

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์โดยประยุกต์ใช้ทักษะชีวิตของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา อำเภอหนองม่วง จังหวัดลพบุรี ผู้วิจัยได้ศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์ ทักษะชีวิต และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง มาใช้เป็นแนวทางการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียน ซึ่งมีขั้นตอนการดำเนินงานวิจัย ดังนี้

1. รูปแบบการวิจัย
2. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
3. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
4. การดำเนินการวิจัยและเก็บรวบรวมข้อมูล
5. การพิจารณาด้านจริยธรรม
6. การวิเคราะห์ข้อมูล

1. รูปแบบการวิจัย (Research Design)

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบกึ่งทดลอง (Quasi - Experimental Research) โดยแบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลอง (Experimental Group) และกลุ่มเปรียบเทียบ (Comparison Group) ทำการรวบรวมข้อมูลก่อนและหลังการทดลอง (The Pre-test Post-test Design with Equivalent Groups) โดยกลุ่มทดลองได้รับกิจกรรมตามโปรแกรมที่พัฒนาขึ้น ส่วนกลุ่มเปรียบเทียบไม่ได้รับโปรแกรม (ธวัชชัย วรพงศธร, 2540) ตามรูปแบบการวิจัย ดังต่อไปนี้

กลุ่มทดลอง (Experimental Group) X

O_1 O_3

กลุ่มเปรียบเทียบ (Comparison Group)

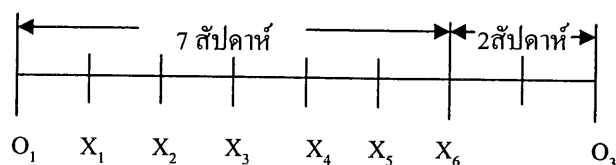
O_2 O_4

O_1, O_3 หมายถึง เก็บข้อมูลก่อนการทดลอง

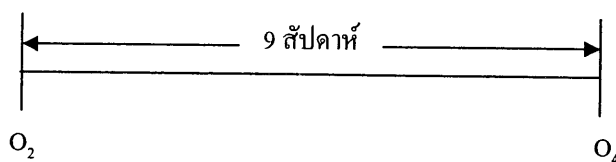
O_1, O_3 หมายถึง เก็บข้อมูลหลังการทดลอง

X หมายถึง โปรแกรมการทดลอง

กลุ่มทดลอง (Experimental Group)



กลุ่มเปรียบเทียบ (Comparison Group)



ภาพที่ 8 รูปแบบการวิจัย

โดยกำหนดให้

O_1, O_2 หมายถึง เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามประเมินความฉลาดทางอารมณ์ ก่อนการทดลอง 1 สัปดาห์ในกลุ่มทดลอง และกลุ่มเปรียบเทียบ

O_3, O_4 หมายถึง เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถาม ประเมินความฉลาดทางอารมณ์ หลังการทดลอง 2 สัปดาห์ ในกลุ่มทดลอง และเปรียบเทียบ

$X_1 - X_6$ หมายถึง การจัดกิจกรรมโปรแกรมการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ ที่ผู้วิจัยจัดขึ้นจำนวน 6 ครั้ง

X_1 หมายถึง การจัดกิจกรรมครั้งที่ 1 เรื่องการสร้างทักษะความคิดอย่างมีวิจารณญาณและทักษะความคิดสร้างสรรค์ โดยใช้กระบวนการเรียนรู้อย่างมีส่วนร่วม เริ่มจากผู้นำกลุ่มนำเข้าบทเรียน สร้างความรู้สึกละประสบการณ์โดยการถามสมาชิก ชั่งลงมือกระทำประยุกต์ความคิด ด้วยการแบ่งกลุ่มย่อยฝึกปฏิบัติ กลุ่มละ 5-6 คน ระดมสมองพูดคุยในประเด็นเรื่อง การสร้างทักษะความคิดอย่างมีวิจารณญาณและทักษะความคิดสร้างสรรค์ ตามใบงานที่แจก ตัวแทนสมาชิกกลุ่มออกมานำรายงานกลุ่มใหญ่ กลุ่มร่วมกันอภิปรายสรุป

X_2 หมายถึง การจัดกิจกรรมครั้งที่ 2 เรื่องการสร้างทักษะความตระหนักรู้ในตนเองและการเห็นอกเห็นใจผู้อื่น โดยใช้กระบวนการเรียนรู้อย่างมีส่วนร่วม ด้วยกิจกรรม สร้างความรู้สึกละประสบการณ์ โดยการถามสมาชิก บรรยายหลักการและขั้นตอนการฝึกทักษะ ชั่งลงมือกระทำประยุกต์ความคิด ด้วยการแบ่งกลุ่มย่อย กลุ่มละ 5-6 คน ระดมสมองพูดคุยในประเด็นคุณสมบัติของตนเองและความภาคภูมิใจ ตามใบงานที่แจก ตัวแทนสมาชิกกลุ่มออกมานำรายงานกลุ่มใหญ่ กลุ่มร่วมกันอภิปรายสรุป และต่อดำเนินกิจกรรมทักษะการเห็นใจผู้อื่น ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกนึกถึงบุคคลที่ทำให้เราเสียใจ รำคาญใจ หงุดหงิดใจ ให้สมาชิกเขียนลงในกระดาษที่แจก แล้วเปลี่ยนเป็นบุคคลนั้นทำสิ่งดีๆ อะไรให้เราบ้าง แลกเปลี่ยนความคิด ตัวแทนสมาชิกกลุ่มออกมานำรายงานกลุ่มใหญ่ กลุ่มร่วมกันอภิปรายสรุป

X_3 หมายถึง การจัดกิจกรรมครั้งที่ 3 เรื่องการสร้างทักษะความภาคภูมิใจในตนเองและการรับผิดชอบ ต่อสังคม โดยใช้กระบวนการเรียนรู้อย่างมีส่วนร่วม ด้วยกิจกรรม การสร้างทักษะความภูมิใจในตนเอง ให้สมาชิก

จับคู่แจกกระดาษภาพสี่ระยะตามลักษณะคู่ ให้นักเรียนเขียนข้อคิดของตนเองและเพื่อนลงในรูปสี่ระยะให้มากที่สุด นักเรียนนำเสนอหน้าชั้นบอกความรู้สึกที่มีต่อสิ่งที่เพื่อนเขียน กลุ่มแลกเปลี่ยนความรู้สึกที่มีต่อกัน ผู้นำกลุ่มสรุปประเด็นการสร้างควมภาคภูมิใจ กิจกรรมการสร้างทักษะความรับผิดชอบต่อสังคม ด้วยการแบ่งกลุ่มย่อยฝึกปฏิบัติ กลุ่มละ 5-6 คน พุคคุยถึงชุมชนภายในโรงเรียนว่ามีปัญหาอะไร แลกเปลี่ยนความคิด และเราจะมีส่วนช่วยสังคมได้อย่างไร โดยให้นักเรียนเสนอความคิด ตัวแทนสมาชิกกลุ่มออกมาบรรยายงานกลุ่มใหญ่ กลุ่มร่วมกันสรุปอภิปรายประเด็นดังกล่าว

X4 หมายถึง การจัดกิจกรรมครั้งที่ 4 เรื่องการสร้างทักษะการตัดสินใจและการแก้ไขปัญหา โดยใช้กระบวนการเรียนรู้อย่างมีส่วนร่วม ด้วยเริ่มด้วยกิจกรรมทำแบบประเมินการตัดสินใจ อภิปรายแสดงความคิดเห็น บรรยายหลักการและขั้นตอนฝึกทักษะ แบ่งกลุ่มย่อยฝึกปฏิบัติ กลุ่มละ 5-6 คน ระดมสมองพุคคุย ตามสถานการณ์ที่กำหนด กลุ่มร่วมกันอภิปรายและสรุป

X5 หมายถึง การจัดกิจกรรมครั้งที่ 5 การสร้างทักษะการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพและการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นโดยใช้กระบวนการเรียนรู้อย่างมีส่วนร่วม เริ่มด้วยกิจกรรมทำแบบประเมินการมีสัมพันธภาพกับผู้อื่น การบรรยายหลักการและขั้นตอน สาธิตทักษะในการสื่อสารด้านต่างๆ แบ่งกลุ่มย่อยฝึกปฏิบัติ กลุ่มละ 5-6 คน ตามบทสาธิต ระดมสมองพุคคุย กลุ่มร่วมกันอภิปราย และสรุป

