอื่น	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. วอกแวกง่าย ไม่มีสมาธิ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16. วิดกกังวลหรือติดแฉเมื่ออยู่ในสถานการณ์ใหม่ เสียความมั่นใจง่าย	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17. ใจดีกับเด็กที่อายุน้อยกว่า	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18. พุดบดหรือขี้โกงบ่อย ๆ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19. ถูกเด็กคนอื่นแกล้งหรือรังแก	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20. มักอาสาช่วยเหลือผู้อื่น (พ่อแม่ ครู เด็กอื่น)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21. คิดก่อนทำ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

	ไม่จริง	จริงบ้าง	จริง แน่นอน
22. ขโมยของที่บ้าน ที่โรงเรียน หรือที่อื่น	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23. เข้ากับผู้ใหญ่ได้ดีกว่าเข้ากับเด็ก	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24. มีความกลัวหลายเรื่อง หวาดกลัวง่าย	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
25. มีสมาธิในการติดตามทำงานจนเสร็จ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

โดยรวมคุณคิดว่าเด็กปัญหาในด้านอารมณ์ ด้านสมาธิ ด้านพฤติกรรม หรือความสามารถเข้ากับผู้อื่นด้านใดด้านหนึ่งหรือไม่

ไม่มี ปัญหา	มีปัญหา เล็กน้อย	มีปัญหา ชัดเจน	มีปัญหา อย่างรุนแรง
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

ถ้าคุณตอบ “มีปัญหา.....”โปรดตอบข้อ 1) – 4) ต่อไปนี้ด้วย

1) ปัญหาที่มี เกิดขึ้นมานานเท่าไรแล้ว

น้อยกว่า 1 เดือน	1-5 เดือน	6-12 เดือน	มากกว่า 1 ปี
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

2) เด็กรู้สึกหงุดหงิดหรือไม่สบายใจกับปัญหาที่มีหรือไม่

ไม่เลย	เล็กน้อย	ค่อนข้างมาก	มากที่สุด
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

3) ปัญหาที่มีรบกวนชีวิตประจำวันของเด็กในด้านต่าง ๆ ต่อไปนี้หรือไม่

	ไม่เลย	เล็กน้อย	ค่อนข้างมาก	มากที่สุด
การคบเพื่อน	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
การเรียนในห้องเรียน	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



4) ปัญหาที่มีทำให้คุณหรือชั้นเรียนเกิดความยุ่งยากหรือไม่

ไม่เลย	เล็กน้อย	ค่อนข้างมาก	มากที่สุด
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

ในแต่ละสัปดาห์เด็กคนนี้อยู่กับคุณโดยเฉลี่ยกี่ชั่วโมง (โปรดระบุ) ..... ชั่วโมง

ลายเซ็น .....

วันที่ ..... เดือน ..... พ.ศ. ....

โปรดระบุความสัมพันธ์กับเด็ก (ครูประจำชั้น/อื่น ๆ) .....

โปรดตรวจสอบอีกครั้งว่าท่านตอบครบทุกข้อ  
ขอขอบคุณที่ให้ความร่วมมือในการกรอกแบบประเมินนี้

ประวัติย่อผู้ทำสารนิพนธ์

## ประวัติย่อผู้ทำสารนิพนธ์

ชื่อ ชื่อสกุล	นางสาวกรองทอง จุลิรัชนีกร
เกิดวันที่	31 ธันวาคม 2522
สถานที่เกิด	จังหวัดราชบุรี
สถานที่อยู่ปัจจุบัน	8/151 ม.5 ต.เขารูปช้าง อ.เมือง จ.สงขลา 90000 โทร. 01-959-4542
ตำแหน่งหน้าที่การงานปัจจุบัน	อาจารย์
สถานที่ทำงานปัจจุบัน	โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา
ประวัติการศึกษา	
พ.ศ. 2540	ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนมหาชิราวุธ จังหวัดสงขลา
พ.ศ. 2545	ครุศาสตรบัณฑิต วิชาเอก การศึกษาปฐมวัย สถาบันราชภัฏสงขลา
พ.ศ. 2549	การศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกการศึกษาพิเศษ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