X6 หมายถึง การจัดกิจกรรมครั้งที่ 6 การสร้างทักษะการจัดการอารมณ์กับความเครียดโดยใช้กระบวนการเรียนรู้อย่างมีส่วนร่วม ด้วยกิจกรรมการบรรยายหลักการและขั้นตอน ระดมสมองวิธีการจัดการความเครียดที่นักเรียนเคยใช้มา จากนั้นเลือกวิธีที่ดีที่นักเรียนสนใจมากที่สุดฝึกปฏิบัติ อภิปราย ประเมินผลการฝึกและสรุป หลังจากเสร็จกิจกรรมแจกแผ่นพับการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ เพื่อให้นักเรียนได้ฝึกปฏิบัติด้วยตนเองที่บ้าน

2. ประชากร และกลุ่มตัวอย่าง

2.1 ประชากร

ประชากรที่ศึกษา เป็นนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1 ภาคภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2548 โรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา อำเภอหนองม่วง จังหวัดลพบุรี

2.2 กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่าง คือนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา อำเภอหนองม่วง จังหวัดลพบุรี จำนวน 2 โรงเรียน ผู้วิจัยได้กำหนดเกณฑ์และขั้นตอนการเลือกกลุ่มตัวอย่าง เพื่อให้กลุ่มตัวอย่างทั้งสองมีความคล้ายคลึงกันมากที่สุด จึงกำหนดเกณฑ์การคัดเลือก ดังนี้

2.2.1 เกณฑ์การคัดเลือกโรงเรียนตัวอย่างเข้าศึกษา (Inclusion Criteria) ดังนี้

2.2.1.1 เป็นโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา

2.2.1.2 เป็นโรงเรียนแบบสหศึกษา มีกฎ ระเบียบ และลักษณะคล้ายกัน

2.2.1.3 เป็นโรงเรียนที่มีนักเรียนกำลังศึกษาระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

2.2.1.4 นักเรียนกลุ่มตัวอย่างไม่มีประวัติการเจ็บป่วยทางจิต โรคลมชัก พิกการทางสมอง หรือ ปัญญาอ่อน และสมัครใจที่จะเข้าร่วมกิจกรรม

2.2.1.5 ผู้บริหารโรงเรียน ครู และนักเรียนให้ความร่วมมือตลอดสิ้นสุดการวิจัย

2.3.2 วิธีการคัดเลือกตัวอย่างตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้ ดังนี้

2.3.2.1 มีโรงเรียนที่ผ่านเกณฑ์ทั้งหมด 6 โรงเรียน เลือกโรงเรียน ด้วยวิธีการสุ่มอย่างง่ายได้ (Simple Random Sampling) กลุ่มทดลอง คือโรงเรียนบ้านดงคินแดง และกลุ่มเปรียบเทียบ คือโรงเรียนบ้านยางโทน

2.3.2.2 เลือกห้องเรียนด้วย วิธีการสุ่มอย่างง่ายได้ กลุ่มทดลองโรงเรียนบ้านดงคินแดงได้แก่ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1/1 จำนวน 33 คน ส่วนกลุ่มเปรียบเทียบโรงเรียนบ้านยางโทนได้ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1/1 จำนวน 33 คน สอบถามความสมัครใจและยินดีเข้าร่วมกิจกรรมของนักเรียน

2.3 ขนาดตัวอย่าง

ขนาดตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษานี้ เนื่องจากการเปรียบเทียบค่าคะแนนเฉลี่ย ของความฉลาดทางอารมณ์ในเด็กนักเรียนแต่ละด้าน ตามองค์ประกอบความฉลาดทางอารมณ์ของกรมสุขภาพจิต ก่อนและหลังการทดลอง ซึ่งเป็นการเปรียบเทียบค่าคะแนนเฉลี่ยของประชากร 2 กลุ่มที่เป็นอิสระต่อกัน โดยมีสูตรการคำนวณขนาดตัวอย่าง ดังนี้ (อรุณ จิรวัดนกุล, 2547)

$$n / \text{Group} = \frac{2(z_{\alpha} + z_{\beta})^2 \sigma^2}{\Delta^2}$$

โดย n = ขนาดของตัวอย่างต่อกลุ่ม

α = α Error

β = β Error

σ^2 = ความแปรปรวนของผลต่างที่ใช้ในการคำนวณขนาดตัวอย่าง

Δ^2 = ผลต่างของค่าเฉลี่ย (Effect size) ของตัวแปรผล คำนวณจาก $\mu_1 - \mu_2$

จากการทบทวนงานวรรณกรรมและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ เพื่อนำมาใช้ในการคำนวณขนาดตัวอย่างผู้วิจัยได้ใช้ผลการศึกษาของ ชัญญา บัวประเสริฐ (2546) ได้ทำการศึกษาผลการใช้กิจกรรมกลุ่มที่มีผลต่อความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำโรงเรียนมัธยมศึกษาสันพิทยา เขตราชเทวี กรุงเทพฯ แบ่งเป็น 2 กลุ่ม กลุ่มละ 15 คน ผลการศึกษาที่ผ่านมาพบว่าคะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์ก่อนการทดลองของกลุ่มทดลอง เท่ากับ 138.6 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 10.55 ส่วนกลุ่มเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์ก่อนการทดลอง เท่ากับ 131.67 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 8.57

จะได้ $\sigma^2 = 92.37$

กำหนดให้ $H_0: \mu_1 = \mu_2$

$H_A: \mu_1 > \mu_2$

ในการคำนวณครั้งนี้โดยกำหนดให้

$\alpha = 0.05 \rightarrow Z_{0.05} = 1.645$ Power = 90 $\rightarrow Z_{0.10} = 1.282$

จึงสามารถคำนวณขนาดตัวอย่างได้ดังนี้

แทนค่าในสูตร

$$\begin{aligned} n / \text{Group} &= \frac{2(z_\alpha + z_\beta)^2 \sigma^2}{\Delta^2} \\ &= \frac{2(1.645 + 1.282)^2 92.37}{6.93^2} \\ &= 32.96 \text{ หรือประมาณ } 33 \text{ คน/กลุ่ม} \end{aligned}$$

3. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยแบ่งออกเป็น 2 ส่วน ได้แก่ เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล และเครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง ดังนี้

3.1 เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้นำแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ (กรมสุขภาพจิต, 2543) มาใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเนื่องจากแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ชุดนี้ได้สร้างและพัฒนาเครื่องมือมาเป็นระยะผ่านตรวจสอบเครื่องมือจากผู้เชี่ยวชาญ จนเป็นเครื่องมือที่มีมาตรฐานและใช้สำหรับเป็นเกณฑ์มาตรฐานการวัดความฉลาดทางอารมณ์ของคนไทย ซึ่งประกอบด้วยความฉลาดทางอารมณ์ด้านความคิด ด้านความเก่ง และด้านความสุข ดังนั้นเพื่อเป็นการตรวจสอบความเชื่อถือได้เครื่องมือชุดนี้อีกครั้ง ก่อนนำไปเก็บรวบรวมข้อมูลจริง ผู้วิจัยจึงดำเนินการดังนี้

3.1.1 ตรวจสอบความตรงของเนื้อหา (Content Validity) โดยผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่าน ตรวจสอบและพิจารณาความถูกต้องและความครอบคลุมของเนื้อหา จากนั้นนำไปปรับปรุงแก้ไขแบบสอบถามตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญ

3.1.2 ตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือด้วยการทดสอบหาค่าความเชื่อถือได้ (Reliability) โดยผู้วิจัยได้นำแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ ไปทดลองใช้ (Try Out) กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนชุมชนวัดศิรินาค อำเภอหนองม่วง จังหวัดลพบุรี ซึ่งไม่ใช่โรงเรียนกลุ่มทดลอง แต่มีลักษณะตามเกณฑ์การคัดเลือกโรงเรียนตัวอย่างเข้าศึกษา โดยให้นักเรียน จำนวน 32 คน ทำแบบสอบถาม หลังจากนั้นนำแบบแบบสอบถามประเมินความฉลาดทางอารมณ์ มาวิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่นภายใน (Internal Consistency Coefficient) โดยวิธีสัมประสิทธิ์แอลฟา (Cronbach's alpha coefficient) ได้ค่าแอลฟาของแบบประเมินทั้งหมด เท่ากับ 0.81

3.1.3 ลักษณะของแบบสอบถามประเมินความฉลาดทางอารมณ์ (กรมสุขภาพจิต, 2543) มีลักษณะเป็นประโยคที่มีข้อความที่เกี่ยวข้องกับอารมณ์และความรู้สึกที่แสดงออกในลักษณะต่างๆ โดยให้นักเรียนเลือกคำตอบที่ตรงกับตนเองมากที่สุด จึงมีการแบ่งเกณฑ์การประเมินข้อคำตอบออกเป็น 4 ระดับ ดังนี้

ไม่จริง หมายถึง เมื่อนักเรียนคิดว่าข้อความในประโยคนั้น ไม่ตรงกับความเป็นจริงของนักเรียนเลย

จริงบางครั้ง หมายถึง เมื่อนักเรียนคิดว่าข้อความในประโยคนั้นตรงกับสภาพความเป็นจริงของนักเรียนเลยเพียงบางครั้ง

ค่อนข้างจริง หมายถึง เมื่อนักเรียนคิดว่าข้อความในประโยคนั้นตรงกับสภาพความเป็นจริงของนักเรียนเกือบทุกครั้ง

จริงมาก หมายถึง เมื่อนักเรียนคิดว่าข้อความในประโยคนั้นตรงกับสภาพความเป็นจริงของนักเรียนทุกครั้ง

3.1.4 เกณฑ์การให้คะแนน เนื่องจากแบบสอบถามประเมินความฉลาดทางอารมณ์ (กรมสุขภาพจิต, 2543) มีจำนวนข้อคำถาม ทั้งหมด 52 ข้อ คะแนนเต็ม 208 คะแนน จำแนกความฉลาดทางอารมณ์ออกเป็น 3 ด้าน ด้านความดีประกอบด้วยข้อคำถาม 18 ข้อ (ข้อ 1-18) ด้านความเก่งประกอบด้วยข้อคำถาม 18 ข้อ (ข้อ 19 -36) และ ด้านความสุขประกอบด้วยข้อคำถาม 16 ข้อ (ข้อ 37-52) โดยแบ่งเป็น 2 กลุ่ม มีการให้คะแนน ดังนี้

กลุ่มที่ 1 ข้อความด้านบวก ได้แก่ข้อ 1, 4, 6, 7, 10, 12, 14, 15, 17, 20, 22, 23, 25, 28, 31, 32, 34, 36, 38, 39, 41, 42, 43, 44, 46, 48, 49 และ 50 แต่ละข้อให้คะแนนดังต่อไปนี้

ไม่จริง	ให้ 1 คะแนน
จริงบางครั้ง	ให้ 2 คะแนน
ค่อนข้างจริง	ให้ 3 คะแนน
จริงมาก	ให้ 4 คะแนน

กลุ่มที่ 2 ข้อความด้านลบ ได้แก่ข้อ 2, 3, 5, 8, 9, 11, 13, 16, 18, 19, 21 24, 26, 27, 29, 30, 33, 35, 37, 40, 45, 47, 51 และ 52 แต่ละข้อให้คะแนนดังต่อไปนี้

ไม่จริง	ให้ 4 คะแนน
จริงบางครั้ง	ให้ 3 คะแนน
ค่อนข้างจริง	ให้ 2 คะแนน
จริงมาก	ให้ 1 คะแนน

3.1.5 การรวมคะแนนตามเกณฑ์ของแบบสอบถามประเมินความฉลาดทางอารมณ์ (กรมสุขภาพจิต, 2543)

3.1.5.1 ด้านความดี จำนวนข้อคำถาม ข้อที่ 1- 18 คะแนนภาพรวมด้านความดีเท่ากับ 72 คะแนน ช่วงเกณฑ์คะแนนเกณฑ์ปกติได้จากค่าคะแนนเฉลี่ย $\pm S.D$ แบ่งระดับความฉลาดทางอารมณ์ดังนี้ (กรมสุขภาพจิต, 2543)

ความฉลาดทางอารมณ์ต่ำกว่าเกณฑ์	ได้คะแนนน้อยกว่า 48	คะแนน
ความฉลาดทางอารมณ์ช่วงเกณฑ์ปกติ	ได้คะแนน 48-58	คะแนน
ความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่าเกณฑ์	ได้คะแนนมากกว่า 58	คะแนน

3.1.5.2 ความสามารถในการควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง จำนวนข้อคำถาม ข้อที่ 1- 6 คะแนนรวมเท่ากับ 24 คะแนน ช่วงเกณฑ์คะแนนเกณฑ์ปกติได้จากค่าคะแนนเฉลี่ย $\pm S.D$ แบ่งระดับความฉลาดทางอารมณ์ดังนี้ (กรมสุขภาพจิต, 2543)

ความฉลาดทางอารมณ์ต่ำกว่าเกณฑ์	ได้คะแนนน้อยกว่า 14	คะแนน
ความฉลาดทางอารมณ์ช่วงเกณฑ์ปกติ	ได้คะแนน 14-18	คะแนน
ความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่าเกณฑ์	ได้คะแนนมากกว่า 18	คะแนน

3.1.5.3 ความสามารถในการเห็นใจผู้อื่น ข้อที่ 7 - 12 คะแนนรวมเท่ากับ 24 คะแนน ช่วงเกณฑ์คะแนนเกณฑ์ปกติได้จากค่าคะแนนเฉลี่ย $\pm S.D$ แบ่งระดับความฉลาดทางอารมณ์ดังนี้ (กรมสุขภาพจิต, 2543)

ความฉลาดทางอารมณ์ต่ำกว่าเกณฑ์	ได้คะแนนน้อยกว่า	16	คะแนน
ความฉลาดทางอารมณ์ช่วงเกณฑ์ปกติ	ได้คะแนน	16-20	คะแนน
ความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่าเกณฑ์	ได้คะแนนมากกว่า	20	คะแนน

3.1.5.4 ความสามารถในการรับผิดชอบ ข้อที่ 13- 18 คะแนนรวม เท่ากับ 24 คะแนน ช่วงเกณฑ์คะแนนเกณฑ์ปกติได้จากค่าคะแนนเฉลี่ย $\pm S.D$ แบ่งระดับความฉลาดทางอารมณ์ดังนี้ (กรมสุขภาพจิต, 2543)

ความฉลาดทางอารมณ์ต่ำกว่าเกณฑ์	ได้คะแนนน้อยกว่า	17	คะแนน
ความฉลาดทางอารมณ์ช่วงเกณฑ์ปกติ	ได้คะแนน	17-23	คะแนน
ความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่าเกณฑ์	ได้คะแนนมากกว่า	23	คะแนน

3.1.5.5 ด้านความเก่ง จำนวนข้อคำถาม ข้อที่ 19-36 คะแนนภาพรวมด้านความเก่ง เท่ากับ 72 คะแนน ช่วงเกณฑ์คะแนนเกณฑ์ปกติได้จากค่าคะแนนเฉลี่ย $\pm S.D$ แบ่งระดับความฉลาดทางอารมณ์ ดังนี้ (กรมสุขภาพจิต, 2543)

ความฉลาดทางอารมณ์ต่ำกว่าเกณฑ์	ได้คะแนนน้อยกว่า	45	คะแนน
ความฉลาดทางอารมณ์ช่วงเกณฑ์ปกติ	ได้คะแนน	45-57	คะแนน
ความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่าเกณฑ์	ได้คะแนนมากกว่า	57	คะแนน

3.1.5.6 ความสามารถในการรู้จักตนเองและสร้างแรงจูงใจให้ตนเอง จำนวนข้อคำถาม ข้อที่ 19-24 คะแนนรวมเท่ากับ 24 คะแนน ช่วงเกณฑ์คะแนนเกณฑ์ปกติได้จากค่าคะแนนเฉลี่ย $\pm S.D$ แบ่งระดับความฉลาดทางอารมณ์ ดังนี้ (กรมสุขภาพจิต, 2543)

ความฉลาดทางอารมณ์ต่ำกว่าเกณฑ์	ได้คะแนนน้อยกว่า	14	คะแนน
ความฉลาดทางอารมณ์ช่วงเกณฑ์ปกติ	ได้คะแนน	14-20	คะแนน
ความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่าเกณฑ์	ได้คะแนนมากกว่า	20	คะแนน

3.1.5.7 ความสามารถในการตัดสินใจและแก้ปัญหา จำนวนข้อคำถาม ข้อที่ 25-30 คะแนนรวมเท่ากับ 24 คะแนน ช่วงเกณฑ์คะแนนเกณฑ์ปกติได้จากค่าคะแนนเฉลี่ย $\pm S.D$ แบ่งระดับความฉลาดทางอารมณ์ ดังนี้ (กรมสุขภาพจิต, 2543)

ความฉลาดทางอารมณ์ต่ำกว่าเกณฑ์	ได้คะแนนน้อยกว่า	13	คะแนน
ความฉลาดทางอารมณ์ช่วงเกณฑ์ปกติ	ได้คะแนน	13-19	คะแนน
ความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่าเกณฑ์	ได้คะแนนมากกว่า	19	คะแนน

3.1.5.8 ความสามารถในการมีสัมพันธภาพ จำนวนข้อคำถาม ข้อที่ 31- 36 คะแนนรวมเท่ากับ 24 คะแนน ช่วงเกณฑ์คะแนนเกณฑ์ปกติได้จากค่าคะแนนเฉลี่ย $\pm S.D$ แบ่งระดับความฉลาดทางอารมณ์ ดังนี้ (กรมสุขภาพจิต, 2543)

ความฉลาดทางอารมณ์ต่ำกว่าเกณฑ์	ได้คะแนนน้อยกว่า	14	คะแนน
ความฉลาดทางอารมณ์ช่วงเกณฑ์ปกติ	ได้คะแนน	14-20	คะแนน
ความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่าเกณฑ์	ได้คะแนนมากกว่า	20	คะแนน

3.1.5.9 ด้านความสุข จำนวนข้อคำถาม ข้อที่ 37-52 คะแนนภาพรวมด้านความสุขเท่ากับ 64 คะแนน ช่วงเกณฑ์คะแนนเกณฑ์ปกติได้จากค่าคะแนนเฉลี่ย $\pm S.D$ แบ่งระดับความฉลาดทางอารมณ์ ดังนี้ (กรมสุขภาพจิต, 2543)

ความฉลาดทางอารมณ์ต่ำกว่าเกณฑ์	ได้คะแนนน้อยกว่า 40	คะแนน
ความฉลาดทางอารมณ์ช่วงเกณฑ์ปกติ	ได้คะแนน 40-55	คะแนน
ความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่าเกณฑ์	ได้คะแนนมากกว่า 55	คะแนน

3.1.5.10 ภูมิใจในตนเอง จำนวนข้อคำถาม ข้อที่ 37-40 คะแนนรวมเท่ากับ 16 คะแนน ช่วงเกณฑ์คะแนนเกณฑ์ปกติได้จากค่าคะแนนเฉลี่ย $\pm S.D$ แบ่งระดับความฉลาดทางอารมณ์ ดังนี้ (กรมสุขภาพจิต, 2543)

ความฉลาดทางอารมณ์ต่ำกว่าเกณฑ์	ได้คะแนนน้อยกว่า 9	คะแนน
ความฉลาดทางอารมณ์ช่วงเกณฑ์ปกติ	ได้คะแนน 9-14	คะแนน
ความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่าเกณฑ์	ได้คะแนนมากกว่า 14	คะแนน

3.1.5.11 ความพึงพอใจในชีวิต จำนวนข้อคำถาม ข้อที่ 41-46 คะแนนรวมเท่ากับ 24 คะแนน ช่วงเกณฑ์คะแนนเกณฑ์ปกติได้จากค่าคะแนนเฉลี่ย $\pm S.D$ แบ่งระดับความฉลาดทางอารมณ์ ดังนี้ (กรมสุขภาพจิต, 2543)

ความฉลาดทางอารมณ์ต่ำกว่าเกณฑ์	ได้คะแนนน้อยกว่า 16	คะแนน
ความฉลาดทางอารมณ์ช่วงเกณฑ์ปกติ	ได้คะแนน 16-22	คะแนน
ความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่าเกณฑ์	ได้คะแนนมากกว่า 22	คะแนน

3.1.5.12 ความสงบทางใจ จำนวนข้อคำถาม ข้อที่ 47- 52 คะแนนรวมเท่ากับ 24 คะแนน ช่วงเกณฑ์คะแนนเกณฑ์ปกติได้จากค่าคะแนนเฉลี่ย $\pm S.D$ แบ่งระดับความฉลาดทางอารมณ์ ดังนี้ (กรมสุขภาพจิต, 2543)

ความฉลาดทางอารมณ์ต่ำกว่าเกณฑ์	ได้คะแนนน้อยกว่า 15	คะแนน
ความฉลาดทางอารมณ์ช่วงเกณฑ์ปกติ	ได้คะแนน 15-22	คะแนน
ความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่าเกณฑ์	ได้คะแนนมากกว่า 22	คะแนน

3.1.5.13 คะแนนภาพรวมของความฉลาดทางอารมณ์ ตามองค์ประกอบ ด้านความดี ด้านความเก่ง และด้านความสุข จำนวนข้อคำถาม ข้อที่ 1-52 คะแนนรวม เท่ากับ 208 คะแนน ช่วงเกณฑ์คะแนนเกณฑ์ปกติได้จากค่าคะแนนเฉลี่ย $\pm S.D$ แบ่งระดับความฉลาดทางอารมณ์ ดังนี้ (กรมสุขภาพจิต, 2543)

ความฉลาดทางอารมณ์ต่ำกว่าเกณฑ์	ได้คะแนนน้อยกว่า 140	คะแนน
ความฉลาดทางอารมณ์ช่วงเกณฑ์ปกติ	ได้คะแนน 140-170	คะแนน
ความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่าเกณฑ์	ได้คะแนนมากกว่า 170	คะแนน

3.2 เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง

3.2.1 แผนการจัดกิจกรรมโปรแกรมการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์โดยประยุกต์ใช้ทักษะชีวิต ประกอบด้วย กิจกรรมเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม ได้แก่ การระดมสมอง การอภิปรายกลุ่มแสดงความคิดเห็นร่วมกัน การแสดงบทบาทสมมติ และการกำหนดสถานการณ์จำลอง ซึ่งผู้วิจัยได้นำแนวทางการสอนทักษะชีวิตมาเป็นแนวทาง

การสร้างแผนการจัดกิจกรรมเกี่ยวกับการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ เพื่อให้ให้นักเรียนเกิดความสามารถในการควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง รู้จักเห็นใจผู้อื่น มีความรับผิดชอบต่อส่วนรวม ความสามารถในการรู้จักตนเอง มีแรงจูงใจ สามารถตัดสินใจและแก้ปัญหาและแสดงออกได้อย่างมีประสิทธิภาพ ตลอดจนถึงการมีความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่น และมีความสามารถในการดำเนินชีวิตอย่างมีความสุข มีความภูมิใจในตนเอง พอใจในชีวิตและมีความสุขสงบทางใจ ประกอบด้วยแผนการจัดกิจกรรม 6 ครั้ง ดังนี้

- 3.2.1.1 ครั้งที่ 1 เรื่องการสร้างทักษะความคิดอย่างมีวิจารณญาณและทักษะความคิดสร้างสรรค์
- 3.2.1.2 ครั้งที่ 2 เรื่องการสร้างทักษะความตระหนักรู้ในตนเองและการเห็นอกเห็นใจผู้อื่น
- 3.2.1.2 ครั้งที่ 3 เรื่องการสร้างทักษะความภาคภูมิใจในตนเองและการรับผิดชอบต่อสังคม
- 3.2.1.2 ครั้งที่ 4 เรื่องการสร้างทักษะการตัดสินใจและการแก้ไขปัญหา
- 3.2.1.2 ครั้งที่ 5 เรื่องการสร้างทักษะการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพและการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น
- 3.2.1.2 ครั้งที่ 6 เรื่องการสร้างทักษะการจัดการอารมณ์กับความเครียด

3.2.2 ขั้นตอนการสร้างแผนจัดกิจกรรมโปรแกรมการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ ดังนี้

3.2.2.1 ศึกษาจากเอกสาร รายงานการวิจัย คำราที่เกี่ยข้อง เพื่อหาข้อมูลในการสร้างกิจกรรมการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์

3.2.2.2 สร้างโปรแกรมการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์เพื่อให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์และพฤติกรรมเป้าหมาย

3.2.2.3 ตรวจสอบความมั่นคงของเนื้อหา (Content Validity) และกิจกรรมของโปรแกรมการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์โดยนำโปรแกรมที่ผู้วิจัยประยุกต์ขึ้นให้ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 3 ท่าน พิจารณาตรวจสอบจากนั้นนำไปปรับปรุงแก้ไข ตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญ

3.2.3 วัสดุอุปกรณ์ที่ใช้ในการจัดกิจกรรม ประกอบด้วย กระดาษแข็ง ป้ายชื่อ กระดาษแผ่นใหญ่ แผ่นพับ ใบงาน อุปกรณ์เครื่องเขียน

4. การดำเนินการวิจัยและเก็บรวบรวมข้อมูล

4.1 ขั้นตอนเตรียมการ

4.1.1 ทำหนังสือแนะนำตัวและขออนุญาตในการเก็บข้อมูลจากคณะสาธารณสุขศาสตร์มหาวิทยาลัยขอนแก่น เพื่อติดต่อประสานงานกับผู้อำนวยการโรงเรียนทั้ง 2 โรงเรียน ในการขออนุมัติและขอความร่วมมือในการดำเนินการวิจัยในพื้นที่ทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ

4.1.2 ชี้แจงวัตถุประสงค์ วิธีการ และขั้นตอนการดำเนินงานวิจัย รวมทั้งกิจกรรม การเก็บรวบรวมข้อมูลและการประเมินผล ผลที่คาดว่าจะได้รับจากการทำวิจัย

4.1.3 ดำเนินการตามแผนที่วางไว้

4.2 ขั้นตอนการวิจัย

ดำเนินการจัดกิจกรรมตามโปรแกรมการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ รวม 6 ครั้ง ในเวลาทั้งหมด 9 สัปดาห์ ระยะเวลาดำเนินการทดลอง ช่วงเดือน มกราคม- มีนาคม พ.ศ.2549 ช่วงเวลา 08.30 – 12.00 น. ดังนี้

4.2.1 สัปดาห์ที่ 1 ประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนก่อนการทดลอง ในกลุ่มทดลอง และกลุ่มเปรียบเทียบ โดยใช้แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของกรมสุขภาพจิต ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล กลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ กลุ่มละวัน เนื่องจากกลุ่มตัวอย่างทั้งสองกลุ่มอยู่ห่างกัน พร้อมกับดำเนินการชี้แจงวัตถุประสงค์ของการเข้าร่วมกิจกรรม ประโยชน์ที่จะได้รับการเข้าร่วมกิจกรรมพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ แจกหนังสือตอบรับความสมัครใจในการเข้าร่วมการทดลอง เพื่อที่จะทำให้นักเรียนเกิดความร่วมมือและพร้อมจะเปลี่ยนแปลงปรับปรุงข้อบกพร่องของตนเอง ในช่วงการดำเนินกิจกรรม แล้วจึงจะนัดแนะการเข้าร่วมกิจกรรมในครั้งต่อไป

4.2.2 สัปดาห์ที่ 2 การสร้างทักษะความคิดอย่างมีวิจารณญาณและความคิดสร้างสรรค์ ประกอบด้วย

กิจกรรมที่ 1 กิจกรรมสร้างสัมพันธ์และสร้างบรรยากาศที่เป็นกันเองในการจัดกิจกรรม

กิจกรรมที่ 2 เรื่องคิดอย่างมีวิจารณญาณสร้างสรรค์คือคิดเพื่อให้นักเรียนเกิดทักษะความคิดอย่างมีวิจารณญาณและความคิดอย่างสร้างสรรค์ในเรื่องการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของตนเอง ผู้นำกลุ่มนำเข้าบทเรียน ด้วยขั้นสร้างความรู้สึกและประสบการณ์โดยการถามสมาชิกกลุ่มว่า “คนที่คิดอย่างมีวิจารณญาณควรมีลักษณะอย่างไร” ผู้นำกลุ่มสุ่มถามนักเรียน 2 - 3 คน ขั้นความคิดด้วยการบรรยายหลักการ “การคิดอย่างมีวิจารณญาณ” ผู้นำกลุ่มเชื่อมโยงการคิดอย่างมีวิจารณญาณและการคิดอย่างสร้างสรรค์สู่การมีความฉลาดทางอารมณ์ และบรรยายหลักการกลุ่มใหญ่ “ องค์ประกอบความฉลาดทางอารมณ์ ” ขั้นความคิดรวบยอดด้วยการสรุปอภิปรายกลุ่มร่วมกัน ขั้นลงมือกระทำประยุกต์ความคิด ด้วยการแบ่งกลุ่มย่อย กลุ่มละ 5-6 คน แล้วผู้นำกลุ่มแจกกรณีศึกษา เพื่อฝึกทักษะการคิดอย่างมีวิจารณญาณและการคิดอย่างสร้างสรรค์จากข่าวหนังสือพิมพ์ตัวแทนสมาชิกกลุ่มออกมานำรายงานกลุ่มใหญ่และ ผู้นำกลุ่มสรุป

4.2.3 สัปดาห์ที่ 3 การสร้างทักษะความตระหนักรู้ในตนเองและการเห็นอกเห็นใจผู้อื่นประกอบด้วย

กิจกรรมที่ 1 กิจกรรมสร้างสัมพันธ์ภาพและความคุ้นเคยด้วยเกมสัมพันธ์ก่อน

นำเข้าสู่กิจกรรม

กิจกรรมที่ 2 เรื่องทัศนคติคือ เพื่อให้นักเรียนเกิดตระหนักในคุณค่าของตนเองและมีความเชื่อมั่นในตนเองกล้าที่จะแสดงออกให้คนอื่นได้รับรู้ในสิ่งที่ตนเองมีคุณค่า พึงพอใจในชีวิต ผู้นำกลุ่มนำเข้าสู่บทเรียน ด้วยขั้นการสร้างความรู้สึกประสบการณ์ โดยพูดถึงโครงการทัศนจรต่างประเทศว่าวันนี้จะมีการคัดเลือกสมาชิกไปทัศนจรต่างประเทศ ผู้นำกลุ่มแบ่งสมาชิกออกเป็นกลุ่มละ 5-6 คน และให้สมาชิกแต่ละกลุ่มบอกถึงลักษณะและคุณสมบัติผู้ที่จะได้ไปเที่ยว ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกกลุ่มเดิมอภิปรายถึงเหตุผลของมติของกลุ่ม ผู้นำกลุ่มสุ่มถามสมาชิกประมาณ 2-3 คน และให้สมาชิกกลุ่มอื่นที่มีความคิดเห็นแตกต่างนำเสนอเพิ่มเติม ผู้นำกลุ่มสรุปเรื่องการคุณค่าของตนเอง ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกแบ่งกลุ่มและให้แต่ละกลุ่มอภิปรายตามประเด็น ผู้นำกลุ่มสุ่มถามสมาชิกประมาณ 2-3 กลุ่ม และให้สมาชิกกลุ่มอื่นที่มีความคิดเห็นแตกต่างนำเสนอเพิ่มเติม ให้สมาชิกแต่ละกลุ่มพูดถึงข้อดีของตนเองให้กลุ่มฟัง ผู้นำกลุ่มสรุปเพิ่มเติมตามใบความรู้ กิจกรรมที่ 3 การเห็นใจผู้อื่น เพื่อให้นักเรียนเกิดความรู้ ความเข้าใจ ในการเห็นใจ ยอมรับผู้อื่น ตลอดจนสามารถทำการแสดงความเข้าใจและเห็นใจได้อย่างเหมาะสม ขั้นสร้างประสบการณ์ ผู้นำกลุ่มนำเข้าสู่บทเรียนโดยให้สมาชิกทุกคนนึกถึงคนที่ใกล้ชิดตัวเองมากที่สุด 1 คน สำนวนว่ากันว่า นั้น ทำสิ่งใดที่ทำให้สมาชิกรู้สึกรำคาญใจ หงุดหงิด เจ็บช้ำน้ำใจ เสียใจ ไม่พอใจมากที่สุด ให้สมาชิกเขียนเหตุการณ์ เรื่องราวนั้นลงในกระดาษ ให้มากที่สุดเท่าที่จะนึกได้ แล้วผู้นำกลุ่มให้

สมาชิกเปลี่ยนเป็นสำรวจว่า คนๆ นั้นได้ทำสิ่งดีๆ แก่สมาชิกเรื่องใดบ้าง ผู้นำกลุ่มสรุปตามใบความรู้ และนำเสนอวิธีการแสดงความเห็นใจ เข้าใจผู้อื่น ขึ้นลงมือกระทำ สมาชิกฝึกปฏิบัติวิธีการที่ผู้นำกลุ่มนำเสนอ (ทำบัตรสีทองตามใบงาน) สมาชิกในกลุ่มอภิปราย แสดงความเห็นผู้นำกลุ่มถามแต่ละกลุ่ม และสรุปตามใบความรู้ ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกบอกถึงวิธีการอื่นๆ ที่ผู้นำกลุ่มนำเสนอว่าจะนำไปใช้กับคนใกล้ชิดหรือตนเองได้อย่างไร ผู้นำกลุ่มสุ่มถาม 2-3 คน แล้วสรุปผลการทำกิจกรรม

4.2.4 สัปดาห์ที่ 4 การสร้างทักษะความภาคภูมิใจและการรับผิดชอบต่อสังคม ประกอบด้วย

กิจกรรมที่1 กิจกรรมสร้างสัมพันธ์ภาพและความคุ้นเคย ด้วยเกมสัมพันธ์ก่อนนำเข้าสู่กิจกรรม

กิจกรรมที่2 เรื่องความภูมิใจในตนเอง เพื่อให้นักเรียนสามารถเรียนรู้ข้อดีของตนเอง เกิดความภาคภูมิใจ และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่นขึ้นสร้างความรู้สึกระบายนึก ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกจับคู่กัน ผู้นำกลุ่มแจกกระดาษภาพสี่ระยะคนตามลักษณะการจับคู่ (เช่น ภาพชายกับชาย หญิงกับหญิง หรือชายกับหญิง) และให้นักเรียนเขียนข้อดี ของตนเองและเพื่อนลงในรูปคนที่แจกให้ ผู้นำกลุ่มสุ่มถามสมาชิก 3 – 5 คู่ เกี่ยวกับความดีของตัวเองกับความดีที่เพื่อนเขียนให้ จากนั้นให้สมาชิกส่วนที่เหลือแลกเปลี่ยนอ่านความดีที่เพื่อนเขียนให้ผู้นำกลุ่มสรุปเพิ่มเติม ขึ้นลงมือกระทำประยุกต์แนวคิด ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกแบ่งย่อยกลุ่มละ 5 – 6 คน ให้พูด คุยกันถึงความดีของเพื่อนที่ตนจับคู่ด้วยในครั้งแรกเขียนถึงความดีของตน และให้สมาชิกเขียนบรรยายถึงวิธีการทำความดีของตนที่เป็นเหตุให้เพื่อนเห็นความดีของตน ส่งตัวแทนกลุ่มนำเสนอกลุ่มใหญ่ ผู้นำกลุ่มสรุปอภิปราย ต่อด้วย กิจกรรมที่ 3 เรื่องการรับผิดชอบต่อสังคม เพื่อให้นักเรียนตระหนักถึงความรับผิดชอบต่อสังคมและสามารถฝึกปฏิบัติการรับผิดชอบต่อสังคมได้ ขึ้นสร้างความรู้สึกระบายนึกผู้นำกลุ่มกล่าวถึงเรื่ององค์ประกอบของสังคม ประกอบด้วยสถาบันทางสังคมหลายสถาบัน เช่น สถาบันครอบครัว สถาบันการศึกษา สถาบันการเมือง สถาบันศาสนา ขึ้นลงมือกระทำประยุกต์แนวคิด แบ่งย่อยกลุ่มละ 5-6 คน ให้สมาชิกพูดคุยถึงสภาพสังคมที่ดี ให้ตัวแทนกลุ่มออกมารายงานผลงานกลุ่ม ให้สมาชิกแต่ละกลุ่มพูดคุยถึงสภาพสังคมที่เป็นปัญหา สุ่มตัวแทนกลุ่มประมาณ 2 – 3 กลุ่ม มาเสนอผลการพูดคุยกันและให้กลุ่มที่มีความคิดเห็นแตกต่างมานำเสนอเพิ่มเติม ผู้นำกลุ่มสรุปสภาพสังคมตามความเป็นจริงโดยการหยิบสถานการณ์ในปัจจุบันมาประกอบ เช่น ปัญหาเศรษฐกิจ ปัญหาดังคมและปัญหาการเมือง ให้สมาชิกจับคู่เขียนสังคมที่พึงปรารถนา ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกแต่ละคู่มานำเสนอ สมาชิกและผู้นำกลุ่มร่วมกันอภิปรายและสรุป

4.2.5 สัปดาห์ที่ 5 การสร้างทักษะการตัดสินใจและการแก้ไขปัญหา ประกอบด้วย

กิจกรรมที่ 1 กิจกรรมสร้างสัมพันธ์ภาพและความคุ้นเคย ด้วยเกมสัมพันธ์ก่อนนำเข้าสู่กิจกรรม

กิจกรรมที่ 2 เรื่อง การตัดสินใจ เพื่อให้นักเรียนสามารถตัดสินใจเมื่อต้องเผชิญสถานการณ์ที่ต้องตัดสินใจและเลือกการแสดงออกให้เหมาะสม กับสถานการณ์นั้นๆ ขึ้นสร้างความรู้สึกระบายนึก ผู้นำกลุ่มนำเข้าสู่กิจกรรมกลุ่มโดยสนทนาถึงเหตุการณ์ในชีวิตประจำวันที่จะต้องตัดสินใจผู้นำกลุ่มอธิบาย “ขั้นตอนการตัดสินใจ” ผู้นำกลุ่มอ่านกรณีศึกษา “การตัดสินใจของแดง” ให้สมาชิกพูดคุยวิเคราะห์กรณีศึกษา “การตัดสินใจของแดง” (ตอนที่ 1)ให้ตัวแทนกลุ่มออกมานำเสนอผลงาน ผู้นำกลุ่มสรุปแนวทางตัดสินใจ จากกรณีศึกษา “การตัดสินใจของแดง”(ตอนที่ 1) ขึ้นลงมือกระทำประยุกต์แนวคิดให้สมาชิกแบ่งกลุ่มย่อยกลุ่มละ 5-6คนมอบหมายงานให้ฝึกทักษะการ ตัดสินใจ จากกรณีศึกษา ให้ตัวแทนกลุ่มออกมานำเสนอผลงานกลุ่ม ผู้นำกลุ่มสรุปขั้นตอนการตัดสินใจต่อกลุ่มใหญ่ กิจกรรมที่3 เรื่อง การแก้ปัญหา เพื่อให้ นักเรียนมีทักษะในการ

ตัดสินใจและแก้ปัญหาในสถานการณ์ต่างๆ อย่างเหมาะสม เมื่อต้องเผชิญสถานการณ์ต่างๆ ที่ต้องตัดสินใจและแก้ปัญหา ขึ้นสร้างความรู้สึกระส่ำระสาย ผู้นำกลุ่มให้นักเรียนทำแบบประเมินรายบุคคล เพื่อประเมินการตัดสินใจและแก้ปัญหของตนเอง สุ่มถามความคิดเห็นต่อผลการประเมินตนเอง 2-3 คน โดยไม่ต้องสรุป ผู้นำกลุ่มอธิบาย“ขั้นตอนการแก้ปัญหา” ขั้นลงมือกระทำประยุกต์แนวคิด แบ่งกลุ่มย่อยกลุ่มละ 5-6 คน อภิปรายประเด็นและฝึกปฏิบัติการแก้ปัญหาในสถานการณ์ที่กำหนด โดยวิเคราะห์ลงตารางตามขั้นตอนการแก้ปัญหา ตัวแทนกลุ่มนำเสนอการแก้ปัญหาแต่ละสถานการณ์ ผู้นำกลุ่มสรุปผลการอภิปรายกลุ่มใหญ่

4.2.6 สัปดาห์ที่ 6 การสร้างทักษะการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพและการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น ประกอบด้วย

กิจกรรมที่ 1 กิจกรรมสร้างสัมพันธ์และความคุ้นเคย ด้วยเกมสัมพันธ์ก่อนนำเข้าสู่กิจกรรม
กิจกรรมที่ 2 เรื่องสื่อสาร โคนใจพัฒนาอีคิว เพื่อให้นักเรียนมีทักษะในการสร้างสัมพันธ์และมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นผู้นำกลุ่มนำเข้าสู่กิจกรรมกลุ่มพูดถึงการสื่อสารและมีสัมพันธ์กับผู้อื่นขึ้นสร้างความรู้สึกระส่ำระสาย ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกทำแบบประเมินตนเองรายบุคคล เรื่องการมีสัมพันธ์กับผู้อื่นสุ่มถามความเห็นต่อผลการประเมินตนเอง 2-3 คน โดยไม่ต้องสรุป ผู้นำกลุ่มบรรยายกลุ่มใหญ่เรื่อง “การสร้างสัมพันธ์” บรรยายประกอบการสาธิตทักษะที่ใช้ในการสื่อสารและสร้างสัมพันธ์ที่ละทักษะ โดยให้แบ่งกลุ่มวิเคราะห์ ฝึกปฏิบัติ และประเมินการฝึก หลังการบรรยายและสาธิตในแต่ละทักษะ ดังนี้ ทักษะการสื่อสารทักษะการฟังอย่างใส่ใจ ทักษะการแสดงออกอย่างเหมาะสม ทักษะการแสดงความเห็นและการรับฟังความเห็นที่ขัดแย้งอย่างสร้างสรรค์ ขั้นลงมือกระทำประยุกต์แนวคิด แบ่งกลุ่มย่อยละ 5-6 คน วิเคราะห์การสาธิตและฝึกปฏิบัติหลังการบรรยายประกอบการสาธิตในแต่ละทักษะ กลุ่มนำเสนอผลการอภิปราย ประเมินการฝึกแต่ละทักษะผู้นำกลุ่มสรุปจุดอ่อนที่มีการพบบ่อยในการสร้างสัมพันธ์กับผู้อื่นและการแก้ไข ของแต่ละทักษะและการนำไปใช้ในฝึกของตนเอง

4.2.7 สัปดาห์ที่ 7 การสร้างทักษะการจัดการอารมณ์กับความเครียด ประกอบด้วย

กิจกรรมที่ 1 กิจกรรมสร้างสัมพันธ์และความคุ้นเคย ด้วยเกมสัมพันธ์ก่อนนำเข้าสู่กิจกรรม
กิจกรรมที่ 2 เรื่องการจัดการอารมณ์ เพื่อให้นักเรียนรู้จักใช้ขั้นตอนการจัดการกับอารมณ์ของตนเอง และสามารถใช้ทักษะการจัดการกับอารมณ์ได้เมื่อต้องเผชิญกับอารมณ์ทางบวกและทางลบ รู้จักการควบคุมการแสดงออกทางอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม ขึ้นสร้างความรู้สึกระส่ำระสาย ผู้นำกลุ่มนำเข้าสู่บทเรียน โดยการสร้างสถานการณ์จำลองโดยคุณครู (ให้สมจริงโดยไม่มีสาเหตุ) ผู้นำกลุ่มสุ่มถามนักเรียน 2-3 คน ถามถึงความรู้สึกหรืออารมณ์เมื่อถูกดูโดยไม่มีเหตุผลบรรยาย“การจัดการกับอารมณ์”ขั้นลงมือกระทำประยุกต์แนวคิด ผู้นำกลุ่มอ่านกรณีศึกษาเรื่อง “อารมณ์โกรธของป๋อง” มอบหมายงานให้วิเคราะห์กรณีศึกษา ตัวแทนสมาชิกกลุ่มออกมานำรายงาน ผู้นำกลุ่มสรุปอภิปรายผู้นำกลุ่มมอบหมายงานฝึกทักษะการจัดการกับอารมณ์ จากกรณีศึกษาต่างๆตัวแทนสมาชิกกลุ่มออกมานำรายงาน ผู้นำกลุ่มสรุปอภิปราย กิจกรรมที่ 3 เรื่อง การจัดการกับความเครียด เพื่อให้นักเรียนได้เรียนรู้และมีทักษะในการผ่อนคลายความเครียดได้อย่างถูกต้อง ซึ่งทุกคน สามารถฝึกปฏิบัติและนำไปใช้กับชีวิตประจำวันได้ คนที่มีความฉลาดทางอารมณ์ ที่ดีจะต้องรู้จักการจัดการความเครียดของตนเองได้อย่างเหมาะสมในการลดความเครียดที่ตนเองกำลังประสบอยู่ ขึ้นสร้างความรู้สึกระส่ำระสาย ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกร่วมพูดคุยถึง “วิธีการคลายเครียด”จากประสบการณ์เดิมของแต่ละคน ผู้นำกลุ่มสุ่มถามสมาชิก 2-3 คน ว่า

มีวิธีการคลายเครียดอย่างไร ผู้นำกลุ่มสรุปเพิ่มเติม ขั้นลงมือกระทำประยุกต์แนวคิด ให้สมาชิกฝึกปฏิบัติทักษะผ่อนคลายความเครียด ด้วยวิธีการฝึกการกำการหายใจ ให้สมาชิกแต่ละกลุ่มพูดคุยกันถึงผลการฝึกฝนการผ่อนคลายความเครียด ขั้นลงมือกระทำประยุกต์แนวคิด ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกเลือกวิธีฝึกการผ่อนคลายความเครียดที่มีความเหมาะสมกับตนเองมาคนละ 1 วิธี และให้สมาชิกแลกเปลี่ยนวิธีคลายเครียดของแต่ละคน สมาชิกฝึกปฏิบัติทักษะผ่อนคลายความเครียด ผู้นำกลุ่มกล่าวสรุปเพิ่มเติม

หลังจบกิจกรรมที่ 3 ผู้นำกลุ่มได้แจกแผ่นพับสรุปแนวทางการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ เทคนิคการฝึกปฏิบัติ ประโยชน์ที่ได้จากการฝึกปฏิบัติ พร้อมกับแนะนำให้นักเรียนกลับไปคิดทวนกิจกรรมต่างๆ ที่ได้ดำเนินการมาตั้งแต่ครั้งที่ 1 - 6 และมันฝึกปฏิบัติด้วยตนเองอย่างสม่ำเสมอ

4.2.8 สัปดาห์ที่ 8 ไม่มีกิจกรรม ปล่อยทิ้งช่วงไว้ให้นักเรียนฝึกปฏิบัติด้วยตนเองตามแผ่นพับที่แจกให้

4.2.9 สัปดาห์ที่ 9 ประเมินความฉลาดทางอารมณ์หลังการทดลองในกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ โดยใช้แบบสอบถามประเมินความฉลาดทางอารมณ์ ของกรมสุขภาพจิต ซึ่งเป็นแบบสอบถามชุดเดิมทำการประเมิน กลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ กลุ่มละวันเนื่องจากกลุ่มตัวอย่างทั้งสองกลุ่มอยู่ห่างกัน พร้อมทั้งตรวจสอบความครบถ้วนของแบบทดสอบครั้งนี้ก่อนนำไปวิเคราะห์ผลของข้อมูลตามหลักสถิติ

5. การพิจารณาด้านจริยธรรม

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ให้ความสำคัญกับจริยธรรมในการวิจัยเป็นอย่างยิ่ง และได้ผ่านการรับรองจาก คณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์มหาวิทยาลัยขอนแก่น โดยยึดหลักเกณฑ์ตามคำประกาศเฮลซิงกิ (Declaration of Helsinki) ดังนี้

5.1 หลักการเคารพในตัวตน คือเคารพในการตัดสินใจของผู้ตอบแบบสอบถาม ต้องยินยอมที่จะให้ข้อมูลการตอบแบบสอบถามและ การถ่ายภาพ โดยความสมัครใจ ไม่มีการบังคับหรือยินยอมเพราะความเกรงใจ

5.2 ชี้แจงวัตถุประสงค์การวิจัย ประโยชน์ที่จะได้รับและการนำผลการวิจัยไปใช้ให้เด็กนักเรียนทราบ เพื่อขอความร่วมมือในการตอบแบบสอบถาม

5.3 หลักผลประโยชน์ หรือไม่ก่อให้เกิดอันตราย ระวังไม่ให้เกิดความผิดพลาด ไม่ก่อให้เกิดความเดือดร้อนทั้งทางร่างกายและจิตใจ ผู้วิจัยให้ข้อมูลครั้งนี้ว่าจะไม่มีอันตรายใดๆ เกิดขึ้นต่อเด็กนักเรียน

5.4 การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ที่ชัดเจน มีประโยชน์และความเป็นไปได้ สามารถนำผลการวิจัยไปใช้ให้เกิดประโยชน์แก่นักเรียน

5.5 การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ออกแบบ และวิธีการวิจัยที่เหมาะสม สามารถตอบคำถามการวิจัยหรือวัตถุประสงค์ได้ ไม่ขัดต่อกฎหมายและศีลธรรมอันดี

5.6 ผู้วิจัยได้ยึดหลักการเก็บรวมข้อมูลและรักษาความลับข้อมูลส่วนบุคคล

5.7 ผู้วิจัยเขียนและเผยแพร่ข้อมูลตามความเป็นจริงจากการวิจัย

6. การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้

แบ่งออกเป็น 2 ขั้นตอนดังนี้ คือ

6.1 การเตรียมข้อมูลเพื่อการวิเคราะห์

เมื่อรวบรวมข้อมูลได้ครบถ้วนตามที่กำหนดไว้ประกอบด้วย แบบสอบถามประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของกรมสุขภาพจิต ผู้วิจัยนำแบบประเมินที่ได้มาทำการตรวจสอบความสมบูรณ์และครบถ้วนของข้อมูลทุกฉบับ จากนั้นผู้วิจัยได้สร้างคู่มือลงรหัสและลงรหัสข้อมูล แล้วนำแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์มาวิเคราะห์ ด้วยเครื่องมือคอมพิวเตอร์

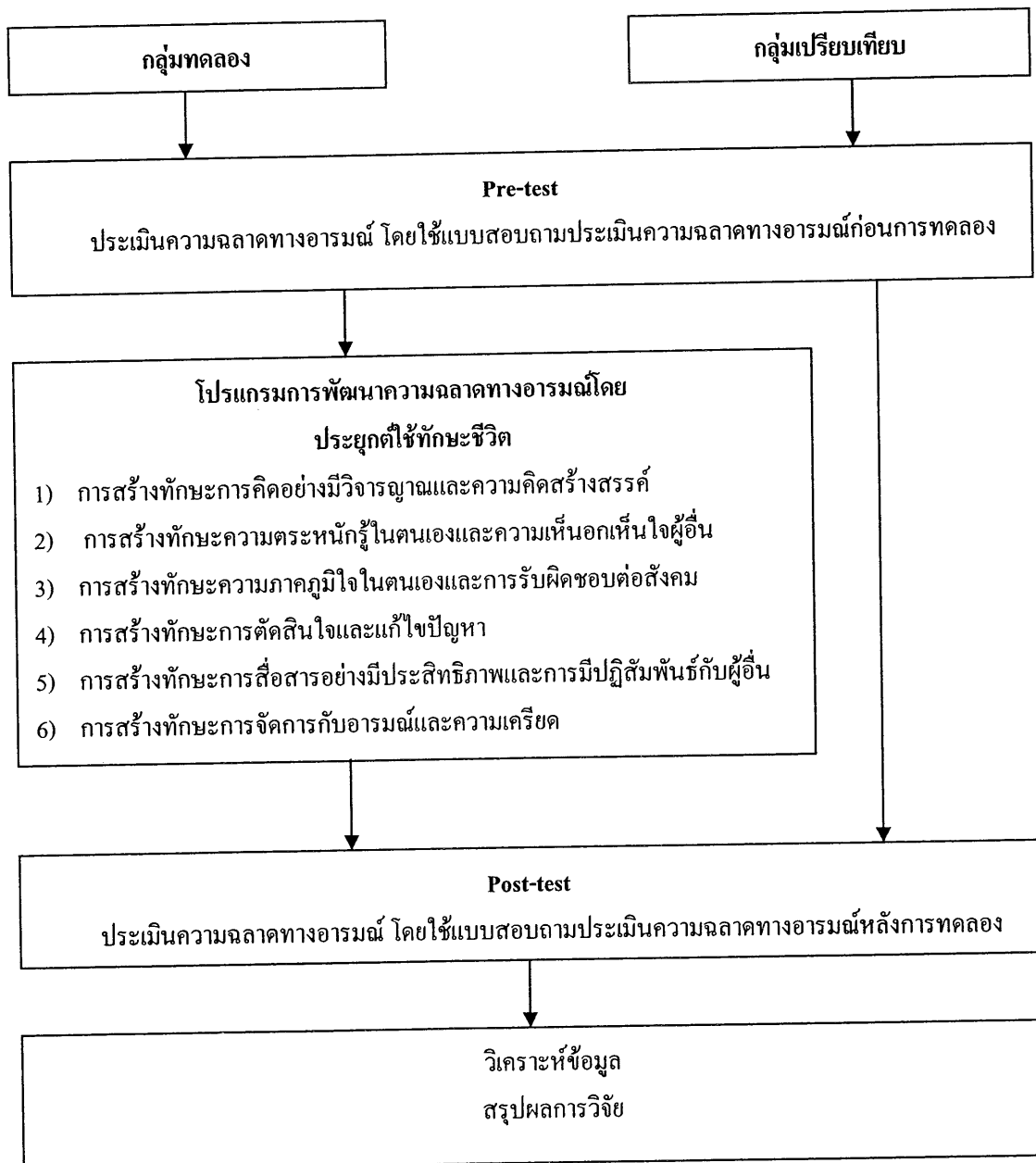
6.2 สถิติที่ใช้ในการวิจัย

6.2.1 ลักษณะข้อมูลทั่วไปวิเคราะห์ด้วย จำนวน ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าต่ำสุด และสูงสุด

6.2.2 เปรียบเทียบความแตกต่างค่าคะแนนเฉลี่ย ภาพรวมขององค์ประกอบความฉลาดทางอารมณ์ ด้านความดี ความเก่ง ความสุข และองค์ประกอบย่อยของความฉลาดทางอารมณ์เรื่องต่างๆ ภายในกลุ่มทดลอง และกลุ่มเปรียบเทียบ โดยใช้สถิติ Paired Simple T-Test และ 95% Confidence Interval of the Difference

6.2.3 เปรียบเทียบความแตกต่างค่าคะแนนเฉลี่ย ภาพรวมขององค์ประกอบความฉลาดทางอารมณ์ ด้านความดี ความเก่ง ความสุข และองค์ประกอบย่อยของความฉลาดทางอารมณ์เรื่องต่างๆ ระหว่างกลุ่มทดลอง และกลุ่มเปรียบเทียบ โดยใช้สถิติ Independent Sample t-test และ 95% Confidence Interval of the Difference

6.2.4 กำหนดระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05



ภาพที่ 9 ขั้นตอนการทำวิจัย